

肌のべたつき、ゴワつき、毛穴の開き……etc. 実は乾燥が原因だった!!

間違えたくない! 初夏の美肌ケア

皮脂分泌が盛んになり、肌がべたつく季節が到来。でも、夏のスキンケアで何が大事なの? そんな夏の肌悩みを抱える3人に、片桐衣理先生が夏肌ケアのアドバイス。

撮影:野島知広 スタイルング:橋田 彩 取材:文=橋本優香 撮影協力:AWADEES



乾燥とべたつきの混合型?

ウィム ガゼット プレス
中山彩子さん

冬は肌全体が乾燥するのに、夏になると、パーツによってべたつく部分と乾燥する部分に分かれるという中山さん。今回はパーツによって肌質が違う理由を知りたいです!

自給、夏はオイル肌

リエス/ティアラ プレス
小笠原杏子さん

冬は混合肌だけど、夏になるとたちまちオイル肌に変身するという小笠原さん。冬と夏のTゾーンは昔から肌質が異なる。顔と顔の毛穴の開きも年々、深刻です。

超乾燥肌が悩み!

ブフ デイユクター
田所幾江さん

一年中、乾燥肌と向き合う田所さん。冬に季節の変わり目や夏には、お好みや長髪などの深刻な悩みがさらに増えます。365日、保湿ケアを徹底する毎日。

30代の初夏の肌悩みを 衣理先生が診断!

片桐衣理先生

総合的な美容と健康に特化した「衣理クリニック表参道」院長。患者に親身に肌悩みを解消して、女医であり、美人になるためのメソッドを研究しつづけている。

肌の代謝が低下する30代こそ
徹底保湿が重要!

小笠原(以下、小) 夏になると、Tゾーンがオリーリーになる肌が続くんです。中山(以下、中) 私も、Uゾーンは乾燥しているのに、Tゾーンはべたつきのひどくて、私はパーツごとに肌質が違うので、本当にスキンケアに困ります。衣理先生 いくらTゾーンがべたつくといっても、過剰な洗顔やマッサージ、毎日スチーマーで角質を取るなどの刺激は乾燥肌をとり過ぎる原因です。Tゾーンはかえって皮脂分泌が盛んになるので、中山さんは目の周りを中心に乾燥しているの、混合肌というよりは乾燥肌ですね。中、ドキッ、毎日、肌に刺激を与えながらササジしてました。

衣理先生 小笠原田んのお肌は、比較的乾燥している肌質です。でも、冬は乾燥して、夏は皮脂分泌が盛んになるという悩みを抱えているならば、少しお手入れ不足かもしれません。さっぱりとしたスキンケアを使い過ぎるのでは? 夏は紫外線の影響と空調による乾燥のダブルパンチを受けがち。実は夏も徹底した保湿が重要なんです。

小 皮脂分泌の多いTゾーンももちろん保湿をしない方がいいのですか? 衣理先生 もちろん、皮膚が過剰に出ているのは、さっぱりしたスキンケアでは保湿が足りていないという証拠です。田所(以下、田) 私は年々、乾燥がひどくなっていきます。保湿、保湿の毎日ですが、それでも足りない気がします。衣理先生 30代の肌はホルモバランスや全身の代謝が低下するので、皮膚の代謝も低下しがち。肌の水分保持能力が下がって、くすみ、肌、たるみももちろん、大人ニキビや委曲の変わり目には敏感肌になる場合も、30代にならうたできるだけ、刺激を与えず、いたって優しくケアが勝負です。とくに化粧水

30代女子に
必要なのはとにかく保湿!
夏でもお肌は
乾燥しているんです!

前のプースター(田)は、どんなに保湿してももうじつ肌は仕上がらないという状況に悩まされています。そのあとは保湿ケアが大切です。でも、しっかり保湿してあげてくたさいね。田 はい、今日から早速、実行します。衣理先生 中山さんは、皮脂の分泌が少ない目の周りを目元専用クリームでしっかり保湿してあげることが重要です。実は目の大ききや輪郭が乾燥に大きく影響しているんです。中、目の周りは年齢が出やすい部分なので、気になります。具体的にどうすればいいでしょうか? 小 私もおなじです(笑)。衣理先生 保湿ながら水分保持能力は年齢とともに低下します。だからこそ、もともと持っている「防金」をいかに使いたすか、選定していくかが、目の周りは徹底的に美容成分を入れ込んで、フタをしてあげることが重要です。田 30代は肌が急激に変化する年代なんです。衣理先生 でも、しっかり保湿をしてあげれば、お肌は元気に保たれます。夏こそ肌をいたわって、徹底保湿を心がけてください。

※洗顔後につけ、後に塗る化粧品品の選定も美容油のこの