

Refresh Time

リフレッシュタイム

株式会社クラブコスメチックス
近藤 有里さん



9月は冷房や紫外線による乾燥など、夏の影響が一番肌に出やすい時期です。皮脂による毛穴詰まりをそのままにしておくと、肌荒れやくすみの原因にも。そんなお肌をセルフマッサージでリフレッシュ！毎晩のお手入れに取り入れてみては？

おうちでできるワンポイントケア

夏を過ごした肌をマッサージでリフレッシュ

今回使ったのはコレ！



CO-OP 基礎コールドクリーム

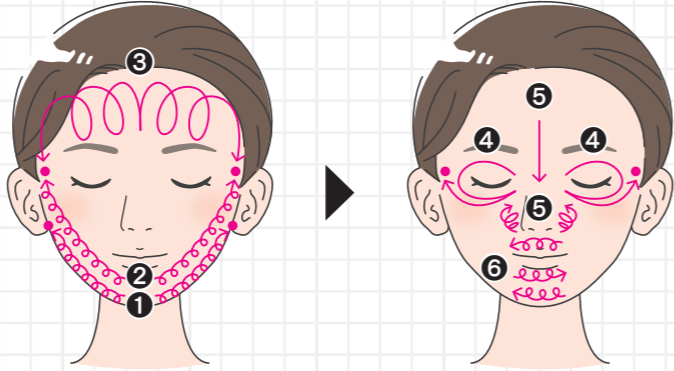
マッサージしながら、メイクを落とすメイク落としクリームです。メイクしていなくてもマッサージクリームとして使えますよ。

マッサージのワンポイントアドバイス

- マッサージ用のクリームを使いましょう。乳液や保湿クリームでは肌とのクッション性が少なく、摩擦で小じわの原因に。
- クリームはたっぷり使って、肌への刺激を少なく！目安はサクランボ粒よりも大きめ。
- 中指と薬指でやさしく！

フェイスマッサージ

先に顔全体にマッサージクリームを伸ばし、①～⑥をそれぞれ2～3回繰り返して行います。



- ① あご先かららせんを描きながら耳の下までいき、ツボ(耳下腺)を押さえる。
- ② 同様にしてこめかみまでいき、ツボを押さえる。
- ③ 額の中心から大きくららせんを描きながらこめかみまでいき、ツボを押さえる。
- ④ 目のまわりを円を描くようにやさしくマッサージ。皮膚が薄いので特にやさしく！
- ⑤ 鼻筋、両鼻脇は上から下へ。小鼻は下から上に円を描くようにマッサージ。
- ⑥ 口のまわりは唇の上、下、あごの順にらせん状にマッサージ。

マッサージの効果は？

- くるくると指を動かすことで毛穴に詰まった皮脂などが取れやすくなります。特に毛穴の詰まりやすい小鼻の周りやあごのざらつき解消に効果的です。
- マッサージにより血行を促進。くすみやケアされ透明感のある肌へ導きます。
- 肌が柔らかくなり化粧水などがなじみやすく、スキンケアの効果もUP。
- お顔のむくみをケアし、すっきり小顔に。



今月の花
September

みんなの画像投稿コーナー

ペンタス

— 津幡町 ポコだんごさん —
毎年、春になると母が遊びに来て花を植えてくれます。一緒にお店に花を選びに行くのが楽しみの一つになっています。

あなたの写したお花の画像募集中！

11・12月に咲く花の画像を募集します。掲載された方には500ポイント進呈。



生協 男子 × 女子 宅配ブログ

地域担当者と組合員の会話をもとにつづるほっこりエピソード

おいしいから教えてあげて!!

