

SPUR

10

October 2012
[シュプール]
価格
790yen



特別付録①

縦35X横39.5X

SPUR×BEAUTY & YOUTH
UNITED ARROWS
×AMERICANA 【超E
ショッピングト

別冊付録 32ページ
新作&定番のすべて

2012秋冬版 セリーヌ BOOK

BOOK in BOOK
SPUR女子登山部
エベレスト街道に行く。山と温泉ほか
ヤッホー!

山SPUR

特別付録②
チャン・グンソク & ニ
初出しインタビューほか特典映像つき
「ラブレイン」第1話D
(完全版)



独占対談
大野智

×
奈良美智

2人のアートスピリット

秋冬スターアイテム
WANT IT!

絶賛トレンチと
感動ライダーズ

世界のおしゃれセレブの
バッグの中身

カルチャーもグルメも雑貨
ライフ・デザイン
ショップに行こ

今月のSPURは、なんとカバーが11枚!?
かわいすぎる10大秋トレンドCHECK!

目指せ! カバーガール

モデル59人をパリでキャッチ

真夏のスナック最終便

普段のスキンケア&メイクアップのくせが、シミ、シワ、くすみの原因に!?

こすらない 美容のススめ

photographs:Takehiro Uochi illustration:Sino composition & text:Teruno Taira

Stop it!!

我流マッサージはシワ、たるみのもと

きちんと表情筋の流れや力の入れ加減を知らずに行う我流マッサージも危険と、フェイシャルレメディストの岩崎るみさんも指摘する。

「下から上へというマッサージの方法は決して間違っていないのですが、押し上げられたお肉がせき止められた部分でシワが寄ったりしていませんか? 皮膚組織や筋肉の力を無視してこすっている人のなかには、顔の筋肉の筋力はアップできている、摩擦によるダメージで真皮層にある弾力繊維をプチプチと切っている方もいらっしゃいます」

肌によかれと思つて行うマッサージが結果的に肌にダメージを与えてしまつていたりしたら皮肉なもの。ぐいぐい力を入れないよう要注意!

リフトアップのための下から上へ持ち上げるマッサージ。その際、目のきわなどにシワが寄っていないか? 鏡を見て今一度、確認を



一生懸命、美白やシワのケアをしても一向に改善しない。

それは化粧品が効かないのではなくて、ケアするあなた自身の方法が間違っているのかも!? 知らず知らずに行なっている「こする」という行為が未来の肌トラブルへ……。『こすらない』美容で、美肌を守れ!

Stop it!!

そのシミ、拭きとりクレンジングが原因かも!?

7月号の美容クリニック取材で、ライターSのクレンジング方法を「ミルクで拭きとりでは?」とすばり指摘したセラクリニックの根岸先生。「拭きとり式はついやりすぎている方が多いんです。すると肌表面の角層が根こそぎ取られ、微小な炎症状態が生じてしまいます。肌のバリア機能が弱まり、内側から水分が逃げだし、乾燥肌の原因にも。また、この慢性的な微小炎症は毛細血管拡張症をおこし、肌に赤みが出たり、メラニン細胞を刺激してシミやくすみの原因になることも」

頬の周辺にシミや肝斑が目立つ人、一度クレンジングの見直しを。

セラクリニックのUVカメラをライターSが体験。また肌表面には出てきてないものの、肌深部のシミが明らかに! 両頬に赤茶色いゾーンがある人、鏡面のようにテカテカしすぎている人はこすりすぎて肌のキメが削られている状態。「コットンにメイクがつかなくなるまで何度も何度も拭くことが、実は肌をこすっていることだと自覚のない人が多いです」(根岸先生)



Stop it!!

ゴシゴシこすっていませんか?

「肌をこすっている人には、主にゴシゴシ洗う派と強く拭くタイプがいます」と前出の根岸先生。佐伯式スキンケアの伝道師、水井さんもう続ける。

「サロンやスクールの生徒さん、セミナーなどで一般の方を指導している人、とにかく強い力で肌をさわっている人が多く見受けられます」

自分の顔だと思っからつい強くさわってしまひすぎる。他人の顔だと思つて自分の顔に触れてみて。力が加減でき、強くこすらなくなるはずだ。



目がかゆいときなど、ついゴシゴシこすってしまいがちだが、目もとの皮膚は頬の4分の1ほどの薄さ。ついうっかりの積み重ねがシワや目のまわりの赤みにつながってしまう……



汚れを落とそうとやっきになってゴシゴシ。その際、上下に顔を動かしているとしたら、たるみの原因になってしまう……!! 肌と手の間に泡をはさみ、なでるように洗って

●お話を伺った方

セラクリニック 根岸 圭先生

代官山セラクリニック勤務。光治療に関する論文を国内外で発表するなど、光治療の第一人者として美容関係者も厚い信頼を寄せる医師。最新の皮膚科学に基づいた的確な診断と診療で肌トラブルを解決。

R'VIVO フェイシャル レメディスト 岩崎るみさん

顔の反射区を利用して、わずかな力でリフトアップを図るフェイシャルレメディを考案。神戸「R'VIVO」主宰。強く押ししたり、もんだりすることのない、ごくごくソフトなタッチによるトリートメントが評判。

佐伯式スキンケア 美肌コンシェルジュ 水井真理子さん

美肌師、佐伯チズさんの右腕としてマネジャーを務める傍ら、自らも「サロン ドール マ・ボーテ」のエステティシャン、講師として活躍中。肌を見るだけで生活習慣、お手入れ方法まで見抜く観察眼は圧巻。