

なぜ浸透させてはいけないか？

本格編

Ver. 2

「キレイに食育！よろこびの和づくり」

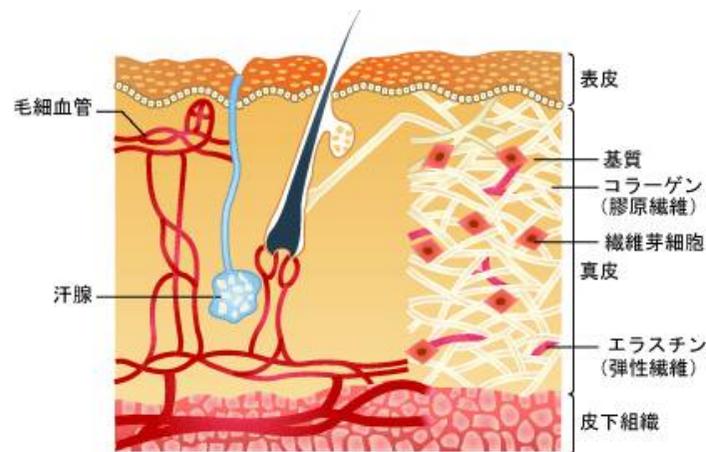
- 人は見た目が9割！・・・だからキレイに！
- 食べものがキレイと若さと健康を支える！
・・・だから食育
- 喜ばば、喜びごとが喜んで
喜び連れて喜びに来る。
- 「和をもって尊しとなす！」



開発にあたる信念・ポリシー

化粧品が良くなりすぎた結果、
水分・脂分を補い続けすぎて
本来の自然に分泌する力が衰えてきている
…皮膚機能が甘やかされて怠けて弱くなってしまっている…

本来の皮膚機能に戻していくものが必要だ



<イメージ図>



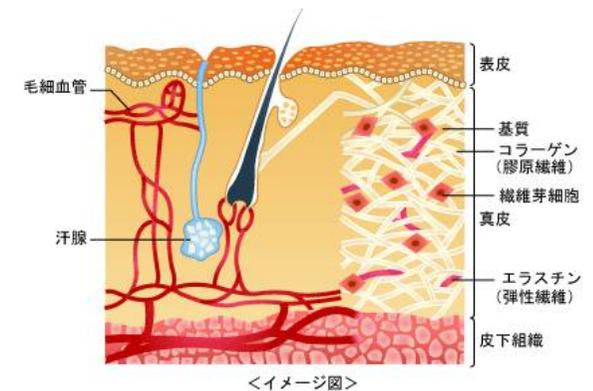
「本来の皮膚」は若い ・・・取り戻すには

「栄養を補給し続けると退化してしまう」

・・・ルーの法則、廃用性萎縮

「皮膚は栄養吸収器官ではない」

・・・水分や空気は多少吸収してますが・・・



「吸収させると、目先の利益がある代わりに・・・」

・・・長い目、大きい目で見ると皮膚や内臓にデメリットがある

もうひとつは

化学物質を強制的に浸透させて、秩序を
「力」でむりやり変えてしまうと、いずれ必ず副作用が伴う

本来のチカラを引き出して

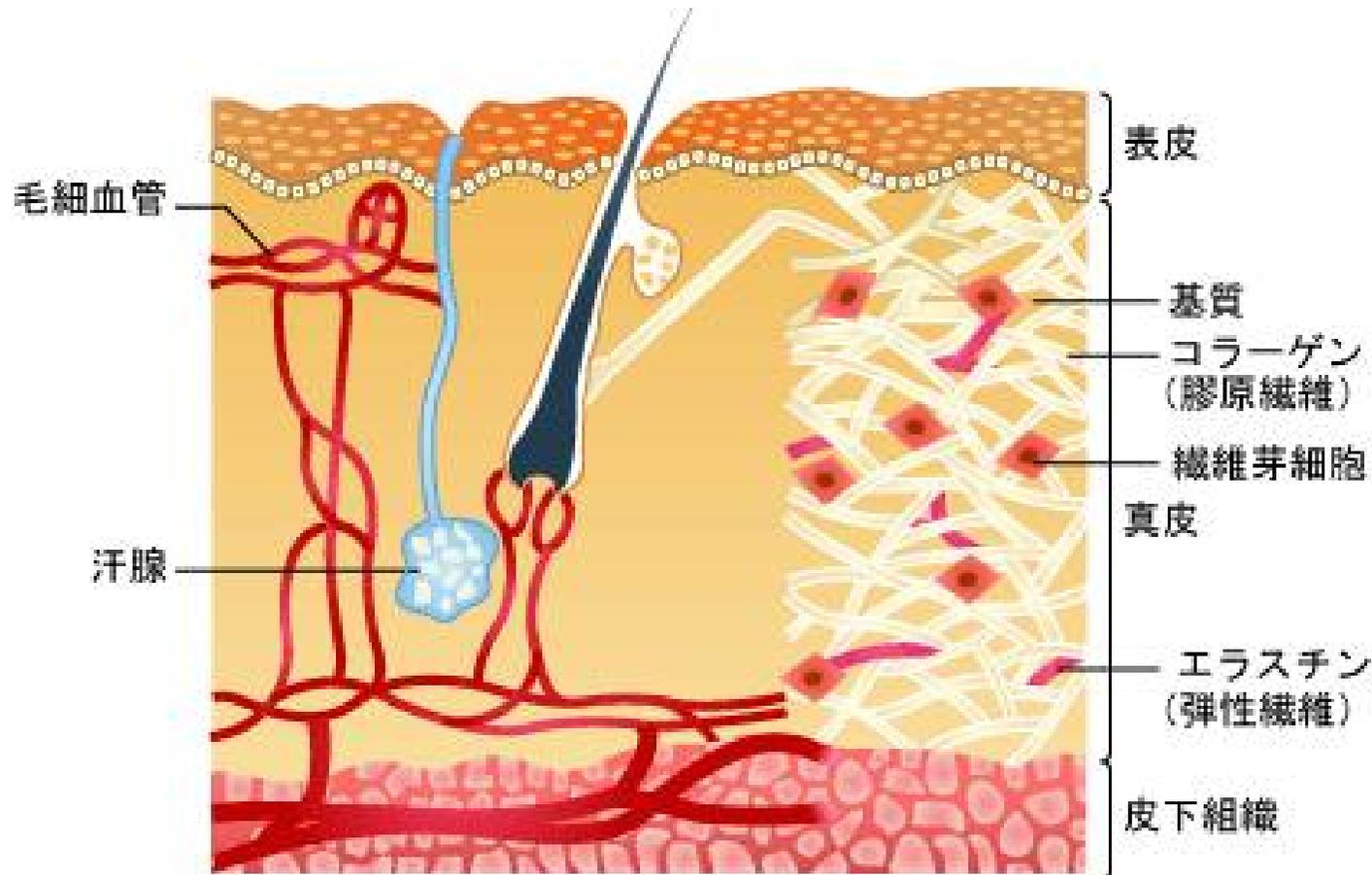
自立的にキレイな状態を保てるようにしたほうが良い

例：食糧援助

＞食べものを送るか、作れるようにしてあげるか

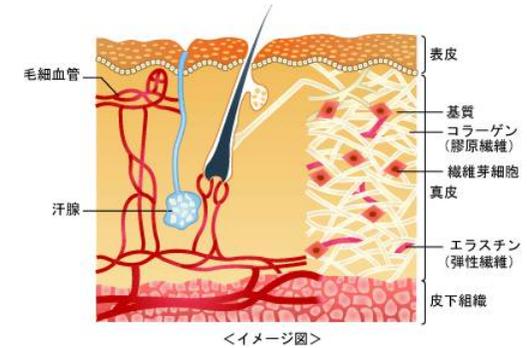
皮膚の構造は大きく三層

表皮・真皮・皮下組織



<イメージ図>

皮膚の構造



<表皮>

厚さはほんの0.1~0.3mm程度。**表皮細胞**(ケラチノサイト)、メラニンを作る**色素細胞**(メラノサイト)、免疫反応、アレルギーに関係する**ランゲルハンス細胞**の3つの細胞がぎっしり詰まっている。

