

からだにいいこと読者が試してみました！

“自宅でエステ”感覚のセルフケアで美肌力を底上げしましょう

教えてくれたのは
中島知賀子さん
皮膚科医・中島皮フ科
理事長。保険診療と共に
予防医療や美容治療を
を行い、心も体も美しくなる
サポートを目指している。



毎日のケアができていないと
美肌を保つのは難しい

乾燥が気になる季節、肌トラブルに悩む方は多いのでは。美容皮膚科医として日々女性の肌来接する中島知賀子さんは、ケアの問題を指摘します。
「まず洗顔がしっかりできていない方が多いですね。汚れが残っているため毛穴が開きやすくなり、基礎化粧品の効果も発揮されにくくなります。洗い方でも、ゴシゴシすることで摩擦を起し、肌のハリに影響していたり。クリニックの施術でトラブルを解消しても、ご自身でケアできていないと美

肌を保つことは難しいですから
また、加齢による肌の変化も多くの女性にとって悩ましいところ。
「肌の新陳代謝は年齢とともに低下するので、コラーゲンなどの肌成分が減り、ハリ不足などが気になるように。水分を保ちにくくなるため、うるおいも低下します。放っておくと悪循環で肌力は衰えていきますが、これも毎日のケアで変わってきます」

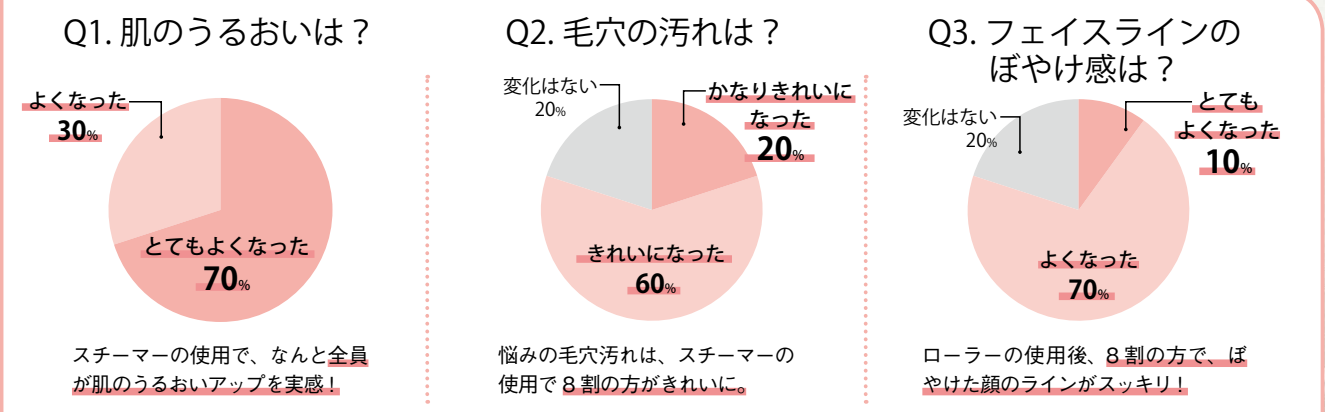
美容機器のサポートで
肌悩みの対策を

歳とともにますます重要になる肌ケア。そこで女性の味方になるのが、美容機器でのサポートです。
「たとえばスチーマーなどで蒸気を当てると毛穴が開きやすくなり、汚れが落ちやすくなります。蒸気だとハンドケアに比べて、摩擦トラブルの面でも安心です」と中島さん。

またローラータイプの美容機器は、ハリ不足などの悩みに役立ちます。
「ハリのある肌を保つには、顔の筋肉に刺激を与えて活性化することが大切。毎日のケアに少しプラスすることで、肌力をキープしていきましょう」
実際、からこと読者に美容機器を試してもらったところ、美肌力を実感する声が続々と！季節の肌悩みや、ハリ対策に取り入れてみては。

