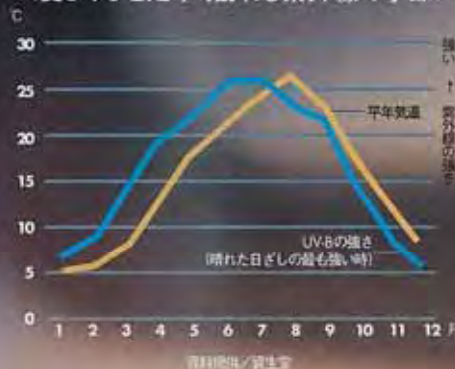



<夏よりひと足早く訪れる紫外線の季節>



教えてくれたのは



衣理クリニック 院長
片桐衣理先生
 内科・美容皮膚科医。女性の魅力ある生き方を最新美容・医療でサポートしてくれる。東京都港区北青山3-5-30 入薬ビル4F ☎03-5788-0077 <http://iri-clinic.com>



資生堂
 ビューティーサイエンス研究所
三宅浩子さん
 数々のスキンケア製品の研究・開発に携わる。最近では、肌と化粧品の関係について研究を進めているため、化粧品が肌をどう引き出す正しい使い方についても豊富な知識を持つ。

デリケートに傾きがちな春の肌に強くなり始めた紫外線は要注意!
 一年を通して降り注ぎ、肌に悪影響を与え続ける紫外線。実は春って、最もUV対策に注意すべき季節なのです。
 「一年中降り注ぐA波に対し、特に日焼けの原因となるB波の量が多くなってくるのが3〜4月。また、季節の変わりめや花粉の影響もあり、肌自体が免疫力を落とし、紫外線の影響を受けやすい状態でもあるのです。そのため、特に正しいUV対策が必要な時期ですね。」(片桐先生)
 「上のグラフから分かるように、紫外線は気温よりもひと足早く、強さを増します。誤解されている方も多いですが、紫外線は気温と比例するものではなく、暑さよりもむしろ感じない光なのです。春は過ごしやすい気温のため、UV対策を油断しがちですが、多量の紫外線が降り注いでいます。」(資生堂ビューティーサイエンス研究所・三宅さん) つまり春のうっかり焼けは、想像以上に肌に紫外線の影響を与えているというワケ。でも、そもそも紫外線ってどんなダメージを起すの?

「特に現在の日本女性にとっては、百害あって一利なしです。シミやくすみはもちろん、乾燥やシワ、角質肥厚やニキビの悪化など、あらゆる肌トラブルの引き金に

線に注意! ファンデで 完璧ケア

「UV対策は夏から」なんて思っているのはNG! 肌トラブルを防ぎたいなら、紫外線対策は「春」も必須なのです。化粧下地×ファンデで紫外線からお肌を完全ガードしましょう!

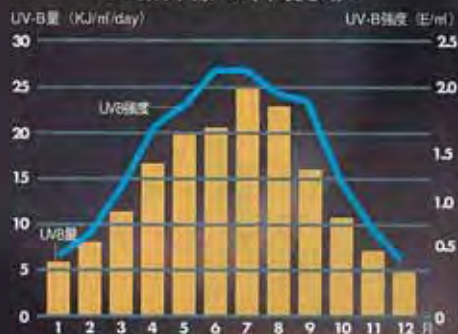
撮影/中村淳 (P130~P131) 制作、河野望 (P134~P141) 制作、橋本麻子 (marron) (P134~P141) 人物、ヘア&メイク/大木 愛 (アージェ) イラスト/青山南子
 取材・文/山田裕美、山内菜穂子、山崎智子 (TVエディタース)

紫外線はジワジワと肌トラブルを引き起こしている！

肌を褐色に変えてしまっただけでなく、数々のトラブルを引き起こすのが紫外線。シミやくすみはもちろん、ニキビの悪化やシワ、乾燥、角質肥厚も、日焼けによってダメージが増大します。



