

「心・体」のキレイは自分で磨く

2016年8月23日発行・発売（毎月23日発行・発売）第16巻第7号通巻194号 平成13年5月22日第3種郵便物承認

美的

BITEKI

7年連続!
美容誌実売
No.1
2009年上期~2015年下期
ABC賞審査部被賞へ

ポリウムup
繰り出し式
ブラシ

にじませ
チップ

キャップは

特別付
3点セッ

BITEKIメイク班監修

流行唇になれる

ぷっくりリップブラシと チップ

美人に撮れる! 2 in
スマホレン



資生堂 ベネフィー
高保湿美容液

BOOK in BOO

2016秋冬新作 ファンデーション

ベストマッチ下地解説

0 BITEKI
15th
anniversary

16 October
価格 650yen

スマホから「美的.com」にアクセス!
s://www.biteki.com

er Beauty 森絵梨佳
好評! NEWS連載

2016秋の新色コスメ
うべきトレンド
塗ったらこうなる!

達人の 隠しワザ ぜんぶバラします!

- 1 河北裕介×流行ハーフ顔メイク
- 2 高橋里帆×メイクお直し術
- 3 小田切ヒロ×整形級ベースメイク
- 4 神崎 恵×うるピュア肌作り
- 5 水井真理子×肌が変わるクレンジング
- 6 木部明美×髪質メイキング
ヘアスタイリスト
- 7 津田 恵×簡単ヘアアレンジ
ヘッドセラピスト
- 8 山本幸恵×深頭筋マッサージ
ボディワークプロデューサー
- 9 kyo×デニムが似合うお尻メイク
料理研究家
- 10 小堀紀代美×肌と体のレスキューレ
まだまだある!ある!
- 11 究極の達人ワザスライドショー

小学館女性誌
合同プロジェクト
しごと
なでしこ

顔以外の敏感な肌にも ピリピリ・ムズガユ対策を!

□ お風呂上がりの無防備な肌には、 潤いの膜を作って乾燥を阻止!

顔と一枚皮でつながっているボディの肌も、外部環境によって揺らぎがち。顔同様に、洗った後はしっかり保湿が肝心です。なめらかでのびのびのいい保湿&抗炎症アイテムを、皮膚をこすらず優しく塗布して!

しその葉エキスが 敏感な肌を潤いで包み込む



肌のせると水のようにのびるジェル状ローション。敏感な肌を優しく守り、かさつきもしっとり。ユースキン製薬 薬用ユースキンS ローション (医薬部外品) 150ml ¥1,280



乾燥によるかゆみや粉吹きを 尿素で抑える医薬品!

潤い保持成分の尿素を20%と高配合。2種類のかゆみ止め成分がかゆみのストレスも速攻ケア。資生堂薬品 フェルゼアDX 20ローション (第2類医薬品) 180g ¥1,980

□ バスタイムも優しさ重視でスキンケア

ボディソープは、低刺激で潤いを守る敏感肌用に。ピリつきやかゆみが出ている部分はソープも使わず、優しく手洗いしましょう。湯船には保湿や抗炎症成分配合の入浴剤を入れて、入浴中もスキンケア。湯上がりは、タオルで肌を押しさえるように水気を取って。



潤いのセラミド洗浄で、 脱・乾燥&敏感肌!

天然型マルチセラミドや3種の植物エキスなど、こだわりの潤い成分を配合。クリーミーな泡で、肌への負担も軽減。ロート製薬 ケアセラ 泡の高保湿ボディウォッシュ 450ml ¥907 (編集部調べ)

カモミールの有効成分を そのままボトルに!



保湿効果の高いカミツレエキスが、肌あれなどの炎症を抑え、乾燥を防ぐ。ストレスなど心の不調も緩和。カミツレ研究所 華密恋薬用入浴剤 (医薬部外品) 400ml ¥2,200

お風呂で膨張した角層に 潤い成分が染み込む



セラミド機能成分やユーカリエキスなどの保湿成分が、かさつく肌をしっとり潤し、湯上がりの乾燥を防ぐ。花王 キュレル 入浴剤 (医薬部外品) 420ml ¥1,000 (編集部調べ)

□ 縫い目が肌に当たらない 柔らか素材のインナーにスイッチ

縫い目が肌をこすったり、素材自体が刺激になったり…、肌が敏感なときは、じかに触れる下着のトラブルも深刻です。敏感肌を配慮した縫製や資材の下着にスイッチするだけで、かなりラクになります。

縫い目のない柔らか素材で 肌に心地よくフィット

糸で縫わない接着仕様で、肌への摩擦を軽減。伸びのいい素材で、体を締めつけずに優しくフィット。パッドは取り外し可能。KIREILA B0 完全無縫製 ハーフトップ ¥1,500 (グンゼ)

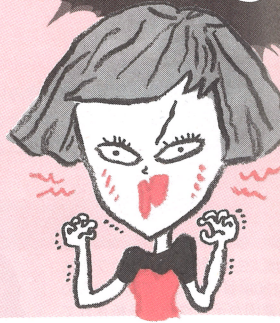


敏感な肌にも安心の着心地と デザイン性を両立

綿100%の柔らか二重ガーゼ素材で、タグ類は肌に当たらないように外側にデザイン。ファッションソフトブラ ¥4,600、ファッションスタンダードショーツ ¥2,000 (島崎 (Fleep)) (9月上旬発売予定)



ムズガユ



かゆみが出てても、まずは1品保湿で様子見を

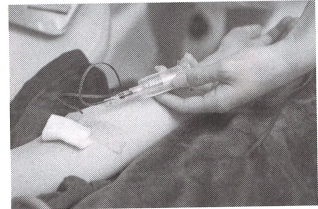
「カサカサ、ゴワゴワ、ピリピリの延長上にあるのがムズガユ。敏感がひどくなった状態です。もちろん、かくのは我慢。まずはピリピリと同じように1品保湿を2〜3日続けてみましょう。それでも治らず、赤みや発疹が出ていけば、アレルギーが原因のことも多いので皮膚科へ。かゆみの正体を診断し、的確に処置してもらいましょう」(野村先生)

ムズガユ 解決法

STEP 3 皮膚科で原因を究明

□ 血液検査やパッチテストで アレルギー源をチェック

「皮膚科では、かゆくなっているパーツや症状の出方によって原因を調べます。まずは問診をして、アレルギーが疑われるときは血液検査。花粉やペットの毛など、何に反応しているのかを調べます。化粧品の成分などとの相性診断は、パッチテストを行います」(野村先生)



STEP 4 消炎後も スキンケアは慎重に!

□ 2〜3日ごとに1品ずつプラス



「症状が治まっても、肌の内部はまだバリア機能が弱い状態。いきなり以前のように化粧水、乳液、美容液…と何品も使うのは、肌への負担が大きくなってしまいます。2〜3日に1品ずつ、様子を見ながら戻していきましょう」(角田さん)



ワセリンベースで、ガサガサ時の保湿に◎

角層の水分量を増やすヘパリン類似物質を配合。炎症を抑えながら、潤いを逃さない。ロート製薬 ヘパソフト [薬用] 顔の乾燥改善ローション (医薬部外品) 50g ¥900 (編集部調べ)

こんな「こじらせケア」に注意



□ 弱ったお肌への美容パック

「肌が調子の悪いときは、集中パックで復活!、という人、けっこういるのでは? 「バリア機能が低下している肌に、美容成分たっぷりのシートマスクを使うと、刺激が中にとんどん侵入。かえって敏感な反応を促す結果を招きます。敏感肌にはミニマムケアが鉄則です」(野村先生)

