

2023年4月25日（火）

株式会社R'VIVO

報道関係者各位

【女性3,000人に調査】お肌の悩みと食生活・思考の関係性

**7割が「自分の感情や思考が肌に影響する」と思っているものの、  
4割はそれを「うまくコントロールできていない」  
～ そのスキンケア間違っているかも!? 「美肌に必要な2大要素」とは ～**

お顔に現れるお悩みや症状にアプローチではなく、その原因を顔から読み取りその原因となる部分をアプローチして本来のベストな状態に戻すように施術するエステティックサロンを運営する株式会社R'VIVO（ヴィヴオ）は、20歳以上60歳未満の女性全国3,000人を対象に「お肌（顔）の悩みと食生活・思考の関係性」について調査いたしました。



■ 調査概要

- |                          |                       |
|--------------------------|-----------------------|
| ①調査期間：2023年4月14日         | ②調査期間：2023年4月19日～20日  |
| ①調査手法：インターネット調査          | ②調査手法：インターネット調査       |
| ①調査対象：20歳以上60歳未満の女性全国    | ②調査対象：20歳以上60歳未満の女性全国 |
| ①有効回答者数：3,000人（各年代：750人） | ②有効回答者数：1,238人        |
| ①調査機関：Freeasy            | ②調査機関：Freeasy         |
- ※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「株式会社 R'VIVO 調べ」とご明記ください。

■ 調査概要サマリー

- ・お肌に悩みを抱える女性は8割超
- ・年代別お肌の悩み 20代「ニキビ・吹き出物」、30代「毛穴のつまり」、40代・50代は「シミ」がトップ！
- ・どの年代も2割超「食生活は手軽さや便利さが優先」
- ・7割前後が「自分の感情や思考はお肌に影響する」と思っているものの、4割前後はそれをうまくコントロールできない

本リリースに関するお問い合わせ先  
株式会社 R'VIVO PR事務局  
株式会社えびラーメンとチョコレートモンブランが食べたい  
担当：木村 E-mail：kimura@ebichoco.com



