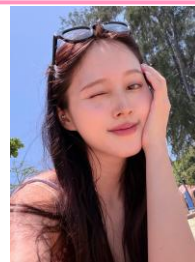


夏のダメージを持ち越さない！ 大人気美容インフルエンサー 鹿の間さんに聞く“透明感リカバリー習慣” ～秋に差をつけるQoo10のおすすめアイテムと 「ビタミンC」の8月販売個数TOP3も公開～

インターネット総合ショッピングモール「Qoo10」を運営するeBay Japan合同会社（本社：東京都港区、代表取締役：グ ジャヒョン）は、夏から秋への季節の変わり目に意識したい透明感ケアにおすすめの、Qoo10「ビタミンC」8月販売個数TOP3*を発表します。また、美容インフルエンサーの鹿の間さんにお話を伺い、夏のダメージが気になる時期に内側からコンディションを支える「インナーケア習慣」について、Qoo10で購入できるアイテムとあわせてご紹介します。



美容インフルエンサー 鹿の間さん

Qoo10「ビタミンC」8月販売個数TOP3

夏に強い日差しを浴びたり、エアコンが効いた環境で過ごしたりしたことで、美容や健康のコンディションに変化を感じやすい時季です。ビタミンは、健やかな体のリズムや内側からの美しさを維持するために欠かせない基本の栄養素ですが、体内で生成されにくいものが多いため、毎日の食生活やインナーケアで意識的に補うことも大切です。そこで今回は、Qoo10における「ビタミンC」の8月販売個数TOP3*を発表します。

No.1

ELLISS リボソームビタミンC
(ショップ名：monomo公式ショップ)



1日1本でビタミンCを効率よく補給。非加熱の粉末タイプで、炭酸水やヨーグルトに混ぜるのもおすすめ。

URL：<https://www.qoo10.jp/g/1097671463>

No.2

母の薬薬品 プルオイVC1500
(ショップ名：母の薬薬品)



リボソームビタミンCとレチノールを同時に摂取。手軽に飲める小粒のサプリメントで習慣化しやすい。

URL：<https://www.qoo10.jp/g/1143208109>

No.3

ELLISS お試し4種トライアルセット
(ショップ名：monomo公式ショップ)



リボソームビタミンCを含むELLISSの人気サプリメント4種類を気軽に試せるトライアルセット。

URL：<https://www.qoo10.jp/g/1184241762>

	商品名	URL	ショップ名
1	ELLISS リボソームビタミンC	https://www.qoo10.jp/g/1097671463	monomo公式ショップ
2	母の薬薬品 プルオイVC1500	https://www.qoo10.jp/g/1143208109	母の薬薬品
3	ELLISS お試し4種トライアルセット	https://www.qoo10.jp/g/1184241762	monomo公式ショップ

*Qoo10調べ データ抽出期間：2026年8月1日(土)～2026年8月31日(月)

Qoo10 (<https://www.qoo10.jp/>) サイト上「ビタミンC」カテゴリーの公式ショップ各販売個数に基づいたランキングです。

鹿の間さんに聞く！コンディションの変化とインナーケアの重要性

■鹿の間さんが夏の終わりに気になるコンディションの変化

夏の終わりに一番気になるのは、乾燥による『どんより感』や『透明感の不足』です。それに伴ってメイクのりの悪さも気になり始め、午後になると顔全体の印象が暗く見えてしまうのが悩みです。夏の間にエアコンの風にさらされたり、強い日差しを浴びる機会が多かったことで、**内側にダメージが蓄積してコンディションが変化している**のかなと感じています。



■スキンケアだけでは追いつかない！20代中盤から意識し始めたインナーケア

20代前半くらいまでは、夏の終わりでもスキンケアなど外側からのケアを意識していれば大丈夫だと思っていたのですが、**25歳あたりを境に、食生活を見直したり、睡眠時間を少し増やしたりと、生活習慣も意識するよう**になりました。普段の食事でも栄養バランスを意識していますが、食事だけでいろいろな栄養素を完全に摂るのは難しいと感じることもあります。そういったときは、**サプリメントなどのインナーケアアイテムを取り入れて補うように**しています。

鹿の間さん直伝！夏から秋にかけての美容習慣

【外側からのケア】

すぐく日焼けをしやすい体質なので、紫外線対策はかなり意識しています。日焼け止めを塗ることはもちろん、外出するときは日傘を差して、できるだけ太陽光が直接肌に当たらない環境を作っています。それでも照り返しなどで紫外線を浴びることはあるので、特に日差しが強かった日は、アロエジェルを塗って冷却・保湿ケアをするようにしています。ボディソープもビタミンCが配合されているものを選ぶなど、**顔だけでなく体全体のケアも意識しています。**