<B紫外線の年間変動>



資料提供/資生堂

INDEX

…P132 PART 1
紫外線とUVアイテムの意外と知らない基礎知識を解説！
正しくブロックすべきUVケアの真実

…P134 PART 2
お悩み・肌タイプ別にUVアイテムが一目瞭然！
悩み・目的別にアイテムは選ぶ

…P140 PART 3
UV効果にプラスして、つめ心地と美肌力をUPさせたい！
美しい仕上がりを実現するQ&A

…P141 PART 4
私の肌と下地とファンデ！3巻の「水分×油分」のバランスを導く！
UVカットで旬のちょいツヤ肌テクニク

そろそろそろそろ気をつけないと！
普段使いのコスメ選びで半年後に
シミ・くすみを作らない！

なります。肌質によっては、すぐにダメージが現れない人でも、確実に数年後、蓄積された紫外線ダメージが「老化」として現れてくる可能性が高いですよ。(片桐先生)

下地×ファンデで「肌」を作ってしっかりブロック

夏ほど強力じゃない春のUV対策はベイスメイクを直すことが重要。

「日焼けしたくない」が一番の目的であれば、日焼け止め効果のある化粧下地+ファンデーションを選ぶのが必須。プラス、その前に目的シーンに合わせて日焼け止めを併用するのがベストです。(資生堂ビニールメーカーサイエンス研究所・三宅さん)

「日焼け対策には「肌」を作ること」に感じている人が多いです。(片桐先生)

SPF効果のある下地+ファンデで肌を作った「ミルフィーユ肌」で、紫外線完全ブロックを狙いましょう！

春の紫外線 下地&



アイテムは選ぶ

年々、優秀さを増すUVアイテムだけど、その処方・質感・仕上がりはさまざま。どれが自分の肌にぴったりか、先生方のアドバイスや目利き読者の使い心地検証を参考に、あなたの肌タイプやなりたい肌感に合った、ぴったりのアイテムを見つけよう!



教えてくれたのは

衣理クリニック表参道
院長 片桐衣理先生
内科・美容皮膚科医。
内側と外側、両面からの
治療をベースにアンチ
エイジングをサポート。
女性の前向きな生き方
も推進する健康の
パートナードクター。

”肌が敏感とを感じるなら
ノンケミカルタイプに
挑戦してみてください“

紫外線散乱剤使用の商品をセレクト

「最近では優秀なUVアイテムが増え、トラブルは少なくなってきましたが『紫外線散乱剤』が前にダメージを与えるものは種々です。敏感肌を自任している方は、まずは商品をよく見て『紫外線散乱剤』ではなく『紫外線散乱剤』を成分としていないアイテムを選ぶのが良いでしょう。ただ、トラブルが起る原因は人によってさまざま。紫外線散乱剤を使っても、かぶれる可能性はあります。まずはあごなど、皮膚が多少赤くなっても大丈夫な部分に2週間つけてみましょう。肌感が好まれないときは継続できたら、使用して大丈夫ですよ! (片桐先生)

5 マルウェア プロテクト
プロフェッショナルプロテクション
50ml ¥3,990/マリケント コスメテックス
ジャパン(3/17発売)

SPF35, PA++

強い紫外線はもちろん、乾燥やくすみも防ぐ
乳液。ビタミンEの10倍の効果を持つスーパー
ビタミンE配合で酸化による肌老化も防い
でくれる。ウォータープルーフなのも魅力。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

敏感肌にももちろん見合ふ肌質の肌にも使えます
(敏感肌の方は使用後かぶれや赤み、乾燥が
おこる場合があります。必ずパッチテストを
行ってください。)

6 デリマ
UVカットエマルジョン
30g ¥2,100/資生堂

SPF25, PA++

肌の天然保湿成分の元となる糖性アミノ酸
配合で、潤いのある肌に仕上げられる乳液。
酸化チタンが可視光線を散乱させ、肌をキ
レイに見せるので、化粧下地にも最適。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

しっかりと保湿効果。アトピーなどの肌質も
7日間使用をすることで、肌の保湿力が
アップする効果が期待できます。

7 アリジー
ヘビー マンスクリン剤
27ml ¥1,260/カネボウ化粧品

SPF36, PA+++

その名のとおり赤ちゃんにも使える。パラ
ベンフリーの低刺激タイプの乳液。超微粒子ナ
ノバリアパウダー配合で、水のようなテクス
チャーが素早く浸透し、さらさらな仕上が
り。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

肌にノックオン成分で、敏感肌にもこれ以上
刺激が加わらないように、UVカット成分
は肌質に合わせたものを使用しています。

2 リノマイルド UV
プロテクター (医薬部外品)
60g ¥2,940/コーセー

SPF30, PA+

デリケートな肌にも負担のかからない顔・体
用の乳液。保湿効果の高いシルクプロテイン
配合で、ツヤのある透明肌に整えます。さら
さらの肌感が長時間保てるのも魅力。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

