

# 自分に合ったアイテムを見つけ 効率的にケアすることが大切

「どんなアイテムでももったいないからといって少しづつ使っていたら意味がありません。大切なのは高級品ではなく、自分に合ったものをたっぷり使い肌を潤すこと。スキンケアによって保湿が何よりも大事なので、クレンジングから美容液まで、高い保湿成分が配合されたアイテムを選択すれば自然と潤った肌になりますよ」

## 肌を保湿 **秘** プライベート



着物で凛とした心持ちに  
尊敬している美容家先生の掛け  
け。ピシッとして美しい

### 遠征1時間トレーニング

約10年通っているパーソナルトレーニング。年齢に負けないシルエット作りを心がけています。



### マダムキック先生の教室

月に1回通っているマダムキック先生の特別教室。あまりにも人気で2015年待ちました。毎週最新の洋服やパーソナルトレーナーとご一緒。



毎日使っている化粧品。宝飾品やヘアマッシュアップなどを使ってきた宝飾品教室。こまめにケアして肌を潤す最高のアイテムでした。もう生活の一部ですね。



ON & OFFのメリハリのある  
生活が美肌への近道です



衣理クリニック美参道  
片桐衣理先生

大学の臨床を経て2001年開業。10年間を越える豊富な経験と美的センス、繊細なテクニックで多くの女性をモデルから支持者を集めている。

Eni Katagiri



(住所) 東京都港区北  
苑1-5-30 入来ビル  
4F-5F(美参道) 03-578  
6-1155(完全予約制)  
(診療時間) 10:00-  
19:00 (日祝日水・日  
OFF) <http://www.eni-clinic.com/>

## 衣理先生の 美肌3カ条

### 愛用 50年 リピートコスメ

何にもなる顔のスポットケア  
長年使っているボウ化粧品。最近の化粧品  
の入りは、スポットケアでも美肌効果は  
高くない。しっかりとクレンジングを繰り返す  
ことで、ベースメイクの崩れを防ぐ。

### アンチエイジング効果 の高いワインで美しく

約10年前からアカデ  
ミーデュファン製菓校  
の山田久美子先生のク  
ラスで学んでいます。  
先生とワインをいただく  
のは【私達の美容と  
健康に大切！】が決め  
の習慣です(笑)。

肌に好む成分がグリコル  
コアのハルエニステート。  
以前、畑のあるナヴァラ  
まで行ってきました。

### まずは自分で試して 最善の治療法を編み出す

自分の体を実験台にして、最良の治療を見つけるのがモットー。注射はもちろん、  
様々な化粧品を試して効果を試しています。

シワのため、毛  
の生えすぎなど  
肌トラブルを改善  
するヒアルロン  
酸。(1回 ¥15,000-)

各種ビタミンに  
加え、肌の身体  
に合わせた高濃  
度成分フレンド  
成分。(1回 ¥8,000-)

### 7 同じアイテムでクリームだけ使い分け

日常のスキンケアアイテムは朝と夜同じものを使います。ただ夜のみ、  
目や口まわり、髪などクリームタイプになるように選んで使っています。

### 3 まずは自分で試して 最善の治療法を編み出す

自分の体を実験台にして、最良の治療を見つけるのがモットー。注射はもちろん、  
様々な化粧品を試して効果を試しています。

シワのため、毛  
の生えすぎなど  
肌トラブルを改善  
するヒアルロン  
酸。(1回 ¥15,000-)

各種ビタミンに  
加え、肌の身体  
に合わせた高濃  
度成分フレンド  
成分。(1回 ¥8,000-)

### 夜 & 朝

保湿に優れた【イソセシャル】のスキンケア。W洗顔不要のクレンジングと洗顔料で汚れを落とす、ローションとジェルで肌を潤し、仕上げにクリームで潤いを取り戻す。

### イソセシャル

(夜から) デリケートな  
目元にも使えるビール  
セラム。洗顔をすする  
ビールセラムも保湿  
するアイムラッシュ  
ラム。マスカラベース、  
トップコート、お直し  
にも活躍します。

### 1 潤い 保湿ケア

日々のケアでカバー  
できない乾燥した肌質  
には、ビールセラム  
でお手入れ。肌ト  
ンガアップします。

### 2 コットン 化粧直し

化粧水を含み込ませ  
たコットンで、汚れ  
や余分を拭き取りなが  
ら、美容液成分を入  
れ込みます。特に  
おまわりへ入念に。

### 3 クレンジング ジェルで徹底ケア

顔のクレンジング  
ジェルを使って、マ  
ッサージをしなが  
ら顔の汚れをオフし  
ています。