

報道関係者各位

2018年1月15日(月)

たる研通信 vol. 53

～ ドクターシーラボ『顔のたるみ研究所』がお届けするニュースレターです ～



年齢によって、実感が半減！？
ドクターが説く！美肌力を底上げする方法

2018年が幕を開け、心新たに何かを始めようと決めている方も多いはず。また、女性にとって、“美”は永遠のテーマですが、新年は美しさに更なる磨きをかけるため、なりたいたい肌に合わせた新しい化粧品を試そうかとお考えの方もいらっしゃるのでは？しかし、**どんなに高級なスキンケア化粧品を使おうとも、それが肌の“効かせたい”部分にまで届かないと意味がありません。また、残念なことにも今の時季はさまざまな要因により、この“効かせる”ことが難しいタイミング。**

今回、顔のたるみ研究所では皮膚科領域の先端医療や最新の成分に精通した美のエキスパートであるシロククリニック恵比寿本院 副院長中川桂先生に「スキンケア化粧品の効果を実感しやすい肌づくり」について伺いました。2018年も一層美しくなるべく、なりたいたい肌を簡単に手に入れる方法をマスターし、輝かしいスタートを切りましょう！

アンケート調査結果

(調査概要: WEBアンケート調査 / 20～59歳女性 432名 / 調査期間: 2018年1月5日(金)～6日(土))

■2018年は“●●な肌”が主流？

まず、事前アンケートとして20～50代女性432名に、新たな年を迎え今年もさらに美容に力を入れたいかと質問し、そこで「はい」と回答した7割弱の人へ、さらに「肌」についても調査を実施しました。**今年目指したい肌は、「たるみのない若々しい肌(56.5%)」「シミやくすみのない美白肌(52.4%)」が過半数を占める結果に。どの年代においてもエイジングケアに対する意識の高さが窺えます。**

続いて、美肌のために検討しているお手入れは「化粧水をたっぷりを使い潤いを補給する(72.4%)」がダントツ首位で、次いで「クレンジング・洗顔をしっかり行う(53.7%)」となりました。**洗顔や化粧水など、これまで行っていたステップをより丁寧に行うことで、日頃のスキンケアが活きてくると考えている人が多いのかもしれない。**

しかし、もちろん日頃のスキンケアを丹念に行うことも大切ですが、例えば化粧水などは肌にたくさん与えたとしても、本来効果を発揮させるための“届くべきところ”にまでその美容成分が浸透していないと効果は半減。

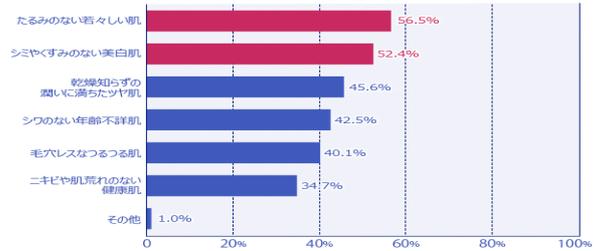
今年のスキンケアへの取り組みを効果的に発揮するには、“成分を届ける”という点にも目を向けることが大切なのです。

■20～50代女性の大多数「冬のスキンケアは実感しづらい」

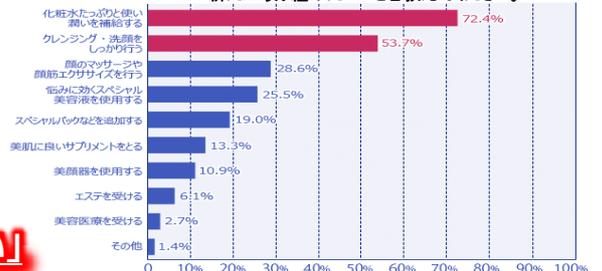
一方、これからではなく、これまでの肌についても調査をしたところ、**9割強の人々が何らかの理由で、普段行っていたスキンケアの効果が出づらいつと感じたことがあると判明。**さらにこれを年代別で調べた結果、スキンケア効果が出づらいつと感じた人が最も多かったのは50代、一方「感じない」の数値が最も高いのは30代、20代では「全く感じない」という人も。**年齢を重ねるにつれ、だんだんとスキンケア効果が得られないと実感している人は多い**ようです。

また、スキンケア効果を感じづらいつ時があると回答した人へ、その季節についても伺ったところ上位から「冬(36.2%)」、「季節の変わり目(25.4%)」、「1年中(23.9%)」に。**乾燥や血行不良を起こしやすい冬のこの時季や、バランスを崩しやすい季節の変わり目などは特にさまざまな原因により、肌の不調を実感している人が多い**ようです。