【食事のケア】

この時期はとくに**体の酸化が気になるので、フルーツは意識して食べる**ようにしています。フルーツは水分補給にもなりますし、ビタミンなども含まれているので、無理なく毎日の食事に取り入れています。あとはお魚も冷凍のものをまとめて買って、いつでも食べられるようにストックしています。特に日差しの影響が気になる時期の**インナーケア成分が豊富な鮭は冷凍庫に常備しておく**ことで、忙しいときでも普段の食事に取り入れやすく工夫しています。



【時間帯別インナーケア&おすすめアイテム】

日々の生活習慣の中で、**時間帯や生活リズムに合わせて様々なインナーケアを取り入れています。**

時間帯別インナーケア&鹿の間さんおすすめアイテム

■朝食代わりにもおすすめの「プロテイン」！

ULTORA ビューティープロテイン
(ショップ名：ULTORA【公式】Qoo10ショップ)
URL : <https://www.qoo10.jp/g/1172218354>

★おすすめポイント

ホエイ・ソイ・酵母の3種のタンパク質と、ハリのある毎日を応援する16種の美容成分を配合。日中からお休み中までカラダに必要な栄養をサポートします。
美味しくて忙しい朝でも手軽に取り入れやすいので、内側からの美容ケアが無理なく続けられます。



■「ビタミン」を朝と夜に毎日摂取！



リポ・カプセル ビタミン C+D
 (ショップ名: Lypo-C公式ショップ Qoo10店)
 URL: <https://www.qoo10.jp/g/1134764266>

★おすすめポイント

ビタミンCとビタミンDを一度に効率よく摂取。
 ビタミンCで美容対策はもちろん、ビタミンDが入ることで美しさの土台を整え、
 健やかなコンディション維持をサポート。

■昼間は好きな飲み物で自然に「ポリフェノール」を！

もともとお茶やコーヒーを飲むことが好きなので、透明感をサポートする成分であるポリフェノールを含む飲み物も自然に取り入れています。「美容のために頑張って摂らなきゃ」と思わず、毎日の習慣として無理なく続けられています。コーヒーやお茶などカフェインを含むものも多いため、飲む時間帯は昼間を中心にしています。

■夜は他のサプリと一緒に「アスタキサンチン」も！



アスタリフト サプリメント ホワイトシールド
 (ショップ名: 富士フィルム公式ストア ビューティー&ヘルスケアQoo10店)
 URL: <https://www.qoo10.jp/g/1083690673>

★おすすめポイント

粒が大きすぎず飲みやすいので、夜の薬やサプリ習慣のタイミングに合わせることで無理なく継続。
 還元成分として知られるので秋に入る前の美容コンディションを健やかにキープ。

鹿の間さんプロフィール



鹿の間

インフルエンサー

1998年福岡県生まれ。YouTubeチャンネル「鹿の間」では、スキンケア・インナーケア・メイク・ボディメイクなど幅広く紹介。カラコン「cicica」のプロデュースなどでも活躍中。

▶YouTube : @鹿の間

(<https://www.youtube.com/channel/UCtsQTNOGOGGTmsa5Mc-9evA>)

▶Instagram : @rhodon41 (<https://www.instagram.com/rhodon41/>)

▶X : @rhodon41 (<https://x.com/rhodon41>)

▶TikTok : @rhodon41 (<https://www.tiktok.com/@rhodon41>)

【eBay Japan合同会社】

本社所在地: 東京都港区元赤坂1丁目3-13 関電不動産赤坂ビル13F

URL: <https://www.qoo10.jp>

事業内容: インターネット総合ショッピングモール「Qoo10」運営、インターネットサービスの提供

eBay Japan合同会社は、楽しさを仕掛け、喜びを届けるマーケットプレイスとして「Qoo10 (キューテン)」を運営しています。2010年に運営を開始し、ファッション・ビューティ・スポーツ・家電・モバイル・日用品・生活・食品・ベビー・エンタメ・ブック・eチケット等あらゆるジャンルにわたり、豊富な品揃えを誇ります。「Qoo10」を通じて、セラー(売り手)は法人・個人を問わず、国内外から自由に商品を出品でき、バイヤー(買い手)は、安全かつ安心な環境で、お買い物を楽しむことができます。

※文中の社名、商品名は、各社の商標または登録商標です。

※記載されている内容は、発表日時点の情報です。予告なしに変更されることがありますので、あらかじめご了承ください。

■お客様からのお問い合わせ先

eBay Japan 合同会社 Qoo10 カスタマーセンター (受付: 平日 9:30~17:30、土・日・祝日除く)

問い合わせ先: <https://www.qoo10.jp/gmkt.inc/CS/NHelpContactUs.aspx>