

水が変われば暮らしも変わる

軟水生活

Vol.11

うるおい肌を保つコツ

乾燥ダイジョーブ?
ドウ?



軟水生活のひろば

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、公式Facebookページでもご紹介していく予定です。ぜひチェックしてください！（見出しは編集室で作成しています）

福岡県
じゅんママさん



●ニキビもなくなり、お風呂タイムが楽しみ！

美肌っ子を使い始めてから、本当に美肌になりました。（ニキビができなくなりました）入浴剤、石けんもあわせて使っているので、お風呂タイムがいつも楽しみです。石けんは泡立ちがよく、長持ちするので大スキです（＾＾）☆

愛媛県 るばの一とさん



奈良県
A.N さん

●ミウラの軟水でおいしいパンが焼きあがる！

軟水歴20年目の主婦です。趣味はパンづくりです。最近は天然酵母づくりから自分でおこしてパンをつくっています。このパンづくりでかかせないのが、軟太郎の“水”です。毎回の水のおかげでおいしいパンが焼きあがります。これからも三人の食いしん坊のためにパンづくりがんばるゾー♥

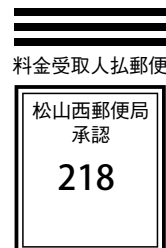
愛知県 りなままりりまさん

『軟水生活』では、本誌や「軟太郎」「美肌っ子」などお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、さらにイラストやペットの写真を募集しています。このページのハガキをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。

FAX：089-960-4319
メール：nansui_life@miuraz.co.jp

キリトリ線

郵便はがき



799-2696

愛媛県松山市堀江町7番地
三浦工業株式会社

『軟水生活』Vol.11

読者アンケート&プレゼント係 行

軟水生活プレゼント

軟水専用入浴剤「潤肌美人」
編集部セレクトの5包1セットを
30名様にプレゼント！

「潤肌美人」は美人の湯として親しまれる道後温泉、下呂温泉にならってつくられた軟水のための入浴剤です。「ローズ/にがり湯マイルド」「森林/にがり湯マイルド」「森林/無色」「ローズ/にがり湯」「ラベンダー/にがり湯」の5種類の中から、編集部セレクトで1種類5包を1セットにしてプレゼントします。

締め切りは、平成27年11月20日（金）消印有効。ご応募には、左のはがきをご使用ください。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



キリトリ線

公式ホームページ <http://www.nansui.jp>
公式 Facebook ページ
<https://www.facebook.com/upsw.miura>

熱・水・環境のベストパートナー

MIURA

三浦工業株式会社
〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

※個人情報保護法に基づき、個人情報を適正に管理いたします。

2015.09

ご住所

E-mail TEL

お名前

フリガナ



秋の気配が濃くなり、木枯らしが吹くと冬の足音が迫ってきます。まとわりつくような湿度は下がり始め乾燥の時期は、もうすぐそこ。カラカラ空気が本格的になる前にうるおい肌対策を見直してみましょう。

