

## 指原莉乃さんが一般の方の“肌なやみ”について答える YouTube LIVE「肌なやみスッピントークLIVE」事後レポート！

### 指原さんの美肌の秘訣、お風呂上がりは、化粧水を「全身にぶっかける」！最近始めたルーティンは〇〇ケア？

みんなのミカタ！なめらか本舗×10年間愛用する指原莉乃さんがコラボ

ノエビアグループの常盤薬品工業株式会社(本社:東京都港区)の豆乳スキンケアブランド『なめらか本舗』は、保湿ラインのリニューアルを記念して、同ブランドの宣伝部長であり『なめらか本舗』を10年間愛用されている指原莉乃さんとコラボし、なりたい理想の肌づくりを応援する「みんなで話そう！指原莉乃の肌なやみスッピントークLIVE」と題したYouTube LIVEを2022年3月8日(火)に開催しました。

ライブでは、指原さんが「みんなのミカタ」となり、様々な肌なやみについて本音で答えていく形式で展開。その様子をお届けします。

アーカイブ映像：<https://www.youtube.com/watch?v=gBV1JeP53Vo>



#### ■指原莉乃さんによるYouTube LIVE「肌なやみスッピントークLIVE」の様子

<SNSで募集した、肌なやみについての相談・質問に回答>

**Q.マスクで肌荒れしちゃって困ってます。さっしーみたいな美肌になりたいのですが、ルーティーン教えて？**

A.ありがたいですね～。ありがたいけど自分でコメント書き込んでみたいに思われたらやだな(笑) 自演じゃないです(笑)

私はルーティンとして化粧水・乳液・保湿クリームを基本にしています。私の場合はなめらか本舗の保湿ラインを使ってるんですけど、とにかくどれだけ忙しくても、毎日しっかりとサボらずちゃんとやるのが一番大事なんじゃないかなと思います。あと、**実は忘れてほしくないのは首。**「リンクルアイクリーム N」を、目元だけじゃなくて首にも塗ってるんですよ。**首元ってケアを怠りがちなので、私は首のシワが気になるので、今、最近始めました。**なので、みんなは忘れずに若いうちからやってください！(スキンケアのルーティンでは)朝はマスクつけて、夜はたまに感じてかな。私の場合、実はその時々で、色々な価格帯のケア商品をすることもあるんだけど、最終的にはなめらか本舗に落ち着いた感じですかね。(コメントを読み上げ)  
「さっしーの首なめらかだよ」うまいこと言うてるコメントが来ました(笑)

**Q.さっしーは、忙しい時のスキンケアの裏技や時短法ってありますか？**

A.なんやかんやこのまま寝てしまいたいと思う時とかあるじゃないですか。朝寝坊しちゃって「どうしよう、でもカピカピのまま行きたくない！」と言う時とかあると思うんですけど、**忙しかったりする時は、オールインワンのアイテムを使うのがいいと思います！**化粧水・乳液・クリームってなんやかんやで工程が3つあるじゃないですか。時間のない日だと一気にやっちゃいたいときあるじゃないですか。その時に一つあると便利だなと思います。「とろんと濃ジェル」は、化粧水・美容液・乳液・クリーム・パック・化粧下地の6役のオールインワンなんですって。いろいろ背負いすぎてこの子が潰れちゃわないか心配です！(笑)エースでありリーダーでありみたいな。大変だな。

(その後、商品で手を保湿しながら、さりげなく「私のブランドのネイル発売しました。よろしくお願いします(笑)」と宣伝する場面も。)

■指原莉乃さんによるYouTube LIVE「肌なやみスツピントークLIVE」の様子

<SNSで募集した、肌なやみについての相談・質問に回答>

**Q.スキンケア以外でもお肌のためにしていることがありますか？**

A.私、めっちゃくちゃ寝るんですよ。基本的に12時にはベッドにいる。基本的にはたっぷり寝ます。それは肌にもですし、次の日の仕事のためでもそうですし。今日は10時間寝ました(笑)でも夜遅く帰って、洗顔とかしないで寝るって言うのはなるべくないようにしています。忙しかったらオールインワンでって感じかな。あとは食事とかもそうだし、私すごく運動するので、週1~2回トレーニングして適度に汗を流して。あとは一日1万歩くらい歩くようにしてるかな。何か意味があると信じて(笑)仕事終わりの夜歩いたり。あと、サウナも好きでこの間も行きました。ビタミンとって汗かいて運動してちゃんと寝てって感じかな。心も身体も健やかに生きられたらいいですね！

