

呼び水になるから あとから来るケアの 肌に「水の通り道」を作り、

02

化粧水には、あとのケアの浸透をよくする「肌の呼び水的役割」があると感じている人は多いだろう。「土が乾いてこぼれた畑には、水をやって、掘り起こして、いい状態を作っていきますよね。肌も同じこと。化粧水で柔らかくすることで、あとのケアが通る道すじができるんです」(山本さん)。また最近では、肌内部にスムーズな「水の通り道」をつくる化粧水も開発されている。「肌の一番外側にある角層の細胞は細胞間脂質で囲まれています。その細胞間脂質は、水と油が規則的に並んだ構造をとっているため、そのままでは水分が通りにくいのです。新しい技術では、化粧水中に配合された特別な成分で、水と油が並んだ構造中の水の部分を広げ、水の通り道を拡張。さらに角層細胞内の線維に水分を抱え込ませる技術もプラスし、角層の奥まで水分が行き渡りやすくしています。また油性の成分がスムーズに入るよう工夫した化粧水も開発されています」(西坂さん)

世界のどこを探したって、日本人ほど化粧水好きな民族はいやしない(いったいどの国で、「化粧水を毎日使っている? Yes=100%」なんてアンケートの答えが返ってくるというのか!?)。でも、ここまで化粧水にこだわるのは、どうやら日本の気候、そこからくる日本人の肌状態が関係しているらしい。

「人間の体の6割が水分でできていることからわかるように、水は肌にとっても「すべての源」。その水分を補うために一番効率的なのが化粧水です。特に私たち日本人は、高温多湿な環境で育っているのだから、肌がよけに水を必要とするし、水のレベルが下がると何らかのトラブルに傾きがちに。化粧水は日本人に合っているし、必要なケアだと思います」(片桐先生)。一方、メンタル面も含めた、こんな証言も。「化粧水をジャバジャバ使うのは、日本人くらいなもの。肌を水で潤すという文化があって、それによって日本人の肌はみずみずしく、柔らかく保たれているのでは。また、日本人の肌独特の湿り気、ウェットさは女性の色気につながっているし、そういう色気は化粧水がつくっているのかもしれない。それに日本には「水が合う」「水に流す」といった水に関する表現も多く、水を使ったお風呂、洗顔が大好きという伝統もありますね」(永富さん)。「水の国」で育った日本人が化粧水好きになるには、それなりの理由があったのだ。

日本人の気候条件・肌条件・気分に合わせているから

03

長い時間、潤いを保たせるから

ひたひた、うるうる、潤いが肌に入っていくから、化粧水って重要。私たちが美然と感じている感覚だけど、やっぱりこれって正しい! 「角層の細胞は常に生まれ変わっていて、生まれだての細胞は潤いで満たされていますが、ターンオーバーで上へ上がっていくに従って、少なくなっていく。その角層を潤った環境に保つのは、NMFという潤い成分・セラミド・皮脂です。洗顔で皮脂が洗い流され、NMFが少なくなったところに、潤いを応急的に補って、保たせる役割を果たしているのが化粧水です」(西坂さん)。ここで肝心なのは、化粧水はただ単に、潤いを「補う」だけではなく、「保つ」働きもしているということ。「一見、水をチャージしても同じことのように見えますが、水は補ってもすぐなくなるけれども、化粧水は潤いを保つことができる。「いかに保たせるか」が、化粧水の機能のカギといえます」(西坂さん)。潤いを長くキープするのは、化粧水中に配合された、「潤いを保持する成分」や「潤い成分そのもの」。この成分が活躍するから、「みんな、お風呂から上がってすぐの肌を保ちたいと思うけど、あっという間にカサカサになりますよね。それをキープしてくれるのが化粧水なんです」(山本さん)、なんて実感が生まれるのだ。のどが渴けば水をゴクゴク。また渴いたら水をキューツ。そんな風に肌にもこまめに潤い補給できればいいけど、現実的に、働く女性が化粧水をつけられるのは朝と晩だけ。潤いが長く保てる化粧水は、機械のいい肌をキープするために、欠かせない存在なのだ。

01

・お話をうかがった方々



岡部美代治さん
ビューティサイエンティスト。大手化粧品会社で長年研究・商品開発に携わった後、独立。化粧品に関する正しい知識を多くの人に伝えるべく日々奔走する。美容界のご意見番。



片桐衣理先生
内科・美容皮膚科医。衣理クリニック表参道院長。医療の現場を通して、独自の視点でアンチエイジングに取り組み、読アドバイスに定評が、ご自身も年齢不詳の美肌の持ち主。



永富千晴さん
ビューティジャーナリスト。ビューティコンサルティング事務所「ビューロー」。美容コミュニティサロン、「Cub C」主宰。女性誌執筆、ブランディング、イベントなど多彩に活躍中。



西坂真実さん
花王ビューティケア研究センター「ビューティ研究所」。化粧水とすじ15年、多くのブランドの化粧水開発に携わる。化粧水のことなら知らないことのない、化粧水博士。



Haneóさん
エステティシャン。フランスにてエステティック技術を学び、そのゴッドハンドで多くのセラピストを育てる。6年半在任し'08年に帰国。独自のメソッド・技術が早くも話題に。



山本清未さん
ヘア&メイクアップアーティスト。その人の個性を生かした、生き生きとしたメイクが女性たちの支持を集める。スキンケアにも造詣が深く、多くの製品、ケア法に精通している。