<真皮>

厚さは約2~3mm程度で表皮の約10倍の厚みがある。**コラーゲン**(鉄骨のように組織の形を保つ線維)と、**エラスチン**(ゴムのよう弾性を与える線維)とでできている。その隙間を水分をたっぷりと含んだ**ヒアルロン酸**などの**ムコ多糖類**が埋めて、肌の張りや弾力を与えている。

<皮下組織>

皮下脂肪などを含む。体を守るクッションや体温を維持する役目を果たす。**血流はここに来ている。**

表皮の機能

柔軟に、力強く。守りの要、角層

角層は表皮細胞が角化して死んだ細胞が15～20層に重なったものです。ほぼ2週間で「垢」としてはがれ落ちます。このサイクルがうまくいかないと美しい肌を維持していることができません。角層はラップ一枚ほどの厚さで体の一番外側の「殻」となり、**細菌やウイルス、アレルギーを起こすアレルゲンなど外界の敵から身を守るバリア**となります。また、**体内の水分を調節する働き**を持っています。この角層に含まれている水分量で、皮膚のなめらかさ、かさつき、スベスベなどが決まります。

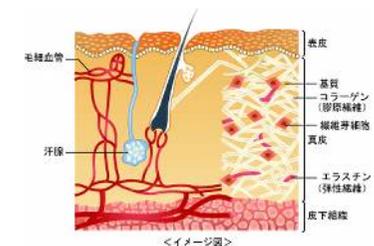
天然クリームで角層を助ける、皮脂膜

皮脂膜は、**毛孔にある皮脂腺から分泌される皮脂と汗が混じり合った天然のクリーム**で、角層のバリア機能を助けています。

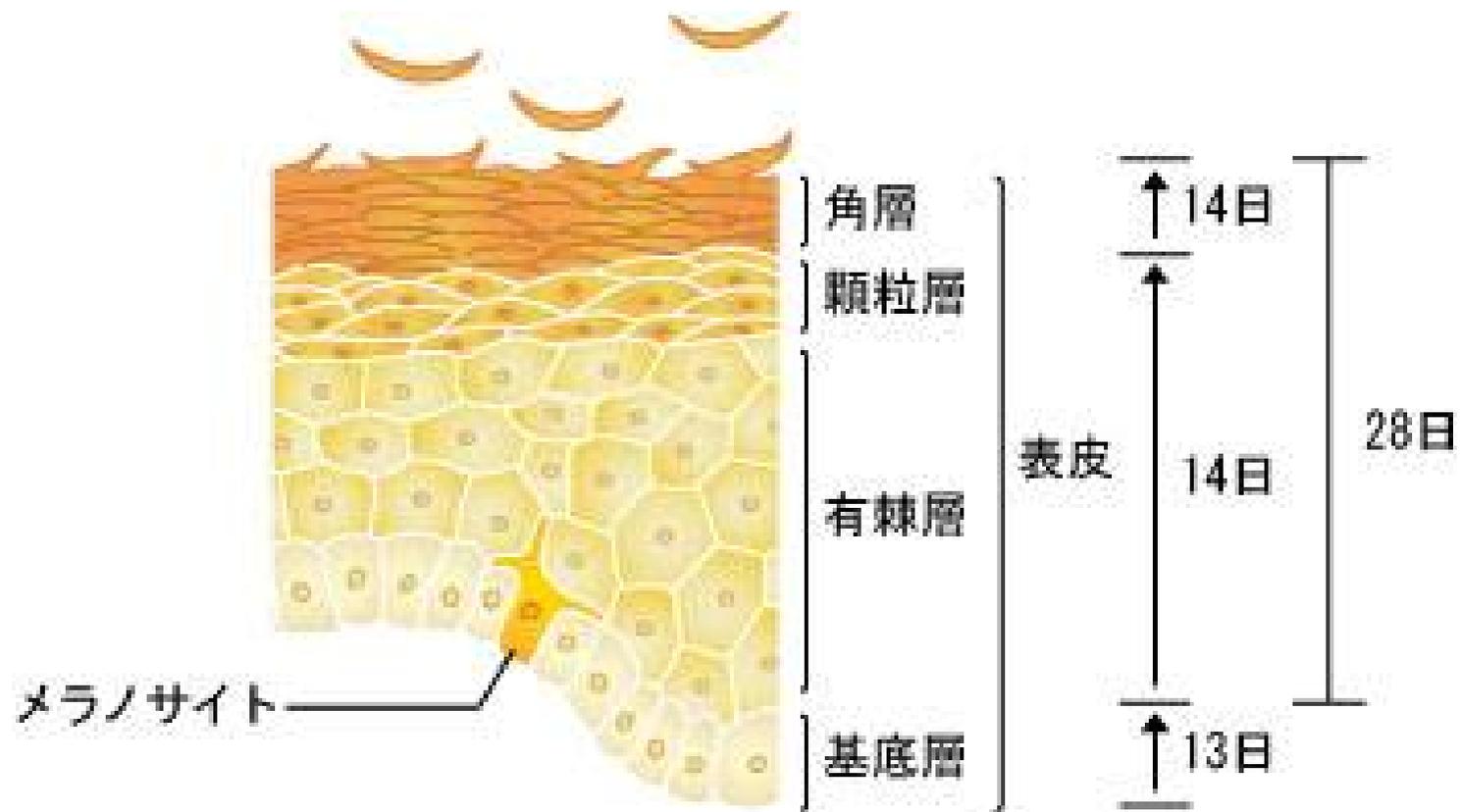
ですから毛のない手のひらや足の裏には皮脂腺がないため、手があれたり、かかとかサカサになりやすいのです。