**Q.男性なんですけど、スキンケアがまったくわかりません！さっしー、たすけて～**

A.今だと男性もスキンケアをしてる方多いですよ。質問してくれた男性は「スキンケアがわからない」ってことは、まだ何もしていないって事だと思うので、まずは、スキンケアのアイテムを購入するところから始めたらいいんじゃないかなと思います。人それぞれ、合う合わないはあると思うので、そういう意味でも、「なめらか本舗」はプチプラで、まさに入門編としては最適んじゃないかなと思います。もちろん肌に合えば、そのまま使い続けていけばいいと思うし、いろんな物を使うのがいいんじゃないのかなと思います。私の身近なところでも、なめらか本舗を使っている男性たくさんいるので、ぜひ一度試してみてください。あと、コツとしては「惜しまず、たっぷり使うこと」かなって思います！プチプラだからこそバシャバシャ惜しみなく使えますし、使い続けながら、自分の肌質と相談して合うものを見つけていくのがいいんじゃないかなと思います。昔、グループ時代、必ずメイクさんがなめらか本舗使ってくれました！（なめらか本舗使うと違い感じる？と言う質問に対して）感じます！一週間頑張ってみてほしい。プルプルになります！

**Q.芸能人ってなんであんなに肌きれいなんですか？めっちゃお金かけてるんですか？**

A.ストレート！（笑）女優さんとかモデルさんとか、本当にめっちゃめっちゃきれいです！でもそれぞれ全員がどうやって肌のキレイさを保ってるかはわからないけど、実際、エステとかクリニックとか行っている方は多いんじゃないかなと思います。結構お金もかかるけど、それをするだけじゃなくて運動だったり食だったり睡眠だったりとか、それぞれ努力している人が多いんじゃないかなと思います。生活習慣とかで変わってくるものもあると思うので、お金を使いつつも陰での努力をしっかりとされてるんじゃないのかなと思います。日頃使うものはプチプラなものを使ったりとか、賢くお金を使い分けてるんじゃないかなと思います。（20歳の方からのコメントを見て）私もちゃんと肌やりだしたの20歳くらいだったと思います。

**Q.指原さんはお肌きれいだから肌悩まないですよ？指原さんは肌悩みありますか？**

Aあります！何でかって言うと、私メイクを落とさずに寝ちゃうことが多いんですよ。怒られるかしら誰かに？（笑）絶対ダメです！やめてください！（笑）無理だ！って確信して寝る時があるんですけど（笑）そんな日は後悔すごしますね。なのでいつもよりたっぷりの泡を使ってメイクを落として洗顔をして、丁寧にケアをするって言うのが私の基本です。肌トラブルも昔はすごくあったんですけど、丁寧に毎日しっかりすることとこだわらなければ無くなりました。あと運動とか生活習慣もあると思います。（鍋とか食べますか？と言うコメントに対して）鍋食べますよ（笑）でも鍋食べるとむくんじゃうからあんま食べないかも（笑）美味しすぎていっぱい食べちゃうから！（笑）あ、タンパク質大事だと思う！いっぱいお肉とかプロテインとか飲むようになったら綺麗になってきた。



## ■指原莉乃さんによるYouTube LIVE「肌なやみスッピントークLIVE」の様子

## &lt;なめらか本舗のこだわりの豆乳を飲んで「うまっ！豆腐を100個ぐらいぶち込んだ感じ(笑)」。&gt;

指原さんからなめらか本舗にご紹介。プチプラでありながら、「55種類」もの大豆をしっかりと研究していること、商品ラインごとに「大豆の品種・産地」にこだわって選定していることなどをお伝えいただきました。商品に使用している、そんなこだわりの大豆からできた豆乳を一口飲んだ指原さんは「うまっ！美味しい！なんか普段飲んでる豆乳よりもすっごく濃厚。豆腐を100個ぐらい、ばん！ってこの中にぶち込んだ感じがする(笑)。」とコメント。

## &lt;指原さんの美肌の秘訣！愛用アイテムと使い方についてご紹介&gt;

指原さんの愛用アイテム「ミスト化粧水 N」「リントールアイクリーム N」「モイストシートマスク N」について、実際の使い方とともにご紹介いただきました。

## ▶ミスト化粧水 N

→「お風呂上がりにバスタオルで拭いた後、すぐさまこの「ミスト化粧水 N」を全身にぶっかけます！

なんでかって言うと、噂によるとお風呂上がってから30秒で急激に乾燥するんですって！できるだけ保湿をすることが大事って聞いたのもう、上がって身体拭いた瞬間にババババーっとすぐさま全身にかけます！これ本当にオススメです。」