## NEWS RELEASE

### ■ 調査結果

20代から50代の女性（年代別）に「お肌（顔）の悩みはあるか？」と尋ねたところ、全体の8割超が「ある」

（84.2%）、「特にない」は1割強（11.1%）、「自慢のお肌」はわずか（4.7%）となりました。

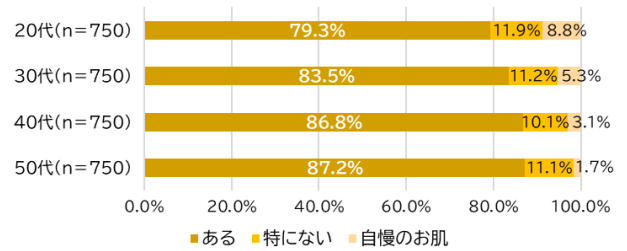
「ある」と回答した人に「その悩みは何か？」尋ねました。20

代では「ニキビ・吹き出物」（20代：65.4%、30代：

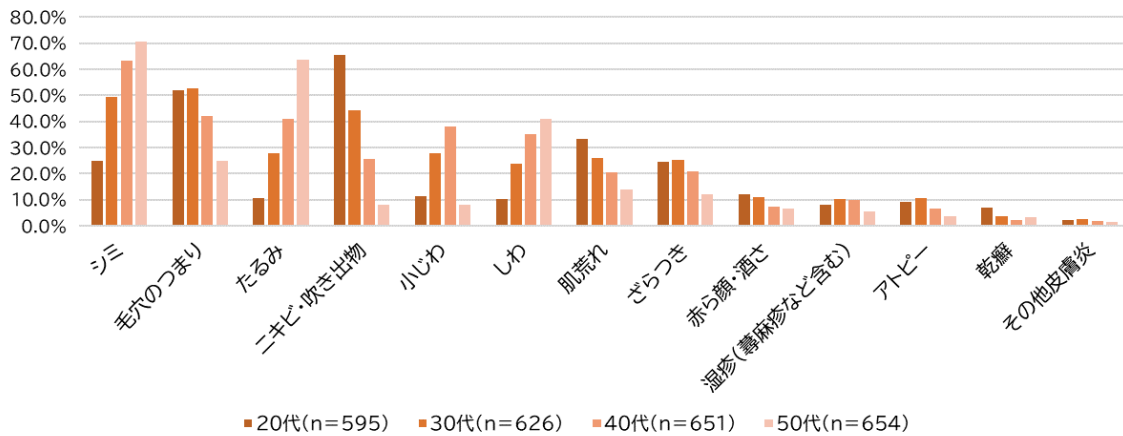
44.2%、40代：25.5%、50代：8.1%）、30代では「毛

穴のつまり」（20代：52.1%、30代：52.9%、40代：41.9%、50代：25.1%）、40代・50代は共に「シミ」（20代：25.0%、30代：49.5%、40代：63.3%、50代：70.6%）が最多でした。

お肌(顔)の悩みはありますか？

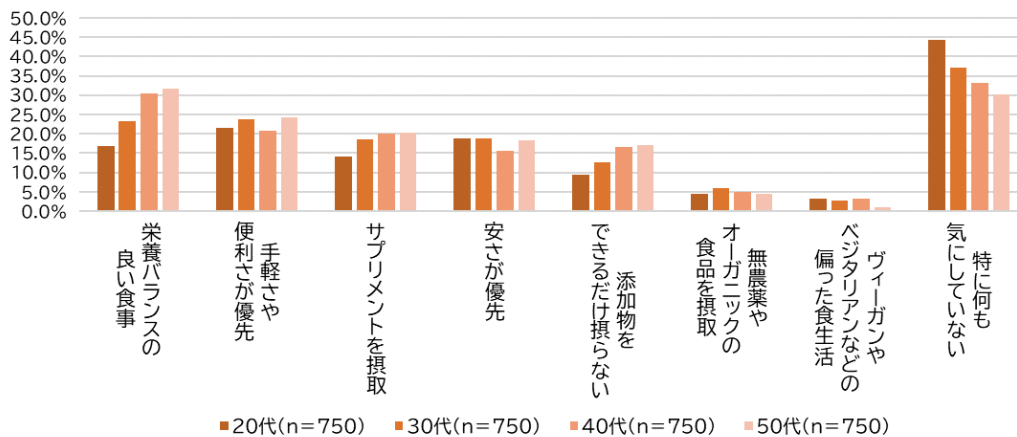


お肌(顔)の悩み（複数回答可）



今度は、「食生活はどれに近いか？」尋ねてみたところ、どの年代も「特に何も気にしていない」（20代：44.3%、30代：37.2%、40代：33.2%、50代：30.1%）が最多で、若い年代ほど高い傾向にありました。また、「栄養バランスの良い食事」（20代：16.9%、30代：23.2%、40代：30.4%、50代：31.6%）や「添加物をできるだけ摂らない」（20代：9.5%、30代：12.7%、40代：16.5%、50代：17.1%）は、年代が上がるにつれ高くなり、「手軽さや便利さが優先」（20代：21.6%、30代：23.7%、40代：20.8%、50代：24.3%）はどの年代も2割超えることがわかりました。

