

そのスキンケア、間違っていないですか？

基本3STEPのお手入れで、 つややか、なめらか、 絹肌そだて

正しく行えば、
基本の3STEPケアで
つや肌は可能

シルクのようななめらかさと上品なつやをたたえた“絹肌”。薄化粧でもあでやかなきもの色彩に負けないどころか、それに映えて輝きを増す肌です。「そんな“絹肌”を手に入れるために、重要なのは普段のお手入れ。一日の終わりに汚れを落とし、必要なうるおいを補給し、そして、日中肌の保護と夜肌の補修を助けるシンプルなスキンケアです」と語るのはエステシヤンの森本チヅ子さん。ご自身も60代とは思えない、輝く絹肌の持ち主です。

新しい年を迎えれば、色彩に心躍る春はもうすぐ。きもの生活も彩りを増して、ますます楽しい季節です。なめらかな絹の光沢に、あなたの肌は映えていますか？美肌育成のプロが“絹肌そだて”のコツを伝授します。

撮影／大山克巳 イラスト／古川美和 構成・文／岡田幸子

なめらか肌への第一歩、 ピテカゴベザ判定で 肌チェック

「“絹肌”を目指すならまず第一にしていだきたいのは自分の肌を知ること。肌のチェックを日課に取り入れて、毎日自分の肌がどういう状態にあるのかを把握してほしいのです」。森本さんが提案されているのが“ピテカゴベザ判定”。肌状態を「ビリビリ、テカテカ、カサカサ、ゴワゴワ、ベトベト、ザラザラ」の6つの状態で判定する方法です。毎日のクレンジング後に判定して、ケアの方向性を決定します。必要なケアを見極めるのです。

筋肉とリンパの流れに そった、マッサージ効果 を取り入れて

「様子を見てほしいビリビリ肌以外の肌状態なら、2種のマッサージを軸にお手入れを」。クレンジング時のマッサージで肌表面の汚れを落とし、クリーム塗布時のマッサージで皮下の老廃物を流します。この2STEPに美容液での保湿ケアを挟み込んだ3STEPが基本ケア。意外にシンプルなこの基本ケアに、肌状態に合わせて石けん洗顔（テカテカ、ベトベト）や角質ケア（ゴワゴワ）、ゴマーージュ（ザラザラ）などの症状別ケアを加えます。

絹肌そだてのコツを教えてくださいましたのは



ラ・ボーテ・アクアボン
オーナーエステティシヤン
森本チヅ子さん

もりもと・ちづこ◎高校体育教師などを経て自身の肌悩みをきっかけに、仏エステブランド「カリタ」入社。パリの指導を直に受け、全国のカリタサロンでインストラクターを務める。2000年サロンをオープン。「一度の施術で変化が見える」確かな技術で、絶大な人気を誇る





コラーゲン ゴールド
30ml×10本 3,675円◆メナード

アルマードラディーナ
ビューティーサプリメント
450mg×60粒 7,350円◆セシル

絹肌に必須の コラーゲンは 「飲む」アイテムも取り入れて

絹肌のハリ・弾力を支えるコラーゲンは、ドリンクやサプリメントで取り入れるのもひとつの方法です。魚由来のコラーゲんとクマザサエキスを配合したメナードのコラーゲン ゴールドは、着色料・保存料とカフェイン無添加のドリンク。お休み前にも気軽に飲むことができます。アルマードラディーナのビューティーサプリメントは卵の内側にある卵殻膜を粉末配合した錠剤タイプのサプリメント。プリプリのベビーコラーゲンの再生をサポートします。こうしたドリンクや錠剤は頼りすぎることなく、上手に取り入れれば、体の内側から美容と健康をサポートしてくれます。

Special Care

コットンにタオル、 ラップなど、 身近なもので「ながらケア」

「大切なのは肌を知り、必要なお手入れを適切に行うこと。特別なアイテムのみに頼る必要はありません」という森本さんのおすすめはミニタオル。「水に濡らしたミニタオルを30秒ほど電子レンジに。クレンジング後にのせれば、角質が緩んで豊潤に」。美容成分の浸透もよくなるとか。「ほかにも通常的美容液をシート型マスクに浸透させて肌にのせ、上からラップで覆うラップラッピングも美容液の浸透を高めてくれます。大判コットンを濡らして繰り返し拭き取るクレンジングだけでも、無意識な洗顔を繰り返してきた方にはスペシャルケア並みの効果が表れるはず。気負わず試してみてください」

サロンで森本さんの 技を堪能。 ネックエステも人気

SHOP DATA

ラ・ボーテ・アクアボン

東京都渋谷区神宮前2-33-5 パークノヴァ413

☎03-3401-2051

FAX03-5876-8480

🕒10:30~19:30 (最終受付) 不定休

<http://www.aquobon.net/>



神宮前の閑静な住宅街にあるラ・ボーテ・アクアボンは、今回お手入れのアドバイスをいただいた森本チツ子さんのサロン。完全予約制のプライベートな空間で、肌自体の美くなる力を引き出すオーダーメイドの施術を受けることができます。『美しいキモノ』読者におすすめなのが、長年の研究を生かして開発されたオールラウンドネックトリートメント(2時間21,000円)。和装に必要な不可欠な美しい首に磨きあげる、デコルテと首を中心としたトリートメントです。「首はデトックスの最終地点。首が美しくないと顔も変わります。凛と美しい首で和装をもっと楽しんでください」