



(有)西川工務店 ハウジング通信

2025年9月号

発行所: 有限会社 西川工務店

松阪市町平尾町164-3

TEL 0598-51-7040

FAX 0598-51-7140

URL <http://www.nishikawakoumuten.com/>

秋のすっきりしっとり 健康肌対策

スキンケア基本のキホン



肌の付着物をやさしくきちんと除去

刺激物で角質層を傷つけないようやさしくしっかり洗顔



十分な保湿

化粧水で肌を弱酸性へ戻し、乳液がなじみやすいようにやわらかく



うるおいを保つ

美容液でうるおいを保ちます



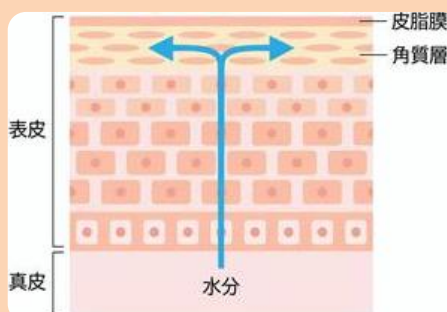
バリア

乳液やクリームで潤いのバールを作り、水分の蒸発を防ぎます

よく耳にする保湿成分のはたらきや特長って？

化粧水や美容液に含まれる保湿成分やそのメカニズムを知り、賢く美肌を作りましょう！

- コラーゲン**／角質層の内側にある「真皮の主成分」で作られるうるおい成分。親水性が非常に高く、水分を逃さない性質を持っています。
- セラミド**／角質層上で細胞を結びつけるはたらきがあります。
- スクワラン**／サメの肝油やオリーブなどの植物から作られるうるおい成分。
- ヒアルロン酸**／肌の表皮・真皮を構成する成分で作られる保湿成分。粒1gで6ℓの水をゼリー状に。
- ホホバオイル**／人の皮脂に近いワックスエステルของバリアで保湿します。



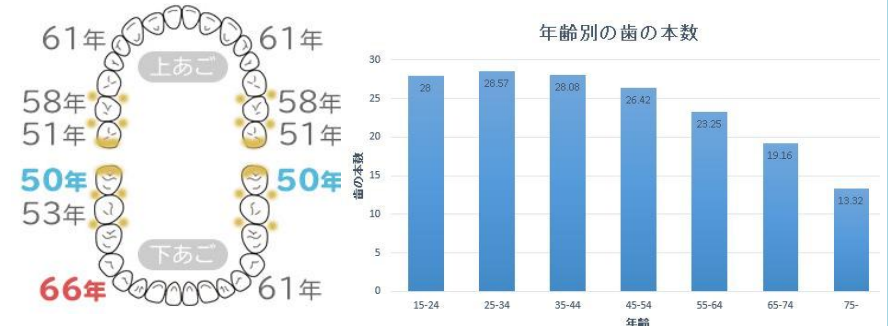
歯の健康と

はははの歯みがき

歯の寿命

歯の寿命をご存じですか！？

じつは歯にも寿命があります。人間の歯は通常**28本**（親知らずを入れると32本）あります。これが**60代**になると平均**17本**、**70代**では**10本**にまで減ってしまいます。その多くは虫歯や歯周病が原因と言われています。



歯の寿命の延ばし方

それでは歯の寿命を延ばすには...

自分の歯を知ることがなによりも重要です。そして正しい歯の磨き方を実践すること。お子さんには早くから習慣化させてあげることがいいでしょう。

そして虫歯のリスク、歯周病の現状、虫歯・歯周病の予防を知ること。欧米人は虫歯でなくても歯医者で**歯の定期検診**を行い、歯石除去や虫歯の検査をするため、日本人よりも歯の平均寿命が長いそうです。

お子さんの歯みがき

絵本でイメージづくり

歯みがきを楽しむために、歯みがきをテーマにした絵本と一緒に読んで良いイメージを作りましょう。

自信をつけてあげる

子どもにとって歯みがきは大きな試練かもしれません。「がんばってお口開けられたね」「自分で歯ブラシ持てたね」など小さなことでも褒めて自信をつけてあげましょう。

定休日のご案内

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

※丸の付いている日が定休日です。

**新築・増改築は
もちろん、キッチンや
トイレの改修など
ちょっとした事でも
お気軽に
ご相談下さい！！**