食生活はどれに近いですか？（複数回答可）



本リリースに関するお問い合わせ先

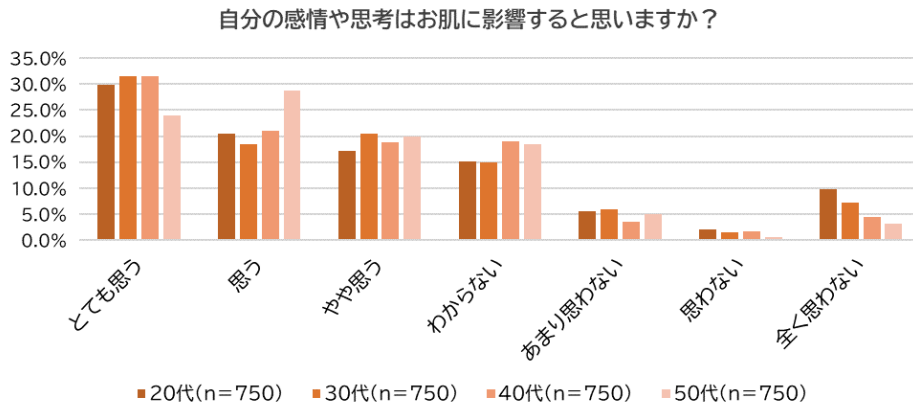
株式会社 R'VIVO PR事務局

株式会社えびラーメンとチョコレートモンブランが食べたい

担当：木村 E-mail：kimura@ebichoco.com

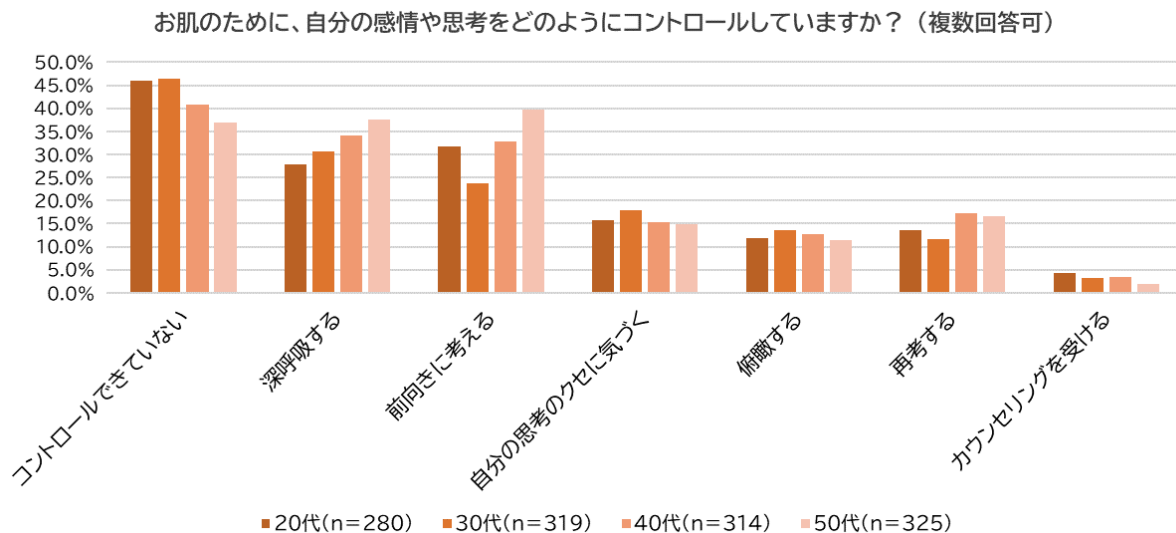
## NEWS RELEASE

次に、「自分の感情や思考はお肌に影響すると思うか？」尋ねました。20代から40代は「とても思う」（20代：29.9%、30代：31.5%、40代：31.5%、50代：24.0%）、50代は「思う」（20代：20.4%、30代：18.4%、40代：21.1%、50代：28.8%）が最多となり、「やや思う」も含めると、どの年代も7割前後（20代：67.3%、30代：70.3%、40代：71.3%、50代：72.7%）の人が、自分の感情や思考によりお肌は変化すると思っているようです。



「とても思う」「思う」と回答した人（※1）に「お肌のために、自分の感情や思考をどのようにコントロールしているか？」尋ねたところ、20代から40代は「コントロールできていない」（20代：46.1%、30代：46.4%、40代：40.8%、50代：36.9%）、50代は「前向きに考える」（20代：31.8%、30代：23.8%、40代：32.8%、50代：39.7%）が最多となりました。これにより、どの年代も4割前後の人は、お肌に影響すると思っている、感情や思考をうまくコントロールできていないということがわかりました。