## ▶リントールアイクリーム N

→「このアイクリームで目元をケアしてます。10代とか20代前半の方も見てくれているかなと思うけど、人生の先輩としてこれは言いたい。目元のケアは早めからお願いします。(コメント欄を見て)え、これTikTokってバズってるんですって。すごい！これね、本当にめっちゃいい。私は首にも塗ってます！」

## ▶モイストシートマスク N

→「愛用品にもほどがあるんですけど、ちゃんと顔の形でぱっとすぐ出せてその瞬間にぱっとつけられるからめっちゃくちゃ好きで毎日毎日使ってます。どんな人でも使いやすいんじゃないのかなと思っています。みんなの近くのドラッグストアにもきっと並んでいると思うので、ぜひ使ってみてください。」

## &lt;リニューアル後の「なめらか本舗」のポイントについて紹介&gt;

最後に、今回の「なめらか本舗」のリニューアルポイントとして、世界新開発\*1となる高純度の『豆乳イソフラボン』\*2が配合された点、ダブルで保湿成分を配合している点、パッケージデザインがリニューアルされた点をご紹介いただきました。また、今回のキービジュアルに触れ、「個人的にめっちゃお気に入りです！おでこ出てるの珍しいよね。いい感じですよ」とピースしながら話してくれました。配信中は随時コメントが多数寄せられ、「またこう言う配信して欲しいです」「(指原さんとの)フリートーク好きなので楽しかった」という好意的なコメントが多く見られました。

※詳細は、以下のアーカイブ映像よりご覧いただけます。

<https://www.youtube.com/watch?v=gBV1JeP53Vo>

\*1 化粧品原料として世界で初めて国際化粧品表示名称を取得しました。

\*2 保湿成分





## ■指原莉乃さんにライブ後インタビュー

## —ライブを終えていかがでしたか？

あっという間でした！40分くらい、一人で話すことあんまりないのでどうかしらと思ってたんですけど、コメントもたくさんいただいて、事前に質問もいただいていておかげで、みんなで肌の悩みを話してあっという間でしたね。みんなそれぞれ肌の悩みあるんだなって改めて思いました。（寄せられたコメントについて）みんなが肌綺麗だねって言うてくれて嬉しかったです！普段、肌に特化して褒められることあんまりないので、肌に特化したトークライブだと肌を褒めてもらえるんだなって嬉しかったです（笑）日々ケアしてきて良かったなと思いました。（化粧を落とさないで寝ることがたまにあることについて）もう最悪なんです（笑）最悪なんですけど、そう言う時も人間なのであるの、次の日はより丁寧にケアをしたりとか肌をなるべく労って生活するようにはしているんですけど、時々そういう大ダメージを与えてしまうので気をつけないとかなと思います。

## —もうすぐホワイトデーということで、ホワイトデーデートにオススメのスキンケアやメイクのポイントがありましたら教えてください。

もし予定があるなら接近戦になっちゃうと思うので、より、保湿をした方がいいと思うのと、しっかりパックをして、たっぷり睡眠をとって、準備するのが大事なんじゃないかなと思います。

（おうちでのデートの場合）おうちでも気をつけた方がいいのが、最近ほだほだ日でも照ってきたので家でも日が当たると思ったら（UVも入っているものがあるので）下地を使うといいのではないかなと思います。（メイクで言うと）最近マスクにつかないメイクっていうのがポイントになってくるかと思うのでいろんなのを試して使いますかね。リップの色が自分としては大事なので、マスクをしていてもリップを塗るようにしていますね。ふとした瞬間に見えちゃうので。

## —先日、なめらか本舗で「なりたい理想の肌」について調査をした結果、20代は「ギャップなし！肌」という結果が出ました。実際に「マスクやフィルター加工が定番になった今、実際の肌とギャップを感じる人が約9割！」という結果も出ていますが、同じ20代として、指原さんもこの調査に共感する経験はありますか？

めっちゃめっちゃ共感します。やっぱり「えっ、こんなに肌綺麗なの？」ってなるし、実際肌見たらあれ？って思うことはあるんですけど、フィルター通さなくてもみんなそれなりに綺麗だし、ケアしてれば差がなくなってくるんじゃないのかなと思います。自分もフィルターとの差にびっくりして、より気をつけるようにはなって、だんだんそのギャップが埋まってきたなと感じるので、日々の努力は裏切らないと信じて頑張るしかないかなと思います。

