



# メッセージふるむサンシドー

発行者：三資堂製菓株式会社 住所：〒655-0005 神戸市垂水区潮見が丘 1-1-10 TEL078-708-5121

## 秋の森林浴

今年も間もなく、山々に黄金や朱色に燃える錦織の世界が広がる紅葉のシーズンがやってきますね。ところで森林浴という意思で紅葉狩りをされたことはおありでしょうか。

“森林浴”と聞くと、春や新緑の季節をイメージしがちですが“緑”でなくても、木や自然のあるところが“森林浴スポット”となるので、秋や冬にも森林浴は出来るのです。そのポイントとなる一つが、「フィトンチッド」です。フィトンチッドとは一言でいえば「木の香り」。樹木が自分で作り出して発散する揮発性物質のことです。その主成分は有機化合物の「テルペン類」で、ヒトがこれを浴びている状態を森林浴というのです。フィトンチッドは、私たちの身体に触れると肝臓の働きを高める酵素の活性化、香りによる清涼効果、生理機能の促進、二日酔い・体調不良時の頭痛・吐き気の軽減など、数多くの効果を与えてくれます。また、フィトンチッドを嗅ぐと活発に流れる脳の血流量を適量に抑える効果があり、これにより脳や身体をリラックスさせてくれるのだそうです。では、より具体的な森林浴になるためのポイントをご紹介します。



時間帯は午前十一時ぐらいたままでがフィトンチッドの濃度が高くなります。この時間帯は気温の上り幅が少なく空気の動きも少ないので、ベストな時間帯なのだそう。また、雨に当たると葉や枝が刺激を受けてフィトンチッドがより多く放出されるので、雨上がりもおすすめの時間帯です。さらに、フィトンチッドは揮発性物質ですが、空気より重いため放出後時間が経つと地面にたまりやすい性質があります。そのため、落ち葉などがたまった場所で、座ったり仰向けになって深呼吸すると、よりリラックス効果を得ることが出来ます。

今年はまだ木々たちの変化を楽しむだけでなく、彼らが身体に与えてくれる目に見えないフィトンチッドの素晴らしい効果も意識して紅葉狩りを楽しんでみてはいかがでしょうか。

## 女性待望の養毛・頭皮料

### 「エイジーファクターNo.17」

#### 好評発売中！

三十代からの女性の一番の髪の悩みは、加齢とともに忍び寄る白髪や髪質の変化です。そのような悩みに応えて、美しく年齢を重ねていきたい女性に、頭皮のエイジングケアを簡単に

行おうことの出来る養毛・頭皮料「サンシドーエイジーファクターNo.17」が、発売されました。頭皮の働きを高めるために話題の植物性保湿成分、マジヨラムエキスとマロニエエキスを配合し、更にはキャピシシル（アカツメクサ花エキス）・ビワ葉エキス・大豆エキスと、健やかな髪に必要な天然植物エキスを配合いたしました。

さらに、ローズの香りが心地よく、使用感も爽やかな養毛・頭皮料です。

容量は150ml入り、定価は¥5000（税抜）です。



頭皮の気になり始めに、使って欲しい！

## 一口メモ



### いきいきライフのために — 皮膚のアンチエイジング 2

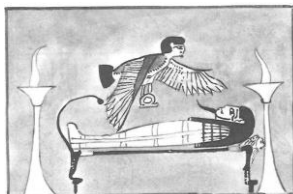
皮膚のメカニズムは、かなりの文字数になるので、裏ページの「よくわかる皮膚科学」にて説明させていただき、ここでは「シミ・シワ・たるみ」を改善する最新技術について紹介します。皮膚の老化に対処する医療技術は飛躍的に進んでおり、食生活を基本としたアンチエイジングに取り込むことは言うまでもありませんが、現代の最新技術を利用すれば、見た目が10歳若返ることも可能だそうです。グリコール酸、乳酸、サリチル酸などの薬品を使って古い角質の表面を剥ぐ「ケミカルピーリング」は、シワなどのトラブルを起こしている皮膚表面を剥ぎ取って、皮膚本来が持っている再生能力を生かす治療法です。ニキビ・くすみ・小じわ・薄いシミ等に効果的だそうです。目じりなどの浅いシワには、コラーゲンやヒアルロン酸等を注入する遅漏法が行われます。ただし、効果の持続期間は平均3~6か月なので、繰り返し治療を受ける必要があります。

## ミニ百科—ピラミッドその31

### ピラミッド・テキスト②

最古のピラミッド・テキストは前回紹介したウナス王のもので、例えば「ウナス王はラーの前に座る」、「おおうナス王よ、御身は死して出発したのではない。いけるままに出発したのである」また、第六王朝のメルエンラー王のピラミッドには「御身はラーのごとく船に乗る。神々を支配し得るように、御身はラーの玉座に座る。なぜなら御身はヌトから来たラーである」といった文書がみられるそうです。この他にも第六王朝のペピ一世やペピ二世などのピラミッドからもピラミッド・テキストが発見されています。

十八王朝のころピラミッドが作られなくなると、当然ピラミッド・テキストもなくなりましたが、ミイラの布の内側に入れるパピルスに書いた呪文「死者の書」や、ミイラを納める棺に彫られた「コフィン・テキスト」は、ピラミッド・テキストに倣ったものと考えられています。



有名なミイラのパピルスは、死者の書に記された呪文が、墓を建てるときに棺に彫られることのできると思われた。『死者の書』より