

読者の39.3%が
毛穴が目立ち
悩んでいるとした

手ぬぐい洗顔

毛穴が目立たなくなり
キメの細かい肌になる♪

セルフケア
3
ソフトピーリング
で角質ケア

加齢とともに気になるたるみ毛穴の原因は、肌の上に蓄積された角質と汚れ。そこで、これらを三気にお浮かべ、手ぬぐいと石けんだけでできる洗顔法、試してみませんか？

安くても
エコ!

手ぬぐいと
石けんだけで
クレンジング
不要!

トロ〜リ泡と
手ぬぐいが
ポイント!

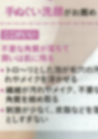
毛穴が目立ちにくい肌

- 毛穴が目立たない
- 肌のキメが整う



毛穴が目立つ原因

- 毛穴が詰まりやすくなる
- 角質が厚くなる



毛穴が目立ちやすい肌

- 毛穴が詰まりやすくなる
- 角質が厚くなる



年を重ねるにつれてどうして 毛穴が目立つようになるの？

加齢によって、肌のターンオーバーは鈍っていく。衣理クリニック表参道の片桐衣理院長は、「ターンオーバーが鈍って古い角質が積み重なった肌は、水分を保持する力が弱く、乾燥を招く。その結果、肌もくすみ、毛穴も広がって見える」と指摘する。「毛穴を広げないためには日々の角質ケアと保湿が大切です」。



衣理クリニック表参道
片桐衣理院長

美容皮膚科・内科医、美容医療やアンチエイジングに詳しく、自ら体験した治療と豊富な臨床経験から、患者に合う効果的なアプローチを提案。オリジナルコスメ「イースベッセル」の開発も手掛ける。

メイクも落とせる! デイリー毛穴ケア 夜の洗顔を変えると毛穴が締まる!

トロトロぬぐい洗顔

START



① メイクをしたまま、ぬるま湯で顔を洗う

顔のメイクや汚れを落とすために、ぬるま湯で顔を洗います。メイクをしたまま、ぬるま湯で顔を洗います。



② 濡らして絞った手ぬぐいで一度、顔全体をぬぐう

濡らして絞った手ぬぐいで、顔全体をぬぐいます。手ぬぐいで顔を拭くことで、メイクや汚れを落とすことができます。

メイクが落ちていてもこすらないように優しく手ぬぐいで顔を拭きます。乾燥しないように、優しく顔を拭きます。



③ 石けんを手ぬぐいでこすった後、優しくもみ込むように泡立てる

手ぬぐいで顔を拭いた後、石けんをこすります。泡立てることで、顔を優しく洗えます。



泡立ちの目安は、顔全体を優しく洗えるくらいです。泡立てることで、顔を優しく洗えます。

洗顔のポイント

- ① ウォータープルーフのメイク、リップは専用のクレンジングで落とす
- ② 手ぬぐいはあらかじめ洗面水で濡らしておく

洗顔の手順

- ① 手ぬぐい 顔全体をぬぐう
- ② 手ぬぐい 顔全体をぬぐう

洗顔のポイント

ぬぐう力は優しく、優しく顔を洗うことで、顔を優しく洗えます。

① 顔をこする



顔をこするときは優しく、顔をこすります。

② 顔全体をぬぐう



顔をこするときは優しく、顔をこすります。

③ 泡立てる方法は顔を洗う、顔に泡をのぼせる

顔を洗うときは顔を洗う、顔を洗うときは顔を洗う。

④ 顔をこする



顔をこするときは優しく、顔をこすります。

⑤ 顔をこする



顔をこするときは優しく、顔をこすります。



手ぬぐい洗顔
高橋しおりさん

洗顔のポイントは、顔を優しく洗うことです。手ぬぐいで顔を拭くことで、メイクや汚れを落とすことができます。

ここからが洗顔の本番! 795pへ

40代に入ると、目立ってくるのが毛穴の中で斜線状に重れた涙型の「たるみ毛穴」。女性の肌事情に詳しい衣理クリニク表参道(東京都港区)の片桐衣理院長は「加齢でターンオーバーが低下すると、古い角質が溜まって潤いを保持できなくなり、肌の乾燥が進み、毛穴が開いて見える」と説明する。