

肌のツヤや透明感、 肌がうるおってこそ 生まれるんです

中野あおい先生

(美容皮膚科・美容内科)

「あおいクリニック銀座」院長。様々な美容施術と最新の美容知識に美容家や著名人からの信頼も厚い。ブログやツイッターで発信する美容情報は必見! <http://www.aoi-clinic.com/>

「仕事中は、保湿効果のあるローズセントフォリア、ゼラニウム、ネロリのアロマオイルを焚いています。ハーブメディックのオイルは温度が高く、美逸!」



古い角質を取り除いて乾燥知らずの美肌に

「乾燥を最小限に食い止めるため、冬に向けての保湿ケアは夏の終わりにからスタートします」と中野あおい先生。バスタームをミストサウナ状態にして入浴したり、お水は1日に3と飲むそう。なかでも保湿のキモは「角質ケア」と断言! 「いくら高級クリームを塗っても古い角質がたまり水分をキープする力がなければ、さる。状態、角質ケアを加えるだけで、保湿成分の浸透はぐんと高まりますよ!」

保湿のMy Rule

角質ケア、
なくて
うる肌なし!

Care 2

When	朝、夜に
Where	フェイス
How	ローションで

不要な角質を オフして 浸透UP

6年前から愛用のふき取りと保湿ローションは、コットンに浸して、肌の上をなでるように使用。天然のフルーツ配合なのでピリピリせず使いやすい。「あおいクリニック銀座」のロングセラー。ソヴァス pHフレッシュナー ¥4,200



Care 3

When	夜
Where	目元
How	目元用/パックで

乾燥しやすい 目元は徹底保湿

皮膚細胞が少ない目元には、クリニックで採っている目元用パックを、シートに美容液を塗布し、目の下にペタリ、「イオン導入機能がついているので美容成分が浸透しやすく、ピンとしたハリが戻ります」メディカルパワーパッチ アンチエイジング 5個入り ¥21,000



フェース用はインプレスのマスクがイチオシ。「1回でモチモチ感がよみがえる即時性に感動!」カネが化粧品 インプレス コンセントレートマスク 3D 6枚入り ¥10,500



クリニックでは 加湿器の水に ローズウォーターを 加えて



「ほのかに香りが広がり、心地悪くありません。加湿器、肌にスプレーしたりも) サンタ・マリア・ノヴェッラ ローズウォーター 250ml ¥3,675

Care 1

When	乾燥を感じたら
Where	フェイス
How	飲むプラセンタで

飲むプラセンタで うる肌を底上げ

仕事柄、常に新しいアイテムをリサーチ。ドリンクタイプの「つやりん」(上)はプラセンタやコラーゲンなどうるおい成分がたっぷり。「HPローゼン100」(下)は良質のプラセンタエキス100%のサプリメントで、肌状態が安定します!



こちらは、2種類の美容ドリンクとサプリメントがセットの2週間集中ケア。「肌をうるおすエストロゲンの分泌が増える生理後に飲むと、効果が高まります」ジョンソン メディケージュ ¥13,440

