

上弦の月

5/30

～満月

は例えるなら成長期! 満月に実を結ぶように情報収集や美容に力を入れて!

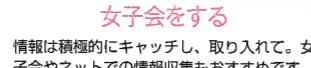
新月にまいた種を育てるように、水をあげたり太陽に当たりするイメージでアクションを。自分に投資するのにいい時期です。

### 新月～満月の おすすめ Action

“新月始めたことを育てて、満月に結果を出すために動くように意識してみて。情報を仕入れたり、美容やファッショにも投資を。”



3. むくみ取るボディオイル
2. 甘い香りのクリーム
1. 潤いで満たすナイトクリーム



女子会をする

情報は積極的にキャッチし、取り入れて。女子会やネットでの情報収集もおすすめです。



習い事をはじめる

自分の内面を磨き、知識や経験を蓄積するのにいい時期だから、習い事や勉強を始めて。



新しい服を買いに行く

来たるイベントに備えて、そろそろ洋服やアクセサリーを購入。気持ちを盛り上げて。



スパでボディトリートメントを受ける

新月でさっぱりさせたら、満月で結果が出るよう、与えるケアを始めます。

### 新月～満月の おすすめ Beauty

自分磨きにぴったりな時期が、上弦の月。安らぎを感じる香りのバスアイテムや、ボディや顔を磨き上げるコスメを取り入れると◎。



福本さんはukaのスカルプブラシがお気に入り



シャンプーの時に使えるスカルプブラシですが、乾いた髪には頭皮マッサージとしても使って、これが気持ちいい! 寝る前にマッサージすれば、朝起きた時にすっきりした顔に導いてくれます。

### ローズヒップオイルを取り入れて肌の安定を♪

肌に弾力やハリが出て、安定するローズヒップオイル。「ザ・プロダクト」のものは¥2,500とトライしやすい価格もうれしい。



新月

は例えるなら種まき!  
いろいろなスタートに向けた計画&準備を!!

新月

5/23

新月は、障害が少なく周囲も落ち着いた状況です。物事がスムーズに進むときだから、これからやりたいことをどんどん計画しましょう!



新しい服をおろす

スタート、リフレッシュのタイミングである新月。お洋服や下着をおろすのもGOOD。



SNSのアイコンを新しくする

イメージチェンジは◎。アイコンを変えて新鮮な気分になると新しい出会いにも意欲が↑



ヘアカットに行く

「すっきり」「整える」がキーワードの新月。ヘアカットやネイルチェンジも◎。



デートの約束をする

新しい企画や約束など、ワクワクする予定を決めるなら今。スムーズにことが運びます!



### 新月の日の おすすめ Beauty

新月はすっきり汚れを落としたり、新しいコスメを取り入れるのにいいタイミング。クレイや塩を使ったコスメや、爽やかな香りのアイテムがマッチします。

1 ミネラルをたっぷり含むフルーツの力で毛穴の奥深くまで汚れをオフ。ボア クレイ クレンザー ¥3,000/ベアミネラル 2 5種の植物由来成分と、アプリコットシードが古い角質を除去。マリーゴウントバードバス ボディスクラブ&ウォッシュ ¥2,800、3 脂肪燃焼促進効果も。マリーゴウントバードバス オールオーバーボディローション ¥3,000/ともにマリーゴウントコスメティックス 4 シンプルな処方でマルチに使えるザ・プロダクトドライシャンプー ¥1,500/コスメキッチン 5 ミネラルたっぷりの天日塙に、フランキンセンスやローズマリーの精油を配合。おいせん お淨め塩スプレー ¥1,000/コスメキッチン

新月の日にフラワーエッセンスを取り入れるのもおすすめです♡



#### What's フラワーエッセンス?

お花のエネルギーが入ったお水で、必要なタイミングで舌の裏に数滴落として使用。エッセンスにはさまざまな種類があり、どれも感情の深い部分にアプローチ。メンタル・フィジカルの両方に作用すると言われています。

1 セクシュアリティーにまつわる傷を癒し、次の恋に向かう準備を整えてくれます。パワーオブフラワーハーリングエッセンス ラブエリクサー ¥3,600、2 古い心の傷や、失恋の痛みを取り除き、心に愛や喜びを取り戻します。バシフィックエッセンス ハートスピリットエッセンス ¥3,400、3 さまざまな失敗やトラブルによって失ってしまった自信を回復。DTWフラワーエッセンス コンフィデンス ¥3,500/以上コスメキッチン

Topic 2

# 月のリズムに合わせた 美容＆行動で美しくなる

新月、満ちていくとき、満月、欠けていくとき……それぞれ、ふさわしいアクションがあるんです♡

