

～しっとりアロマハンドクリーム～

| | |
|-----------------|--------------|
| 材料：スイートアーモンドオイル | 10m l |
| みつろう | 2g |
| シアバター | 小さじ1（溶かしたもの） |
| グリセリン | ミニサジ1 |
| 精油 | 4滴 |

作り方：

- ① みつろうとスイートアーモンドオイルを耐熱容器に入れて湯煎にかける。
- ② 溶けたら湯煎からおろす。
- ③ 別の耐熱容器で溶かしたシアバターを入れ、混ぜる。
- ④ ハンドクリーム容器に流し込む。
- ⑤ グリセリンと精油を入れ、混ぜる。
- ⑥ そのまま冷まして、できあがり！

材料の説明

☆スイートアーモンドオイル・・・ビタミンA、B群やオレイン酸を多く含み、肌によくなじみます。抗炎症作用や皮膚軟化作用があります。

☆シアバター・・・植物からとれた天然の脂質成分。油分が多いため保湿効果が高い。

☆みつろう・・・ミツバチが巣を作るときに出す天然のワックス。
皮膚を柔軟にし、保湿する成分が含まれています。
穏やかな抗菌作用があります。

☆グリセリン・・・無味無臭で甘みのある粘性の液体。
肌を保護する作用があるので、保湿剤として使われます。



☆精油・・・エッセンシャルオイルとも呼ばれ、植物の花や枝、葉などから抽出される
100%天然の芳香成分の混合体です。

芳香成分は、それぞれに薬理作用を持ちます。

注意事項：高濃度のため、直接皮膚につけたり飲んだりするのは危険です。

ラベンダー：抗炎症作用、抗菌作用があります。

火傷、日焼け、虫刺されに効果的です。

ゼラニウム：肌のハリや弾力を回復するので、よくスキンケアに使われる精油です。

ベンゾイン：乾燥肌、堅くなった肌に適しています。

オレンジ：血行促進作用があり、手荒れやささくれ、傷を治す効果を期待できます。

~MEMO~



Copyright. 2019 Yuko Uchida