水分を保つ皮膚の仕組み

皮膚の水分は、汗や湿度などによって供給されています。この水分をキープする成分は、角質細胞間脂質、天然保湿因子、皮脂の3つです。

秋から冬になって湿度が低くなると皮膚の乾燥が進みます。

この乾燥を抑えるには、3つの保湿成分の働きを助けるスキンケアにかかっています。

3つの保湿成分

角質細胞間脂質

レンガのように積み重なった角質細胞の間にあり、約40%がセラミドという物質で、角質細胞同士をつなぎ合わせるとともに、水分をはさみこんで蒸発を防ぎます。

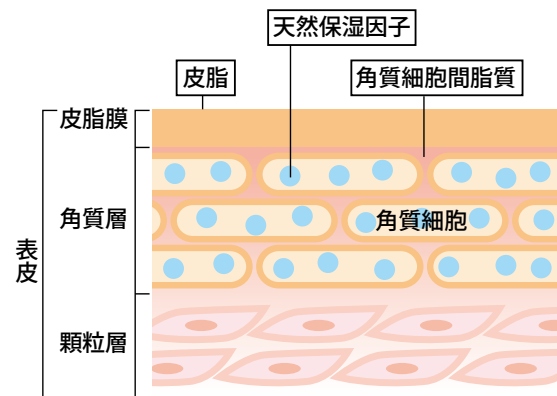
天然保湿因子

角質層にもともと備わっている保湿成分。アミノ酸や尿素などで構成され、皮膚をしっとりさせます。

皮脂

皮脂腺から分泌され、汗などの水分と一緒に皮脂膜をつくって皮膚の表面をおおい、水分の蒸発を防ぎます。

肌の断面



1日1回の入浴、シャワーで皮膚をリセット

1日の生活の中で、皮膚には汗や古くなった角質やほこり、花粉や化粧品が付着します。こうした汚れをキチンと落とすことが、スキンケアの1丁目1番地。入浴かシャワーで1日1回、きれいな皮膚にリセットしましょう。

ポイントは皮膚を傷つけないよう、やさしく丁寧に洗うこと。表皮の汚れを落とすことに専念しましょう。ゴシゴシ洗いで角質層を積極的に落とすと、乾燥しやすい皮膚になってしまいます。

お風呂・シャワーでスキンケア 基本フロー

1 皮膚の汚れを温水で流す。

熱い湯での入浴や長湯は、皮脂を多く洗い流すため避けましょう。

2 タオルやスポンジに石けんをつけて泡を十分に立てる。

泡で洗うつもりで、よく泡立ててから使ってください。



3 ゴシゴシこすらず、泡でなでるようにやさしく洗う。

皮膚に泡を乗せるだけで、汚れは皮膚から浮き上がってきます。

4 泡をやさしく洗い流す。

5 乾いたタオルで軽く押さえるように拭く。

濡れたままの皮膚は、水分の蒸発量が増します。素早く軽く拭きましょう。

6 タオルドライ後は、保湿クリームやローションを塗る。

角質層の中に水分を閉じ込めてしまいましょう。



お肌にうるおいをもたらす暮らし方

お肌の乾燥は日々の生活、特に室内環境や食生活から大きな影響を受けています。

“美肌は1日にしてならず”これらを見直し、プルプルお肌のキープに励んでください。

室内環境

- 冷暖房の使用では、体に直接風が当たらないように工夫を。
- 観葉植物を置いたり、加湿器を使って、室内の湿度を高めましょう。

食生活

- 偏食をせず、バランスのよい食事を。
- ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持に欠かせません。うなぎや、ホウレンソウに多く含まれます。
- ビタミンCはコラーゲンの合成をサポートし、皮膚をつくるのを助けます。緑黄色野菜や果物に多く含まれます。
- 水分を多めに飲むようにしましょう。

ミウラの軟水がスキンケアに効果バツグンなワケ

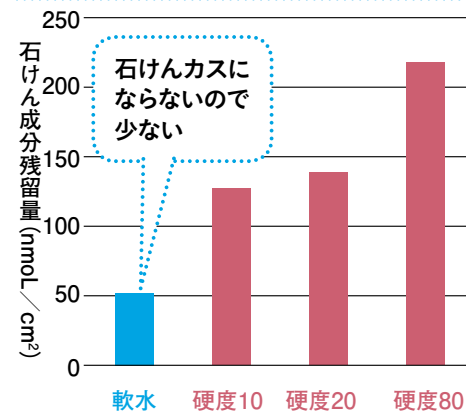
スキンケアで大事なことは皮膚を傷つけない、汚れをしっかりと落とすこと。しかし、硬度成分を含む水道水と石けんでお肌を洗うと、石けん成分が石けんカスになり、皮膚に残って肌ストレスの原因になります。

硬度の異なる水を使って、皮膚への石けん成分残留量を比較したところ、硬度が高い水ほど皮膚に残る石けん成分が多いことがわかりました。しかも、日本の水道水の平均的な硬度の約60mg/Lより低い10mg/Lの水でも、石けんカスとして残っていました。

