



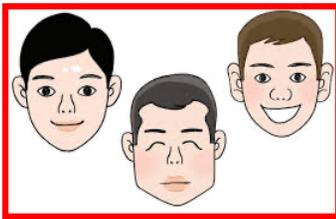
メッセージふるむサンシドー

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

「顔は口ほどにもものをいう」

鏡を見てください。あなたの顔は丸顔ですか？

細顔ですか？（※顔の縦ラインの長さと同かみかみの間の長さが3:2なら丸顔。3:1なら細顔タイプ）丸顔の方は自信家、細顔の方は慎重派が多いそうです。このように、人相でその人の性格を診断することをパーソノロジー（人相科学）という学問として確立しています。パーソノロジーでは、脳の使い方次第で目・耳・鼻・口などの顔の形が変わるといわれています。例えば、冒頭の診断ですが、これはこめかみのすぐ横にある扁桃体という恐怖を感じるセンサーが関係しています。丸顔の人は扁桃体が厚く覆われているので恐怖を感じ辛いため自信家になり易く、細顔の人は扁桃体があまり覆われていないために恐怖を抱くので慎重派になり易いのだそうです。他にも、理性的にものを考える前頭葉の細胞の多さとおでこの広さは比例するという考え方から、広い人は難しいことを論理的に考えることができるタイプ、狭い人はシンプルに物事を捉え、考えるよりも行動するタイプと診断されます。



パーソノロジーの起源は古代中国・古代エジプト人の研究からですが、学問として確立されたのは二十世紀で、裁判所の治安判事であったエドワード・ジョーンズの気付きからです。彼は数千人もの犯罪者と、その顔に共通の特徴があることに気付き、被告人の顔を見ただけでほぼ正確に犯罪内容を推測できるようになっていました。その後、最先端の脳科学や統計学と組み合わせることで、学問に発展しました。彼はその後人相学者のチームを結成し二万人以上に追跡調査を行い、85%以上の精度で当たる項目を150個以上発見しています。アメリカの離婚率は50%といわれていますが、パーソノロジーを学んだカップルは10%との調査報告もあります。この研究がどんどん進めば、とても便利なコミュニケーションツールになるとは思いませんか。

冬の地肌と髪の乾燥に お奨めのスタイリング剤です

この冬、髪にハリと潤いが欲しい方にお勧めのスタイリング剤をご紹介します。

- 髪が細くなってきた
- 髪のボリュームが無くなってきた
- 髪がパサつきがちで艶が無くなってきた
- ヘアクリームを使うと髪がペタツとしてしまう
- スタイリング剤による頭皮のトラブルが気になる
- 髪質にあったスタイリング剤が見つからない

こんな方のために作られた新感覚のスタイリングクリーム「ポリリウムアップ スキヤルプクリーム」は、頭皮のトラブルを気にすることなく地肌から髪まで塗布できます。だからケラチン蛋白の力で髪を根元からふんわりポリリウムアップさせ、髪のダメージを修復すると共に、椿油が髪に艶と潤いを与え、コラーゲンや亜鉛酵母エキス、さらにはATPの働きで頭皮にうるおいを与え同時にケアすることが出来るのです。

「ポリリウムアップ スキヤルプクリーム」は髪と頭皮を同時にケアしながら根元からポリリウムアップさせる、まさに大人髪専用のスタイリング剤です。容量145g（標準使用で約二か月分）で、¥3080(税込)です。



一口メモ



いきいきライフのために 健康寿命アップのための栄養学 5

日々の食生活が食べ過ぎ傾向にあるかどうかを調べるには、まず自分の標準体重を知っておくことをお勧めします。標準体重は、身長(m)×身長(m)×22 (BMI標準値)で算出されます。例えば身長が1.6mの人の標準体重は1.6×1.6×22で約56kgとなります。

そして毎朝「排便・排尿を済ませた後の朝食前」という一日の中で最も絶食状態時に体重を測り、標準体重より減っていれば食べる量を増やし、増えていれば量を減らすというようにコントロールするとよいそうです。また栄養素の質に関しては、一回の食事で約50種類もの栄養素をまんべんなく摂り、チェックするのは難しいので、毎食時に三つの皿をそろえることを心掛けるとよいそうです。三つの皿とは「主食」「主菜」「副菜」のことです。主食は、エネルギー源となる炭水化物、主菜は主にタンパク質や脂質の供給源で、魚介・肉・卵・大豆製品がメインのおかず、副菜はビタミン・ミネラル・食物繊維などの供給源で、野菜・いも・海藻・きのこなどのおかずとなります。

ミニ百科ーピラミッドその40

大ピラミッドの構造②

前回ご紹介しました王妃の間に通じる道とは別にもう一方は上昇通路と同じ勾配で上へ向かう大回廊です。大回廊は幅2m、高さ85m、全長約50mもあり、なぜこのような巨大な通路が作られたのかはわかっていません。大回廊は、王の石棺を納めた王の間に行くための通路ですが、大回廊の終点には高さ約0.9mの大踏石が行く手を遮り、それを乗り越えようと石落としの仕掛けを持つ控の間があります。これらは侵入者を防ぐための工夫でした。

王の間は幅5.2m、高さ5.8m、奥行10.5mの大きさで、大ピラミッドのほぼ中心に位置します。王の間の上には、五つの小さな部屋があり、これは重量拡散の部屋と呼ばれています。もしも一つの部屋だけだと天井の重さがかかっていたので、とても耐えることが出来ずたちまち崩れてしまいうでしょう。

