

ツボ押しで むくみを軽減

顔のむくみは、水分だけでなく、リンパ液の滞りや、老廃物の排出が滞ることで起こります。顔のむくみを軽減するには、リンパ液の流れを良くすることが大切です。



リンパ液の流れを良くするためには、顔のむくみを軽減することが大切です。



顔のむくみを軽減するためには、リンパ液の流れを良くすることが大切です。

美容レベルの クレンジング フォーミュラ でメイクをオフ

メイクをオフする際は、クレンジングの選び方が大切です。肌に優しいクレンジングを選ぶことで、肌のダメージを軽減できます。

- ① クレンジングの選び方：肌に優しい成分が配合されているものを選ぶ。
- ② クレンジングの使い方：優しくマッサージしながらメイクを落とす。
- ③ クレンジングの後のケア：保湿成分が配合されている化粧水を使う。



クリニック&サロンで 肌も心もリラックス

ホルモンバランスが乱れ、肌はもちろん精神状態も不安定。クリニックやサロンなどプロの手を借りて、少しでも楽になりましょう。



肌の深部に美容成分を浸透させる

肌の中、セルフケアではどうにもならない肌は、美容成分を肌の奥まで注入。肌への刺激も少ないので、この時期に適して使用。



肌の深部に美容成分を浸透させる

22日目~28日目は お肌ポツポツ期

月経中は刺激を与えず肌を休めることが大切
月経中は、皮脂分泌が抑くなり、血液循環も悪く、敏感肌に。とにかく潤いを与えることが大事。



月経終了

28日

27日

26日

25日

24日

23日

22日

温感美容液で 肌を温め血行促進

肌の温度が下がると、血流も悪くなり、肌の代謝が低下します。温感美容液を使うことで、肌の温度を上げ、血行を促進させます。

- ① 温感美容液の選び方：肌に優しい成分が配合されているものを選ぶ。
- ② 温感美容液の使い方：優しくマッサージしながら塗布する。



モイスターローションで 肌に潤いをチャージ!

月経中は肌の乾燥が気になる時期です。保湿成分が豊富なローションを使うことで、肌の潤いをチャージし、敏感肌をケアしましょう。

- ① モイスターローションの選び方：保湿成分が豊富なものを選ぶ。
- ② モイスターローションの使い方：優しくマッサージしながら塗布する。



ザクロのサプリメントで 女性ホルモンを活性化

女性ホルモンの不足は、肌の乾燥や敏感肌の原因になります。ザクロのサプリメントを使うことで、女性ホルモンの分泌を促進させ、肌の健康をサポートします。

- ① ザクロのサプリメントの選び方：信頼できるメーカーのものを選ぶ。
- ② ザクロのサプリメントの使い方：毎日決まった時間に飲む。



- ① ザクロのサプリメントの選び方：信頼できるメーカーのものを選ぶ。
- ② ザクロのサプリメントの使い方：毎日決まった時間に飲む。