

あなたのスキンケアにさざげる言葉は

枝を切って 根を枯らす

1本でクレンジングと洗顔が同時にできる優秀ジェル。ヒアルロン酸配合で洗い上がりもしっとり。イースペシャル クレンジングジェル 200ml ¥5000/衣理クレンジング特設道



肌でほだけるとろみ化粧水。潤滑・収れん作用のある潤肌成分を抽出。KENZO クリアウォーター ジェル 250ml ¥5250/LVMHコスメティックケンゾーパルファム事業部



乳化ベースですがよく肌へ浸透。ピンとしたハリ感が異なる実感あり。エクスジェンシブ エクスペルス (医薬部外品) 40g ¥10500/アルビオン



睡眠中に肌のゴワつきをしなやかに感じつつ、ハリ感を与えるナイトクリーム。コクのあるテクスチャーながら、肌触りは軽やか。イスマスパー アクア ナイトクリーム 25g ¥11550/گران



使用アイテム

クレンジング
ジェル



マイルドな
クレンジング
オイル



クリームタイプの
洗顔料



さっぱりタイプの
ローション



ホワイトニング
美容液



さっぱりタイプの
保湿乳液



クレンジングは、現行のケアのままジェルで問題ありません。唯一気をつけるべきは、肌に残しやすいタイプを使うこと。メイクをきちんと乳化させてから洗い流すことがポイント。

ただでさえ乾燥が気になるあなたの肌はクレンジングのW使用などによってかさかさしてしまいます。アイソーンが少し強い肌のはノーマルなので問題ないです！

Wクレンジング+洗顔で、3度も顔を洗うなんて、言うまでもなく論外。このままでは、肌も3倍のスピードで水分枯渇してしまいます。クレンジング時の1本化を、早急にご！

いまのコンディションを見ながら、あなたの肌は乾燥が進んでしまっています。でも肌にとっては保湿が何よりも大切。しばらくはローションもしっとりタイプをセレクトして。

シミも気になる始めているようなので、いまの美白ケアはそのまま継続使用してOK。ただし、肌が強固になりかけているようなので、制酸剤の強いものを避けることも忘れずに。

あなたのケアに欠けているのは、高い保湿力と、油分をしっかりと閉じ込める成分の不足。肌が強く感じるのは、せっかく考えた成分が逃げ去ってしまっているからです。ケアの最後には、乳液よりクリームを。

Tゾーンはテカるのに部分乾燥がひどくて、保湿ケアに気を使っているという女子さん。それでも乾きは癒せず。肌はゴワつき、シミ・ソバカスまで目立ち始めたという。まず乾燥が気になっているのに、トリプル洗顔などもっているのか！Tゾーンの多少のテカりは誰にでもあるもの。取りすぎることで、ダメージのほうが大です。さらに、せっかくなので段階の保湿ケアを

B 子さん (27歳)

自己診断肌タイプ
ドライが強いコンビ

肌悩み
小鼻周りなどの部分乾燥が治らない。肌のごわつき

お手入れ成功度自己評価
80点

理由
ベーシックケアは完璧だと思うので

評価
40点

しているのに、数となるクリームが欠落していきま。そのせいで潤いが逃げて、しっとり感が得られないのでしよう。この2点が最大のポイント。基本のスキンケアは、取りすぎずに潤いを逃がさないこと、と記憶してください。衣理クレンジングと洗顔料、片側別製薬長（まご）の肌状態を、さっぱりタイプばかりの保湿ケアも、肌をきちんと見極める目を待たず。

A 子さん (24歳)

自己診断肌タイプ
オイリーノーマル

肌悩み
シミ・そばかす、肌にくすみ

お手入れ成功度自己評価
50点

理由
さっぱり系で統一しているから、肌がすっぴりしている

評価
50点

あなたのスキンケアにさざげる言葉は 灯台下暗し

さっぱり系のスキンケアが好きという女子さん。現在のケアでは美白クリームまで使わなければ二本足も足りず、肌の調子はいいご本人の死でも、基本的に保湿過多のようです。また20代前半で皮膚も十分なあなたの肌に、過度の保湿ケアは不要。それが二本足の原因になっている可能性もあります。それよりも、シミやくすみが気になっているなら、なお

さらメイク汚れを取り除くためのクレンジングを省いてはダメ。きちんと汚れを落とすうえで、基本の保湿と美白ケアに重点をおきましょう。その際、肌の抗酸化サポートワークを強化するビタミンEもあわせて与えられればさらにベター。またシミを増やさないためにも、日中は紫外線から肌を守るUVケアを徹底して下さい。ねーキヤシーズチオリス、固形保湿成分

