

# 女医リーナ四天王のこだわりコスメを公開!



**中野あおいさん** Aoi Nakano  
松倉クリニック勤務(内科・皮膚科)

クオリティ・オブ・ライフの価値を高める観点から美容やアンチエイジング問題に取り組む。ご本人の美容に対する熱意は脱帽もの!

**松倉クリニック**  
●東京都渋谷区神宮前4-11-6 表参道千代田ビル9F ●☎03-5414-3600 ●診察時間/10時~19時 ●休 無休

## 海外の化粧品は常にチェック。今後のサブリはジュース感覚!

「学会などで年に数回海外へ行くのですが、その度に必ず化粧品はチェックしますね。今注目しているのは「Skin medica」のTNS RECOVERY COMPLEX。皮膚培養液から出る成長因子の成分が入った、化粧品概念を打ち破る1品です。あと個人輸入している「Emergen-C」というサプリメントはジュース感覚で飲めるのでイチ押し!」



**A**右端がSkin medica TNS RECOVERY COMPLEX。スキンシューティカルズのセラム(手前)は季節によって使い分けるのだそう。 **B**海外で見つけた化粧品は自分の肌で必ず試す。海外で購入したSkin medica FACE CREAMはできていたニキビも翌日にはなくなってしまうという夢のコスメ。 **C**水に溶かして飲む「Emergen-C」はオレンジフレーバーでおいしい! また最近ではトックス効果のサブリにも注目(左2点)。



**片桐衣理さん** Eri Katagiri  
衣理クリニック院長(内科・皮膚科)

今年「衣理クリニック」を開業。レーザー治療からケミカルピーリング、ヒアルロン酸注射まであらゆる美容を試してきた美容のプロ。

**衣理クリニック**  
●東京都墨田区菊川3-20-9 マルセイビル1F ●☎03-5625-9938 ●診察時間/10時~19時 ●休 水、隔週日

## ビタミンCの化粧品&サブリで体の外側・内側からキレイに

「スキン シューティカルズのシリーズは5年くらい前から愛用しています。特にセラム20は、ビタミンCが最高濃度配合されていて吸収率が他とは違っていますね。ビタミンCは化粧品だけでなく、クリニックで処方するビタミン剤も飲んでます。あと私はストレスで食欲が出てしまうタイプなので、食欲抑制剤も欠かせません」



**D**女医リーナに支持率の高い「スキン シューティカルズ」。代表的なセラム(左2本)の他、クレンジャー(左から3本目)や日焼け止め(右端)も愛用。クリニックから出ている化粧品(右手前3品)は、今年の7月に新しく生まれ変わるそう。

**E**ビタミンCは錠剤などでもこまめに補給。肝機能を改善する錠剤(中央)と一緒に飲むと美白効果増進に。黄色と白のカプセルが食欲抑制剤。その下にある青いカプセルは脂肪を吸収するゼニカル。



**川嶋千朗さん** Chiaki Kawashima  
麻布皮フ科クリニック院長(皮膚科)

シミ・シワ・たるみなど女性の肌トラブルを改善するスペシャリスト。仕事も遊びも充実させるライフスタイルはエグゼリーナの鑑!

**麻布皮フ科クリニック**  
●東京都渋谷区広尾1-3-1 ハギワラビル1-7F ●☎0120-005-327 ●診察時間/10時~19時 ●休 無休

## 食事から摂れる成分を厳選。週1回の注射で健康を維持

「サプリメントは飲みますが、個人的にはホルモン系のものには興味がありません。副作用など未解明の部分も多いですから。化粧品に関してもビタミンCなどを高濃度配合したクリニックのものがオススメです。あと私、注射フリーなんですよ(笑)。週1回は院内で美白注射をしています。化粧のりもよくなって風邪も引きにくくなりました」



**F**女医リーナ必携のサプリメントであるビタミンCに加え、活性酸素を除去する働きのコエンザイムQ-10(左端)も摂取。手前3点はいずれもクリニックで処方するNE Soft、Vita roxin、ワカデニン。気づいたときに摂るようにしているそう。

**G**クリニックで出している化粧品。右上はヒアルロン酸入りの保湿剤。右下2点は脂溶性ビタミンC配合のジェル(青)とクリーム(黄)。水溶性ビタミンCのセラム(左2点)も人気の商品。



**近藤令子さん** Reiko Kondo  
青山アリスデンタルクリニック勤務(歯科矯正医)

クリニックの矯正部門トップとして、東京・大阪・京都、と各地を飛び回る。ストレス解消法は「お酒を飲むこと(笑)」なのだとか。

**青山アリスデンタルクリニック**  
●東京都渋谷区渋谷2-10-16 スガハラビル4F ●☎03-3499-4618 ●診察時間/11時~20時 ●休 木日祝 ※東京の他、名古屋・大阪・京都にもクリニックあり。

## サプリメントとダイエット薬で外食続きの体をリセット

「ほとんど毎日外食という生活なので、ビタミン剤などのサプリメントはなるべく摂るようにしています。あとは、脂肪を吸収する「ゼニカル」というカプセルを飲んでいますが、これはスゴイ! 食事で摂った脂肪分がそのまま排泄されていくのがわかります。仕事中はグローブをするので手が荒れやすく、手元のケアも欠かせませんね」



**H**クリニック専売のホームホワイトニングキット「NITE WHITE」(下)の他、フッ素入りの歯磨き粉(右)で白い歯をキープ。フィンランドで見つけた100%キシリトールガム(左)も。 **I**大阪にある「西本クリニック」で処方されるゼニカル(上)とダイエット薬。サプリメントはビタミン、ミネラルを朝に、コラーゲンは夜に摂るようにしているそう。 **J**ネイル禁止のため、手元のケアには配慮。ハンドクリーム(左)と甘皮ケア(右)で清潔感のある手元に。



9:30 AM  
診察中にエグゼリーナからデートのお誘い! テキトーにあしらうのも女医の仕事です

「仕事上での驚きの体験」という問いに対する答えが多かったのは、なんと、診察中に食事などデートのお誘いを受けたことがあるという答え。しかも、そんな人に限って会社社長や青年実業家の素敵なエグゼリーナなのだとか。羨ますぎるぞ、女医リーナ!



7:00 AM  
ヘアメイクは清潔感が第一 目は黒マスカラで強調します

見た目も患者さんから信頼感を得る重要ポイント。「過度なメイクや香水はタブー」とのこと。ファンデーションやチークなどはナチュラル派の女医リーナも、「目力を出すためにマスカラは必須」という声多し。ボリュームマスカラで目指すはパンパイ!

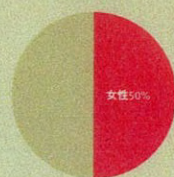
アンケートから見えてきた  
女医リーナ病棟24時

## 今なぜ女医リーナ?

女性医師はこんなに活躍しているんです

保守的といわれる医学界でも最近女医が急増。20代の医師では4人に1人が女性で、数年後には女医の数が男性医師を上回る可能性も。これは女性の悩みを心から理解してくれる女医に期待が高まっている証拠。一方、整形の世界では男性医師が人気。そのココロは「男性好みの女性にして」ということらしい……。

全国の医学部学生  
男女比率



2002年度  
国家試験合格者数

