カミツレ新聞

2016年
11月号

対馬ルリ子先生による講演会が行われました

カミツレ研究所では、カミツレの里がある池田町と一緒に、ビオホテル八寿恵荘の滞在を通して、訪れた方の疲れた身体と心を癒し、元気になっていただくプログラムをご提案する「ハーバルヘルスツーリズム」の活動を行っております。

その活動のひとつとして、10月15日、対馬ルリ子女性ライフクリニック銀座院長の対馬ルリ子先生をお招きし、講演会を開催致しました。

講演のテーマは「いつまでも若々しく元気でいるために」。自分の健康を守るためには、どんなことを心がけたら良いか？という先生のお話に、池田町のかたをはじめ、参加された皆様はとても熱心に耳を傾けて下さいました。お話の中でも深く印象に残った内容は

対馬ルリ子先生

対馬ルリ子ライフクリニック銀座院長／産婦人科医、医学博士／専門は周産期学、ウィミンズヘルス

女性の心と体、社会とのかかわりを総合的に捉え、健康維持を助ける医療（女性外来）をすすめる会「NPO法人 女性医療ネットワーク」を設立。理事長として、積極的に活動しているほか、女性の生涯にわたる健康のためにさまざまな情報提供、啓発活動を行っている。

「10代～40代まで、50代、さらに60代とそれぞれの年代で変化する女性の身体は女性ホルモンが大きく関係すること」

「自分をないがしろにせず、体調に対して自信を失わないことで、心を明るく保つことが大切」

「生理前・更年期前・産後の時期は女性ホルモンがグッと弱くなるころで、不調になりがち。その時期を上手にケアし、さらに男性を含めて周りがカバーすることがとても大事」

「話しにくい症状を相談できる、かかりつけ医をもち、きちんとヘルスケアを行うこと。時には無理をせずに薬や漢方薬に頼ることも大切」

「香りやインナーケアとして植物の力を上手に取り入れる」

「運動や食事、定期的な健診など、自分の健康を守るための習慣を持つ」など。

華密恋を利用したり、すぐに実践できることも多く、とてもためになる内容でした。まずは自分の体調を受け入れる事から始めたいと思います！

（お客様担当　横内）

定植体験ツアーを開催しました！

カミツレ定植体験ツアーも今年で7回目を迎えました。定植とは、カモミールの苗を苗床から畑へ一株ずつ植え替える作業のこと。この作業をお客様にも体験いただき、自社農園のふかふかの土に触れ、八寿恵荘に宿泊して元気になっていただく一泊二日のツアー。

今年は10月19～20日の2日間で作業をおこないました。両日ともに天気よく、とても気持ちの良い中での畑仕事になりました。

夕方には薪を割り、焚き火を囲み、ご飯を炊いて、みんなで夕食を食べました。お楽しみのお風呂に入ってぐっすり眠り、スッキリ目覚めた朝は散歩して、また畑仕事をして…。まるで田舎のおばあちゃんの家で過ごしたような2日間になりました。（もともと、八寿恵荘は「八寿恵おばあちゃんの家」でもあるのです。カミツレの里スタッフ談）

参加された皆さまからは「土づくりから体験できて貴重な時間となった。」「シンプルに早寝早起き。リセットできた生活がとても良かった。」などの声をいただきました。

来年の春には真っ白なカミツレの花畑がお楽しみいただけます！6月には収穫体験ツアーも行われますので、皆さまも成長したカミツレをどうぞ見にいらして下さい。

畑の土を耕すことから始めます

＜発行元＞ カミツレ研究所
メール：information@kamitsure.co.jp
電話：0120-57-8320（平日 9:00～17:00）
FAX：0120-95-7832
カミツレの里
長野県北安曇郡池田町広津 4098

カミツレ新聞へのご意見や気になることなど
みなさまからのご感想をお待ちしております！

『スキンバーム』の開発秘話

発売から3年を迎え、現在はビッグサイズの販売も行うほどの人気アイテムになった「華密恋スキンバーム」。商品が誕生するまでを詳しくお話しします！

商品の開発を始めたきっかけは、『保湿や消炎など肌への素晴らしい働きをもつカモミール。そのちからを、エキスを最大限配合することで、いつでもどこでもだれでも、万能薬のように使えるアイテムを作りたい！』という想いです。イメージとしてはタ○ガーバームのような軟膏。そこから苦難の研究が始まりました。

固形の素材に液体のカミツレエキスを加えることが大変難しく、試作は100回を超えました。最終的には、製造工程での『撹拌（かくはん）の技術』そのものが完成を導いてくれました。

天然原料だけで作っているバームは、化学成分等で均一化していないため、季節や条件等で色や香り・テクスチャーが異なることがあります。自然のままだからこその、そういった点も楽しみながらお使い頂ければ幸いです。

（商品開発担当　塩川）

華密恋スキンバーム

女性医療ジャーナリスト増田美加さんに教わる

スキンバームでリフトアップマッサージ

湯気のたつ
お風呂やミスト
サウナに入りながら
行うことが
ポイント！！

1 まずは洗顔後、タオルで水分をオフします。

2 スキンバームを指3本でたっぷりとり、額、両頬、鼻先、あごの5か所におき、水蒸気を上手に取り入れて軽く広げます。
※量が少ないと肌を痛める場合があるのでたっぷりご使用ください

3 マッサージスタート！
- ●額…中心から左右こめかみに向けて。さらに眉から生え際へ手のひらを使ってグッと上げる
- ●頬…指3本を密着させ、こめかみに向けて引き上げる
- ●鼻…鼻先から額に向かって、しわができやすい眉間もしっかり引き上げる

- ●あご…あご先からフェイスラインをなぞるように通ってこめかみへ。そのあと手のひらで顔を包み込むようにじんわりと押さえる

4 フェイスラインに残ったバームを首から鎖骨に向かってゆっくりやさしくなでおろしましょう。
最後に鎖骨周りのリンパをプッシュ！
老廃物を流しやすくします。

マッサージの翌日はフェイスラインがすっきり！
お化粧のノリも良くなります。ぜひお試しください！

緩衝材で循環型社会へ!?

お客様からのご注文商品を発送する際、箱の中で大事な商品が壊れないようにするための緩衝材。華密恋では紙を使っているのを気づかれた方もいると思います。これは私たちカミツレ研究所の母体である株式会社相互が、印刷会社であることに由来しています。

実はこちらの紙、某印刷物に使われている紙なのですが、その紙を断裁した時に出てしまった余りの部分。通常であれば捨ててしまう紙を捨てずに活用するという、印刷会社ならではリデュース活動（廃棄物の発生抑制のためのムダな生産をしないこと）のひとつなのです。

製造部の首藤さん
断裁機で紙をカット
してくれます

数量限定　3倍量のお得なビックサイズ！ スキンバーム 75g

スキンバーム 75g を２個ご購入の方に
スキンバームミニ（2g）をプレゼント！

通常サイズ
3個分より
1,512円お得！

華密恋スキンバーム (75g) 4,968 円 /2 個セット　9,936 円
華密恋スキンバーム (25g) 2,160 円
華密恋公式通販サイト　http://www.kamitsure.jp/
（24時間受付）