

# すこやか インフォメーション INFORMATION

## Vol.200

### いい菌を意識して キレイになりましょう



表皮ブドウ球菌



腸内乳酸菌

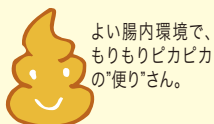
美肌を手に入れるには2つの秘訣があります。  
1つめの秘訣は、肌を「洗すぎないこと」。  
肌には、美肌に役立つ表皮ブドウ球菌がすんでいて、この菌が皮脂や汗をパクパク食べて、分泌物（菌の汗など）を出します。それがいわゆる天然クリームになり、肌がしっとりするのです。だから、洗すぎは禁物。朝はぬるま湯洗顔で十分でしょう。

2つめの秘訣は、おなかの善玉菌をきちんと育てること。  
悪玉菌だらけのおなかでは、便秘になったり、悪玉菌が放つ毒素が充満してしまったりで、肌によくない腸内環境を招きます。そうすると、栄養も吸収できなくなり、肌はもちろん、全身の老化につながってしまいます。

#### 美肌のヒミツは、菌にあった！

##### ◎ツヤピカ素肌の人

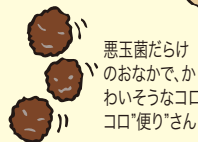
表皮ブドウ球菌(よい菌)がたくさんいて、元気に活躍中!!



よい腸内環境で、もりもりピカピカの“便り”さん。

##### ▲肌アレの人

黄色ブドウ球菌(悪い菌)がのさばっています…。



悪玉菌だらけのおなかで、かわいそうなコロコロ“便り”さん

参考:「菌子ちゃんの美人法」青木卓著(WAVE出版)

#### 美肌菌とおなかの善玉菌に役立つこの2つ

- ①美肌菌にやさしい乳酸菌生成エキス入り化粧水『アマルフィ』4,935円(税込)
- ②人それぞれのオリジナル乳酸菌をサポートする飲むサプリ。乳酸菌生成エキス『智通』&『ラクティス』。8,925円(税込)～。



**B&S corporation**

〒102-0076 東京都千代田区五番町2番地

株式会社ビーアンドエス・コーポレーション

TEL. (03) 3288-0115(代) FAX. (03) 3288-0116