皮脂の量はホルモンに大きく影響されますので、思春期から20歳にかけてがピークです。ニキビができやすいのもそのためです。

一方、子供やお年寄り**は皮脂量が少ないので、乾燥しがちになります。**



表皮のターンオーバー



<イメージ図>

●皮膚の新陳代謝 (ターンオーバー)とは

身体の細胞は神経細胞をのぞき、一定のサイクルで新しい細胞に生まれ変わっています。

皮膚の細胞も同じで、約28日周期で生まれ変わります。

これがターンオーバーです。

ターンオーバーは、一番下の基底層から始まります。

細胞は13日に1度2個に細胞分裂します。

1個はそのまま基底細胞としてとどまりますが、もう1個はすぐ上の有棘[ゆうきょく]層、顆粒層へと押し上げられていきます。ここまでで約14日間かかります。

一番上の角層に達した細胞は核のない「角化」の状態になっています。そして、さらに上へ上へと押し上げられ約14日後には一番外側から垢となつてはがれ落ちます。

ターンオーバーは周期が早くても遅くてもよくなく、サイクルの乱れによって肌のようなトラブルを引き起こします。

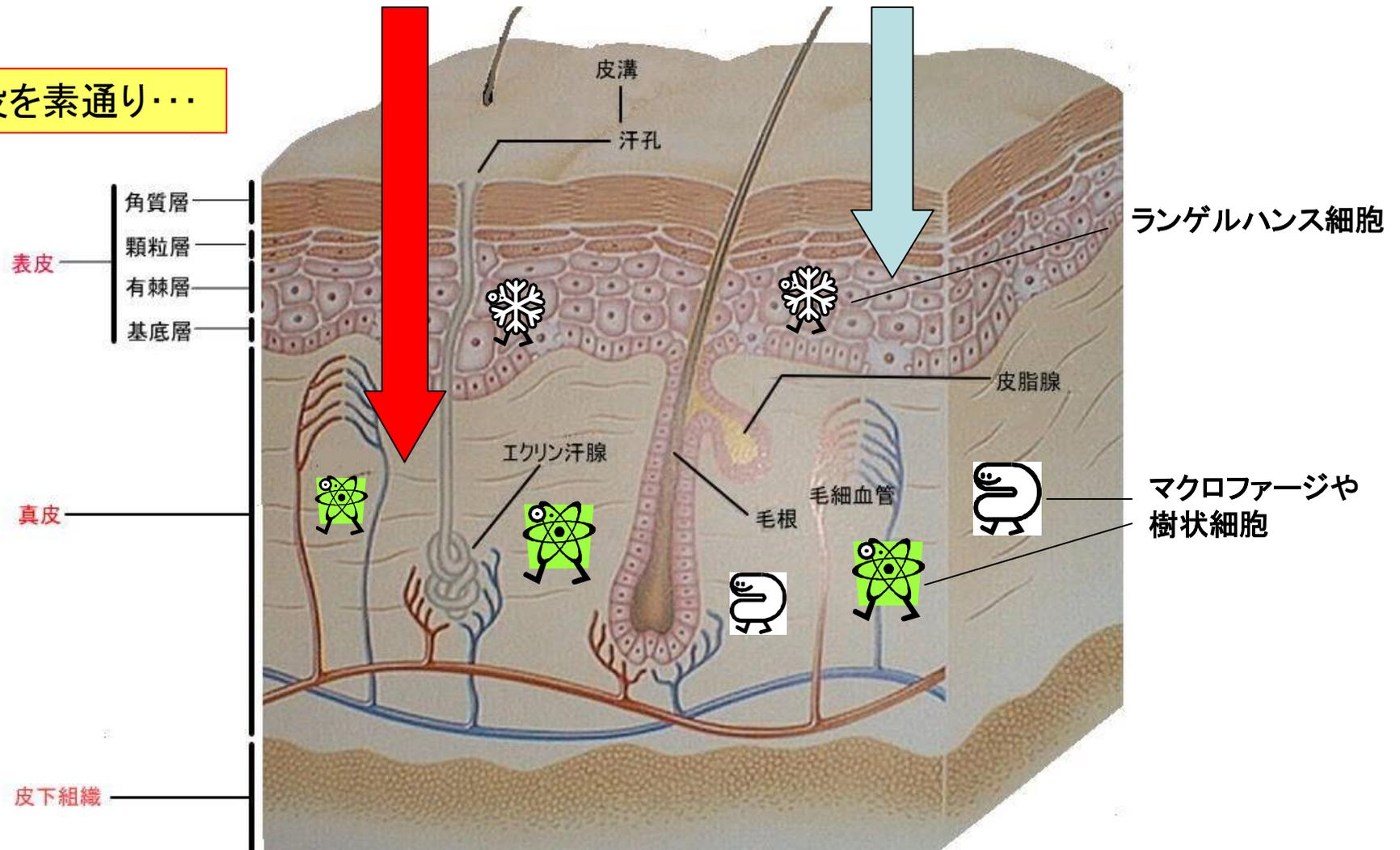
たとえば紫外線は周期を早めてメラニンの沈着を促しますし、また年齢を重ねると周期が長くなりシミなどの原因となります

皮膚の構造ー浸透したら・・・

真皮までとどく！ナノ・ピコ

表皮どまり・・・浸透しない

調整役を素通り・・・



浸透させるやつは怖い！

- ランゲルハンス細胞を無視して通過し、直接リンパ球刺激 ⇒ カブレや湿疹
- 刺激無くても吸収されて全身へ・・・
- ランゲルハンス細胞が狂っていると・・・



ランゲちゃんを狂わす要因

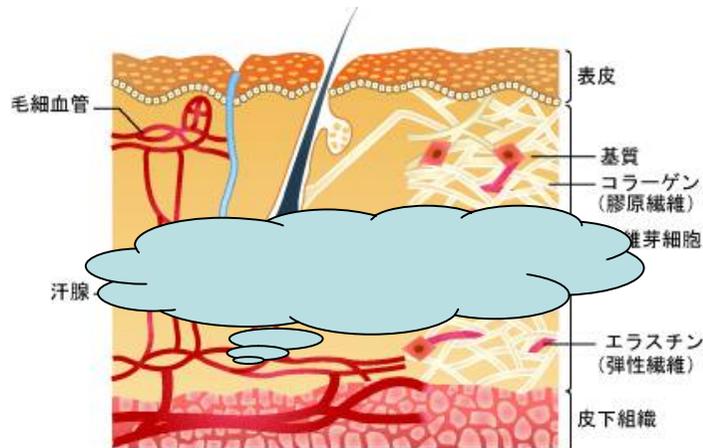
そのひとつは・・・

冷え



冷えると狂う

- 人体の細胞は冷えると機能が低下する
- 免疫細胞は正常でなくなる



<イメージ図>

騒ぎすぎたり



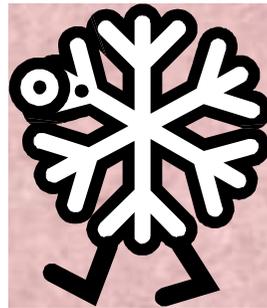
黙りすぎたり・・・

だから中から温めましょう！

ランゲちゃんを狂わす要因

もうひとつは…

紫外線 & 活性酸素



紫外線が当たると活性酸素発生！！

紫外線を浴びすぎると…

シミ

紫外線を浴びるとメラノサイトが反応してメラニン色素が作られシミの原因になります。

しわ

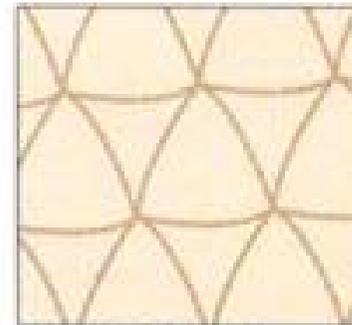
紫外線が真皮にまで達すると、肌のハリを保っているコラーゲンとエラスチンにダメージを与えて、肌は弾力を失いしわができてしまいます。

肌荒れ

紫外線は肌から水分を蒸発させ、カサつかせます。その結果、肌のバリア機能が低下して肌荒れ・カブレを起こしやすくなります。そして紫外線の侵入を防ごうと角質が肥厚して、くすんだ肌に。