（ギャップを感じたエピソードについて）お仕事で、若い子と並ぶことがすごく多いのでそのギャップを感じたりすることはあります。若い時は何にも感じてなかったのに、こんなに肌って綺麗だったんだなって気づくというか（笑）今になって、あの時あーしとけばなって思うことはすごく多いので、フィルターとのギャップもそうですけど若い子とのギャップは日々感じて、もっと頑張らなないとかなという風に思っちゃいます。

※調査結果の詳細は、次頁以降を参照ください。

ノエビアグループの常盤薬品工業株式会社(本社:東京都港区)の豆乳スキンケアブランド『なめらか本舗』は、保湿ラインのリニューアルに伴い、20歳~39歳の女性830名を対象に、「2022年 みんなの! なりたいトレンド肌調査」を実施しました。調査では、今みんなが「なりたい」と思う肌のトレンドや肌悩みに加え、マスク生活で肌を隠すようになったり、自撮りをするときに写真アプリのフィルターで加工をしたりすることが増えたことで、実際の肌とのギャップを感じている人が多いことがわかりました。

## 【調査概要】

調査期間: 2022年1月20日~22日 調査方法: インターネット調査

調査対象: 全国の20歳~39歳の女性 830名

※調査結果の数値は小数点以下を適宜四捨五入して表示しているため、積み上げ計算すると誤差がでる場合があります。

※調査結果をご紹介いただく際は、「なめらか本舗調べ」と注釈をご記載ください。

プレスリリース ▶▶▶ [https://prtimes.jp/main/action.php?run=html&page=releasedetail&company\\_id=263&release\\_id=218&owner=1](https://prtimes.jp/main/action.php?run=html&page=releasedetail&company_id=263&release_id=218&owner=1)

## 調査結果トピックス

### ■Part1 みんなのなりたいトレンド肌

- ・なりたい肌1位、20代は「ギャップなし! 肌」、30代は「すっぴんお泊まり会肌」
- ・「なりたい肌」に必要な要素「毛穴レス」「透明感」「潤い」、「なりたい肌」のためにしていること1位「スキンケア」61.5%
- ・「なりたい肌」と「実際の肌」にギャップを感じる人は87.3%
- ・「なりたい肌」で重視しているのは自己評価>他者評価

### ■Part2 みんなの自撮りと肌

- ・全体のおよそ半数(48.6%)が自撮りの時にフィルターをかける、その理由1位「肌を美しく見せたいから」70.8%
- ・「フィルターをかけた肌」と「実際の肌」にギャップを感じる人は72.7%

### ■Part3 みんなのマスク生活と肌

- ・マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手がいる人は51.1%、相手との関係1位は「仕事の関係者」
- ・相手に素顔を初めて見せることに抵抗があった人は67.4%で、理由1位は「肌が気になるから」61.2%
- ・マスクを外した相手の素顔を見た時に印象が変わったことがある人は62.2%、それまでより悪い印象になることが多い
- ・「マスクをした状態」と「実際の肌」にギャップを感じる人は64.7%

### ■Part4 みんなの肌悩み

- ・肌悩みの1位は「毛穴」60.6%、2位「乾燥」50.4%、特に感じるのは1位「ストレスが溜まったとき」など肌がゆらぐタイミング

### ■Part5 みんなの理想肌になるために! (皮膚科医: 泉さくら先生)

- ・「なりたい肌」になるために必要なこと
- ・「肌がゆらぐ」タイミングに注意したいこと
- ・「なりたい肌」へ導くための正しい肌ケア

### ■Part6 みんなのミカタ! 『なめらか本舗』の「保湿ライン」リニューアル

■Part1 みんなのなりたいトレンド肌

・なりたい肌1位、20代は「ギャップなし！肌」、30代は「すっぴんお泊まり会肌」

20代～30代の女性に「なりたい肌」について聞いてみると、全体での1位は「すっぴんお泊まり会肌」35.3%でした。年代別に見ると、20代の1位はマスクや加工写真とも差がない「ギャップなし！肌」35.3%で、30代の1位は「すっぴんお泊まり会肌」36.5%という昨今の世相やトレンドを反映した結果になり、自信の持てる美しい素肌が支持される結果となりました。

あなたの「なりたい肌」は？

<全体>

1位	すっぴんお泊まり会肌	35.3%
2位	ギャップなし！肌	32.7%
3位	友達にほめられ肌	26.1%
4位	メイクのテンション上がる肌	25.4%
5位	お出かけしやすくなる肌	22.3%