読者20名に使ってもらいました！

からこと読者が、スチーマーとローラーをお試し。気になる結果をご報告します。

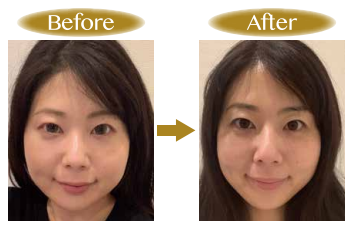


からだにいいこと読者（年齢30～50代）を対象に、フェイススチーマーと吸引＆フェイスローラーを各10名、1週間・朝晩15分ずつ使用した結果。

さわると肌ハリが！



照本加奈子さん
(37歳・神奈川県)
丸顔なうえに、マスク生活で表情筋を使わなくなり、外したときのフェイスラインにガク然…！オンラインで顔だけ見られることも多いので、シュツとした顔になりたい。

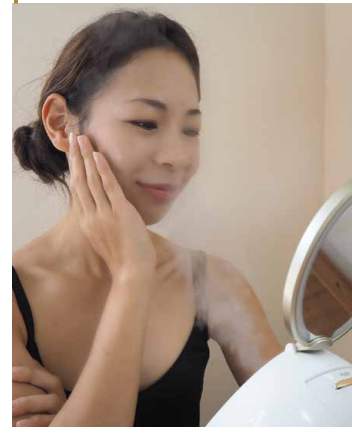


使ってみました！
回転ローラーの刺激が気持ちよく、やみつきになるほど。使った後、肌をさわるとハリを感じるし、ぼやけがちなフェイスラインがキュッとなった感じで驚きました。続けたらどんどんスッキリしそう！使用後はめぐりがよくなるのか、顔がほかほかと温かくなりました。

毛穴汚れが落ち肌ツヤも！



新谷美穂さん
(30歳・千葉県)
毛穴の汚れが気になり、クレンジングにもうひと手間必要かなと思っていました。乾燥で、ファンデーションを塗ると粉を吹くのも悩みで、保湿ケアも課題。



使ってみました！
朝、スチーマーを使うと肌がうるおってメイクのノリがよくなり、ツヤも出てうれしい～。夜はクレンジング後にスチーマーを使ったのですが、コットンが黄ばむほどメイクの落とし残しが取れて感動！角栓が飛び出してきて、毛穴の汚れ落ちも実感。クレンジングと保湿の両方で大活躍でした。

ENAGE(エナージュ)で美肌力をUP！

からこと読者に試してもらった、毎日のケアに取り入れやすい美容グッズをご紹介。お手頃価格でトライしやすいから要注目！

フェイスラインをスッキリ！



マスク生活でぼやけがちなフェイスライン、ハリ不足に。回転ローラーが顔の筋肉を刺激し、トラブルにアプローチ。回転を左右切り替えて、筋肉の方向に合わせたサポートも可能。お顔をスッキリさせたい方に。

エナージュ 吸引＆フェイスローラー
¥6,050

おうちで“スチーマー美容”



スチーマー美容に興味はあるけど…と、ためらっている方にオススメ。シンプル機能にすることで、お手頃価格を実現。保湿や毛穴のケアに大活躍！ミラーつきでお化粧品タイムにも役立つから、出しっぱなしでもOK。

エナージュ フェイススチーマー
¥12,210

外出先でもうるおいプラス



バッグに入れて持ち運べるハンディミスト。オフィスや外出先でも、お化粧品したままうるおいケアが手軽に。水の代わりにお手持ちの化粧水を10倍に薄めて使うと、さらにうるおい力がUP。乾燥の季節に大活躍です！

エナージュ ハンディミスト
¥4,840

超音波&イオンでトータルケア



「超音波機能」(3MHz) が、ハリと弾力をサポート。さらに「イオン導入・導出機能」で、肌を温めながら保湿ケア&クレンジング。これ1台で美肌のトータルケアが可能に。おうちエステのフルコースが実現しました。

エナージュ 超音波美顔器
¥12,210