



## Newsletter October 2011

今月のニュースレターは[洗顔の仕方]の会のお知らせです。  
2011年のテーマ「うるおい」は今月もお休みします。

### 来週は洗顔強化ウィーク

皆様の御都合に合わせて Weekday と weekend を用意しました。

**Weekday:** 10月21日(金曜日)11時~12時

**Weekend:** 10月23日(日曜日)3時~4時

#### 洗顔の仕方 —Weekday—

- \* 日時 10月21日(金曜日)11時~12時
- \* 場所 Machiko Skin Care
- \* 講師 岡田真智子  
美肌の作り方、お肌の構造、洗顔の仕方のデモ
- \* 参加費 無料  
お一人でもお友達と御一緒でも  
男性も可
- \* お申込 お電話。。。408-482-1752  
メール。。。[info@machikoskin.com](mailto:info@machikoskin.com)

#### 洗顔の仕方 —Weekend—

- \* 日時 10月23日(日曜日)午後3時~4時
- \* 場所 Machiko Skin Care
- \* 講師 岡田真智子  
美肌の作り方、お肌の構造、洗顔の仕方のデモ
- \* 参加費 無料  
お一人でもお友達と御一緒でも  
男性も可
- \* お申込 お電話。。。408-482-1752  
メール。。。[info@machikoskin.com](mailto:info@machikoskin.com)

いづれも先着 10 名様となります。10 人を越した場合は追って直ぐ次の機会を設けます。  
ご了承ください。

# こんな洗顔をしていますか？



## こんな洗顔をしていますか？

- \* 石鹸を十分に泡立てずに洗顔している
- \* 洗顔はさっさとすませている、石鹸をつけた手で上下に動かすだけ
- \* にきびが気になるし 綺麗になりたいので力を入れてごしごしと洗顔している
- \* 高温のシャワーで石鹸を洗い落としている
- \* すすぎの後タオルでごしごしとふいている

## 正しい洗顔の仕方

- Step-1 水でぬらした手に石鹸を取りよく泡立てます
- Step-2 顔、首を湿らせた後泡を全体にのせます  
泡で包み込む様に優しくらせん状を描くように洗います
- Step-3 皮膚温に近いぬるま湯(32から34度位)  
洗い残しが無いようにすすぐ
- Step-4 肌をこすらない様にしてタオルでおさえる



## サンタナロー ちょっと寄り道



### その⑬「Fantasia Coffee & Tea」

378 Santana Row, San Jose CA 95128

Tel:408-260-1668

真智子の独断と偏見によるレストラン紹介です。  
今回はコーヒーショップ。漢字で「夢」と書いた看板がお店の右横にあります。  
パールミルクティ等、アジアンテイストの飲み物もあります。  
アジアンベーカリーに並んでいる、サンドウィッチやケーキもあります。  
ウィンドーショッピングの途中でお茶をしたい時に良いですね。