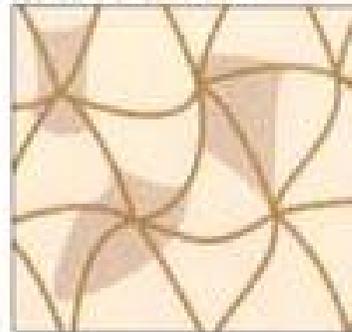
ニキビ

日差しを浴びた皮脂は酸化して、これが毛穴をふさぐとニキビのもとになる「コメド」ができやすくなります。



健康な肌

滑らかで光沢がありキメが整ってます。



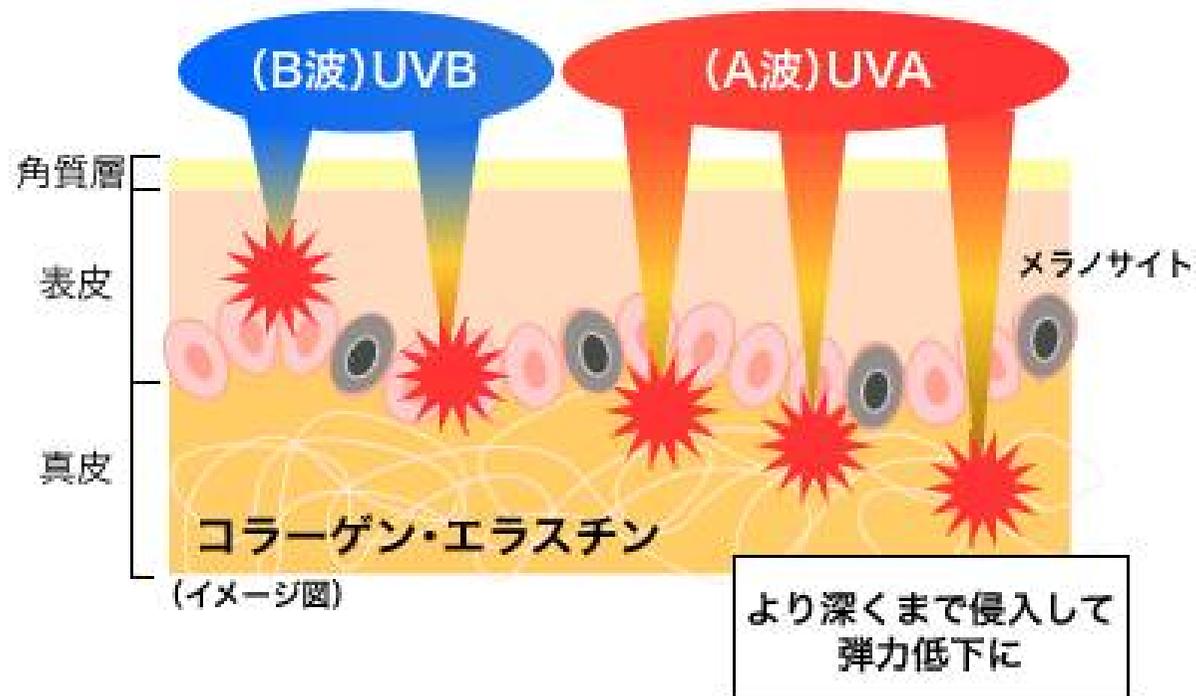
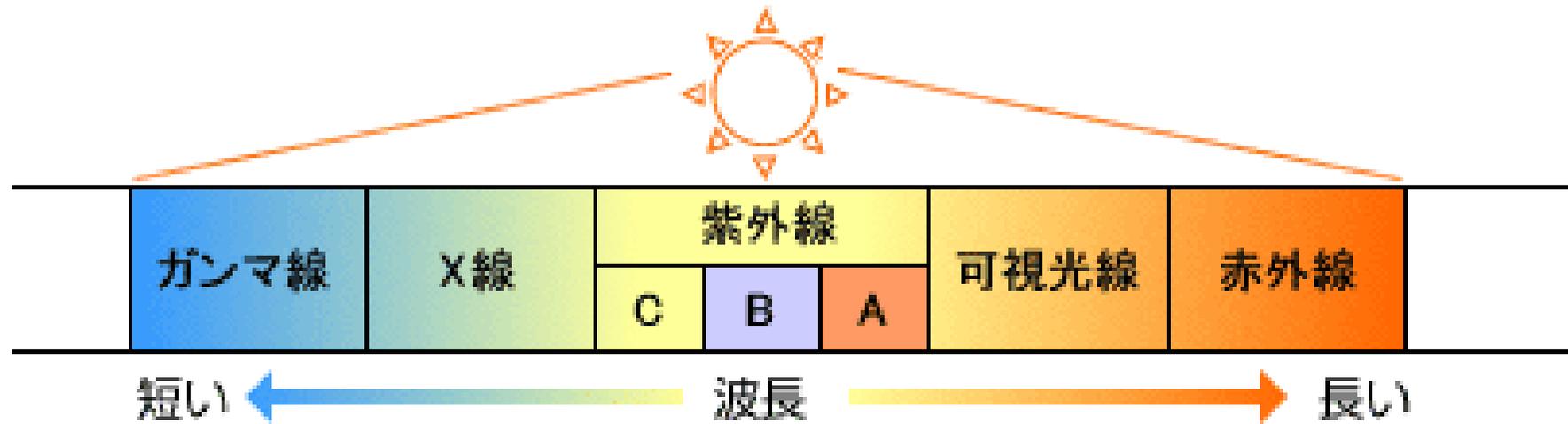
不健康な肌

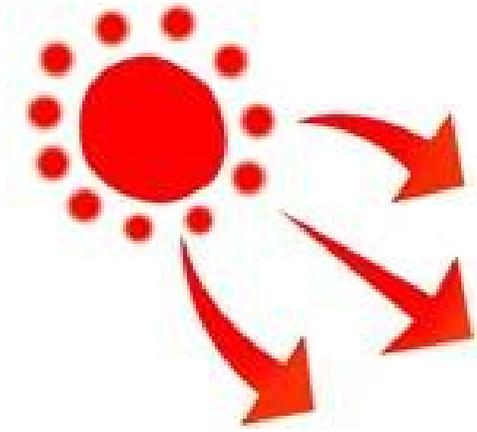
色素沈着が見られ、キメが荒くなっています。

発生した
活性酸素が
ズタズタ
ボロボロ
シミシミ
シワシワ
に！！

12時前後は紫外線が最も強い時間帯。外出は要注意！

紫外線とは





UVA と UVB

- シミ・シワだけにとどまらない！！紫外線の影響

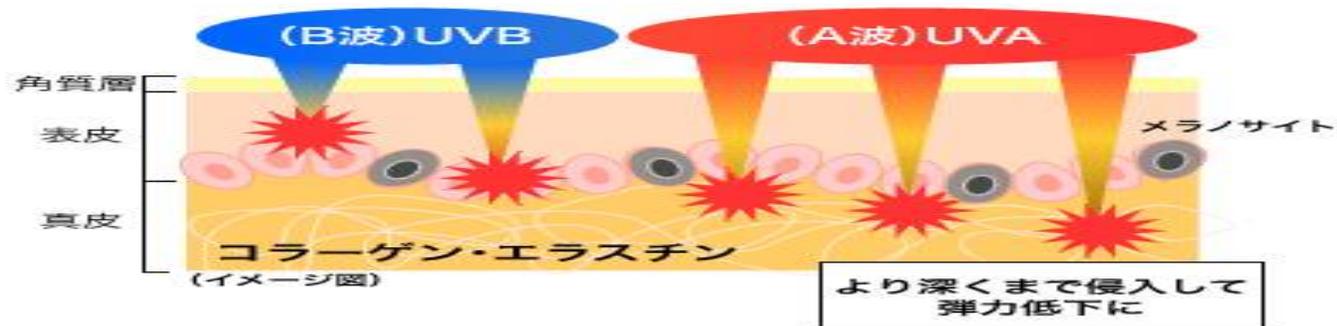
UV-Aはお肌の色を黒くするサンタン(日焼け)を招き、UV-Bはサンバーン(赤い水ぶくれのような状態)を引き起こします。