組合員さんに「ピリッ辛ごま白菜」をお届けすると「すっごくおいしいから、ぜひみんなに教えてあげて!!」と嬉しそうにすすめられました。別の組合員さんの配達へ向かったところ、その方も「ピリッ辛ごま白菜」を注文していて驚きました。私が「前の人から聞いたんですけど、これおいしいですよ!」とお伝えしたところ、「私も大好きねん!やっぱおいしいんやよね〜」と好評の嵐でした。たっくさんの組合員にお伝えできるように今度自分でも注文してみようと思います(*^▽^*)

湊センター 内灘・向栗崎地域担当 越野さん



『生協男子×生協女子 宅配ブログ』はコープいしかわホームページ・SNSで連載しています。



食の安全情報シリーズ 第14回

食品安全コミュニケーション育成講座 私たち学んでいます

その4



コープ北陸主催、消費者庁・石川県が共催し、石川県立大学後援のもと開催している食品安全コミュニケーション育成講座にコープいしかわ組合員理事5名が参加しています。参加者が学んだことの中から役に立ったことや知って良かったことを隔月でレポートします。今回は第5回の講座で行われた講義の内容について報告します。

第5回 食品添加物の不使用表示に関するガイドラインについて

講師：消費者庁食品表示企画課 宇野 薫氏

より学んだこと

講義のポイント 無添加表示に惑わされない

- 加工食品には使用した全ての食品添加物を物質名で食品に表示しなければならない義務表示がある一方で、「無添加」、「不使用」などの添加物の不使用表示は事業者の任意です。
- 無添加という言葉は添加物を全く使用していないから安全と誤認させ、添加物は危険と思っている人に無添加表示のない食品に不安感を持たせてしまうこともあります。

例えば

マヨネーズは調味料(アミノ酸等)、酸味料及び香辛料抽出物以外の添加物は使用できません。



香料は使用できないのに「香料無添加」と表示されると、その商品が他より優れていると誤認させる恐れがあります。

感想 本当の安全って

日頃、無添加や無香料の言葉を目にすると安心かなとつい思ってしまいましたが、今回の表示の読み解き方を学び、本当の安全とはどういうことかを知りました。

コープいしかわ組合員理事 木村 映子さん



日本では現在1,000を超える添加物が指定されていて安全性が確認されています。商品に大きく書かれた「〇〇無添加」などの表示に惑わされず、裏面などに記載されている食品添加物の表示を正しく理解することを学びました。

グループワークで学んだこと

実際に流通している商品のパッケージや原材料表示を見ながら、不使用表示について考えました。

見極めて商品を選びたい

食品添加物は国が安全性を認めたものであり食品の加工や保存のためには不可欠である。もし添加物を使用しなければ、私たちの食卓に安全な食品を届けることは困難であると改めて認識しました。表示の中には不適切な表示が含まれているものがあり、それを探し出し答え合わせをしましたが、正直なところ難しく、これまで「不使用」「無添加」の表示に飛びついてたのかを思い知らされました。正しい情報を知っていれば添加物は悪者ではないのでこれからはきちんと見極めて商品を選びたいと思いました。

コープいしかわ組合員理事 瀧能 由枝さん



無添加、不使用の記載のある商品は安全?

今までは無添加、不使用の記載のある商品は安全であると思っていました。しかし添加物そのものは国の基準に沿って商品を作っているため危険な物は含まれてはいません。ことさら無添加、不使用を表示されているのは消費者の購買意欲をかき立てるための自社製品アピールをするためだと理解しました。今回学んだ正しい知識を組合員さんに伝え広めたいと思います。

コープいしかわ組合員理事 吉田 和子さん



正しい知識を持ち表示に惑わされない

私たち消費者の誤解を招かないように定められた食品添加物不使用表示に関するガイドラインを学習しました。添加物=悪い物とする方もおり、この心理を使ってマーケティングをしている業者さんもいるという話をお聞きました。今後、添加物は悪い物だとする消費者の考え方が変わっていくと、グレーな不使用表示が自然と淘汰されていくことになりそうです。正しい知識を持ち表示に惑わされないようにしたいと思います。

コープいしかわ組合員理事 齋藤 千絵さん

