

シャンプー と ボディーソープ のみ

① 髪はシャンプーのみ

リンスやコンディショナーなどは一切購入していないが、それは人それぞれの価値観でもあるので、私は私である
超ベリショの長さもあるが、もともと一切の油を嫌うため、「バリバリ髪」がベストコンディションと考えているから

② 洗顔はボディーソープで

繋がっている皮膚は全身で1枚、
またなるべく純粋な化学物質を避ける選び方をしているため、
身体と顔は同じボディーソープで良い、と考えていて、
またお金の節約にもなる
そして シャンプーとボディーソープは必ず詰め替え用の大容量サイズを購入していて、
入れているボトルは100円ショップか以前に購入したシャンプーの容器を使用している

③ 衣料用洗剤もまた同じく、裏面の容量を確認してお得な商品選びをしていて、 当然に詰め替え用である

④ 化粧水のみで、一番安い種類のものを使用している

⑤ 口腔内洗浄液（Amazon shop にて）

⑥ 眼球洗浄（向かいのドラッグストアにて、コンタクトレンズは使用していないが、 眼の健康には良い）