- 肌タイプによって紫外線を浴びた後の症状に個人差はありますが、サンタンもサンバーンもお肌の白さを鈍らせる要因です。

紫外線がお肌の奥に与える影響。つまり、肌内部で起こる老化現象に注目しなければなりません。

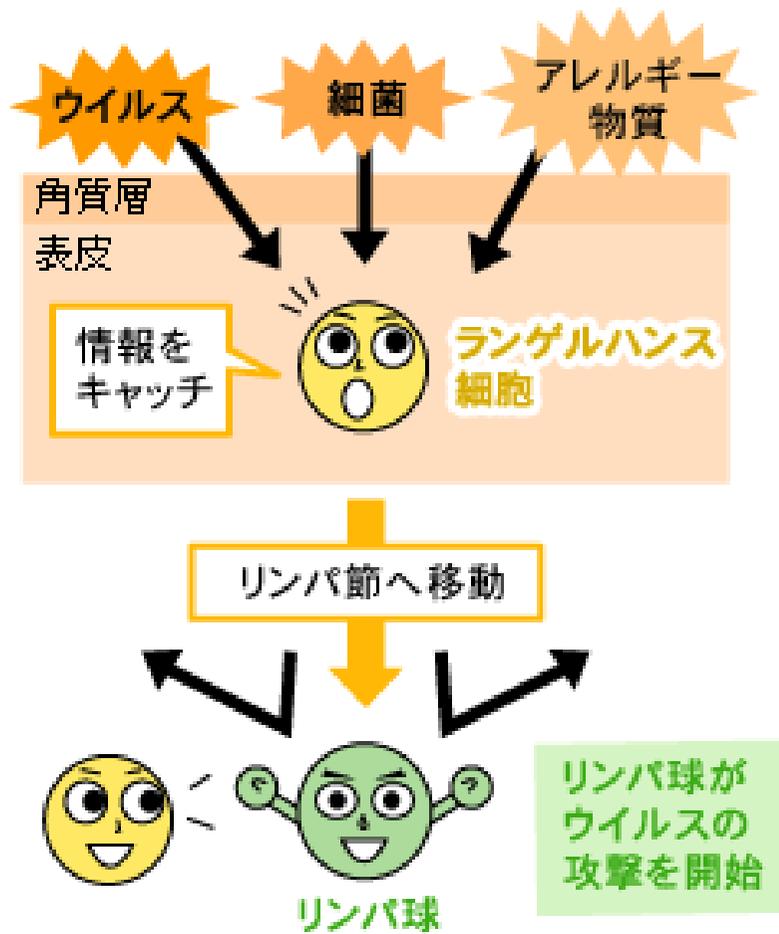
UVA と UVB

- UV-Aは、お肌の奥の真皮内に入り込み、悪さをします。ハリや弾力を担うコラーゲンやエラスチンを破壊したり、それらの結びつきを弱めて、シワやたるみを引き起こすのです。
- UV-Bは主に表皮内に影響を与えます。表皮細胞の生まれ変わりのサイクルを早めて角化異常を招いたり、メラノサイトを活性化させてシミを生み出したりします。また、コラーゲンやエラスチンを壊す酵素を発生させるので、シワをつくる原因にもなります。
- こういった影響はすべて、「光老化」と呼ばれる現象。この「光老化」こそが肌老化を招き、肌年齢を加速させる引き金に。そして、これが紫外線が美肌の大敵といわれる理由です。

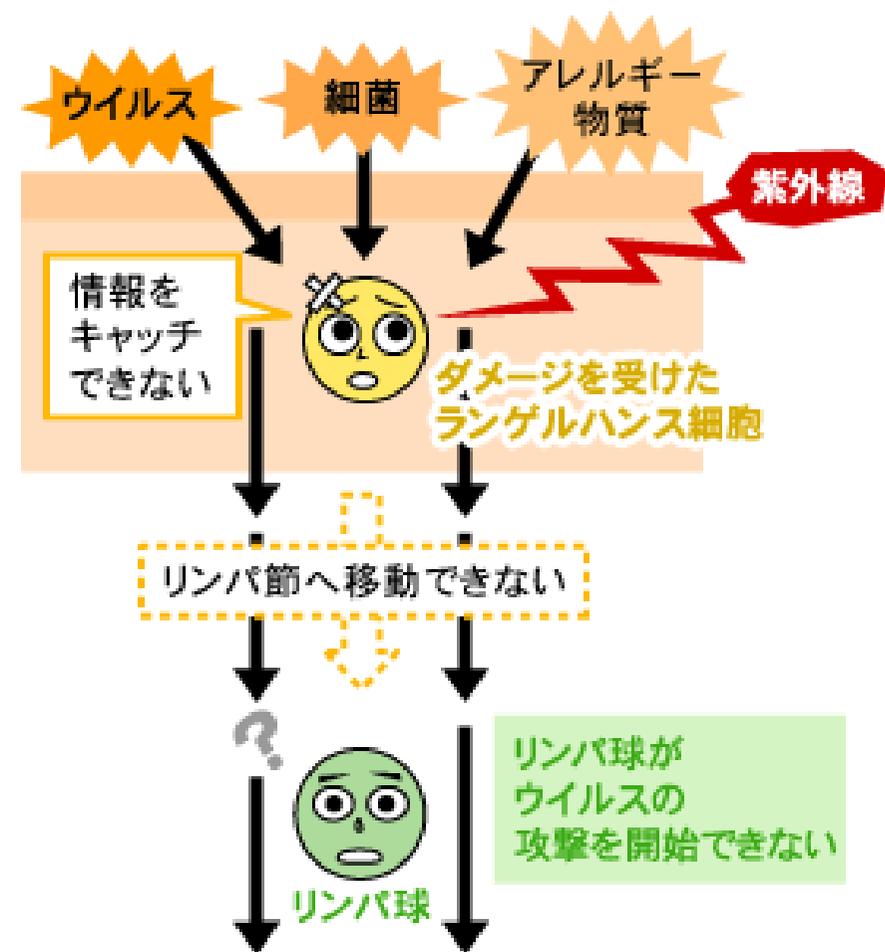


ランゲちゃんが悪くなる一例

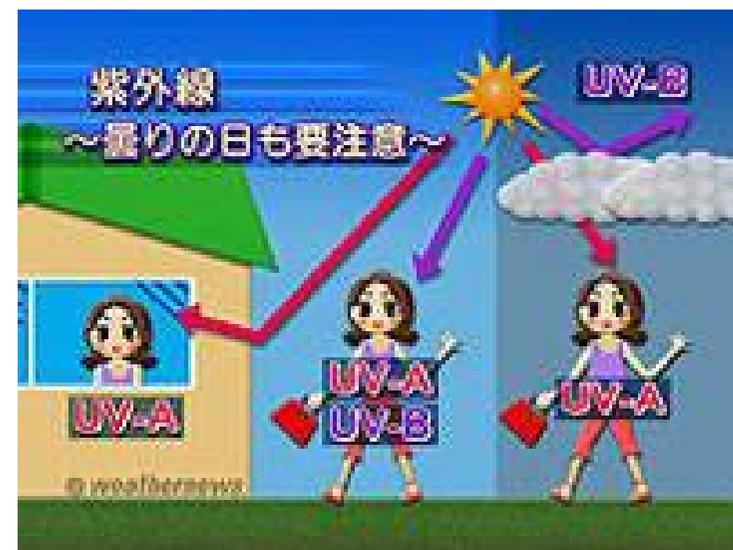
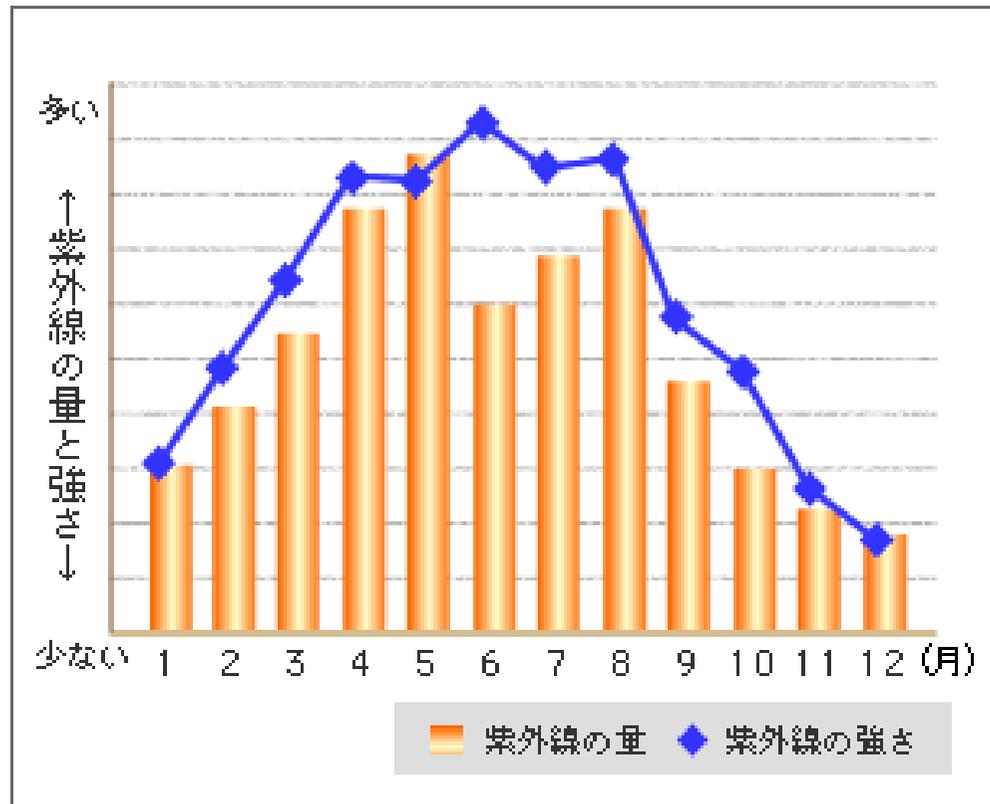
□ 正常なはたらき