ただし、ミウラの軟水は別格。皮膚に石けんカスをほとんど残しません。

ミウラの軟水でスッキリ、うるおいのある皮膚を保ちましょう。

皮膚への石けん成分残留量の比較



軟水（硬度1以下）、硬度10、20、80 mg/Lの水を用いて、腕を石けんで5分間洗い、90秒間のすすぎを実施。乾燥後、腕の皮膚に残留した石けん成分を採取し、測定。6名の平均値を示した。

軟水紀行 脇田温泉

福岡県 宮若市

せせらぎのほとり 軟水温泉で美肌に

奈良時代からの歴史が伝わる「脇田温泉」。温泉が湧き出る場所を意味する地名“湧田”が転じて、現在の名前になりました。静かな山あい、犬鳴川に沿って広がる温泉街では、春の桜、夏の蛍、秋の紅葉、冬の雪景と四季折々の風景を満喫しながら散策できます。

お湯は硬度10mg/L以下の軟水で、硫酸分を多く含むアルカリ性単純泉です。無色透明で程よいぬめりがあり、入浴後はしっとりすべすべのお肌に。神経痛や切り傷にも効果的とされています。

「かぐや姫の湯」。脇田は昔から竹の産地として知られている。



一合升を浮かべて一杯（500円）飲む「庄助の湯」。



楠水閣の家族風呂「夢ごもり」は大人8人が入れる広さ（宿泊客以外有料）。



博多駅から北東に車で約40分の「脇田温泉」には、湯どころが6軒あります。10mg/L以下の軟水湯をはじめ、自然豊かな散策路や、竹原古墳などの歴史スポットもあり、1年を通して多くの人々が訪れます。



温泉街の風情がたどよう「楠水閣」。湯乃禪の里のほか、家族風呂も充実。



湯乃禪の里。露天風呂と食事、エステ（マッサージ）がセットの日帰りプランも（3,900円）。

「三十六歌仙の湯」。実際の絵は、脇田温泉がある宮若市で発見された（福岡市美術館寄託）。

爽やかな秋風の中で 露天風呂めぐり

脇田温泉の湯どころの一つ「楠水閣」に「湯乃禪の里」があります。宿泊客はもちろん、立ち寄り湯としても利用でき、風情異なるさまざまな露天風呂で湯めぐりを楽しめます。女湯には江戸時代の絵師・岩佐又兵衛の絵の大パネルを配した桧風呂「三十六歌仙の湯」、17種の竹が湯船を囲む「かぐや姫の湯」など5つのお風呂とサウナ。男湯には大きな酒樽からお湯が湧き出る桧風呂「庄助の湯」、筑豊の伝説をモチーフにした「かっぱ天国」などがあります。平日水曜日には、女湯と男湯が入れ替わります。

DATA 楠水閣

所在地：福岡県宮若市脇田 ☎0949-54-0123

湯乃禪の里 夏季営業時間（10月末まで）：午前10時～午後11時（受付は午後10時まで）
入浴料：大人850円、3歳～小学生450円、3歳未満100円、宿泊客は無料

軟水パワー

弾力、歯ごたえバツグン ミウラの軟水で練ったうどんは どうしてコシが強い？

ミウラの軟水で練ったうどんは弾力があり、コシが強く仕上がると言われます。

では、このコシの強弱を決めるのは何でしょうか？

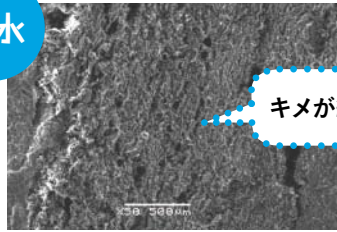
それは、うどんのグルテンと呼ばれるたんぱく質です。そもそも、うどんは小麦粉、塩、水のみからつくられ、その大部分をデンプンとグルテンが占めています。グルテンがうどんの骨格になり、そのコシの強さを左右しているのです。

