

今すぐお手軽ケア

5つのSTEPで健やかな肌へ

乾燥は肌の大敵だから充分にお肌を潤わせてあげることが大切。肌への負担を最小限に抑えて、いたわるようにケアしましょう。

キーポイントは
潤いプラス!

皮膚は約2mm
という薄さ!

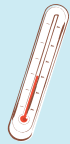
5 肌への負担を抑制

肌に負担をかけると角質が乱れて水分の蒸発を助長します。洗顔時はもちろんファンデーションを塗る時も、肌への負担を最小限に抑えましょう。



1 めるま湯で洗顔

熱いお湯は必要な皮脂を除去しすぎて肌を乾燥させます。36~37℃くらいのぬるま湯で肌をいたわりながら、たっぷりの泡でやさしく洗顔しましょう。



2 洗顔後はすぐに保湿

洗顔後は水分が蒸発しやすいので、肌が潤っているうちに化粧水で水分を補給し、美容液で肌をしっかり保護しましょう。



3 手のひらで浸透力UP

化粧水や美容液をなじませた後は、手のひら全体で顔を包みこむように軽く押さえましょう。手のひらから遠赤外線が放出されて、肌への浸透が高まります。

4 乾燥部分への重ねづけ

皮膚が薄く特に乾燥しやすい目元・口元・頬には、化粧水や美容液をピンポイントで重ねづけすると効果的です。



+a

フェイスマッサージで血行促進!

顔の内から外へやさしくマッサージすることによって、血行が促進され、新陳代謝を活発にします。

Summer 紫外線 + Autumn 乾燥 = 肌老化のW原因

秋の夜長に、たっぷり自分を磨きましょう!

秋肌のストレスを癒しましょう!



夏の強い紫外線、室内外の温度差などによるダメージに加えて、秋のお肌は乾燥と湿気でバランスを崩しがち。不安定な肌コンディションをそのままにしておくと、トラブルを引き起こすだけでなく、肌の老化にもつながります。そこで、いつものお手入れをほんの少し見直して、秋肌ストレスを早めに癒してあげましょう。

肌ストレスに一番必要なケアは「水分補給」。「しっとりしているから大丈夫」「脂っぽいから水分は足りているみたい」と思っている方も要注意です。ベタついている部分とカサついている部分が混在している「混合肌」の可能性もありますよ。また、秋口は時折感じる涼しい風に油断してしまいがちですが、まだまだ日差しが残っているので、紫外線対策も忘れずに! 肌にとって過酷な環境が続きますが、自分の肌にあったケアで、真冬に負けない健やかな肌を手に入れましょう!

あなたの肌の夏ダメージは大丈夫!?

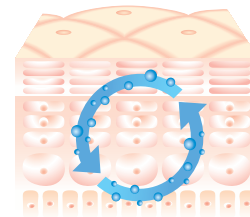
ダメージCheck ✓

- 洗濯物を干したり、5分程度の外出時には紫外線対策をしていなかった。
- 紫外線カットクリームをつけない日があった。
- ベタつくから、化粧水だけで保湿クリームなどをつけない日があった。
- 冷房の効いた室内で過ごすことが多かった。

WARNING
チェックが3つ以上の方は要注意!

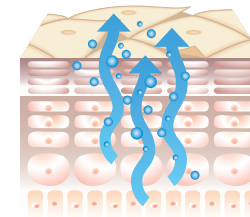
「混合肌」にご用心! Oily&Dry

Tゾーンはベタついているのに、口元や目元はカサカサしている…。オイリーとドライが混在した「混合肌」は、バリア機能が低下し、外部からの刺激を受けやすくなります。大切なのは、「肌を清潔にすること」「肌に水分を与えること」。自分の肌コンディションにあったスキンケア用品で丁寧なお手入れを心がけましょう。



【潤った肌】

潤いが足りていると外部からの刺激をガードしやすく、肌バランスが整う。



【乾燥した肌】

潤いが不足していると外部からの刺激を受けやすく、肌バランスが崩れる。

シミ・シワ・タルミなど肌の老化が進行する前にたっぷり水分補給を!