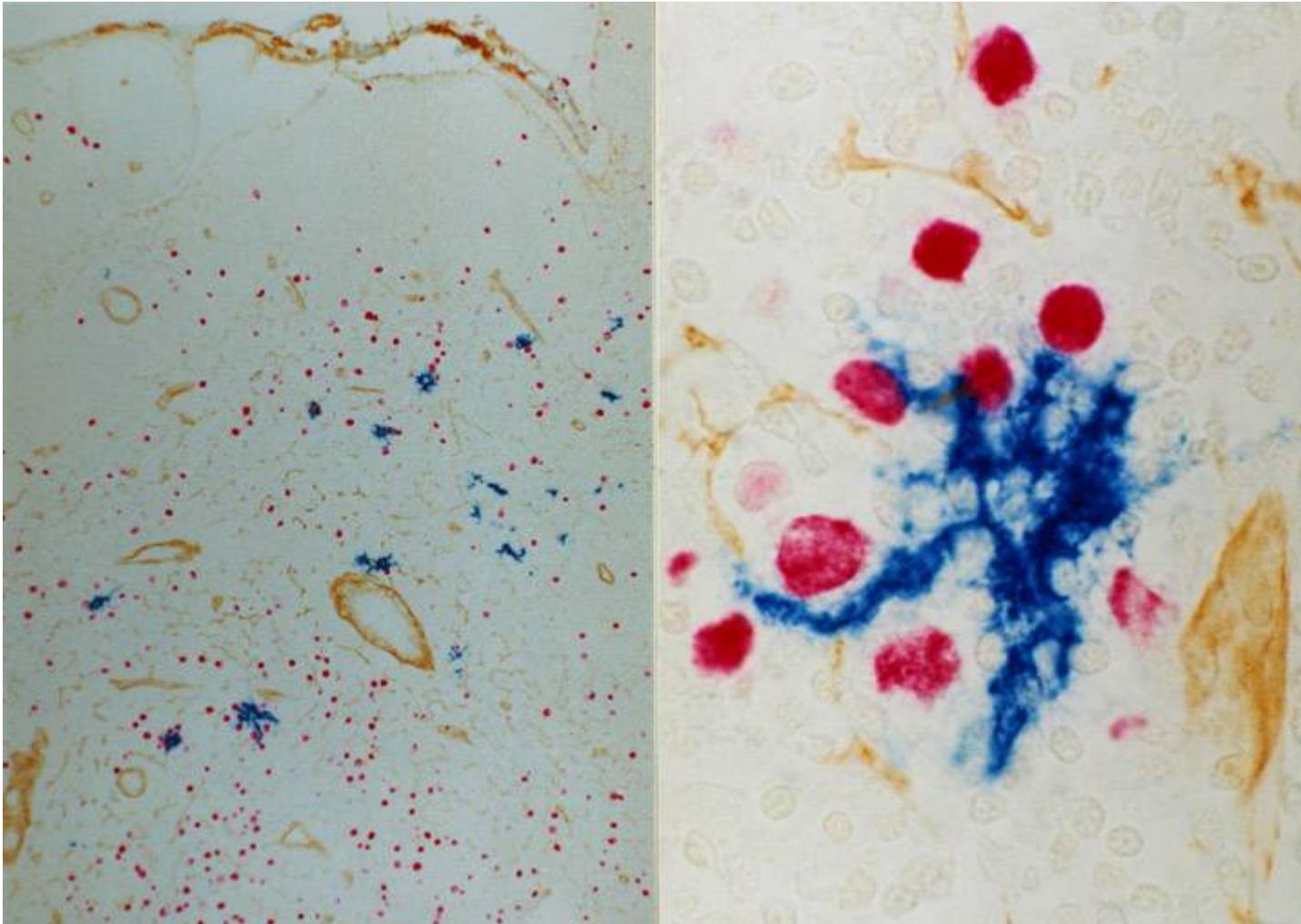
□ 紫外線によりダメージを受けた場合



春と反射にご注意！

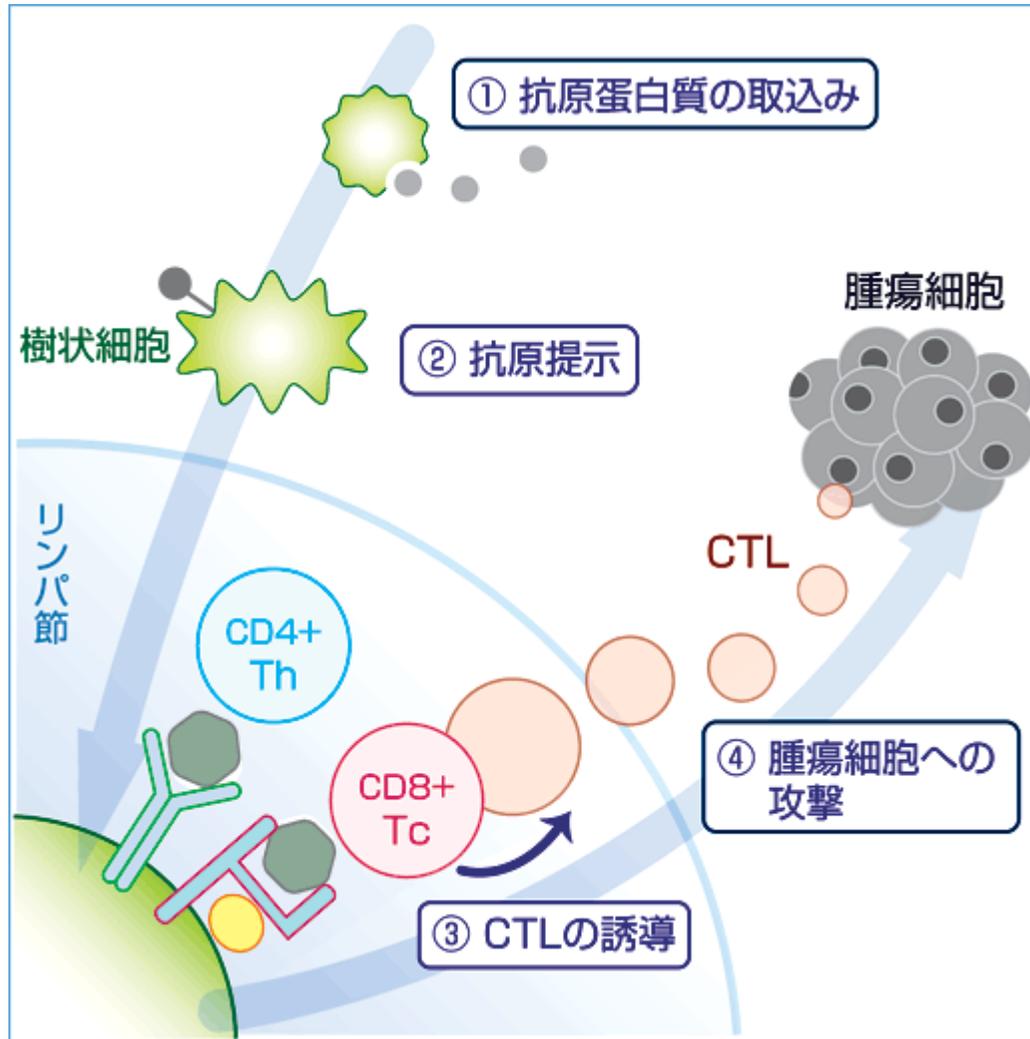


樹状細胞・・・ランゲルハンス細胞はこれの一種



