

～”今より少しきれいな自分の素肌に出会う”～

## BEAUTYNEWS VOL.2 AUGUST.2012



節電の影響もあり、蒸し暑さも増す今年の夏。みなさんは暑さ・日焼け対策にどんな工夫をしていますか？

今回は夏に多いお悩みと簡単に取り入れられる真夏のスキンケアのポイントをお話します。

また院内で行っている“イオン導入”についてのご紹介も致しますので参考になさってください。



### 真夏のスキンケアポイント

#### ●朝はぱっちり日焼け止めにファンデーションで紫外線対策！でも・・・そのあとそのままにいませんか？

お昼すぎ、もしくは夕方の仕事帰りや買い物に出かける前などに一度顔を鏡でチェックしてみましょう。真夏は特に、時間と共に汗や皮脂でお化粧や日焼け止めが落ちてしまうことが増えます。「メイクをしているのに鼻の頭がいつの間にか焼けていた。」こういった経験のある方は要注意です。

このうっかり日焼けを防ぐために、ほんのひと手間。お化粧が崩れた部分やべたつきのある部分を軽くティッシュで押さえます。朝、日焼け止めのみを塗っていた方はここで、もう一度顔全体に重ねて塗ります。お化粧をしている方は、パウダーファンデーションで軽く直しましょう。パウダーファンデーションの粉体には紫外線を跳ね返す力があります。なので、より紫外線を確実にカットするには日焼け止め+パウダーファンデーションが効果的です。

#### ●「暑いせいかスキンケアをつけてから、なじむのに時間がかかる。肌の上でいろいろ混ざってしまう気がする。」

こういったお声を最近美容相談でよく伺います。少し間隔をあけて肌へ浸透したのを感じてから次のスキンケアをつけるのが最適ですが、乳液やクリームなど油分の多いもの場合は、ファンデーションの下地や日焼け止めを塗る前に、肌についている油分をティッシュで軽くおさえましょう。このひと手間で、お化粧崩れや塗りムラによる日焼けも予防できます。

#### ●「夏は特に毛穴の開きが気になる・・・。」

体の内側の熱を放出するために夏は汗を多くかきます。それに伴い、毛穴が開いている状態が長くなります。引き締める方法として、まずは肌に優しい正しい洗顔を行います。（ビューティーニュース7月号参照）

次に、化粧水や冷却水を使って開いた毛穴を引き締めます。ここで、家にあるもので簡単にできる毛穴引き締め方法をご紹介します。コップに氷水を注ぎます。そこに鉄製のスプーンをいれます。この冷やしたスプーンの腹の部分で毛穴の開きが気になる部分を転がします。数回繰り返すと肌表面がひんやりとしてきます。このあと化粧水をつけると引き締めに効果的です。肌表面の温度を下げることで、ファンデーションも肌にぴたっとフィットします。

また、ビタミンC誘導体配合の化粧水には、コラーゲンを増やす作用・過剰な皮脂を抑制する作用があるので、毛穴を引き締める夏のスキンケアとしておすすめです。

## イオン導入って具体的にどんな施術なの？



イオン導入剤をガーゼにしみこませ、顔の上にパックをするようにおきます。  
そこに微弱な電流を流し、有効成分を肌に効果的に浸透させる施術です。  
肌に優しく、痛みもありません。当日の施術の後にお化粧をすることが可能です。

### どんな肌悩みの人が受けているの？

当院で多いのは、シミ改善を目的としている方です。次いで、ニキビ痕の改善やニキビ予防を目的として受けられている方です。顔全体を行うので、気になる部位だけでなく、顔色の明るさや、肌のふっくら感を感じる方も多いです。

### 年齢層は？

20代から80代まで、様々な年代の方が施術を受けられています。ご希望の方は男性も受けていただけます。

### 何回行うの？

最初は試してみて、よかったら続けてみるという方がほとんどです。

目安としては4～6回を1セットと考えて、施術を行います。ペースは2週間に1度、もしくは月に1度という方が多いです。様々なご都合にあわせて、ご自身のペースで受けていただけます。

### 施術料は？

1種類の導入 1回4200円  
2種類の導入 1回7350円 (いずれも診察料込み)

### 時間は？

洗顔～カウンセリング～医師の診察～施術～整肌まで、約45分ほどです。

### イオン導入の種類は？

☆ ビタミンC・・・美白・皮膚の老化防止・こじわ・ニキビ痕・皮膚のたるみに対する効果があります。初めての方はビタミンCを導入することが多いです。

☆トラネキサム酸・・・肝斑・くすみ・肌荒れ・色素沈着に対する効果があります。

☆グリシルグリシン・・・毛穴のひきしめに対する効果があります。

トラネキサム酸、グリシルグリシン単体でのイオン導入も可能ですが、いずれもビタミンCのイオン導入と併用したときに更に高い効果が期待できるので、1種の導入ではビタミンCでのイオン導入を行うことが多いです。

当院では美容相談会を定期的に行っています。(院内掲示板をご覧ください。)

日々の肌の悩みに少しでも積極的に向き合ってみませんか？お持ちの化粧品をより効果的に使う方法や、日常の中で見直せる肌悩みに対しての対策や予防など、カウンセリングを行いながら、一人一人に合わせたアドバイスをさせていただきます。イオン導入に関してのご質問等もどうぞお気軽にご相談ください。

★ 8月の美容相談会実施日★

3日(金) 4日(土) 17日(金) 18日(土) 24日(金) 25日(土) 31日(金)

電話か直接受付にてご予約承っています。TEL:045-323-3553 おのだ皮膚科 ビューティーカウンセラー 花上