

2012年9月6日  
株式会社マイナビ

夏のダメージが現れるこの時期に最適！肌本来の働きを取り戻すノウハウが詰まった一冊  
『明るく透きとおる肌を手に入れるためのナチュラルスキンケアの教科書』  
マイナビより9月14日(金)発売

株式会社マイナビ(本社:東京都千代田区)は、『明るく透きとおる肌を手に入れるためのナチュラルスキンケアの教科書』を9月14日(金)に発売します。

スキンケアをするとき、より高い効果を求めて、つい「与える」ケアに固執してしまうことが多々あります。しかし、過剰に美容液やクリームをつけたり、日焼け止めやメイクで肌をガードしすぎたりすると、かえって肌に負担をかけて、トラブルを招いてしまう恐れがあります。そこで本書では、肌本来の働きを高め、表面だけでなく身体の内側から「きれい」になるための正しいスキンケアの方法を、“ナチュラルスキンケア”という視点で紹介します。

監修は、日本で「アロマセラピー」という言葉がまだ普及していなかった1980年代に「アロマセラピーの学校」を開校し、日本のアロマセラピーの普及に深く関わってきた宮川明子氏です。肌が本来持つ力を引き出すスキンケア方法(ナチュラルスキンケア)を、基礎的な理論から実践までトータルに解説しました。市販のクレンジング剤や化粧水を上手に選んで使う方法から、植物油や精油など手軽に入手できる材料を使って自分だけの化粧品を作る上級者向けのケアまで、幅広く紹介しているのが特徴です。肌に影響を与える女性ホルモンの働きや、肌トラブルに効果のあるツボに加え、リンパの流れ・血流・代謝の改善法などもわかりやすく解説しており、「美しく自然な肌」を取り戻す手引きとなる一冊です。

<表紙イメージ>



書名: 『明るく透きとおる肌を手に入れるための  
ナチュラルスキンケアの教科書』

監修: 宮川明子

定価: 1,575円(税込)

体裁: A5判 176ページ

ISBN: 978-4-8399-4300-4

発売日: 9月14日(金)

<献本のご案内>

マイナビでは、報道関係者の皆様にご理解いただけるよう、ご希望の方に献本させていただきます。どうぞお気軽にお問合せください。

本件およびご取材に関するお問い合わせ先

株式会社マイナビ

社長室 広報部 渡邊・和田

TEL.03-6267-4155 FAX.03-6267-4050

e-mail: [koho@mynavi.jp](mailto:koho@mynavi.jp)