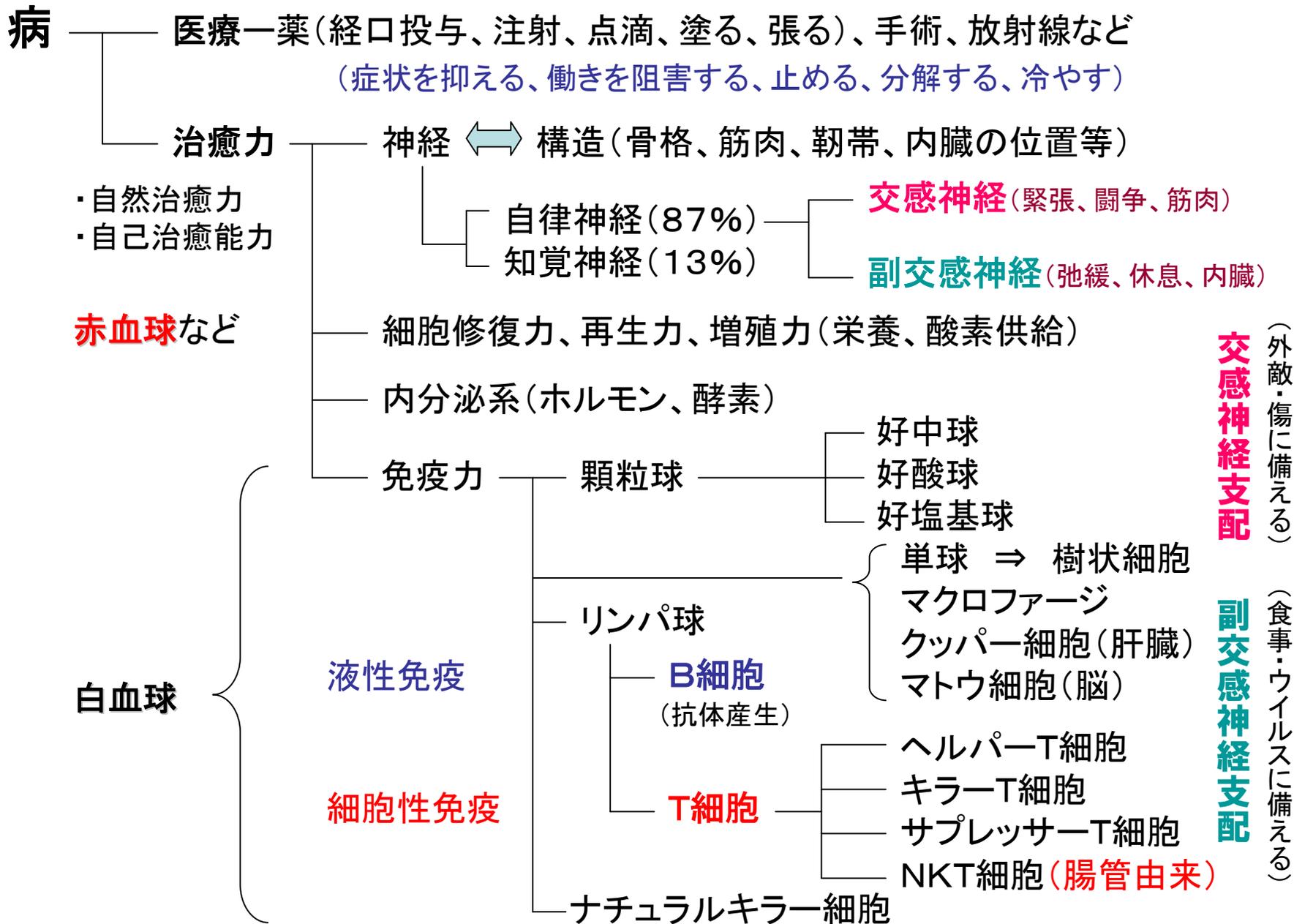
青いのが樹状細胞

ちなみに樹状細胞は ガン攻撃の司令官



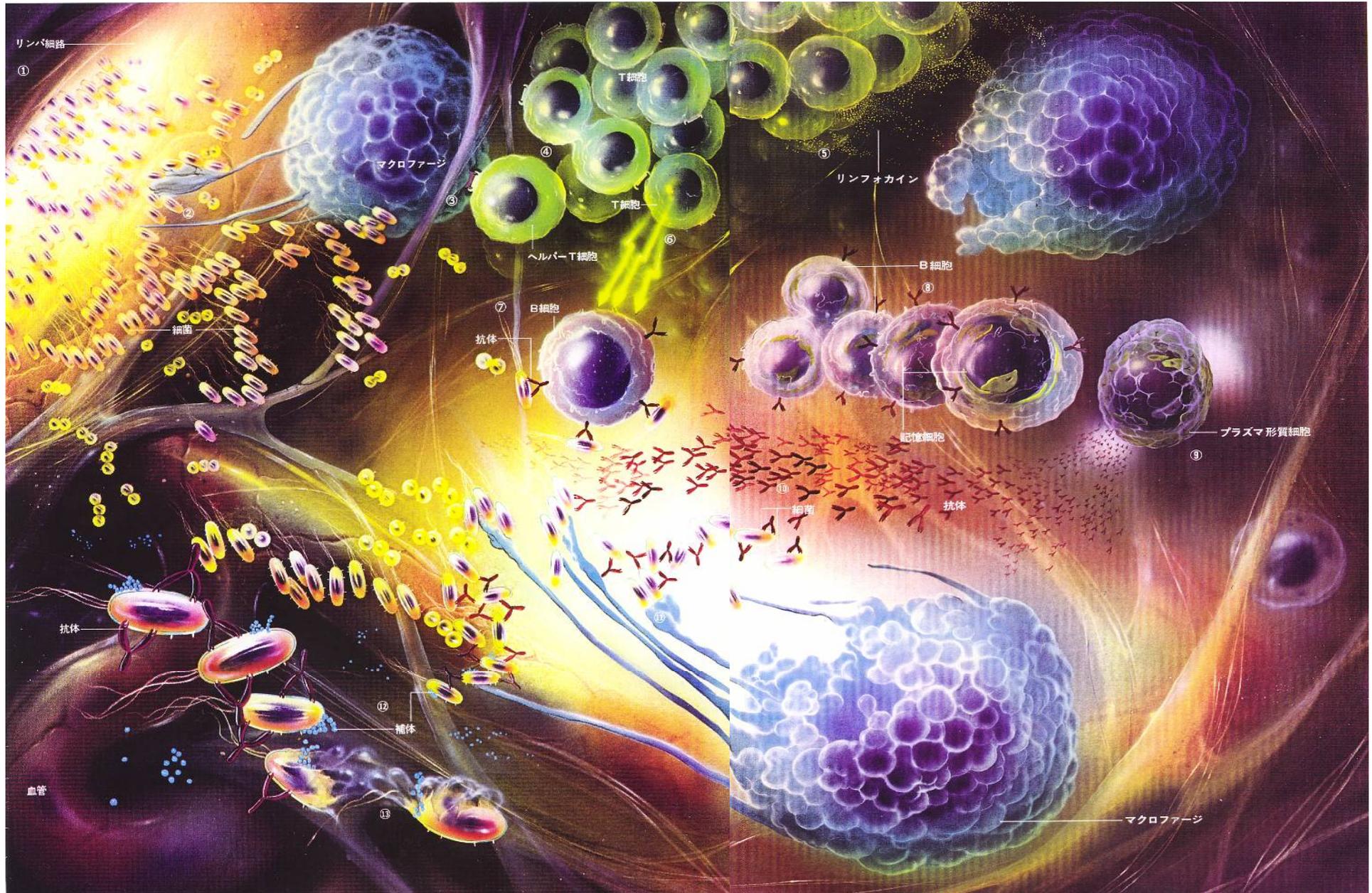
- がん細胞をか
じって…
- リンパ球 (T &
B) に教えて
- 攻撃させる