キャンディワインに含まれるポリフェノールやAHAを配合。ナイチャーズ ビューティネクター キャンディクレンジングクリーム 150ml ¥2940/シウエイトレーディング

洗い上がりさらりの美白フォーミング洗顔料。過剰な皮脂や不要な角質汚れもすっきりオフできる。プレジジョン プランエッセンスジェル クレンジャー 150ml ¥5250/シヤネル

高濃度アミノ酸配合の化粧水。角質層の潤い密度を高めて、透明感のあるみずみずしい肌へ。گرانテニス アミノバイタルライジングローション I 180ml ¥4725/コーセー

なぜ美容液の前にクリームを？そもそも順番が間違っているうちにこの美白クリームを使うとニキビができるなら使用を中止すべき！ビタミン系美容液に替えてシミ対策を強化。

基本的に、あなたの肌ならこの制酸剤までのケアで十分。ですがこれらに於いて肌の乾燥が気になるようなら、肌の構成成分でもあるヒアルロン酸入りの軽いクリームを+

まず肌は制酸ダメージを承えるメイク汚れをクレンジング前でもきちんとオフする習慣を！さっぱりとした感触が好きなら、洗顔料はいつものままさっぱりタイプを使用しておK。

さっぱりタイプのローション選びは、正解。このままのケアを続けてください。ただし化粧水は保湿ケアの最重要項目。コットンに取って、ケチらずたっぷりパッティングを。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

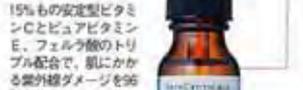
保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

15%の安定型ビタミンCとビュアビタミンE、フェルラ酸のトリプル配合で、肌にかかる紫外線ダメージを96%もカット。CEフェルリック 15ml ¥11025/ネオメディック



ベタつきのない、めらかな感触の高濃度ヒアルロン酸クリーム。肌内を潤いあげ、一晩中肌をしっかりと守られる。suiss ヒアロインクリーム 40g ¥5250/カネボウ化粧品



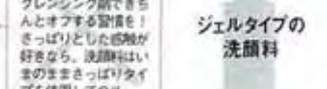
保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

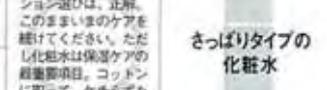
保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

保湿をきちんと考えているという点では決して間違いはありません。けれどよくすぐみ対策をメインに考えるなら、ここでビタミン系美白美容液を使うだけで十分はまず。

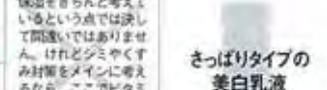
ジェルタイプの洗顔料



さっぱりタイプの化粧水



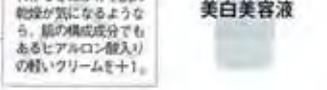
さっぱりタイプの美白乳液



美白クリーム



美白美容液





シワ対策は万全! なのにどうしてシワシワ?

最近ではレチノールケアなどが2次のブーム。「実は、乾燥によるちりめんシワにレチノールコスメを使っている方が、意外に多いんです。このケースは保湿するだけで改善できるのに……。まずは鏡で自分の表情や乾燥レベルを研究し、ケア方法を見極めて」(片桐先生)

深シワには、レチノール!
左・ナノカプセル技術の応用で、より長くより肌深くまでレチノールが作用。ベタつきのないシルキーなついでに、見た目もしっとりとしたハリ肌に。オバジパーフェクトリフトAA1、25g ¥8400/ロート製薬

乾燥小シワには保湿ケア!
右・真皮にダメージを与えらる一酸化窒素に着目した、ハリ活性美容液。たっぷり保湿成分で、肌が内側からぷりっとなじみあがれる。実際に満たされる。オーツリチ(ラージュサイス) 50ml ¥13650/アウエイク

こんなにクリームつけてるのに 乾いて乾いて仕方がない!!

「よくありがちな間違いが、保湿クリームの塗りたくり。でも皮膚の保湿成分のほとんどは水成分。つまり、クリームだけをどんに塗っても乾きは癒せないというわけ。まずローションをたっぷり。そして過度にならない程度のクリームなどで油分の蓋を。洗顔時に取りすぎない点も大切です」(片桐先生)

左から・グリセリンやヒアルロン酸などの保湿成分の働きで、1日うるおう幸福感あふれる肌へ。ハッピーダーム ローション 200ml ¥2625/ロレアル パリ



右・エクサージュ ディープモイスト ローション 200ml ¥5250/アルビオン
化粧水前に塗う人気のブースターローションがリニューアル。続くケアのうらおいをより強かにキープ。イドラ プルミエールn 80ml ¥5250/ソニエ リキエル