それでは、ミウラの軟水と水道水（70mg/L）で、練ったうどんの電子顕微鏡画像をご覧ください。



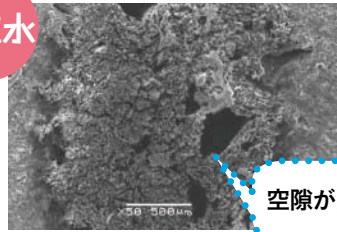
うどん断面の電子顕微鏡画像

軟水



キメが細かい！

水道水



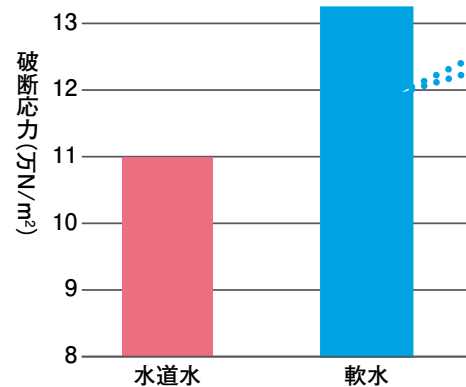
空隙が見られる

ミウラの軟水、水道水でそれぞれ10分間茹でたうどんの断面を比較してみるとミウラの軟水のほうが穴が少ないのがわかります。

つまり、グルテンの密度が高まり、
デンプンの溶け出しが少なくなっているのです。

うどんの噛み応えの機器測定

うどんの噛み応え



コシが強い！

また、左のグラフではうどんの噛み応えを数値化しています。ミウラの軟水で練ったうどんのコシの強さは、麺の内部の硬さにその理由がありました。高密度のグルテンを維持することで、内部の弾力を保ち、コシのあるうどんになっていたんですね。

練り水と茹で水に、軟水または水道水を使ったうどんの破断応力を比較。

軟水セレクト

硬度 3 mg/L の軟水でまろやかな仕上がり 三河産大豆と神水仕込みの八丁味噌

まるや八丁味噌は1337年(延元2年・建武3年)、岡崎城から西へ八丁(約870m)離れた八丁村(現愛知県岡崎市八帖町)で創業しました。この地で作られる独特の味噌が「八丁味噌」と呼ばれるようになったのは、江戸時代に入ってから。

まるや八丁味噌は江戸当時と同じ製法を、頑なに守り続けています。原料には添加物を使わず、大豆と塩と水のみ。これを高さ、直径、各約2mの巨大な杉桶に入れ、その上に400～500個、約3tもの石を積み上げ、2年寝かせるのです。こうすることで大豆の旨みを逃がさない、硬い味噌ができあがります。

「三河産大豆と神水仕込みの八丁味噌」は、伝統製法とともに三河産の原料にこだわった味噌です。水は奥三河にある柴田酒造場の「神水」と呼ばれる硬度3 mg/Lの井戸水を使用。この軟水で仕込むことにより、酸味、渋み、苦みが複雑に絡み合う八丁味噌独特の風味を残しながらも、まろやかな味わいに仕上がっています。



1年に1桶の限定生産。2013年仕込みが2015年10月から発売予定

三河産大豆と神水仕込みの八丁味噌
400g 945円(税込価格)
株式会社まるや八丁味噌
<http://www.8miso.co.jp/>

軟水アンサー

本誌に寄せられたご質問に
お答えするコーナーです。

Q. 軟水の色(水色っぽい色)が、
バスタブやタイルなどについて
しまうので掃除方法を知りたいです。

A. バスタブ等の水色は軟水の
色ではなく、銅イオンと、
人や石けんから出る脂肪酸との化
合物の色です。軟水でなくても、
この化合物はできます。銅イオン
は滞留中の水(お湯)に多く含まれ
ます。付着がどうしても気になる
方は、水を使用する前に1～2分
流すことをおすすめします。

Q. 軟水専用の入浴剤を風呂に入
れた場合、洗濯、洗い、すす
ぎをしても大丈夫ですか？

A. 入浴剤『潤肌美人』を入れた
残り湯は洗濯に使用できま
す。ただし、すすぎ、つけおき洗い、
おろしたての衣類の洗濯の使用時
には清水をおすすめしています。

キリトリ線

イラスト・写真・川柳……何でもご自由にお書きください。

キリトリ線

ペン
ネーム※

性別 男・女 年齢 20代以下・30代・40代・50代・60代以上

※『軟水生活』掲載時のペンネームです。記載のない場合は、イニシャルを掲載します。