

最近ヨガを習い始めたという中野先生。なぜまた急にヨガを? 「周りにはキレイな女性たちに何をしているのか尋ねると、みんなヨガを習っていて『よし、それだ!』と(笑)。始めて3カ月経ちますが、最近は大好きなお肉も上質なものでないと受け付けなくなったし、香りも天然成分じゃないと気持ち悪くなっちゃう。代謝もよくなってきたし、体の中から変わってきたのを実感しています。でも、決してストイックにやっているわけではないの」と言いながら、先生ってキレイになることにはとことん貪欲ですね。「学会に行くと、気になるコスメをとにかく全部買ってきて試すの。誰よりも最初に自分がモニターになれるって幸せですね。でも、効果がないものには一切興味がない。肌って効果を敏感に感じ取れるようにできてるから、だらだら使うことはしません。あとはバレエやオペラ、宝塚など最高峰の芸術に触れることも美のパワーの素!」軽いフットワークで、興味をそられることにはすべてチャレンジ。美に向かって突き進む先生の姿勢はまさに女子の鑑です! 「先日、85歳の女性が『お茶会でキレイに見られたいから』とクリニックにいらしたの。そういうのって素敵でしょう? いくつになっても女であることを忘れない、この思いがいちばん大切!」

PROFILE
堂々、美容オタクを宣言し、効果のないものは認めない主義。独自に編み出した医療は美容のプロからも熱い視線が。あおいクリニック銀座
☎03-3569-0686
<http://www.aoi-clinic.com>

私の肌履歴書

30代後半~現在

30代前半

10~20代

運命の化粧品「エンビロン」に出会い、肌全体の調子が復活。この頃から美容医療に携わり、自身のクリニックを立ち上げて医療もコスメも次々に研究。現在は、年齢と逆行するかのよう30代の頃よりも肌が丈夫に。最近のお気に入りコスメは、海外で発掘したメラフェード。

30歳を超えた途端に、日焼けのツケによるシミが表れはじめ、肌全体の調子が悪化。折しも大学病院での当直などが重なり、クマ、肌荒れなどに日々悩まされるようになった。年齢による肌変化をひしひしと実感。

トラブル知らず、怖いものナシの「タフネス肌」時代。紫外線の恐怖も知らずガン焼け、もいとわす。



結果が見える このコスメに夢中

「今のベスト・オブ・コスメ! トレチノインとハイドロキノンのパワフルな美肌成分配合で、使い始めてから1週間で『白くなった』と言われました! (右から) メラフェードローション 20ml ¥15,000 同 エマルジョン 30g ¥18,000 同 モイストエッセンス 30g ¥12,000/あおいクリニック銀座



体の中からの変化は ヨガのおかげ

「三浦公美先生に週に1回パーソナルレッスンを受けています。少しずつコアマッスルが鍛えられているのが実感できるようになり、理想のしなやかな体に近づいている感じがうれしい! IKI (イキ) 東京都港区麻布台1-1-20 ☎03-6272-5151 <http://www.siris.jp/iki.html>

日焼け三昧のツケを救ってくれた美容医療の道へ。今は30代の頃より丈夫な肌に!

あおいクリニック銀座院長

中野あおいさん