



BEAUTY TIPS 01

夏に向けての絞り込み、 2020年はどうする?

気温の上昇とともに焦燥感に駆られる季節が 到来。ターゲットは見た目を左右するフォルム調整 で、セルフケアでどうにかできればベターな案件。 メルヴィータは脂肪へパワフルに働きかけると同 時にツヤとハリを与え、引き締まった印象に。ヤー マンはあてるだけでグイグイもみほぐし、勝山ネク ステージは美味しく飲むだけでエネルギー補給 ができて、ウォーキングなどによる脂肪燃焼をサ ポート。いずれも"続けやすい"点が今っぽい。



Photo:Noriyuki Koike Text:Hiromi Narasaki Illustration:Shogo Sekine 春の揺らぎ肌には、体の内から外からアプローチを。 そして肌が上向けば、気持ちだってUPするはず。

Skin fluctuates in the spring, so take an approach to improve it, from both inside and out. Once your skin feels better, so will you!

1. 人気の引き締めオイルがパワーアップ。 脂肪の蓄積を防ぐブラックペッパーを1.5 倍増量し、脂肪分解力がカフェインの8倍 とされるピンクペッパーとともに働きかけ る。ロルロゼ アクティベート ボディオイ ル 100ml ¥5,000 /メルヴィータジャポン 2 脂肪として蓄積されにくく、有酸素運 動の際に必要なエネルギーが補給でき る中鎖脂肪酸とプロテインをドッキング。 乳酸菌も配合し、メリハリづくりをサポー ト。MCTホエイプロテイン スリム&ビュー ティー 300g ¥2,650 /勝山ネクステージ 3.片手におさまるミニマムボディに、もみ 出し&ひねりあげを行う4つのローラー、 深部の筋肉に刺激を与えるEMSを搭載。 防水だからお風呂で"ながらケア"も。 ミーゼ ウェーブスパギ25,000 / ヤーマン

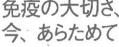
からたじ グレナ

BEAUTY TIPS 02

手肌は清らかに 心は軽やかに

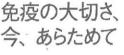
手洗いやこまめな消毒がルーティン化し た昨今。水がない外出先などで手になじ ませるだけで清らかにしてくれるハンドケア は頼りになるが、どこか義務感が先立ち、 味気はないのが当然。そう思いきや、手 肌への優しさにこだわっていたり、リフレッ シュする香りを楽しめたり、とコスメブラン ドらしさ満載のアイテムあり。手肌も気持 ちもリフレッシュできるから、ポーチやデス クの新定番としてお見知りおきを。

1.フレッシュなビオニーが華やかに香り立 ち、ほのかな残り香も楽しめる、とフレグ ランス的要素が満載。フレッシュピオニー フレッシュハンドジェル 50ml ¥1,800 /フ ローラノーティス ジルスチュアート 2.お 参りのときの手水からインスパイア。デン プン由来の発酵アルコールが手肌をさっぱ りと整え、コラーゲンやヒアルロン酸が潤い をキープ。おいせさん お海め塩ハンドジェ ル 65ml ¥1,200 /マルチニーク 3.事前 に油分を除去してネイルを美しく仕上げる ためのミストは手肌を清浄にする効果が あり、植物由来の美容液成分で爪もケア。 ティーツリーなどの清涼感溢れる香り。uka ネイル&ハンドミスト プレップ 50ml ¥ 1,300 / ウカトーキョーヘッドオフィス



免疫力を低下させず、好ましい状態を保つことが大 事。そのためには、十分な睡眠、バランスのよい食事、 適度な運動、笑うこと、体を温めることなどが挙げら れるが、多忙な中では意外と難しいのが現実だ。しか もストレスは大敵なはずなのに、かつてないイレギュ ラーな事態にストレスは増える一方。そこで、アナツバ メの巣やミドリムシなど、免疫力のサポートが期待で きる成分入りのサプリをご紹介。

BEAUTY TIPS 03



しく引き聞きった

1 県席な栄養素を含む石垣島の藻 ユーグレナを1木に5倍 個も配合。有機大麦若葉なども含み、食物繊維もイン。から だにユーグレナ green powder 3.7g×21本 ¥2,880 /ユーグレ ナ 2.ネイティブアメリカンが伝統的に用い、免疫力低下など に適応されるメディカルハーブのサプリ。GNC ハーバルプラス エキナセア 500mg 100粒 ¥4,990 /ビーブル バイ コスメキッ チン 3.ツバメの巣をはじめ、コラーゲンや発酵ヒアルロン酸 が医薬品メーカーならではの配合量と吸収を考えた処方で搭 載。美肌効果も©。デブリス 180粒 ¥27,000 /小林薬品工業 4.乳酸菌生産物質である短鎖脂肪酸を含み、体内の100兆個 に及ぶ有用物質のバランスを調整。免疫に深く関わる腸内環境 も改善。バイタルタンサー 3g×30 包 ¥7,500 / 医道メディカル

BEAUTY TIPS 04

やさしい色とツヤと 潤いでハッピーに!

メイクアップアーティストや美容家などが最近、 みずからの唇を彩るものとして溺愛を表明してい るのが、淡く色づくリップバーム。潤い力は唇用 美容液に匹敵するほど本格的で、透けるような質 感と軽やかなツヤによって品よくふっくら。ハード ル高めの鮮やか色もダークカラーもニュアンスだ けがまとえるから、サッと塗るだけで間違いなく こなれるし、マスクにもベタッとつかない、とイイ ことだらけ。つまり買わない理由がない!

オトナの矯正、 増えています!

BEAUTY TIPS 05

今、Ai世代の間でじわじわ増えている のが歯列矯正をしている人。「その理由と して考えられるのが、インビザラインです。 ワイヤーなどの金具を装着するのではな く、無色透明のマウスピースをはめて矯正 する方法で、目立ちにくく、いつでも取り 外せるため、ハードルが低く、一般歯科 で取り扱うところも。見た目に美しくなる だけではなく、歯並びがよくなることで磨 きやすくなるというメリットがあります。し かし、1日20時間以上装着しなければな らず、また、歯の裏側にワイヤーを装着す る矯正が必要なケースもあり、そのあたり も踏まえて矯正専門医で行うのがオスス メ」とは、アトラスタワー歯科院長の藤田 博紀氏。また、歯肉の色素沈着を取り除 くレーザーも人気で、歯のホワイトニング と併用する人も。「デンタルケアに対する 意識が総じて高まっていることが背景にあ ります」気になっている方、ぜひ相談を。



アトラスタワー 歯科 ④東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒 アトラスタワー2F、3F ☎03-5721-4188 (要予約・WEB 予約も可) ●マウスビース矯正/検査 ¥30,000、イン ビザライン・ライト (歯の動きが2㎜未満のケース) 片顎 ¥290,000、上下顎 ¥490,000 参 個肉着色除去 1本 ¥2,000程度(2回目以降1本 ¥1,000) https://8wa.jp



1.ブルーのパッケージがキュートなランコムは、ケアしながら、クールな感触で唇をぷっくり見せるプランプ 効果も。青みニュアンスで透明感を高めるカラー。ラブソリュ マドモワゼルバーム 001、チアフルなオレ Markio 青びーブンイン(2014) というしょう (1000, 1 マニフィカトゥールレーブル n 2、コーラルは甘くハニーが香る。3 各¥4,000 /クレ・ド・ポー ボー