(n=20～39歳の女性 830名/MA)

<20代>

1位	ギャップなし！肌	35.3%
2位	すっぴんお泊まり会肌	34.1%
3位	メイクのテンション上がる肌	25.7%
4位	友達にほめられ肌	25.2%
5位	恋人に褒められ肌	21.9%

(n=20～29歳の女性 416名/MA)

<30代>

1位	すっぴんお泊まり会肌	36.5%
2位	ギャップなし！肌	30.0%
3位	友達にほめられ肌	27.1%
4位	メイクのテンション上がる肌	25.1%
5位	お出かけしやすくなる肌	24.2%

(n=30～39歳の女性 414名/MA)

・「なりたい肌」に必要な要素「毛穴レス」「透明感」「潤い」、「なりたい肌」のためにしていること1位「スキンケア」61.5%

「なりたい肌」に必要な要素TOP3は「毛穴レス」「透明感」「潤い」で、なりたい肌になるためにしていることは「スキンケア」が61.5%で圧倒的な1位でした。

「なりたい肌」に必要な要素は？

(n=「なりたい肌」がある女性 745名/MA)

1位	毛穴レス	62.6%
2位	透明感	56.0%
3位	潤い	49.9%
4位	ツヤ	47.5%
5位	キメ	46.2%

「なりたい肌」のためにしていることは？

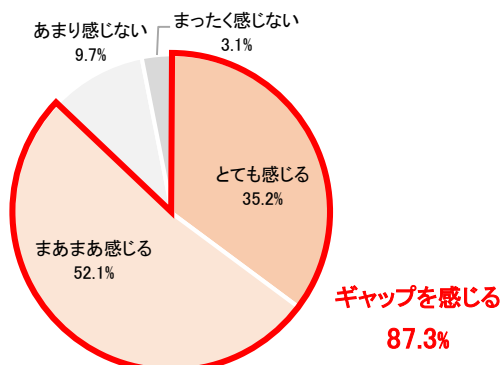
(n=「なりたい肌」がある女性 745名/MA)

1位	スキンケア	61.5%
2位	メイクアップ	33.8%
3位	十分な睡眠	31.5%
4位	紫外線対策	25.8%
5位	水分補給	23.9%

・「なりたい肌」と「実際の肌」にギャップを感じる人は87.3%  
9割近い人が肌の理想と現実にギャップを感じていました。

「なりたい肌」と「実際の肌」にギャップを感じる？

(n=「なりたい肌」がある女性 745名/SA)

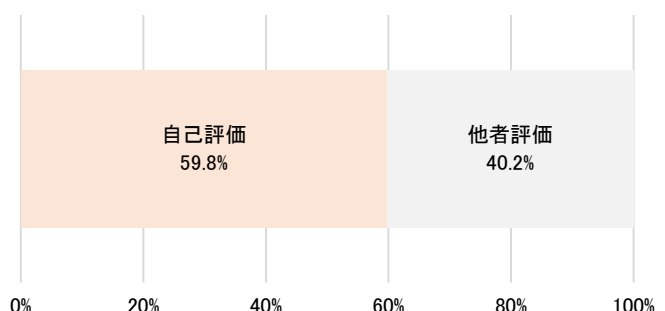


・「なりたい肌」で重視しているのは自己評価>他者評価

「なりたい肌」で重視しているのは、自分自身が満足できること(=自己評価) 59.8%: 他者から褒められること(=他者評価) 40.2%で、自己評価をより重視していることがわかりました。

「なりたい肌」で重視しているのは自己評価or他者評価？

(n=「なりたい肌」がある女性 745名/SA)



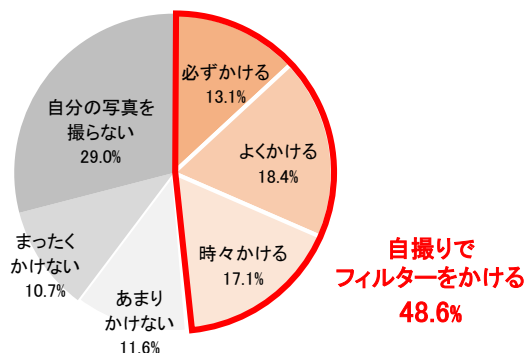
■Part2 みんなの自撮りと肌

・全体のおよそ半数(48.6%)が自撮りの時にフィルターをかける、その理由1位「肌を美しく見せたい」70.8%

自分の写真を撮影するときにアプリ等でフィルター(加工)をかける人は48.6%と全体の半数近くにのぼります。その理由は、1位「肌を美しく見せたいから」70.8%、2位「顔全体を美しく見せたい(盛りたい)から」61.2%の二つの理由が圧倒的でした。

