

はな*さき*小町

enjoy myself, enjoy my style.

楽しめるのは今だけ？親子でさりげない「パールック」拡大中！

子育てに積極的な「イクメン」が市民権を得た昨今、育児を楽しむだけでなくオシャレも「親子」で楽しもうという流れが来ています。親子おそろいの服を着る「パールック」が再びブームの兆しで、おそろいのTシャツ専門店まで登場するほど。このTシャツ専門店では、セット購入の7割近くが

トヤ素材など、部分的におそろいを取り入れるさりげないもの。ポーターやリボンなどシンプルなデザインが特徴で、大人でも違和感なく着られます。他にも、2人で着用して横に並ぶとひとつの絵になるという、遊び心のあるデザインも人気です。

は、インナーや靴下をペアで身につけるといった人たちも。
◆パールックは「仲良し」「絆」の象徴以前は「恥ずかしい」象徴だったパールックですが、復権した今は堂々と街中を歩く親子や夫婦が見られます。これは、震災後に「絆」が改めて見直されたように、親子や夫婦の関係が良

父と子」。娘や息子と同じ服が着られるのは今だけと、熱心に品定めをする「イクメンパパ」の姿が目立つそうです！他にも、めずらしい父子のパールックを扱う通販サイトもあります。

◆50代以上の年配者も抵抗なしで増加中！
50代以上の年配者も取り込んだパールックも増えてきています。母親と娘のおそろいのバレエシューズブランド「ロ・クリエティブ」は、同じ柄で15〜25cmのサイズを展開していますが、祖母も含め3世代で購入するパターンが増えているとのこと。また、デパートでも50代夫婦向けのペアファッションブランドを扱う売場が

展開されています。この世代は若いころにちょうどパールックが流行った世代で、子育ての負担が軽くなった今、再びパールックを楽しむことに抵抗がないようです。若いカップルで

◆ワンポイントのさりげないデザインが人気
パールックが大流行したのは、1970年代。親子ではなく恋人同士が全身同じデザインの服を着るスタイルでしたが、その後下火になり「パールックなんてカッコ悪い」という風潮が長く続きました。最近再び流行り

てきたことも「因」。パールックは良質な家族関係の象徴として、今後もさりげなく取り入れる人が増えそうです。

◆ワンポイントのさりげないデザインが人気
パールックが大流行したのは、1970年代。親子ではなく恋人同士が全身同じデザインの服を着るスタイルでしたが、その後下火になり「パールックなんてカッコ悪い」という風潮が長く続きました。最近再び流行り

てきたことも「因」。パールックは良質な家族関係の象徴として、今後もさりげなく取り入れる人が増えそうです。





7月の見直し＜ハンドケアを再確認＞



「見落としがちな“手”をケアして若々しく！」

顔や髪はしっかりケアして若さを保っているつもりでも、意外に年齢や生活感が出てしまうのが「手」。しかも手は人前に出すものなので、手入れがおろそかだったりすると一目瞭然。うっかり見落としがちハンドケア、年齢を感じさせない美しい手を目指して見直しておきましょう。

まず、手の特徴を再確認。手は常に外気にさらされている上、手洗いや家事などによって、体の中でも最も酷使されるパーツ。乾燥などのダメージを受けやすく、シミやシワ、筋の凹凸といった老化サインも現れやすいのです。そこにケア不足が重なって角質が硬くなったり、ささくれが目立ったりすると、さらに老化に拍車をかけてしまいます。

年齢を感じさせない美しい手の条件は、“触った時に気持ちのよい手”。子どもの手を握った時に、あまりにもふっくらして心地よいのでビックリした経験がある方も多いのではないのでしょうか。血色が良くツヤがあり、ふっくらとしてみずみずしい、子どものような手が理想です。

そんな美しい手を作るためには、“こまめな保湿を継続すること”が何よりも大切。人目につく時だけ慌ててハンドクリームを塗るようなその場しのぎの保湿では、手の水分がどんどん失われて干からびていきます。洗顔の後、水仕事の後、入浴後、ふと気づいた時にこまめにさっとクリームを塗りましょう。また、角質が溜まって硬くなっている手にいくらオイルやクリームを塗り重ねても、角質がバリアに

