

주부교실

아름다운

피부의 源泉

美顏 맛사지

지방질피부의 사람, 건성피부의 사람
붉은 얼굴의 사람, 창백한 사람, 어머
한 사람이라도 効果가 있는 萬能的인
美容法입니다.

「나의 피부는 손질이 必要없음」 이렇
게 말하고 있는 17.8歲의 아가씨도 언
제까지나 그 아름다운 피부를 간직할
수 있으려면 맛사지가 必要합니다. 맛
사지는 血液순환의 촉진, 피부의 탄력
유지 잔주름 탄력성을 잃지 않게 합니다.

또 지방의 분비를 원활히 함으로 지
방성 피부의 사람은 지방의 분비를 막
고 건성피부를 가진 사람은 分泌를 늘
임으로 効果的입니다.

맛사지의 순서와 손가락 움지거리는 법

美顏맛사지의 순서는 좀처럼 배우기
어려움으로 나는 이렇게 연구해 보았읍
니다.

입으로 의이면서 몇번이고 끈기있게
계속해 주십시오. 금방 자기 것이 될

것입니다. 얼굴은 上下, 눈은 둥글게 코
는 上下 코끝은 반달로, 입은 반원 붉은
밑에서 위로, 밖에서 크고 둥글게 턱은
외쪽으로 이렇게 5,6회 반복합니다.

손가락은 中指와 藥指의 들을 사용합
니다.

① 이마 양손의 두손가락을 上下로
움지거리면서 右쪽 구석에서 右쪽 구석
으로 손을 움직이며 往復합니다. 주름
잡히기 쉬운 눈섭 사이는 작은 원을 그
리는 형으로 합니다.

② 눈周圍 눈위로부터 눈꼬리 눈 밑
으로 움직입니다. 여기는 가장 데리케
트한 部分 임으로 만지는 정도로 눈꼬
리는 손끝으로 가볍게 두들집시다.

③ 콧날 눈위로부터 작은 원을 그리
며 아래로 내립니다.

④ 코周圍 짧게 움직이면서 上下

⑤ 볼 네손가락을 대고 얼굴의 中心
에서 밖으로 크게 단으로 나뉘서 합니
다. 처음에 코에서 눈앞 코에서 위쪽으
로 '끝으로 귀 밑으로

⑥ 입의 周圍 코밑의 左右에서 입가
를 통해서 밑에 반원을 그리는 것 같이.

⑦ 입술 밑 입주위의 맛사지 끝손을
여기서 멈추어 손가락을 둥글게 움직입
니다.

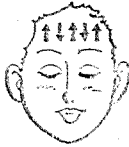
⑧ 턱 人指와 中指 사이에 턱을 넣
고 턱의 中央에서 귀 위쪽으로 돌려 강
하게 문질러 올립니다. 양손을 使用해
서 왼손은 바른쪽 턱, 바른손은 왼쪽 턱
이렇게 交差해서 합니다.

⑨ 턱밑 二重턱을 타기 위해서 턱을
앞쪽으로 내밀고 양손의 손가락을 모아

美容의 맛사지 순서



② 눈주위



① 이마



④ 코의 주위



③ 뺨



⑥ 입 주위



⑤ 볼



⑧ 턱



⑦ 입술킬



⑩ 귀



⑨ 턱밑

턱밑을 앞쪽으로 강하게 밀가면서 두드립니다.

⑩ 귀 귀발을 손가락 사이에 끼고 귀밭에서 위쪽으로 비벼 올립니다.

맛사지할 때의 注意

① 피부가 피로할 정도로 강한 자극을 주거나 장시간 하지 말것, 잔주름을 없앨려는 맛사지가 역효과를 낼지 모릅니다.

② 맛사지 크림을 使用해서 손가락을 매끄럽게 움직이기 쉽게 그냥 맛사지하면 피부가 맵기므로 逆효과가 됩니다. 크림이 촉촉하게 피부로 스며들 때까지 계속합니다.

③ 얇은 지방질 피부의 사람은 맛사지 크림을 乳液으로 바꾸어도 좋습니다.