自撮りでフィルターをかける？

(n=20~39歳の女性 830名/SA)



フィルターをかける理由は？

(n=自撮りでフィルターをかける人 404名/MA)

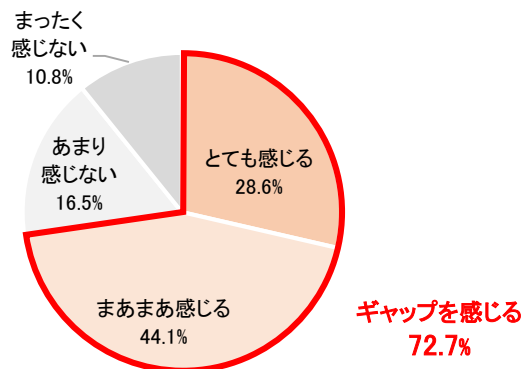
1位	肌を美しく見せたいから	70.8%
2位	顔全体を美しく見せたい(盛りたい)から	61.4%
3位	スタイルを美しく見せたいから	20.5%
3位	小顔に見せたいから	20.5%
5位	目を美しく見せたいから	16.3%

・「フィルターをかけた肌」と「実際の肌」にギャップを感じる人は72.7%

7割以上の方が「自撮りでフィルターをかけて加工した肌」と「実際の肌」にギャップを感じているようです。

「フィルターをかけた肌」と「実際の肌」にギャップを感じる？

(n=20~39歳の女性 830名/SA)



POINT !

「なりたい肌」について、自分自身が満足できること(=自己評価)と他者から褒められること(=他者評価)の両方を重視しながら、重視の度合いは自己評価がやや高い結果となりました。これは「なりたい肌」のトレンドにも表れています。上位に入っている「すっぴんお泊まり会肌」「友達にほめられ肌」は他者評価(特に同性)、「ギャップなし!肌」は自己評価&他者評価、「メイクのテンション上がる肌」と「お出かけしたくなる肌」は自己評価、というように、自己評価も他者評価も高くないという気持ちが表れているようです。

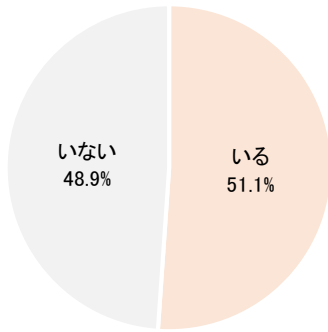
■Part3 みんなのマスク生活と肌

・マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手がいる人は51.1%、相手との関係1位は「仕事の関係者」

マスクをした状態で出会い、一定期間マスクを外した顔を見せなかった相手がいる人は51.1%で、相手との関係1位は「仕事の関係者」46.0%、2位「友人」32.1%でした。

マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手がいる？

(n=20~39歳の女性 830名/SA)



その相手との現在の関係は？

(n=マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手がいる人 424名/MA)

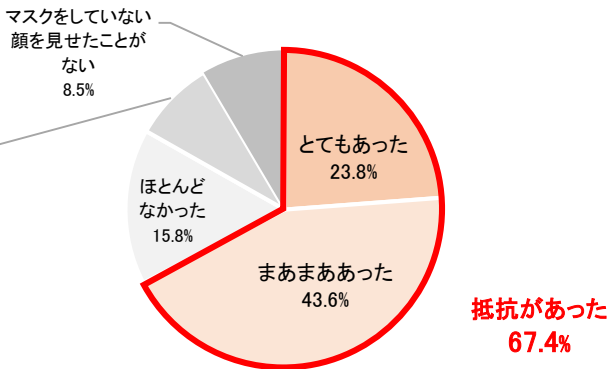
1位	同僚や取引先など仕事の関係者	46.0%
2位	友人	32.1%
3位	趣味などの仲間	18.6%
4位	先生や同級生など学校の関係者	13.2%
5位	恋人や夫婦	12.3%

・相手に素顔を初めて見せることに抵抗があった人は67.4%で、理由1位は「肌が気になるから」61.2%

マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手に対して、67.4%の人が「素顔を初めて見せることに抵抗があった」と回答しました。その理由1位は「肌が気になるから」61.2%、2位「全体のバランスが気になるから」45.8%でした。