※1 「とても思う」「思う」と回答した1,541人にアンケート調査依頼し、1,238人の回答を得た



### ■「フェイシャルレメディ®」の開発者・岩崎るみが「肌が美しくなるために必要なたった2つの要素」をアドバイス

私は、25年間、延べ4万人の顔を施術してきて思うことがあります。肌トラブルで困っている人の多くは、一般常識と思われる間違ったセルフマッサージや洗顔などのスキンケアを行い悪化させてしまっているということです。

そこで、今回「肌を綺麗にする2大要素」についてアドバイスします。

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 R'VIVO PR事務局

株式会社えびラーメンとチョコレートモンブランが食べたい

担当：木村 E-mail：kimura@ebichoco.com

## NEWS RELEASE

肌には余計なものを入れ込まず、乾燥や摩擦、紫外線、雑菌などの外部刺激からお肌を守ってくれる**バリア機能**があります。しかし、バリア機能を無視して科学的なものを肌に入れ込むと、肌に必要な組織がはぎ取られてしまうため、一時良い状態になったと感じますが、毎日やり続けていると、老化の原因になったり、肌荒れを起こしてしまったりすることもあります。

このようなトラブルの解決方法として、スキンケアよりもまず先にやらないといけない2大要素が、**①肌を作っていく栄養素**と**②思考・考え方**です。

### ①肌を作っていく栄養素

食べるものを意識していますか？栄養、食べもの、サプリメント、水など体内に入れるものは、肌にとって非常に重要です。

手軽さや便利さを追求し、添加物や農薬のついた食べものを食べ続けていると、体や肌に負担がかかったり、臓器へのダメージや機能の回復遅延、思考や生活パフォーマンスの低下を引き起こしたりすることもあります。だからこそ、自分がしんどい思いをしてしまうかもしれないということを考えたら、オーガニック食品を買って食べたり、ひと手間かけきちんと料理したりすることは、最終的には自分のメリットになるという選択だと思っています。但し、絶対にオーガニックでないといけないというわけではありません。私も重度のアトピーの時に、ヴィーガン生活など偏った食生活を送りましたが、それはそれで栄養バランスが取れていなかったですし、逆にダメージがあつたりもするので、結果的には何事もバランスが重要と実感しました。

### ②思考・考え方

口にするものを重要視すると、肌が変わってくるのがわかります。それは、体内に取り入れた良いもので細胞を改善していくからです。この細胞を改善する方法として重要なもう1つの要素は、思考・考え方です。これは肌を変えていくことにとって非常に重要な要素です。

量子力学やスピリチュアルの世界では、思考や感情にも周波数があるとされています。イライラ、怒り、嫉妬などの感情は周波数がとても低く（※2）、そういった感情をずっと抱え続けていると、自分の細胞の周波数も低下してしまいます。反対に、喜び、幸せ、感謝などの気持ちを感じるようになると、細胞の周波数が必然的に上がっていき、例えば悪いものを取り入れてもそれを排出する力ができてきます。

実際に、良いものを取り入れ、自分の感情のコントロールをポジティブな感情に変えていくことをやっていくと、自然と肌も安定していくことがあります。本来は、そうってから初めて外部的なスキンケアやマッサージが必要になります。肌にとって重要なのはスキンケアではなく、それを作り上げていく細胞を変えることです。

肌の根本にある細胞を活性化させるためにも、体内に取り入れるものの重要性和感情のコントロールで周波数を上げることを意識して、美しい肌をキープしましょう。

※2 エイブラハムの「22の感情ガイダンスとスケール」による

## ■「フェイシャルレメディ®」とは

フェイシャルレメディ®とは、予防医学を目的とした新しいフェイシャルエステのトリートメント手技のこと。機械や薬品などを一切用いずにハンド一本で行う顔への施術方法です。

開発者の岩崎は、その人の心身体すべてが顔面に集結していると考えます。体内環境、骨格筋肉、性格、思考、感情、クセ、生活習慣、そして様々な体の不調和の原因を根本から改善する。体のすべてを本来のあるべき正しい状態に戻し、自己治癒力を高め自分で健康美をキープできるようにします。