なって浸透を妨げてしまうので、週に1度はスペシャルケアを。フェイス用のゴマージュやピーリング剤を手を使って、角質を優しく取り除き、水分や油分をしっかり与えます。

また、最近は主婦の方でもネイルをしている方が多いですが、そのカラー選びも気をつけましょう。おすすめは、透明感があり、爪がほんのり透けるようなネイルカラー。さらに、爪の先端に繊細なラメやパールで品の良い輝きをプラスすると、視線が自然と指先に集中するので、手の甲にできたシミなど気になる手の老化サインも目立たなくなります。反対に避けたいのは、マットなベージュ系カラーや濃いカラーのネイル。マットなベージュは手肌をくすませってしまう可能性が大。また、濃いカラーのネイルは爪の輪郭を際立たせてしまうため、台所仕事が多く爪の形が揃わない女性には不向き。爪の形が揃っていないと雑な印象になってしまうので、薄めのカラーが無難です！



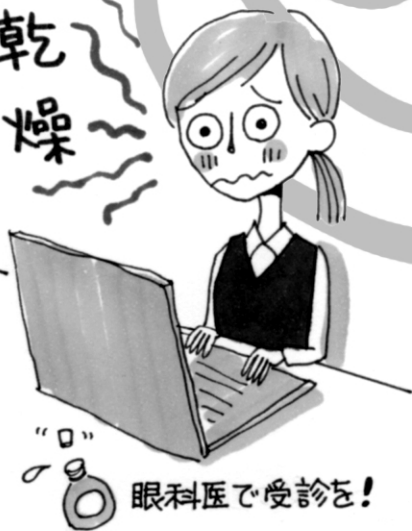
小町さんの「見直し」塾

change myself, change my life.



はなさき お悩み相談室

乾燥



眼科医で受診を!

パソコン作業が多くドライアイ化が進んでいます。

ドライアイとは、眼の表面が乾燥して「ロロロロ」、目やに、目のかすみや疲れ、充血するなど、さまざまな症状が出る状態のことをいい、パソコンやスマートフォンを長時間使う人に多く見られる症状です。画面を見つめているときは、まばたきの回数が減るだけでなく、眼球表面から蒸発する涙の量も多くなり、目が乾燥します。コンタクトレンズを長時間使用していても同様の状態になります。

まばたきの回数が減るために起こるドライアイの場合は、人工涙液やヒアルロン酸配合の点眼薬で涙を補います。市販の薬

を自己判断で使うと、涙の成分を流してしまったり、分泌量が逆に減ってしまうことがあるので、眼科医に行き正確な診断を受け薬を処方してもらいましょう。緊急処置としての目薬の選び方も教えてもらえます。人工涙液で症状が改善しない場合は、シリコン製のプラグを挿入するなどの治療法もあります。

ドライアイと診断された人やコンタクトレンズを装着している人は、意識的にまばたきの回数を増やすように。疲れや乾きなどの自覚症状を感じたら、しばらく目を休ませたり、遠くを見るようにしましょう。

みんな集まれ~!

大人女子部



和洋中、スープの食べ方は?

和食のお椀は、蓋がされていることが多いですが、右側に置かれている椀物の蓋は、逆さにして右側に、左側に置かれている場合は、左側に置くのが正しいマナーです。いただき終わったら、蓋は元のとおりに戻します。逆さまにひっくり返して置く方を見かけますが、お椀が傷つくこともありますし、見た目も上品ではありません。

和食の汁物は器を持っていただきますが、中国料理の場合、器類は持ち上げません。手で持ち上げても良いのはお箸、レンゲ、グラスだけです。スープや炒飯などを入れた器を、つい持ち上げてしまいがちなので気をつけましょう。洋食も同様で器類は口まで持ち上げないこと。スープは基本的に「飲む」のでは

なく「食べる」と言われています。スプーンからすすめるのではなく、スプーンを口に入れて流し込むようにしましょう。スプーンを手前から向こう側にすくっていただくのは英国式。逆に、奥から手前に動かしていただくのはフランス式です。スープが少なくなったら、英国式の場合はスープ皿の手前を少々持ち上げてすくいます。フランス式の場合はスープ皿の奥側を持ち上げていただきます。

