

ビューティ・マニア直伝 緊急肌トラブルを解決する、 速効レスキュー

冬から春への過渡期は、特に肌が敏感になるタイミング。草花の芽吹きとともに、様々な肌トラブルまでもが芽吹きがち……。そこで、キレイのプロたちに「効果抜群のケア法」を取材。実行した人から、救われるはず!

撮影・吉岡真二郎 文・古坂美枝 イラストレーション・安永安子

ニキビ、くすみ、メイクのりの悪さ。三大肌悩みの解決術。



竹輪理恵さん
ヘア&メイクアップ
アーティスト
雑誌や広告などのビューティ
ページで活躍。動物性の
食べ物を摂らないナチュラル
・ハイジーンに食生活を
変えてから体調良好だそう。

片桐衣理さん
美容皮膚科医
衣理クリニック表参道(西
03-5786-0077)院長。「ニキ
ビに悩む患者さんには、食
治療、ピーリングなどを組
み合わせて行っています」

藤井優美さん
美容エディター
Yahoo!ビューティー(<http://cosme.beauty.yahoo.co.jp>)の「コスメ自慢道」にて、季節ごとのケアやおススメコスメの紹介を連載中。

メイクのノリが悪い、くすみ、ニキビはB.O.A.O.読者の三大肌悩み、一刻も早く解決する術について、美容のプロたちに話し合っていたきました。

片桐 基本的にこの3つはどれも肌の代謝の低下が原因ですね。竹輪 確かに、トラブルがあるときって、肌の抵抗力が落ちて代謝が悪くなっているときだし、藤井 何か1つが気になっていてる人って、実は全て気になってるんじゃないかな。

ブル部分だけを見ないで、基本の肌づくりを見直してみないと、藤井 私、肌トラブルに悩む人って、化粧品を使い方が間違っていることも多いと思うんです。使う量をケチっていたり、力を入れすぎていたり、汚い手で使ったり……。

竹輪 そう。化粧品の効果に、すこしく期待しているわりにね。藤井 あとは、化粧品の浮気をしすぎということもあるかも。片桐 トライしてみるのは重要だけど、1〜2か月、じっくり正しい方法で使ってみないと自分に合うかは分からないのに、竹輪 その通りー つける時も、リラックスして丁寧にハンドブッシュする手間を惜しんで、はダメですね。代謝を高める

という意味では、毎日お風呂にゆつくり浸かることも大切。片桐 そういうペースができていないと、どんなケアをしてもダメ。トラブル解決の話はそれが前提になりますね。

メイクのノリの悪さにはゴマージュが即効性あり、
竹輪 朝、メイクがのらないとできてありますよね。特に寝不足やストレスがあると、藤井 ある、ある。ピーリングとかゴマージュを「肌が傷むから使わない」という人がいるけど、絶対利用したほうがいいと思うんです。睡眠不足や外的刺激などで角質がうまくなると、肌と違って誰にでもありません。竹輪 ある意味、体のデトックス

スをするのと同じですよ。藤井 そういことー たとえば、このシャネルのゴマージュは肌がつばりにくいので、超乾燥肌の私でも大丈夫。朝使うとメイクのりがよくなります。片桐 (手にとってみて) すこく粒子が細かいんですね。藤井 あとはアウェイクの朝用美容液もおススメ。血流改善と保湿が一度にできて便利です。

ニキビを早く治すには生活習慣の見直しを。
藤井 ニキビって、結構保湿が足りていないで治らない人も多いんじゃないかな? 片桐 確かに、私の患者さんの中にも多いです。ひどいニキビがたくさんできていても、保湿ケアをきちんとするようにしたら、毛穴が縮まってニキビがなくなつた方もいますよ。竹輪 保湿したら肌に免疫力がついたというところ? 片桐 そうなんです。藤井 あとは基本的なことだけつければ、肌を清潔に保つよう気をつけることも大切ですよ。片桐 本当にそう。たとえばニキビができていたり、できやすい人なら枕カバーは絶対に毎日変えるべき。タオルを洗って交換するだけでもいいんです。藤井 いつも使うスポンジや筆などの道具が清潔かどうかも見直したほうがいいですね。あと、頬杖をついたり、顔を触るクセがある人も要注意。竹輪 手は結構汚いんですよ。

メイクのノリが悪い

1トーン明るい肌を底刺激スクラブ

超微粒子スクラブが古い角質や肌の不純物を取り去り、美しく肌を。紫外線やストレスにも働きかける。朝の洗顔後に使って40分、ゴマージュミツクリジェル エッセンス(Tsp) ¥5,475(税込¥6,000)



朝のトラブル肌を整えるエッセンス

寝不足や疲れによる肌にはゴリヤバつつき。お茶など朝の肌トラブルに働きかける美容液。ファンデーションのノリや発色もアップする。ボタリーコーラル(100ml) ¥5,250(アウェイク)



藤井 そうそう。ニキビができてきたときはファンデを塗らないほうがいいと思うけれど、塗ったほうがいいと思う。メイク崩れを気にして、手で触らなくなるもの。

竹輪 トリートメント効果が高いニキビ肌用ファンデーションやコンシーラーも多いですよ。片桐 あと、患者さんの中にはこすらずに済むタイプのジェルクレンジングに替えただけで、かなり改善した人もいます。竹輪 ゴシゴシこするのはやはり良くない……。藤井 コスメに頼るなら、アユールのスポッツアップAD(エッセンス) は外出先でも使えて助かる。ニキビに当ててしばらくたつとピリッとする瞬間があ