潤いのある肌をさらさら仕上げます
(敏感肌の方は使用後かぶれや赤み、乾燥が
おこる場合があります。必ずパッチテストを
行ってください。)

3 フェアラウェア ホワイト スキンケア
プロテクターUV (デリケートケア)
60ml ¥3,150/カネボウ化粧品(4/16発売)

SPF27, PA++

低刺激。マイルド処方です。日焼け
によるシミ、肌荒れを防ぐ。スキンケア効果
の高い顔・体用の乳液。通常の洗浄料で落と
せるので肌に負担がかからないのも。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

低刺激処方。敏感肌にも使えるのが
特徴です。敏感肌の方は使用後かぶれや赤
み、乾燥が起る場合があります。

4 イモーテルベロー
プレッシュスプリュイト
30ml ¥5,775/ロクシタンジャパン(4/13発売)

SPF40, PA+++

イモーテルのエッセンシャルオイルをたっ
ぱり配合した美容液。天然由来成分によるUV
効果で紫外線をしっかりガード。さらに肌全
体をワントーン明るくする植物成分も配合。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

イモーテル上・濃縮オイル入り
の美容液。敏感肌にもこれ以上刺激が
加わらないように、UVカット成分は肌
質に合わせたものを使用しています。



シルクのような
ツヤ肌がずっと続く

宮田真由子さん
(21歳・学生)
「塗っても白くならないUV下地は必須。今季のものは白くても肌に
スッと消け込むのが多くて、かなり優秀!」



目利き読者が
お試し

大島 舞さん
(21歳・学生)
「ものすごい乾燥肌。効果
はもちろんですが、塗っ
てもつっぱらず、しっとり
感が続くようなアイテムが
欲しい!」



落とすのも簡単な
マイルド処方

香りも使用感も
超一級のスコイヤツ

スーパービタミンで
エイジングケアもばっちり



赤ちゃんもOKの
優しい感触
肌の潤い力も約束する
低価格敏感肌コスメ



1 アクセース
マルチビタミン
22g ¥3,150/アクセース

SPF28, PA++

ヒアルロン酸など保湿成分が、潤いを抱え込
みながら紫外線をカットする下地がリニュー
アル。美容液のようなテクスチャーがじんわ
り浸透。しっとり感が長時間持続します。

肌 優しい 柔らかい
速効 ジワジワ
肌 しっかりと ささらさら

敏感肌にも使えるのが
特徴です。敏感肌の方は使用後かぶれや赤
み、乾燥が起る場合があります。

UVアイテムのギモン

【紫外線吸収剤/と紫外線散乱剤/は、紫外線防止の処方が違う!】

紫外線吸収剤とは、紫外線を吸収して化学反応に
変えるケミカルサンスクリーン(紫外線吸収剤)
と、物理などで紫外線を反射するノンケミカルサ
ンスクリーン(紫外線散乱剤)の2種類あります。
散乱剤におよぶ成分の「紫外線散乱剤」は、主に
酸化チタンなどを配合され、肌に吸収される
ことなく、表面で紫外線を反射して防いでいます。

PART 2

お悩み・肌タイプ別に UVアイテムが一目瞭然! **悩み・目的別に**



衣理先生コスメ

(右)ヒアルロン酸をベースに酵母エキスでパワーアップした化粧水。イースペシャルモイスチャローション 150ml ¥7,350 (左)バリア機能を高め、シワを改善する保湿クリーム。イースペシャルアクティブクリーム 30g ¥21,000/共に衣理クリニック



優しいばかりじゃない! 安全でいて効くスキンケア

衣理先生アドバイス

UVアイテム使用前は 濃厚な保湿対策が必要不可欠!

紫外線対策でも大切なのは、まず保湿! どんなに高機能なUVアイテムを使っても、基礎がしっかりしていなければ、過剰からくるアレルギー反応を起こすことも。まずは保湿によって肌の代謝、免疫力を正常に保つことを心がけて。化粧水で整えた後は不可欠なのがクリームによるふた。肌内部にじっくり水分を閉じ込めることが重要!

美容ジャーナリスト 永富千晴さん

美容コメンテーターとして活動する他、幅広く美容交流を行うサロン「club C.」を主宰。 包河区南青山1-15-2南青山スタジオフラット 203 ☎03-3423-2676



“パキパキッと乾燥するならば 保湿力の高いしっとり系を 選びましょ!”

