

# L'e

Lepia

平成25年 夏号

発行 平成25年7月1日

# レピア新聞

株式会社レピア

大阪市中央区島町1丁目4-8

カノヤビル5F

TEL 06-6966-6616 FAX 06-6966-6617

<http://www.lepia.co.jp>

E-mail: [y-kanai@lepia.co.jp](mailto:y-kanai@lepia.co.jp)

## 熱中症

今年は全国的に梅雨入りが早かったですね。梅雨入りの早かった年は過去猛暑だったそうです。今年は例年以上に暑くなるのでしょうか。そこで今回は熱中症をテーマに取り上げました。

人間は、暑いときには、皮膚から熱を逃したり、汗をかいて、その汗が蒸発することで熱が奪われて、体温を調節します。ところが、大量の汗をかいて水分や塩分が不足して脱水状態になったり、湿度が高いために汗が蒸発しにくいときには、体内の熱をうまく逃せなくなります。このようなことから体温が上がってさまざまな不具合が生じるものを「熱中症」といい、症状から「軽症（めまい・立ちくらみ）」「中等症（頭痛・吐き気・だるさ）」「重症（ふらふらする・意識障害・けいれんなど）」の大きく3つに分けられます。

中高年の熱中症は、「加齢により体内の水分量が少ない」「持

病・薬の服用」などの要因で、屋内でも起こりやすく、重症化する例も多いため、注意が必要です。

熱中症の対処法は、重症度によって異なります。軽症の場合は、多くの場合自力で対処することができるので、エアコンのある部屋、屋外なら木陰など、涼しい場所に移動します。冷水や氷などで体を冷やし、水分と塩分を補給します。中等症、重傷の場合は、周囲の人が救急車を呼び、医療機関を受診するようにします。救急車が到着するまでは、涼しい場所で衣服をゆるめて体をしっかりと冷やし、可能な場合は水分と塩分を補給します。

**熱中症を防ぐための対策**には、「体調を整える」ことと「環境を整える」ことがあげられます。体調不良があると熱中症を起しやすいため、日頃から十分な睡眠をとり、体調を整えます。暑さに慣れていないと熱中症が起こりやすいので、猛暑になる前から少しずつ体を暑さに慣らすようにします。また、炎天下を避

けることを心がけ、高温多湿、無風、日ざしが強いときには、なるべく外出を控えましょう。特に、前日に比べて急に熱くなった日や、35℃を超える時間帯には外出を控える方が安全です。また、屋内でも、温度や湿度が上がりにすぎないように管理することが必要です。

現代は、地球温暖化が進み気温が上がっています。昔の夏と違うことを知って、体調や環境を整えるほか、こまめに水分・塩分の補給を行うことを心がけてください。



## 『ハーブ染の詩』

お安くお楽しみください！

昨年の6月に新発売いたしました『ハーブ染の詩』は、多くの皆様にご好評いただきまして順調に販売数が伸びております。お陰さまで製造数量も大幅に増えました結果、この7月から販売価格を下げさせていただけることになりました。

レピアは「身体によいものを低価格でお届けしたい」と常々、願っていましたので本当に嬉しく思っております。



お陰さまで製造数量も大幅に増えました結果、この7月から販売価格を下げさせていただけることになりました。

## 季節の変わり目に気をつけたい髪ケア

みなさんは、髪を洗うのは夜、それとも朝？夜は洗わないで、朝洗う人はちょっと注意！夜に洗髪しないと、その日にたまった毛穴の皮脂がそのままになってしまいます。

すると、成長ホルモンが分泌し、髪の毛が育つ時間帯に、皮脂が毛穴をふさぎ、髪の毛の成長を妨げてしまう心配があります。

また、シャンプー後には地肌からゆっくり脂分が分泌されて保護膜を作ります。

しかし、朝シャンすると保護膜ができる前にでかけることになり、紫外線の害を髪がダイレクトに受けることになってしまいます。

できるだけ、夜ゆっくりお風呂に入って、その日の汚れをキレイに落とすのが髪ケアとしてはベスト！

でも、ぬれたまま乾かさずに寝るのはNGです！

ぬれた髪は、キューティクルが開いたままで、柔らかく弱い状態になっています。

この状態で寝がえりをすると、髪がこすれたり、頭の重みで圧迫されたりすると、キューティクルがはがれやすくなり、髪の毛を痛めて枝毛が気になる、なんてことになってしまいます。

夜洗ったら、しっかり乾かして、できるだけ早めに休み、成長ホルモンの分泌を妨げないようにしましょう。



『ハーブ染の詩』はオリジナルトリートメント（1剤）にヘナとインディゴをブレンドしたパウダー（2剤）を溶かして使用します。天然白髪染の2剤式は業界初！

＜トリートメント使用の有用性＞  
炎症を抑え、染毛度を上げ、簡単に使用できる

- かゆみを抑える
- はれ、かぶれを軽減する
- においを軽くする
- 髪に塗布しやすくする
- 塗布後の洗髪をしやすくする
- 染毛度を上げる
- 退色を抑える、色持ちをよくする
- 塗布後の放置時間を短くする

### ●ブラック

5980円

4500円

(税抜)

### ●ブラウン

5900円

4500円

(税抜)

より美しく、健康に！  
キャンペーンのご案内

### 真白美

(美容食品)

七月一日～七月三十一日

内側から  
紫外線対策！  
3個お買い上げ  
ごとに半月分  
(60粒)プレゼント！



### ●痛トツテン！

(関節痛用サプリ)

七月一日～七月三十一日

天然の力で  
すっきり  
ライフ！  
3個お買い上げ  
ごとに半月分  
(90粒)プレゼント！

