

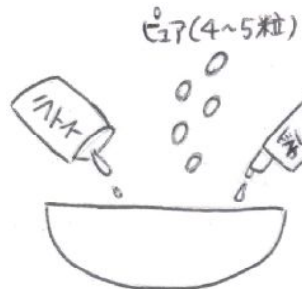
これはびっくり！！

すべ  
すべ

個人用

# ウィルピュア・ライスを使ったリンパマッサージ

用意するもの



ピュアは中身を出し、ライス・乳液はピュアの量と同量にする。



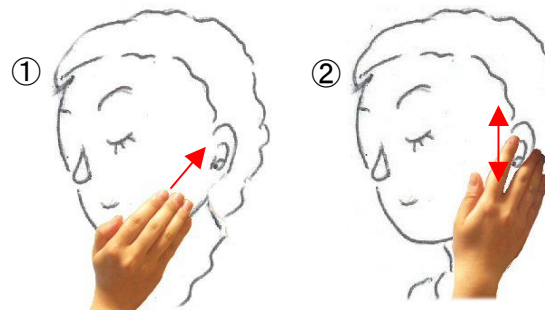
ピュアを出した後のカプセルは、犬や猫にあげてみて！喜んで食べますよ♪ペットまで色艶がよくなります



※メイクを落とした後は、化粧水をつけておく。

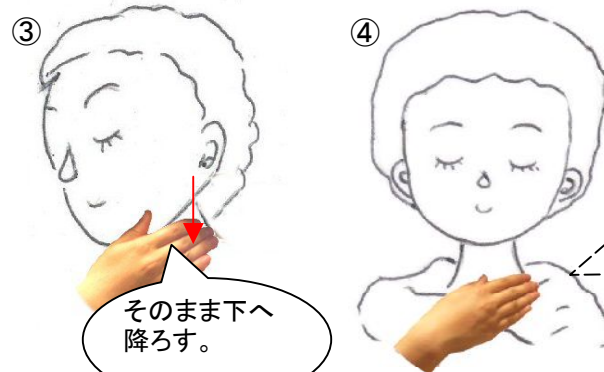
顔の左半分からマッサージを始める。  
力を入れずに、なでるように手を動かす。

I. 輪郭～首へ



耳を人さし指と中指の間に  
はさんで、上下に  
3回動かす。

左記で作った、ウィルピュア・ライス入りの  
マッサージ液をたっぷりと手につけてまず  
輪郭～首にかけて行う。



そのまま下へ  
降ろす。

鎖骨の端の少し上のくぼみ  
(押して少し痛い所)まで  
降ろしてここにリンパを  
流し込む

II. 顔全体(なるべく手のひら全体が、顔に触れるように)

① マッサージ液をたっぷりつけ、あごから耳の横のくぼみにもっていく。

【耳の横のくぼみ】  
口を開けた時に、アゴの付け根がくぼむ所

② 矢印のようにホホ骨の下を通して

③ 手の平全体で目の下

④ 手で目を覆うようにして、横にそっとすべらせる。

⑤

⑥ 中指を眉間からまっすぐ上に動かして、手の平全体をおでこにあててくぼみへカーブ

やりおわったら、ほお、くちびる、目の位置の変化を見て下さい。

I・IIが終わったら・・・ 皿に残ったマッサージ液は手や足や首にもたっぷりつけちゃいましょう

化粧水で浸したフェイスマスクを顔にあてる。

20分おく！！

ラップを左右2枚のせる

ラップで蒸す。

触って、すべすべ・しっとり感を実感してください。



実際にこのようなリンパマッサージは講師を呼んで、楽しいホームパーティ形式で、全国各地で行ってます。