相手に素顔を初めて見せることに抵抗があった？

(n=マスクを外した顔を一定期間見せなかった相手がいる人 424名/SA)



抵抗があった理由は？

(n=相手にマスクを外した素顔を見せることに抵抗があった人 286名/MA)

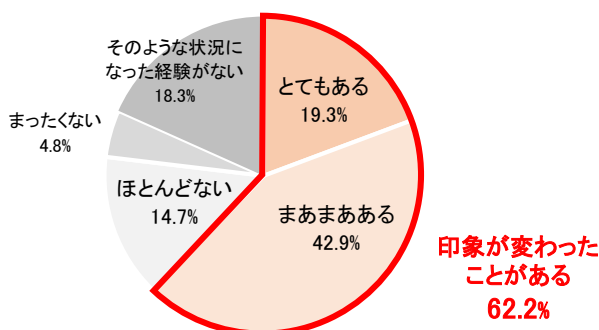
1位	肌が気になるから	61.2%
2位	全体のバランスが気になるから	45.8%
3位	化粧崩れが気になるから	40.9%
4位	口元が気になるから	24.5%
5位	輪郭が気になるから	23.8%

・マスクを外した相手の素顔を見た時に印象が変わったことがある人は62.2%、それまでより悪い印象になることが多い

マスクをした状態で出会った相手の素顔を初めて見た時に印象が変わったことがある人は62.2%で、そのうち64.7%が「それまでより悪い印象に変わることが多い」と回答しました。

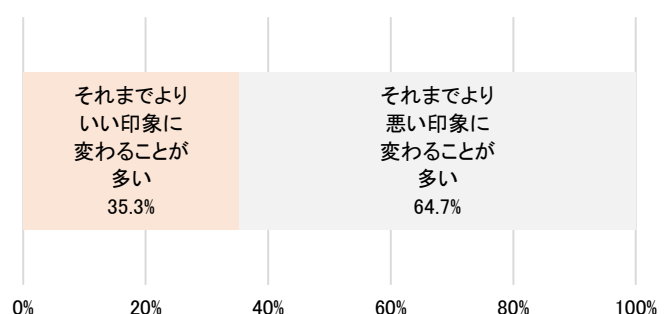
マスクを外した相手の素顔を見て印象が変わったことがある？

(n=20~39歳の女性 830名/SA)



どのように印象が変わった？

(n=マスクを外した相手の素顔を見て印象が変わったことがある人 516名/MA)

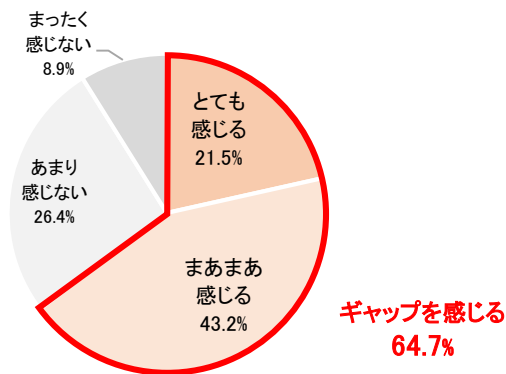




・「マスクをした状態」と「実際の肌」にギャップを感じる人は**64.7%**  
6割以上の人が「マスクをした状態」と「実際の肌」にギャップを感じているようです。

「マスクをした状態」と「実際の肌」にギャップを感じる？

(n=マスクを着用している人 800名/SA)



■Part4 みんなの肌悩み

・肌悩みの1位は「毛穴」60.6%、2位「乾燥」50.4%、特に感じるのは1位「ストレスが溜まったとき」など肌がゆらぐタイミング  
肌悩みの1位は「毛穴」60.6%、2位「乾燥」50.4%、「ニキビ」43.4%でした。肌悩みを特に感じるのは1位「ストレスが溜まったとき」52.5%、2位「生理前後のタイミング」51.2%など肌がゆらぐタイミングのようです。

あなたが感じる肌悩みは？

(n=20~39歳の女性 830名/MA)

1位	毛穴	60.6%
2位	乾燥	50.4%
3位	ニキビ	43.4%
4位	シミ	38.2%
5位	テカリ	28.9%

肌悩みを感じるタイミングは？

(n=肌悩みを感じる人 760名/MA)

1位	ストレスが溜まったとき	52.5%
2位	生理前後のタイミング	51.2%
3位	睡眠不足のとき	46.2%
4位	季節の変わり目のタイミング	40.5%
5位	暴飲暴食をしたとき	32.5%

POINT !

