

JOURNAL

今昔で話題になっている“美容”から働く女子のための“肌放し”方法、内面の美しさを磨く“女子輝き”まで。35歳までに知っておきたいことをチェック！ランチの話題にもなること間違いなし！

話題の美容法をリサーチ!

美容編

beauty

若いからと油断をしたたら、大変なことになるわたくしたちを老けさせる糖化・酸化に迫る!

「糖化」と「酸化」は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

美容クリニック表参道
〒03-5786-1155(表参道) 中野女子学院
東京都港区北青山3-9-30 入来ビル4-9F
受付03-5786-1155(表参道) ホルモン治療
7(表参道) フォック1106209(表参道)
美容ドック予約1481452520(代)
<http://www.a-c clinic.com/>

美肌ドックに潜入

シミ・シワ・たるみを35歳までにチカラク
「美肌ドック」は、肌の老化を促進する原因となる糖化と酸化を防ぐための検査と治療を行う。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。

糖化と酸化は、肌の老化を促進する原因。糖化は、糖質とタンパク質が結びついて起こる。酸化は、活性酸素が細胞を傷つけることで起こる。糖化と酸化は、肌の弾力性を失わせ、シワやシミの原因となる。糖化と酸化を防ぐためには、糖質の摂取を控え、抗酸化作用のある食品を摂ることが大切。また、紫外線対策も欠かせない。