④ 얼굴을 청결하게 화장을 씻은 다음 할것, 목욕후엔 크림을 바르면 쉽고 피부 속으로 스며들기 쉽습니다.

⑤ 햇볕에 타서 피부가 염증이 생겼을때 여드름이 많이 생겨 화농해 있을 경우는 삼가는 것이 좋다.

⑥ 끝나면 크림을 잘 닦아내게 화장수는 乳液 영양크림으로 피부를 정돈해 둔다. 금방 맛사지가 끝난 직후 메이크업을 하지 말것 화장이 잘 안 먹는다.

⑦ 팩은 맛사지 후에 하며 온 피부의 기능이 높아짐으로 効果의입니다.

피부를 탄력있게 하는 파크

민감한 피부에도 맞는 간편한 파크제 여러 가지

파크의 目的은 스킨드라부루의 해소와 신선한 피부의 간직에 파크제를 열

말에 따르면 外氣가 차단되서 血液 순환이 좋고 피부는 파크제에 함유되어 있는 有効成分을 흡수하기 쉬운 상태가 된다.

또 파크는 피부속의 더러움과 老廢物을 제거함으로 피부를 대청소하는 것이 된다. 대청소라고 年 1回 하면 된다는 게으름은 하지 말자. 파크를 하기 전에 꼭 메이크업을 씻고 피부를 청결이 해 두자. 끝난다음 곧 화장하지 말고 피부의 휴식을 주는 것이 중요하다. 그러면 손쉽게 할 수 있는 파크제를 소개합니다.

粘土파크

언바란스한 피부에는 粘土部分파크를 하면 좋겠지요 粘土라고 해도 高純度로 精製된 구레(粘土)의 파크 구레獨特의 吸着力과 粘着力이. 피부의 角質을 부드럽게 피부를 탄력있게 세련된 피부를 만듭니다.

바르고 3분 뒤 씻어버리는 간단한 方法입니다. 部分的 지방질 피부는 피부의 언바란스를 정돈하는 方法이 있습니다. 먼저 지방기있는 부분에 크림타입의 粘土노마루를, 거치른 部分에는 粘土스 베시알을 바르고 3分後 씻어버립니다 파크後에도 지방질이 있는 部分은 스킨후레쉬나 건성인 部分에는 영양 화장수 혹은 乳液을 바릅니다.

아스토린젠트 파크

지방질인 사람이 여름의 계절에는 적격입니다. 毛穴을 수축하고 지방과 땀을 누르며 피부의 상기를 막는 파크입니다

二重으로 된 가제에 아스토린 젠트로손을 적서 얼굴을 싸고 그 위에다 여름 조각을 짠 가제로 가볍게 두드린다. 여름의 물방울이 떨어지지 않게 비닐봉지에 넣어서 가제에 씩니다. 여름 조각이 들어 있으니가 세게 하면 안됩니다.

오일 파크

거치른 피부의 사람, 나무가 시드른 겨울에 피부가 말라서 거치러지며는 찬 주름의 赤信號입니다 오일을 보給해서 미끄러운 영양을 줍시다. 얼굴보다도 큰 가제를 준비, 따뜻하게 한 오리브油를 묻혀서 얼굴에다. 붙입니다. 그 위에다 오리브油를 적서서 가볍게 두드립니다 미끄러움과 동시에 윤기도 가질수 있습니다.

겨란흰자위 인스탄트파크

家事의 한가한 시간에 부지런하게 합시다. 계란을 使用한 뒤 껍질에는 흰자가 조금 남아 있습니다. 이것을 손가락으로 주름진 주위에 바릅니다. 주름 위에는 바르지 말고 그 주위에 바르는 것이 좋다. 마르면 젖은 솜으로 가볍게 두드리며 씻어버린다.

黑설탕과 파크

흑설탕에는 표백作用도 있고 깨끗하게 세련된 피부를 만듦과 同時に 피부에 윤택을 준다. 黑砂糖을 미지근한 물에 흐르지 않을 정도로 개어 스푼등으로 열물에 바르고 20分 정도 있다가 씻는다. 끝은 된 것이면 물을 좀 타고 큰 수저 하나의 밀가루를 섞어서 얼굴에 바른다. 30分 정도 있다 씻는다.