正しい使い方なら、リンパまでも刺激してもともとの肌力を引き出せるから

09

刺激して

ど 人々に高価な化粧水でも、丁寧に付けるければ効果は半減！ ある意味、製品の効能以上に、使い方が手応えの大半を握っているともいえる。「化粧水を顔につけていると、適量しか入りません。化粧水が好きというながら、きちんと使えていない方は多いようです。手に取って、ただパシャパシャつけるだけでなく、小鼻や法令線へのこんど部分は指の側面を持ってつけるなどして、よくなじませます。次に頬元、頬などに重ねつけし、最後に手のひらを肌に乗寄せ、マッピングして広げます。「手のひらに500円玉大の量を取ったら、すぐ顔の内側から外側に、上から下に向けて押さえるようにつけます。【上から下】と

は意外なようですが、こうするとリンパが落ちて流れやすくなるんですよ。最後に「キレイになって」「とがって」と肌を思い浮かせながら手のひらで押し込むと、指が弱しなくなります。首やデコルテ、首の後ろにもつけて」(浜崎さん)。また、化粧水は、**肌状態を見極めるツール**にもなる。「化粧水がほじかれるとか、表面がベタベタするというように、肌に入らない日は、明らかにコンディションが悪い。そういうときは、水で洗って、肌のササツキした部分をケレンジングし直したりして調整します」(永富さん)。ザックリ取って、パンパンで締めたりでは皮膚が荒れ、いっしょにムードを落とすためにも、今日からじっくりリブはを習慣にすべし。

11

肌自体の保水機能をもアップさせてくれるから

先 ほと化粧水一まいを繰り返し、保たせるもの、という話をしたけれど、最近の化粧水はそれだけでは足りない。補い、保つのみならず、肌自身が水分をキープしたり、つくり出す「**保水機能**」を高めてくれるというからスゴイ。つまり化粧水を使い使えば、**「自分で潤いを保てる肌」**をつくりやすい肌になる。これによって、「かたえは今は注目されているのが、皮膚の細胞内の保水機能を高める技術です。細胞の内側では、細胞を構成するケラチン繊維のまわりにあるヒゲ状の部分で、水分を抱え込んでキープしています。ケラチン繊維が柔らかくほぐされて分泌していると、ヒゲの部分でたっぷり水分を抱え込めることができますが、繊維が固まってしまうと、水分を保持しづらくなります。こうした輪にまわって固まったヒゲをのびることによって、肌は水分を抱えやすくなる成分が、化粧水に配合され始めています」(高橋さん)。そのほかにも細胞生成に関わる酵素を活性化したり、細胞にエネルギーを与えたりと、肌の保水能アップの手段は様々。気持ちよみに身を任せているうちに、肌の肌力だって上がるから、それこそ使わなくては困る！ なのに、そんな頼もしいアイテムだから**化粧水を変えるだけで、肌が変わった!**といううれしい話も、「乾燥がなかなか改善しない皆さんは、化粧水を管理していないことが多いようです。そういう方には、落とすすぎないケレンジングと保水力の高い化粧水に替えて、**化粧水を2〜3回つける、コットンパックをする**といったケア法を実行してもらいます。それだけで、2〜3週間とつと肌が乾かなくなってくるんですよ」(西村先生)。「サロンの20〜30代が改善の方向の肌を見ていて、**トラブルの原因の大半が潤い不足、乾燥、シワ、そばかす、毛穴**など。なによりトラブルは、潤いを上手に補うことで解決します」(永富さん)だから化粧水、さあ化粧水。化粧水をしっかり活用できれば、肌の未来はきっと明るい！

確かに化粧水はシンプルなケアだ。だが、シンプルだからこそ、**多彩な活用法**があるのも事実。というわけで、こんなメソッドをご紹介。「夜、洗顔をした後に、**化粧水だけをつけて眠る**。肌が乾燥すると、自然と肌力が落ちます。というのも、肌は休つくられるもの。その日のケアで、肌にいるいろいろな成分を押し込め、自分で動かなくなってしまふんです。ところが、化粧水だけ、余計な成分や刺激成分を入らないケアを続けると、朝、肌がベタベタになってきます。これは**肌内部の不要な毒素**が出てきているサイン。肌から毒素がなくなれば、ツヤツヤハリがアップして、ニキビが減って、毛穴が小さくなります。それにフェイスマスクもキュッと締まった感じ……**フランスの昔からのエステのケア**はこの方法なんです」(Kamelさん)。Kamelさんいわく、フランスのサロンにもこのケアが盛んで、「肌が変わった」と喜んでくれる人が多いそう。ポイントも、すぐやめずに続けること。最初の頃は「いや」と思っても、1ヵ月とつと肌が変化してくる。また、「保湿は肌を汚染から保護するため、化粧水だけでなくクリームもつけておかない。化粧水は、オーガニック系が望ましいのだとか。「日本の女性は、みなさん、たくさん化粧品をつけてすぎ」デトックスされた肌を実感したら、改めて「この保湿液は必要？」と尋ねて、**本質にしているもの**というものを見極めてKamelさんに早速、アラウシオで2名、「**化粧水美容**」を実践したところ、1人は乾燥が激しく、事前に再調整を要して調整。「人はおのれで潤い良好。「肌ツヤツヤ」とはめられるように、逆ごろ「たまってる」あなた、トライしてみよう？」

10

夜のローション1本ケアの**デトックス効果**で、**肌が変わるマツトもあるから**