



「粹」でロハスな大和撫子アイテムは「江戸」にあった

大人だから使う、

和ビュートエイの

お道具・小物手帖。

撮影／小倉聖史 イラスト／藤田那由子 取材文／中村十夏

けっして派手さはないけれど、粹でお洒落、洗練された
ジャパニーズ・ビュートの基本は「江戸」にあり。
匠のお道具、ロハスなコスメ、江戸小紋など、現代に
受け継がれる伝統的な逸品を、いまこそ使ってみよう。



保湿もくすみ取りもお手のもの

米ぬか

玄米を精米するときに見える米ぬかは、保湿成分に加えビタミンB1、B2、Eなどを豊富に含み、美白・美肌効果・保湿効果が期待できる。スクラブ作用があるので、ゴシゴシと強く擦らないのがポイント。

昔は

肌のくすみや汚れを落とすために、女性がこっそり使っていた米ぬか。洗浄力だけでなく、米ぬかに含まれる油分が、肌をしっとりさせて天然クリームとしても重宝された。



日本製薬エクス。米ぬかエキスに、天然由来の美肌成分を配合した無香料・無着色のスキンケアシリーズ。米ぬか美人 NS-K 化粧水 120ml ¥1,890、NS-K 美容液 40ml ¥2,940、NS-K 保湿クリーム 35g ¥2,520/すべて日本産

顔だけでなく全身に使える肌洗剤専用液。お風呂に溶したぬか粉を揉んで出てくる白汁で、なるべくよくマッサージする。ぬかと換 120g ¥1,050/美容文化社



くすみ、美白、保湿… Skin Care

「先人の知恵」から学ぶ美肌ワザ

マイルドな天然成分、安心価格が最大の魅力

「ヘチマや米ぬか、あずき粉など自然素材を使った、ジャババニースコスメは、いまだに根強い人気。美容皮膚科の片桐先生に伺ってみると、「どれもコストパフォーマンスがいいので、惜しみなく使えてイイですね。ただ、天然のものだからといって使い方を間違えては白無しです。より効果を出すためには、きちんと素材を知り、それぞれに合ったケアを心がけてください」とアドバイス。先人の知恵を上手に見習い、キメ細かな白肌を手に入れて！



片桐衣理先生 (衣理クリニック院長)

豊富な美容知識で、女性の悩みにダイレクトに答えてくれる。キメ細やかなカウンセリングには定評がある。◎東京都港区北青山3-5-30 入来ビル4F ☎03-5786-0077 <http://www.sri-clinic.com>

赤ちゃんから敏感肌まで使える

ヘチマ

江戸初期に中国から伝わったヘチマ。ヘチマに含まれるサポニンが、肌に潤いを与えることで、化粧水や薬用としても使われてきました。乾燥させた、「たわし」として、食用としても人気の高い植物だったのです。

昔は

ヘチマの茎から抽出したヘチマ水は、江戸の頃から「美人水」とも呼ばれ愛用されてきた化粧水。十五夜の晩にヘチマを揉るといいヘチマ水ができる言い伝えがあると…



ヘチマ水と配合したしっとりローションと乳液。個別包装のガラスボトルがレットロな雰囲気たっぷり。ヘチマコロン化粧水 ビュー ¥1,785、ヘチマコロンの乳液 ミルク ¥1,785/共にヘチマコロン

肌へのせた瞬間にスーッと涼しくなると、みずみずさをキープ。さらっとしたテクスチャーが人気の透明ジェル状クリーム。ヘチマコロンの透明クリーム ¥1,029/ヘチマコロン



スクラブ効果でお肌スベスベ

くいすあずきの粉

ういすのふんを乾燥させてパウダーにした粉とあずきの粉。ういすのふんに含まれる酵素がシミを薄くして、脂肪を分解する働きがあると言われ、あずきは古い角質を落とす。まさに元祖口ハスコスメ。

昔は

美白や洗浄作用があるういすのふんと、スクラブ効果として使われたあずきの粉は、どちらも天然素材100%。昔の人の知恵ってすばらしい！につきます。



石けんに混ぜたり、水で練って使う洗顔パウダー。古い角質を取り除くから、固くなった唇やかかともツルツルに。あずきの粉60g ¥1,050、ういすの粉26g ¥1,029(容積入り) 換入り 30g ¥1,029/すべて美容文化社

ツヤ髪をキープする万能クリーム

馬油

抗炎症、抗アレルギー作用のあるリノレン酸を豊富に含む馬油。フケやかゆみを予防して、切れ毛や枝毛も防いでくれるので、潤いのあるツヤ髪を大切にしていた江戸の女性から美容や万病に効くとして好んで使われた。

昔は

馬油の歴史は古く、6世紀の中国まで遡る。あの有名な「ガマの油」も馬油という説もあり、搾り傷や切り傷、火傷に効果を発揮する万能クリームとして大事に使われていたそう。



頭皮のマッサージ用。または、髪の毛にすり込んで切れ毛や枝毛予防に使う方はさまざま。ノンパーユ A NO.5 毛髪用 80ml ¥2,625/薬師堂

栄養分たっぷりの海藻パワー

ふのり

海藻には、髪の毛の栄養のもとになるヨウ素や保湿成分が含まれているため、乾燥から守る働きが、また、天然のぬめり成分が髪の毛の汚れを包み込んで落とすから、頭皮にもダメージを与えないというメリットも。

昔は

江戸時代の女性は髪の毛を結っていたことから、スタイルを崩さないために、毎日髪を洗って落とすというように、ふのり洗髪は月に一度程度のものでしたと…



「女の命」黒髪の正しいお手入れ法 Hair Care

「ツヤ髪」の秘密は油分調整だった

女らしさのキメ手は、ツヤのある長い黒髪

「黒々としたツヤのある長い髪」。当時の女性にとって髪の手入れは、メイクやスキンケアと同じくらい大切な身だしなみのひとつでした。カラーリングの技術などなかった時代だけれど、生まれ持った黒髪が一番美しいとされ、男性を魅了するアピールポイントでもあったとか。「昔から好んで使われてきた天然成分には、それぞれにちゃんと科学的根拠があります。髪にも環境にもやさしい商品はかなりのおススメしますね(寺島先生)」髪は女の命。基本にかえてナチュラルケアを始めてみて。



寺島洋一先生 (アヴェニュー六本木クリニック院長)

最新技術を提供した美肌治療のほかに、最近では薄毛治療にも力を入れる形成外科医。◎東京都港区六本木4-10-4 K'sアヴェニュー六本木ビル2・3F ☎03-3479-0089 <http://www.ab-clinic.com>

髪の手入れでシャンプー代わりに使われてきたふのり。ペーストは、シャンプーに混ぜて、パウダーはお湯にかき混ぜて。こんどふのりペーストタイプ 100g ¥840、粉末タイプ 5g×5袋 ¥840/共に美容文化社

透ける白肌・ツヤやかな髪はこうして守られた
大和撫子の愛用品、江戸版口ハスコスメ。
「透明感のある白肌、キメ細かな肌、美しい黒髪」が美人の3大条件だった江戸の女性は肌のお手入れも手抜きナシ。その美しさをキープするために愛用していたのは、ヘチマ、米ぬか、あずきなどの身近にある天然のナチュラルコスメでした。