

Yakko 薬壺染料

TRIKATU



アーユルヴェーダでは有名な調合薬のひとつです。長胡椒、黒胡椒、ジンジャー、これら3つのハーブが入っています。いろんな効果がありますが、温める作用が強いで、特にこの時期手足が冷える！という方に、靴下や手袋、レッグウォーマー、アームウォーマーなどを染めるのがおすすめです！冷え性の方が好んで使ってくださいます。

CINNAMON



スーパーの製菓材料コーナーに売られていたりするので、ご存じの方が多いのではないのでしょうか。香りが特徴で、手染めのあいだは香りに癒されます♪気分や血液の巡りを改善してくれるので、ストレスや運動不足などで鬱々としているときに推奨しています。温める性質がありますので、衣は靴下、腹巻き、レギンスなどがオススメです。あと個人的にはマスクにも！

TULSI



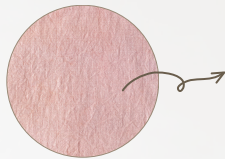
別名ホーリーバジル。ハーブティーなどで日本でも少しずつ知られるようになってきたハーブです。インドでは神さまとして扱われるほどの神聖な薬草で、アーユルヴェーダでもトップ5に入る万能薬。こちらもさまざまな効果があるのですが、いちばんはストレス対策だと思います。アダプトゲンといって、コルチゾール（ストレスホルモンと呼ばれます）を調節して気持ちを穏やかにしてくれたり、免疫力を向上させたり、ストレスに強いコンディション作りをサポートしてくれます。シソ科の植物で香りも良く、ストレス発散におすすめ。個人的には、呼吸器疾患に有効なのでマスクを染めたり、お守り代わりにタンクトップや腹巻きに染めたりしています。

SANDAL WOOD



お香やアロマで馴染みのある方も多いと思います。アーユルヴェーダではさまざまな炎症の鎮静剤として利用する事が多いです。神経系統をなだめてくれるので、緊張や神経疲労、不眠などを症状に持たれる方に、例えば枕カバーやアイマスク、ネックウォーマーなど、頭部に近いエリアに関わる衣を染めるのがおすすめです。またサンダルウッドはお顔のパックにも成分として入っているほどですので、炎症がある皮膚に纏う衣にも安心して染められます。香りも気持ちを鎮めてくれますので、何度でも染め直してそのアロマもぜひ一緒にお楽しみいただきたいです！

MANJSHTA



インド原産の茜です。ホルモンバランスを調べてくれたり、血液を浄化する性質があります。アーユルヴェーダでは婦人科系のトラブルや皮膚のケアに多用します。布ナプキンを染めたり、ショーツや腹巻きなどにおすすめです。女の子の出産のお祝いに、肌着やブランケットなどを染めて贈り物にするのも喜ばれます♪

NEEM



この10年ほどで日本でも天然の虫除けハーブとして知られるようになり、スプレーや肥料などで商品化もされているハーブです。抗炎症/抗菌作用があるので、歯磨き粉やスキンケアクリームなんかなにも使われます。おすすめは、水虫や匂い対策用に染める靴下です！マスクやハンカチにもおすすめです。

GINGER



「生姜」で日本人にも馴染みの生薬です。からだを温める作用があるので、冷えを感じる部位を覆う衣に使用するのがおすすめです！例えば、同じく温める性質のトリカトゥ染料と合わせて靴下やレッグウォーマーを染めて冷え性対策を強化したり、程よくぬくぬくしたい首周りのネックウォーマーやアイピローカバーなどにもいいと思います。