

## 花粉の肌トラブルに負けない 女のたしなみビューティ

春の不安定な肌に花粉が追い打ちをかけるこの時期。ちょっとしたポイントで、花粉による肌荒れを回避し、快適に乗り切るための対策を紹介します。

Photo: Hiiji Furudo Text: Kouji Akiba

Point ②

### こすりすぎはNG 優しくクレンジング

肌をこすりすぎている人が多いというクレンジング。ただでさえ肌不安定で荒れやすい今、オイルクレンジングなどのダブル洗顔は負担が大きいので見直してみよう。肌に優しいミルクタイプやジェルタイプに切り替えて、後肌もしっとり。

ヒアルロン酸や保湿性コラーゲンを配合し、保湿しながらクレンジング。洗顔ゴコロ1本で完了。フレンドリングジェル MS 220g ¥2,500 / イースペシャル(美人製造研究所)



Point ③

### メイクくずれを最小限に マメな化粧直しを心がけて

いくら花粉だからといって、スッピン・メガネ・マスク姿では女子力は低下する一方。ファンデーションは、肌に花粉が直接触れるのを防ぐので、パウダーを優しく押さえるようにつければ問題なし。涙目には、ウォータープルーフのマスカラやアイライナーが不可欠。また応急措置として、小鼻や目もとファンデのヨレにはコンシーラーを。顔のくすみにはチークやリップで華やかさをプラスして。

花粉が肌を刺激し、乾燥やかゆみを引き起こす。敏感肌には、保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

花粉が肌を刺激し、乾燥やかゆみを引き起こす。敏感肌には、保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

花粉が肌を刺激し、乾燥やかゆみを引き起こす。敏感肌には、保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

花粉が肌を刺激し、乾燥やかゆみを引き起こす。敏感肌には、保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

花粉が肌を刺激し、乾燥やかゆみを引き起こす。敏感肌には、保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

Point ①

### 乾燥&かゆみに 徹底保湿で肌荒れを防ぐ

花粉により引き起こされる「乾燥」とむずむずした「かゆみ」。「悪化させると、角質層がめくれあがりバリア機能が低下し、過敏肌に傾きます。普段問題なかった化粧品がピリピリしたりします」と衣理クリニック片桐先生。この症状、心当たりのある人も多いのでは、今のうちにたっぷりの水分補給の後、クリームでフタをする「保湿」で肌の基礎力を上げるのが先決。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。



保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。

保湿成分を配合した化粧水や乳液を、花粉が肌を刺激する前に塗る。また、花粉が肌を刺激する前に、保湿成分を配合した化粧水や乳液を塗る。



【右】敏感肌にも使え、エイジングケアできる高保湿クリーム。アタチアクリームAO 30g ¥23,100 / 下目くさい肌にも、お肌成分たっぷり届ける保湿マスカラ。夜間専用マスク ¥15,750 / とにもイースペシャル(美人製造研究所)



昨年、特別研修スペースと美人製造研究所が5月に同時オープン。高度な美容技術と最新の空間で磨き上げた美のかがやきツクリニックス。

■美容クリニック美容室  
東京池袋地区有明3-5-30 入会ビル4F-5F  
TEL: 03-5798-1155 (0時～)  
営業時間 11:00～20:00  
※2010年4月より 10:00～19:00  
水曜、第1、2、3日曜 休み  
(休日にあわせて予約のメニュー)  
アクリアール 全額 1回 ¥21,000  
イオン導入 全額 1回 ¥5,290



花柳衣理 先生  
美容皮膚科・内科。安全かつ効果的なプロポーサーと最新のデンス注射のヒアムロシオンを、一緒に使うように心がけて、さらに、規則正しい日常生活と適度な運動で、自立トレーニングのバランスを整えることも忘れずに！  
花柳に負けない肌パリアを体の外側と内側から強化すべし。

## 花粉症は早めの予防対策を 肌は低刺激&保湿ケアが鉄則!

春は花粉、ほこり、紫外線と肌への刺激がいっぱい。「乾燥肌、ゆずり肌、赤み、かゆみ」といった肌不調からすでに花粉症は始まっています。自覚がなくても花粉が肌に悪影響を及ぼしている場合が多いです。と衣理クリニック表参道片桐衣理先生、「乾燥肌や痒みなどの外的刺激が入りやすくなってしまうので、赤く炎症を起こしたり、強いかゆみやヒリつきを感じたら要注意。重症化するとも、メラニンが出てきて色素沈着し、黒ずみを誘発します」そんな花粉による肌の道徳に陥らないために有効な対策は、「予防が第一」。自分でできるケアとしては、症状が軽いうちに、保湿を徹底するスキンケア。また、敏感肌と診断されている「ピタラ」A、B、C、E を併用することもオススメ。代謝や免疫力をアップし、皮膚の再生を促す効果があります。ただ、「ピタラ」を一種だけでなく、なくてはならないので、負荷がたんに振るよう心がけて、さらに、規則正しい日常生活と適度な運動で、自立トレーニングのバランスを整えることも忘れずに！  
花柳に負けない肌パリアを体の外側と内側から強化すべし。

## 進化するマスク事情 噂のアイテムをチェック

マスクで花粉をガードすることは効果的な予防策。でも、マスクすると息苦しかったり、化粧がいつか落ちてきたり、化粧が落ちたりのストレスが溜まる。そのストレスを軽減すべく最新マスクが続々登場。アロマの効果で鼻通りを楽にしたり、メイクが落ちにくいものや、さらに鼻に塗るマスクや入るマスクと技術の進化を感じずにはられない。



## くすみ対策で 疲れた印象を払拭

乾燥などで肌のターンオーバーが乱れると、化粧ノリが悪いだけでなく、ごわついた、どんよりもった肌に。そんな時は、肌に活力を与えるアイテムを追加投入。糖の力で穏やかに角質ケアしたり、疲れが出やすい目もとを、みずみずしい輝きで保つポイントケアなど、ぜひ取り入れたい。



## シンシアガーデンで見つけた 花粉ケアするナチュラルコスメ

モデルや業界人もこぞって通う「シンシアガーデン」は、オーガニック&ナチュラルなコスメが揃う。この時期、花粉症や肌荒れ対策に活躍する人気アイテムがピックアップ。天然成分や安心なママバターや、実効も押える効果のあるラベンダーが入ったミスト、リラックスしながらケアできるバスエッセンス、ハーブティなど、バラエティ豊か。ライフスタイルに合わせて活用が幅がりそう。

