



ビューラー、マスカラ、パーマ… おしゃれはまつ毛の負担に！ 美しい目元を手に入れる 正しいまつ毛ケア

毎日のビューラーやマスカラ、定期的なまつ毛パーマ…。

美しい目元を演出できるまつ毛メイクですが、まつ毛のケアをおろそかにすると、かえって弱々しい目元になりかねません。正しいまつ毛ケアで、真に美しい目元を手に入れましょう。

1 ビューラーの使い方

- ✕ まつ毛の根元をはさみ、一気に毛先まで引っ張る
- 指でまつ毛を整えてから、3段階でカールする

指でまつ毛を整えてから、根元、中間、毛先と3段階に分けて、引っ張らないようにカールしましょう。



2 マスカラのつけ方

- ✕ 根元からしっかり塗る
- 根元を避けて塗る

根元に塗ると落とすしづらく、抜け毛の原因に。目はアイラインで補うようにして、マスカラは根元から2mmほど離して塗りましょう。



3 マスカラの落とし方

- ✕ 専用のクレンジングをコットンに含ませてゴシゴシ拭く
- 専用のクレンジングを指でなじませてからコットンで拭く

専用のリムーバーを指にとってまつ毛になじませ、コットンや綿棒でやさしく落とします。摩擦を最小限に抑えることが大事。



4 就寝時の姿勢

- ✕ うつ伏せに寝る
- 就寝前に美容液を塗り仰向けに寝る

うつ伏せ寝は、まつ毛に悪影響を及ぼす摩擦が起きやすくなります。就寝前に、まつ毛に専用の美容液を塗って、できるだけ仰向けで寝るようにしましょう。



理想的なまつ毛とは、ハリ、コシ、弾力があり、適度な油分と水分がある状態のもの。まぶたの際にすぎ間なく生えそろう、長さ、太さもあれば申し分ありません。しかし、加齢や乾燥によつてまぶたがたるむと、まつ毛に必要な栄養が行き届かず、老廃物がたまりやすくなり、ハリやコシが奪われてしまいます。また、まぶ

たがまつ毛を押さえ込み、育毛を妨げてしまうことも。ハリ、コシがなく、毛量不足のまつ毛は、目力のない寂しい印象の目元を作ってしまう。そんな事態を避けるためにも、まつ毛ケアはスキンケアと同じくらい重要なことです。正しいケアをぜひ習慣つけてください。

スキンケアと同じくらい大切なまつ毛ケア

教えてくれたのは…



片桐衣理先生
衣理クリニック表参道院長
美容皮膚科・内科医師。豊富な知識と臨床経験で、美にストイックなモデルや著名人からも熱い支持を集める。美容専門雑誌などでも活躍。オリジナルのまつ毛美容液も開発し、口コミで話題に。

<http://www.eri-clinic.com>

5 まつ毛パーマのケア

まつ毛パーマによっては、まつ毛自体がダメージを受けるものもあるので、美容液を必ず塗りましょう。また、自分に合ったサロンを見つけることも大切です。

- ✕ 何にもケアしない
- 美容液を塗る