今回の調査で、20代~30代の女性の多くが、肌に関して3つの「ギャップ」を感じていることがわかりました。3つのギャップとは、「なりたい肌」と「実際の肌」とのギャップ」「フィルターをかけた肌」と「実際の肌」とのギャップ」「マスクをした状態」と「実際の肌」とのギャップです。これらのギャップのうちいずれか1つ以上を感じている人は87.0%と、およそ9割にのぼります。  
この「ギャップ」に対する悩みが、20代の「なりたい肌」1位/30代の「なりたい肌」2位となった「ギャップなし！肌」という結果に表れているようです。

■Part5 みんなの理想肌になるために！（皮膚科医：泉さくら先生）

まず理想的な健康美肌とは、毛穴レスでノーファンデでもくすみがなく、血色のよい、キメの整った透明感あふれる潤い肌をいいます。今回の調査でも、「なりたい肌」の構成要素TOP3は「毛穴レス」「透明感」「潤い」という結果が出ていますね。一方で、ケアをしても、季節の変わり目の肌ダメージ（今の季節だと、冬のくすみや乾燥によるカサつき、ごわつき、春の寒暖差や花粉による肌ダメージ）、寝不足、ストレスや生理といったホルモンバランスの変化により、一時的にバリア機能が低下し、肌のゆらぎとして感じる場合があります。そして、敏感な肌を放置し、いつもと変わらないケアを続けてしまうことで、さらに肌の状態を悪化させてしまう場合があります。肌のゆらぎを感じたら、今の肌の状態に合わせたケアに変えていったほうが良いでしょう。

肌ダメージによるゆらぎ肌を防ぎ、肌のバリア機能を正常化し肌の柔軟性を保つためには、肌の水分量が重要になります。肌が必要とする美容成分で、しっかりと潤いを与え、肌のコンディションを整えることが、つややかで健やかな肌につながります。



泉さくら

日本皮膚科学会皮膚科専門医。  
琉球大学医学部卒業／東京大学医学部附属病院皮膚科・都内美容皮膚科・形成外科勤務後、コスメディカルクリニックを開業。一般皮膚科、美容皮膚科、アレルギー外来、女性外来を行い、漢方薬などを用いた近代西洋医療と補完代替医療、伝統医学等を組み合わせて行う統合医療を積極的に取り入れている。

■Part6 みんなのミカタ！『なめらか本舗』の「保湿ライン」リニューアル

2004年に誕生した『なめらか本舗』は、18年間にわたって「なめらかな素肌美」を叶えるスキンケアとしてご愛顧いただいています。この度、『なめらか本舗』の保湿ラインを2022年2月8日にリニューアル発売いたします。

<リニューアルした保湿ラインのポイント>

(1) 世界新開発\*1！『高純度豆乳イソフラボン』を配合  
イソフラボンの美肌に対する効果の研究を積み重ねてきたなめらか本舗は、九州産丸大豆\*2『ふくゆたか』から豆乳を作り、純度の高いイソフラボンを新たに保湿ラインに配合しました。世界新開発\*1の高純度豆乳イソフラボン\*3と、九州産丸大豆\*2『ふくゆたか』を使用した豆乳発酵液\*3の、ダブルの保湿成分を配合しています。



(2) パッケージをリニューアル

なめらか本舗の個性は残しつつ、より洗練されたデザインに変更しました。環境に配慮した植物由来の原料配合のインキを使用し、省資源を考えた詰替えを採用しています。また、ユーザビリティの向上のため、ボトルキャップの開けやすさや指あたりの良さも工夫しています。

(3) 鈴鹿山系の地下水を使用\*4

滋賀県にあるノエビアの工場で製造。  
化粧品に使用している水は、自然豊かな鈴鹿山系の地下水を使用しています。

詳しくはこちら >> <https://nameraka.jp>

\*1 化粧品原料として世界で初めて国際化粧品表示名称を取得しました。  
\*2 豆乳由来成分に使用している大豆は、遺伝子組換えなし大豆を使用しています。  
\*3 保湿成分  
\*4 2022年2月発売のなめらか本舗リニューアル商品に限る(変更される可能性があります)

読者お問い合わせ先・販売店など

常盤薬品工業株式会社 お客様相談室（サナ）  
0120-081-937

全国のバラエティショップ、ドラッグストア、量販店 等  
\* ブランドサイトからもお買い求めいただけます  
<https://nameraka.jp>