



編集部おすすめ

効果目 ★★★
 気持ちよさ ★★★★★
 実用度 ★★★

スクラブ→入浴剤→クリームの3ステップは、人によってはやや面倒。けれど、スクラブ後のスベスベな肌や、炭酸ガスのシュワシュワという音がクセになって止められなくなるかも？



60 minutes
 60分間でワンランク上の極楽ケアを満喫。

美容に1時間使える日は、ゆっくりバスに浸ろう。特に、普段シャワーだけの人は、体が冷えて悲鳴を上げる寸前。血行や代謝を促進させる効果の高い入浴剤をお風呂に入れて、体を芯から温めることが必要だ。また全身にスクラブを使えば、古い角質も落とせるし、なじませる過程で自然にマッサージにもなる。入浴後は必ずボディオイルやクリームをくまなく塗って、保湿＆マッサージを。これだけで60分はすぐに過ぎるはずだ。また日中に1時間あるなら、効果が確実に出て、かつダウンタイムがない美容クリニックの施術を受けるもよし。

1. 入浴前、細かいソルトスクラブで血行促進。メタボリックスパ パルネオマッサージ 280g ¥5,775
 2. 炭酸ガス入り入浴剤。20～30分半身浴することで、代謝をアップ。メタボリックスパ パルネオバスソーク 70g × 8包 ¥3,675
 3. 入浴後は引き締めクリームを全身に。ボディファイニングクリーム 180g ¥6,300 / すべてEST (エスト)
 4. 代謝を助ける入浴剤。15～20分間深呼吸しながら入浴。セルトックス ハーバルバスシナジー 30g × 10包 ¥26,250
 5. 入浴後、毒害排出効果の高いオイルでマッサージを。むくみ解消に◎。セルトックス アクティブボディコンセントレート 100ml ¥9,925 / とともに ELEMIS (エレミス)
 6. メソセラピーフェイス & スカルプリフティングメソ (60分、初回トライアル ¥157,500) は、細胞を活性化させる150種類もの活性型グロースファクターを、顔皮から顔にかけて注入。即効でピンと張った肌に。あおいクリニック 銀座 ● 東京都中央区銀座5-5-13 坂口ビル5期 ☎03-3569-0686 (要予約) www.aoi-clinic.com



タイム斬り! ビューティケアのススメ。

いつものケアに1アイテムをプラスする「30分」の簡単ケアから、最長「1年」かけて行う究極のケアまで、時間斬りでご紹介! 持ち時間次第で、あんなこともこんなこともできちゃいます。

Illustration: James Dignan (www.jamesdignan.com)
 Cutout Photos: Tsuyoshi Ogawa Text: Machiko Saito

30 minutes
 いつものケアにプラスαで、エステ並みの効果を狙え!

特にコスメフリークでなく、普段のケアはクレンジングと洗顔、化粧水とあと1品程度。という人なら、まずはそこに1プロセスをプラスしてみてください。ホームエステキットで集中的に保湿したり、美顔器でリフトアップを試みていると、30分などすぐに過ぎてしまうもの。けれどその30分は、効果を即座に実感できる、魔法のような時間でもあるのだ。また、寒いこの季節は代謝が落ち、肌表面にも古い角質が溜まりがち。ケアの最初に、塗って洗い流すタイプの角質ケアマスクを加えるのもおすすめ。



1. ビタッとフィットするコイル状の繊維でできた保湿マスクを10分。アグレーラ ディープ エッセンス マスク 30ml × 6枚 ¥6,825 (1月15日発売) / POLA (ポーラ)
 2. 15分置いて洗い流す角質ケアマスクで、むき肌肌。グライコ 30ml ¥18,375 / NATURA BISSÉ (ACRO)
 3. 5分置いて洗い流す。スクラブを兼ねた角質ケアマスク。ターンアラウンド インスタント フェーシャル 73g ¥4,725 / CLINIQUE (クリニーク ラボラトリーズ)
 4. 希少な植物成分と酵素オイルなどを配合。プレステージ マッサージ クリーム 50ml ¥16,800 / DIOR (パルファン・クリスチャン・ディオール)
 5. ダメージ修復マスクの1回分セット。約8分後に拭き取る。ミニエステ マスク リペア 1劑 (ウォーター) 30ml、2劑 (パウダー) 6g ¥1,575 / IGNIS (イグニス)
 6. シャンプー前に髪になじませ15分。そのあとシャンプーすれば、シルクのような手触りに。トリートメントワックス 200ml ¥5,775 / ITAYA (ファーストエンジェル)
 7. 大人気美顔器の進化版が登場。メガビューティ L × H ¥34,650 / NARIS (ナリス化粧品)



編集部おすすめ
 効果目 ★★★★★
 気持ちよさ ★★★★★
 実用度 ★★★

たった2分間フェイシャルマッサージをするだけで、肌のモチリ感と透明度が格段にアップ。しかもその効果は、翌日まで持続。優しいフラワーの香りは、天にも昇る心地よさ!