## ■フェイシャルレメディ®とフェイシャルエステの違い

一般的なエステティックフェイシャルでは、お肌のコンディションを整える、ホホワイトニング、しわ、たるみなどのアンチエイジングケアや小顔・リフトアップが今や当たり前になっています。

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 R'VIVO PR事務局

株式会社えびラーメンとチョコレートモンブランが食べたい

担当：木村 E-mail：kimura@ebichoco.com

## NEWS RELEASE

フェイシャルレメディ®ももちろんすべてのエステティック技術をベースとし、さらには見た目だけならば一瞬にして完了します。ただ、リフトアップした、小顔になった状態をどれだけ継続できるかということはもっと大切。お顔に現れるお悩みや症状にアプローチするのではなく、その原因を顔から読み取り、原因となる部分をアプローチして、本来のベストな状態に戻すように施術していきます。

なぜなら、表面の改善だけでは実は何も解決できていないからです。顔の中には、すべてのご自身の健康と美容に関するものが兼ね揃っています。世界に浸透している補完医療の必要不可欠な部分を試行錯誤でブレンド・アレンジし、画期的なフェイシャル施術法が考案しました。そのため、このフェイシャルレメディ®を受ければ受けるほど、心身健康に導かれて、そこから美しくなることができます！

### ■ 岩崎るみプロフィール

1974年、兵庫県生まれ。延べ4万人のフェイシャルエステで顔に触れてきた実績を持つエステティシャン。

株式会社R'VIVO 代表取締役。

一般社団法人フェイシャルレメディ協会 代表理事。

高校卒業後、重度のアトピー性皮膚炎で毎日のように内服・塗布していた薬のリバウンドに苦しみ、2年間寝たきりを経験する。そのことから、治療のために学び続けた健康美容の知識と経験を生かすべく美容関連の仕事につきたいと考え、大手エステティック会社に転職しエステティシャンに。その後、独立。現在は、神戸市内に店舗とスクール兼セミナールームのスタジオの2店舗を持ち、施術者、スクール講師として活動する2法人の経営者。

予防医学、脳科学、心理学、東洋医学の知識を用いて、フェイシャルエステティックのタッチ理論に基づいて技術アレンジをした「フェイシャルレメディ®」「クレンジングマスター®」を開発し、予約のとれないエステティシャンとして、メディアに多数掲載。

動員数8万人、日本最大級美容の見本市「ビューティワールドジャパン」のメインステージの講演講師として、連続7回登壇の経歴を持つ。

著書に『健康美人の作り方』（フレグランスジャーナル社）がある。

2023年4月、YouTubeチャンネル『マインドエステ ～心で変わる大人の美活動～』を開設。

YouTube : <https://www.youtube.com/@rumi-iwasaki/featured>

URL : <https://iwasakirumi.com/>

### ■ 会社概要

商号：株式会社R'VIVO（ヴィヴォ）

所在地：兵庫県神戸市中央区三宮町1-4-11-5F

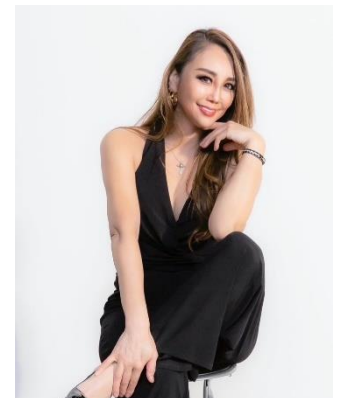
代表者：代表取締役 岩崎るみ

設立：2018年3月6日

資本金：5,000,000円

事業内容：エステティックサロンの経営、美容関連事業の経営に関するコンサルティング、美容関連医業に関する教育及びスクール運営、ビジネスコンサルティング、化粧品メーカー販売

URL : <https://www.r-vivo.com/>



本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社 R'VIVO PR事務局

株式会社えびラーメンとチョコレートモンブランが食べたい

担当：木村 E-mail : kimura@ebichoco.com