

スキンケア & マッサージで美肌をゲット!

ポイントケアで

エイジレスな肌になる

ほうれい線の深さや目もとのたるみ、くすみなど、気になる老化のサインはありませんか？
それらは、悩みポイント別にスキンケア方法を変えて、効果的なマッサージを行えば取り戻すことができます！
■ 片桐衣理子（山形県） ■ 村木宏衣（山形県）



正確なスキンケアと
筋肉マッサージで
エイジレスケア!

ふと鏡を見て「最近、実年齢より老けて見えるな」と思うことはありませんか？ 20代後半から肌の老化は始まっているのです。
特に、「ほうれい線」や「目もとのたるみやくすみ」「ほおの毛穴の開き」の3つのポイントは老化のサイン。「レタスクラブ」読者世代ならこの3つを元に戻すだけでエイジレスな肌になれます。
「正しくケアしているのといないのでは、肌本来の機能が違ってくる」と、その機能を高めることが

教えてくれたのは…



片桐衣理子
美容内科医、皮膚科医、「衣理クリニック」院長。女性ならではの繊細な視点から、肌や体の悩みに対応してくれると評判。
衣理クリニック 東京都03(57)86(0077) <http://iri-clinic.com>



村木宏衣さん
アンチエイジングデザイナー。効果的なアンチエイジングやリアレンジングを行なう「顔のスタイルM」の代表。
スタイルM 03(5771)1150 <http://www.style-m.jp/>

老化防止にもつながるので、気になるポイントは特にきちんとケアしなければなりません（片桐先生）
さらに、肌表面だけでなく、内部を刺激する村木宏衣さん独自のマッサージを行えば、ホームケアはより効果的になるそう。
「マッサージによって、内部の筋肉を鍛えることで、血行がよくなり、代謝も上がります。すると、たるみが引き上がり、くすみやすつきりしたりします」（村木さん）
気になるポイントを見つけたら、ここで紹介する正しいスキンケアとマッサージで、エイジレスな肌を目指しましょう！