

美容ジャーナリストから

頑固な思い込みはやめて、柔軟な考え方でお手入れの可能性を広げて。

これまでスキンケア化粧品の変遷を見てきた、海野由利子さんは、プレミアム世代によくある、思い込みや勘違いを指摘。

「最初の“美容液ブーム”を経験した50代は、美容液に対するイメージがすごくいいけれど、当時のクリームは重たい感触が多かったのが苦手、という思い込みがあるようです。化粧品は日々進化しているので、アンテナを広げて新しいものにもトライすれば、きっと発見があるはず」

50代になっても、お手入れをしている肌はさらに美しくなるし、化粧品の効果も実感しやすい。

「ケア不足や間違った方法だと、角質が厚くなってゴワついたり、ざらついて、せっかくいい化粧品を使っても浸透していかない。まずは初心に戻って、正しい洗顔法、化粧水のつけ方など、基礎をしっかりと確認しましょう。ベースをきちんと整えておけば、新しいケアを受け入れやすい肌になるのですから」

海野由利子さん

うみの・ゆりこ 美容・医療ジャーナリスト



藤井峯子さん

ふじい・みねこ エステティシャン
(株)MIKUインターナショナル代表

エステティシャンから

更年期を受け止めて。お手入れは、表面の症状に惑わされずに。

「更年期の影響が肌に出るのが50代」と言うのは、エステティシャン歴33年の藤井峯子さん。

「ホルモンバランスの崩れによって、肌は不安定になり、どう転ぶかわからない状態。肌表面が汗ばんでベタつく人もいれば、むくんだようになるのにカサつくという人もいます。寝不足や疲れに関係なく、良くなったり悪くなったり。そういう時期は、お手入れ不足になったりしますが、逆に焦ってムキになってやりすぎるのもよくありません」

それぞれにタイプが違っても、年齢を重ねた肌に必要なのは保湿。

「基本的に、50代の肌は乾燥している状態と心得て。化粧水なら3回重ねる、美容液やクリームは塗ってから3分くらい待って肌に浸透させるなど、プロセスを工夫して、常に潤いで満たしておくことが大事です。ベタつきが気になる肌はクレンジングを重視、肌が薄い人は丁寧に扱いダメージを与えないよう注意して」

美容皮膚科医から

がらっと変わる肌に合わせて、いままでの化粧品を見直して。

「肌が、がらりと変わるのが50歳を過ぎた頃。体の中のさまざまな変調が重なるのが、ちょうどその時期なのです」

と言うのは、「衣理クリニック表参道」で院長を務め、数多くの女性の肌を診てきた片桐衣理さん。

「体の代謝の低下に伴って修復力が落ち、免疫力もダウン。水分を保つ力がなくなり、皮膚の組織を作っているコラーゲンやエラスチンの量も減少していきます。見た目には、肌がやつれたようになり、刺激にも弱くなります」

状態が良かった頃のままのお手入れでは不十分。

「肌の変化に合わせて化粧品も替えていく必要がありますが、肌が敏感になりがちな50代は、いきなりすべてを替えないほうがいい。潤いを保つクレンジング、失った肌の成分をきちんと補う基礎ケアで肌を整えたいので、美容液やクリームの見直しをしていきましょう」

片桐衣理さん

かたざり・えり 美容皮膚科・内科医



<http://eri-clinic.com>