

私はアロマのコーディネータもしているのですが、最近はやりのアロマで手作りコスメや消臭スプレーを作る時に今までは薬局などで売っているCONTACT洗浄用の精製水を使っていたのですが、より肌に優しい水を探し、今は不純物やミネラルなどの成分を取り除いた純度の高い水、ピュアウォーターを利用しています。

肌により良く、ということは浸透性がある、アレルギーなどが起こらない、不純物がないこと。

一般のミネラルウォーターには多くのミネラル成分が入っているので、肌になじむのは精製水などの純水が良いのです。

乾燥を感じた時にスプレーにいれた水をシュッとかけるだけでプレ化粧水になるのです。好きなアロマオイルを1滴加えれば、心地良い香りと共にお肌にすっと入りリフレッシュにもなりますね。

そのほか寝癖直しにも使えます。

注意が必要なのは、純水を使用する場合は保存料など入れていないので、1か月くらいで使い切る量にとどめておくこと。

夏場でしたら冷蔵庫で保管しても良いかと思えます。

冬場の乾燥対策には植物性オイルにアロマを希釈して美容液オイルとして使うことが多いのですが、夏場のオイル美容はよほど乾燥していないと汗にはじかれてお肌への浸透が低くなります。

私の一押しが純度の高い純水、ピュアウォーター100ミリにローズ1滴、ローズマリー3滴、ネロリ2滴のアロマオイルを入れるだけで、伝説の水、ブルガリアンウォーターを即席でつくることができます。

ブルガリアンウォーターとは別名ハンガリー王妃の水、若返りの水とも言われているものです。

70代だった王妃が健康を害し、修道院から送られたこの水を塗った、飲んだと言われ、その後、健康と美しさを取戻し、なんと20代半ばの隣国ポーランドの王子からプロポーズを受けたと言われる究極のエイジング、魔法の水としてヨーロッパでは古くから有名です。

この魔法の水はミネラルウォーターでも作れるのですが、本来はローズウォーターというバラの花びらを沸騰させて水蒸気をためてつくった水を利用します。

ローズウォーターを作るには多くのバラの花びらが必要となりますが、そこまで手間も時間もかけたくない場合は、ローズのアロマオイルを利用します。

大切なのは水の質です。不純物が多く入る水よりも純度の高いまろやかな超軟水の方がアロマの香りを一段と引き出してくれますし、お肌の浸透が早くしっとりするのでおすすめしています。

夏は冷蔵庫に出来上がったスプレーボトルを保存し、お風呂あがりなど全身に使えば汗もさっと引き、お肌が潤います。

メイクの上から、髪の毛に、寝癖直しにと幅広く利用できます。

この水に少量のエタノールかジンなどのアルコールを入れればお部屋や衣類の消臭スプレー変わりに変身します。

保湿成分のグリセリンを少量入れればしっとり手作り化粧水ができあがります。

余計なものが入っていない純水ピュアな水だからこそできる香りの利用方法です。

アロマオイル以外にも好きな香りのフルーツを水に30分ほどつけておくだけで水にほのかに香りをつけることができ話題のデトックスウォーターが出来上がります。

急な来客の時などほのかに香る水を出すだけでも素敵ですよ。

オレンジとレモンなどの柑橘系が一番すっきりし、ミントやローズマリーの葉をのせればとってもオシャレになりますね。

夏バテなどで疲れた時には少しだけはちみつなどを入れ、この時にも軟水を利用すれば体にやさしいお水が疲れを癒してくれますね。

30分もあれば香りが水にうつり、風味あるおいしい水を簡単に作れます。炭酸を入れたり、お酒を薄める水にしても、冷凍庫に入れておけばおいしい氷もつくれちゃいます。

私のおすすめはアイスティーを作る時にあらかじめオレンジのスライスを水に入れてからその水を使って柑橘系の香りのするアールグレイの茶葉をつかったアイスティーを作ります。

冷えた紅茶は香りが少なくなりますが、オレンジの香りをつけた水を利用することで、アールグレイの香りがぐっと引き立ちます。

この時に硬水を使うとまろやかさが消え少し苦みが出ますのでごくごく飲みたい場合は軟水をおすすめします。

雑味や苦みがまったくないお水、純度の高いピュアな水ならではの使い心地で、子供から大人、体が弱っている時、ご高齢の方まで誰でも安心して飲めるのでおすすめです。

香りと水を使った利用方法はとっても簡単にできて、アレンジ次第ではいくらかでも活用できます。

香りをつけた水をアイロンがけに利用したり、キッチンや玄関、ベランダなどの虫よけにはレモングラスやミントなどのアロマオイルをお水に入れてシュッとするだけで効果抜群です。

水100ミリに対しアロマオイルは1滴～2滴ほどなら手についても希釈量を守っていれば安全です。

香る水の利用は季節や目的用途に応じて変えると毎日の暮らしが楽しくなります。

超軟水のお水を使ってお試しください！