シミ、しっかり美白中。 でも一向に治らない

シミ対策には美白美容液! そんなケアをしている人も多いはず。「けれど一点豪華主義ではダメ。肝心な肌の代謝機能が弱ってはいけません。まずはベースの保湿ケアで効きやすい肌作りを。代謝を上げるBHA、AHAなどのピーリングケアを、週1~2回続けるのもいいですね」(片桐先生)

所要時間約10分、4ステップのホームピーリングキット。グリコール酸4%のケミカルピーリング技術と、角質剥離機能をサポートする独自の生物学的ピーリング技術を融合。ダブル作用でワントーン明るく、キメ細かなツヤ肌へ生まれ変わる。毛穴やニキビ跡、くすみ、ざらつき、シミ・ソバカス、キメの乱れなど、肌全体の角質トラブルに効果

大・極度の敏感肌を除いて、全スキンタイプに使用可能。週2回、4週間の使用をワンクルの目安に使い、切って、リサーフェイス ピール(全8回分/ローション グロスX8枚、アクション クリーム48gX1本、ふきとり専用クロス25枚、トリートメント クリーム30mlX1本、ヘアリンドル専用ブラシ/受け皿付き) ¥21000/ランコム



軽くヤバイでは すまされない 悩み別落とし穴

正しいと思ってたことが、大きな痛手に。日常でもよくあるこんなこと。日々のスキンケアでも起こります! そこでここでは衣理クリニック院長の片桐衣理先生があなたの悩みをズバリ解決。即、皮膚科行きの悲惨な事態に陥る前に、学習を!

マッサージで 血行アップしてるのに クマが消えないの

「見た目はクマのようで、実は色素沈着やたるみだったりすることも。皮膚を軽くのばしてみて目立たなくなればたるみ。変わらなければ色素沈着です。状況にあわせてリフトアップケアや美白ケア。ピーリングケアなどを適度に取り入れましょう」(片桐先生)

左・ピン!と張ったハリ肌のためのリフト&ファーマーミング美容液。ミクロのネットワークで肌を引き締めるのと同時に、血流やリンパの流れも促進し、むくみなどの表情もすっきり。リフトアフィニス ヴァゼージュ 50g ¥7875/クラランス

右・わずか2ステップで、顔ジワのボリュームアップやファーマーミング効果をもたらす中トリートメント。3週間分、マイクロ ソリューション リンクル ファクター プログラム(美容液1X15g、美容膏2X21個) ¥26250/シヤネル



ビタミンC化粧水、 たっぷりつけてます。 なのになんでニキビが?

「必要以上の洗顔と、VCローションだけのケアで肌の乾燥を深め、免疫力を低下させてしまう人が急増中。乾燥させて治す思春期のニキビと違い、大人のニキビは優しい洗顔としっかり保湿で代謝を高め、免疫力を底上げすることが肝心。うるおい重視のVC化粧水を選ぶか、後の保湿を十分に」(片桐先生)

左・片桐先生開発のシワ、たるみ、毛穴ケアをひとりでこなす。VC配合保湿クリーム。さらりと薄く肌になじんで、跡りかな表皮のバリア機能をサポート。イースペシャル アクティブクリームAD 30g ¥2000/衣理クリニック新創道

右・毛穴の開きや凹凸をなめらかに整えるジェル美容液。グリコール酸や天然乳酸を豊富に含む酸コスメながらVCローション後に使えば、角質水分保持力アップ。キャサースチョイスアシッドセラム 50ml ¥1150/イーストバウンド

毛穴の汚れは 落としてるのに、前より 毛穴が大きくなったかも

「皮脂を取り除こうとしてダブル洗顔や毛穴パックを乱用し、さっぱり保湿に終始。そんなケアをしていませんか? それでは乾燥やたるみ毛穴、皮脂つまりを助長しているようなもの。皮脂は取れば取るだけ分泌されます。取りすぎずたっぷり保湿、そして乳液やクリームで油分の蓋、が基本です」(片桐先生)

左・角質層、細胞レベル、3層保湿化粧水で実現。リン脂質とヒアルロン酸の複合体ほか、植物性成分も配合。メイクアディファレンス トリートメント ローション 150ml ¥3675/オリジニス ナチュラル リソーセズ



右・うるおい成分がギュッとつまったジェル状ローションで実現。体温でじんわりとろけて肌に浸透し、しなやかさが長時間持続。全2タイプ、ベタル インフュージョン パウチング フルイド 150ml ¥3990/スティラ コスメテックス