化粧水→美容液→UVアイテムの 後肌がしっとりと感じるものを

「優秀なアイテムに連化中のUVアイテムですが、特に“SPF50”などSPF値高めなのは注目ですよ。どれもつけ心地が良く、肌色補正効果も自然。そしてファンデーションを重ねることを想定した作りになっているから、保湿力が高いものばかりです。UVアイテムは化粧水をつけて、美容液をつけた肌にあてをして、その保湿を保ってくれるものがベスト。その手順でつけた後、肌が柔らかくなったと感じるものを選んで下さい。ジバンシイはつけ心地が本当にしっとりしていて、下地で保湿したい人にはピッタリですよ!」(永富さん)

透き通るように肌を輝かせるラベンダー色

色みも香りも抜群の キング・オブ・下地

永富さんお気に入り

表面をうるうる中にこの好バランス

崩れにくいさらさらな感触

塗っている感のないライトな感触

“選びましょ!”

1 ブランパルフェW4-L マルチチルミネーター 30ml ¥5,250/パルファム ジバンシイ

SPF50+, PA+++

大層である光線を通りぬける光コントロールにより活用することで、透明感のある肌に仕上げられる下地。淡いラベンダーが肌の色も自然に補正。もちろんしっとりとした潤いもキープ。

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
白く塗りすぎないキレイな白肌にぞっこん「モチモチなのにさらさらな仕上がりが、キレイな白肌が作れるのも◎」(永富さん)

2 トワニーメイクアップベースUV 30g ¥5,250/カネボウ化粧品(3/16発売)

SPF25, PA++

潤い効果の高い美容液成分配合で、表面はマットで、内側は潤った弾力肌を実現。ライトグリーンカラーが肌の赤みを抑え、凸凹を目立たなくし、透明感あふれる仕上がりに。

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
さらさらとした使用感が1日中長持ち「セリーっぱい使用感が気持ちいい。赤みを抑えてくれて、色白肌もアリ!」(深田さん)

4 アリーフェイスフィックスサンスクリーン 35g ¥2,940/カネボウ化粧品

SPF35, PA++

毛穴ぼかし効果のある微粒子ルーセントパウダー配合で、凸凹のない肌に導く下地。さらさらとしたテクスチャーが肌に染み込み、高いキープ。使用感、価格帯とも1年中仕舞い。

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
軽いつけ心地で1年中使えそう!「さらさらとした使用感が化粧やファンデを塗りやすく使えそう。毎日使いたい!」(栗田さん)

6 パーフェクトホワイトCメイクアップベース [医薬部外品] 30ml ¥6,720/ザラン

SPF30, PA+++

色素沈着を徹底的に防ぐシリーズの下地。ハイパーローズが輝きを放ち、くすみや曇りをコントロール。オイルフリーとは思えないほど肌に密着し、肌内部の潤いも長時間持続。

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
しっとり感ピカイチで、パール感が絶妙◎「チカラと輝くパールがかわいらしい。特に乾燥肌の人におすすめの保湿力!」(深田さん)

5 ブラン エサンシエルメイクアップベース #10 30ml ¥5,670/シャネル

SPF30, PA+++

独自のピグメントができてしまったシミに働きかけると同様に、透明感と明るさをもたらす革新的下地。軽やかでみずみずしい感触が長時間持続。テカリを抑えセミマットな肌に。

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
保湿はもちろん仕上がりがパーフェクト◎「肌のなじみのいいピンクで肌に透明感と立体感が、香りもすごくいい!」(永富さん)

3 エクサージュホワイトサマシオンプライマー 30g ¥3,150/アルビオン(3/18発売)

SPF20, PA+

光の反射率の高いクリアフォーカスパウダーを配合。さらに皮脂吸収効果により、さらさらの仕上がりをキープできる下地。トリートメント効果も抜群で肌の潤いもサポート!

のび 硬い ○○○○● 柔らかい ●
保湿性 速効 ○○○○● ジワジワ ●
後肌 しっとり ○○○○● ささら ●
肌のなじみ度抜群! ライトな使用感◎「保湿感がすごく早い! スキッととした使用感でいて潤っているのがイイ!」(永富さん)

美白しながらUVカット効果も併用

永富さんお気に入り