

Regina

ゴルフ場は私が輝く
最高の舞台!

レジーナ

2024
AUTUMN
& WINTER

ALBATROSS-VIEW
11月9日 増刊号
960円(税込み)

COVER
泉里香

GOLF LESSON

スコアをまとめる

お助け
ハック

同じ日に同じ失敗、
もうしない!

Interview & Lesson
イ・ボミの素顔

アイアンが苦手…
ウッドが苦手…

ならば、頼れるのは
最新ハイブリッド

人気の26ブランドから
新鮮アイテム
届きました!

色選びからスタートする
“パンツ美人”への道

“清く正しく楽しい”
おしゃれが気分

ポジティブ・プレッピー でラウンドへ!

preppy style,
perfect for the golf course!



季節の変わり目の今こそ使うべき、スキンケア&ベースメイクをご提案!

ゴルフ女子のための

美肌回復講座

記録にも記憶にも残るこの夏の猛暑。過酷なラウンドで、肌は相当なダメージを受けたはず。そのまま放置しては肌老化が加速します。さらに、乾燥が進む秋冬の対策も始めたい時。今こそ投入してほしい、美肌回復アイテムをご提案します。

イラスト／green K レイアウト／川崎綾子(アトム☆スタジオ) エディター／小内衣子(PRIMADONNA)

ダメージ③

皮脂吸着アイテムの多用で乾燥&毛穴トラブルに

汗でくずれないように、皮脂を吸着する下地やファンデを厚めに塗り、使用し続けた結果、乾燥を招いてかえって毛穴が目立つことに。

ダメージ①

紫外線B波の影響でシミの出現やハリ低下が

夏は紫外線の中でもB波が急激に強くなるため(冬の約5倍)、光老化(シミの出現や肌のハリ低下)が現れ、免疫力低下も招く。

ダメージ④

冷たいものの摂りすぎで肌代謝が低下してくすむ

暑いからどうしても冷たい飲み物を摂りがち。すると、消化機能が低下して、体や皮膚の代謝も落ちる。くすみやハリをなさを実感。

ダメージ②

室内外の激しい気温差で血行不良や乾燥が進む

ラウンド中の猛烈な暑さから一変、クラブハウスに入るとクーラーが強め。この寒暖差で肌の血行が滞り、乾燥が進み代謝が低下する。



「何よりも大切なのは保湿。まずは、たっぷりの潤いで肌の代謝や免疫力を正常に保つことから始めましょう。意外に皮膚代謝が低下し、角質が溜まる時期でもあるので、角質ケアをしてから保湿するのもオススメ。肌を整えた上で、シミやくすみ、たるみなど悩みに応じたスキンケアを組み込んで」
秋が深まるにつれ、これからは肌の乾燥が気になります。
「肌老化を進ませないためにも、日焼け止めはSPF30以上で、できれば2〜3時間おきに塗り直して欲しいです。ファンデーションも潤い力の高いものを選びましょう。
日常生活では、体を冷やさずに水分をしっかりと補給。睡眠は最低6時間、毎日なるべく同じ時間に起こること。そして、美肌ビタミン「ABCDE」や、タンパク質、食物繊維を食事で意識的に摂るようにすれば、潤いあふれる美肌でゴルフを楽しめますよ」

一に保湿、二に保湿で、代謝や免疫力を正常化!!

お話を伺ったのは

「衣理クリニック表参道」院長
片桐衣理先生



予防医学やメンタルケアと、最新美容施術を組み合わせた総合的的確な対処療法が人気。先生自身のゴルフ歴は約30年。

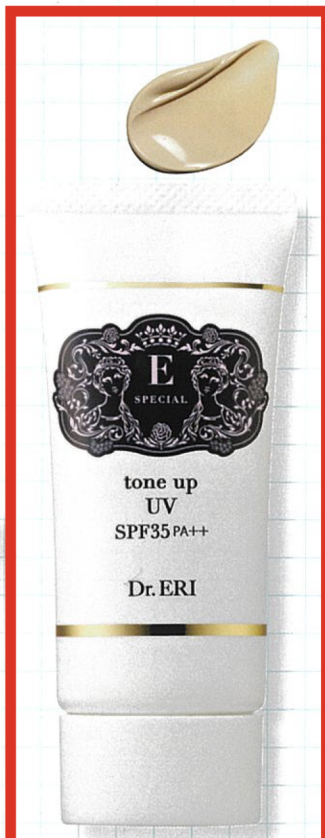
ゴルファーがプレー日に するべきベースメイク

- ✓ 高保湿&高SPFの下地
- ✓ しっとりファンデーション
- ✓ しっとりファンデでササッと直し



高保湿& 高SPFの下地

ゴルファーなら冬でも“SPF30以上”の日焼け止めは必須。さらに、色補正やカバー力の高い高機能下地でキレイを仕込みましょう!



イースペシャル

トーンアップUV

くすみや赤みを
自然にカバーする
イエローのUV下地

美容液のようにみずみずしい感
触のイエロー下地。紫外線吸
収剤不使用で肌にも優しい。
SPF35・PA++ 30g ¥5,940
(美人製造研究所)