治癒能力と免疫力



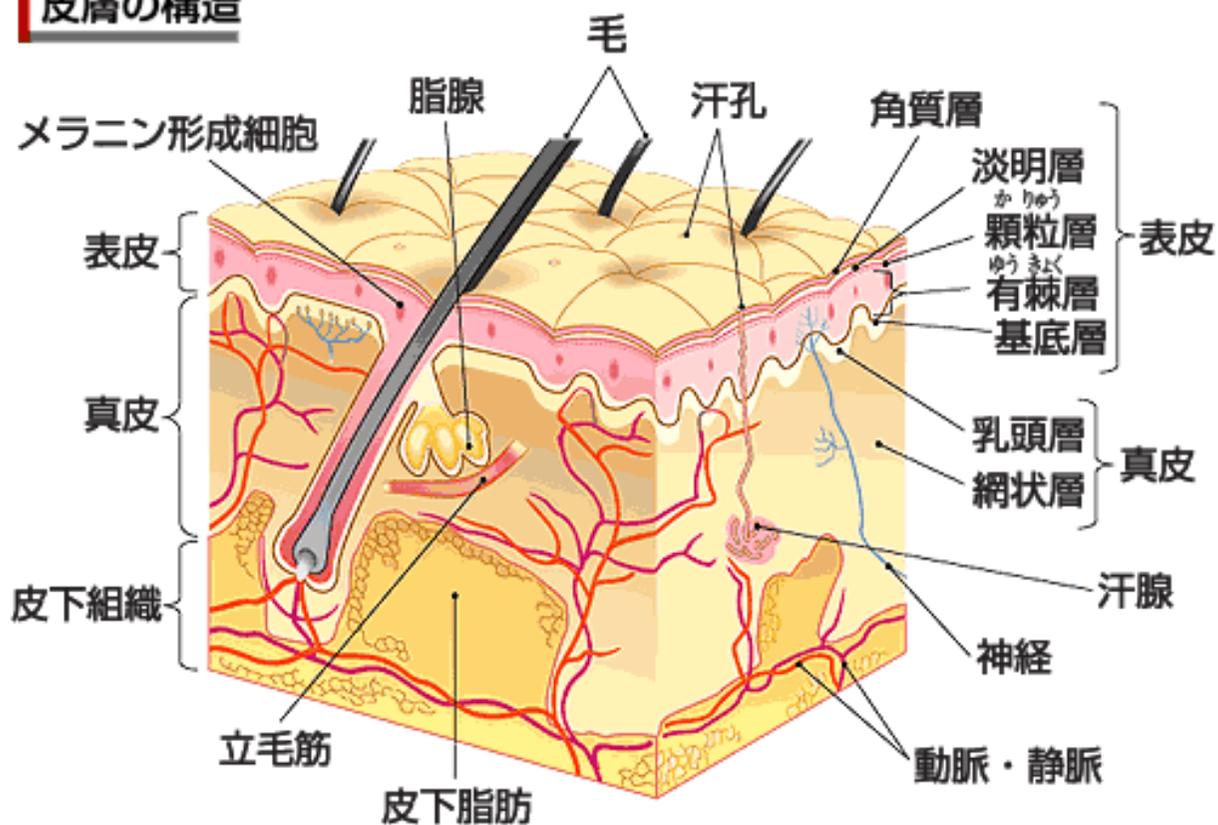
白血球とは...

顆粒球、マクロファージ、樹状細胞
リンパ球、ナチュラルキラー細胞、etc...

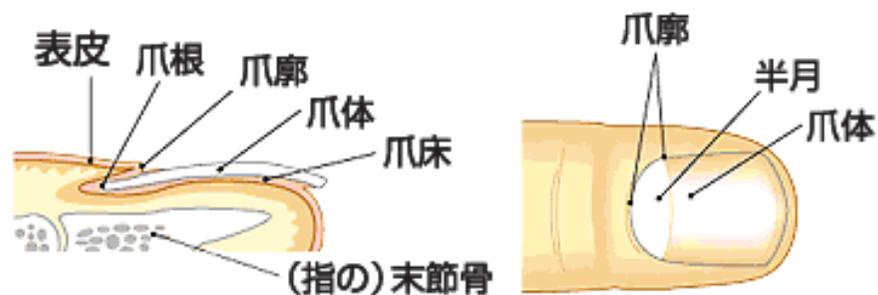


皮膚の構造

皮膚の構造



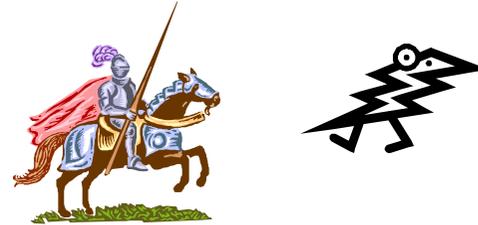
皮膚の付属器



ランゲルハンス細胞は 免疫反応を調節する

コネチカット州ニューヘーブン発:

皮膚にあるランゲルハンス細胞は、病原体の侵入があると免疫系細胞に警戒態勢を取らせると考えられてきたが、



それだけではなくて**感染や炎症に対する皮膚の反応を弱めてもいる**ことを、エール大学医学部の研究者たちが明らかにした。



チクリ役だけではなくて・・・

- ランゲルハンス細胞は通常、皮膚の過剰な免疫応答を防ぐ機能をしているらしい。

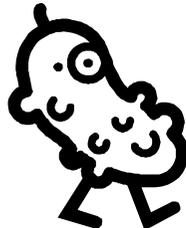
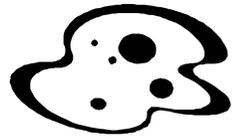


- この仕組みがうまく働かないとき、狼瘡や乾癬、湿疹のような慢性炎症皮膚疾患が生じる！



樹状細胞は偏食がキライ

- 同じ単純なものばかりだと怠けてダレて、マンネリになってしまう
- 活性が鈍り...
- がん細胞ができてもしっかり喰わなくなる...



いろいろ注意点

- 偏食、単純食だと免疫がダれて皮膚もトラブルに弱くなる
- 体温が冷えていると、ランゲルハンス細胞など免疫細胞がみんな正常でなくなる
- 温まって血管が広がると、ヒスタミンなどのかゆみ物質が分泌される
- 温まっても水分不足だと一時的に乾燥しやすくなる

キレイに食育！よろこびの和づくり

- 人は見た目が9割！・・・だからキレイに！
- 食べものがキレイと若さと健康を支える！
・・・だから食育！
- 喜ばば、喜びごとが喜んで
喜び連れて喜びに来る。
- 「和をもって尊しとなす！」



- 喜べば、喜びごとが喜んで、喜び連れて喜びに来る。
- 悲しめば、悲しみごとが悲しんで、悲しみ連れて悲しみに来る。
- 苦しめば、苦しみごとが苦しんで、苦しみに来る。
- 楽しめば、楽しみごとが楽しんで、楽しみ連れて楽しみに来る。

免疫力とは？

マクロファージが活性化すると...