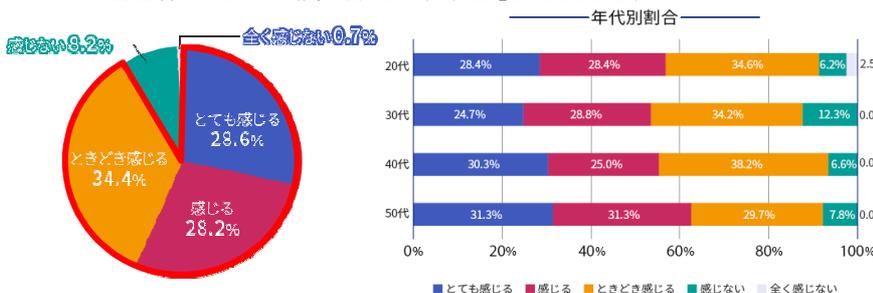
Q1. 2018年はどのような肌になりたいですか？



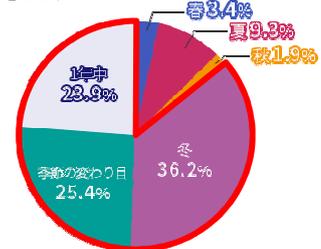
Q2. 新年、美肌のために新たに取り組みたいことを教えてください。



Q3. 日頃のスキンケアの効果が出づらいつ気がすると感じたことはありますか？



Q4. どの季節に、スキンケアの効果が出づらいつと感じますか？

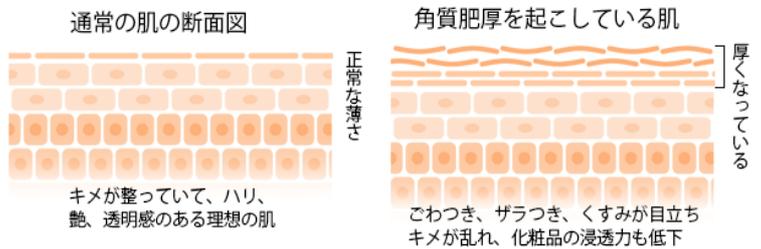


**ドクターに伺った
気になる原因と対策は次頁▼**

スキンケア効果が出づらい肌を徹底解剖！

ターンオーバーの乱れ

どんなに良い美容液を使っても、たっぷりの化粧水で肌を潤しても、なんだかその効果が感じられない・・・と思われている方の肌は、ターンオーバーが乱れている状態かもしれません。「ターンオーバー」とは肌の生まれ変わりのこと。さまざまな原因によって、この生まれ変わるサイクルが乱れることで肌表面に古い角質が溜まり、新しい皮膚の成長を阻害します。そして**肌表面が厚く硬くなり、化粧水や美容液などの本来届くはずの美容成分が“効かせたいところ”にまで届かず、スキンケア効果を半減させてしまいます。**



ターンオーバーを狂わせる原因

ターンオーバーの乱れは、肌トラブルの元。今の時季は特に注意が必要です。**乾燥しやすいこの季節にターンオーバーが乱れると、保湿成分が肌に届けられず、更なる潤い不足からさまざまな肌トラブルを招きます。**それでは、その原因をいくつかご紹介します。

■ 加齢 ■

要因のひとつである加齢。ターンオーバー周期には個人差がありますが、**約28日周期が理想**。しかし、**加齢とともに新陳代謝が低下し、30～40代になると約45日かかる**といわれます。

■ 紫外線 ■

加齢とともに注意してもらいたい、紫外線。紫外線を浴びると肌表面である「表皮」の角層が直接的に乾燥するだけでなく、**肌内部のコラーゲンやエラスチンがダメージを受け、潤いと弾力が減ってしまいます。**さらに、肌の水分が不足し、バリア機能が弱まり外的刺激を受けやすくなります。そして**肌は自らを守るために角質を厚くして、刺激の侵入や水分の蒸発を防ごうと、角層を溜め込んで肌の生まれ変わりを阻害してしまうのです。**

■ 乾燥 ■

今の季節、特に注意してもらいたい乾燥。乾燥すると、まず、角層が持つ蒸発を防ぐ保湿機能と、大気汚染などの刺激物質から肌を守るバリア機能が衰えていきます。そして、**肌は必要な水分や栄養を留めることができず、さらにダメージを受けやすい状態に。**結果、**肌細胞の成長が遅れ未成熟な角質細胞が積み重なり、ターンオーバーがますますゆっくりになっていきます。**

■ その他 ■

上記以外にもターンオーバーを乱す原因としてチェックしておきたいのが、ストレスやホルモンバランス、血行不良です。過剰なストレス、またはストレスなどによって生じたホルモンバランスの乱れは自律神経のバランスを崩し、本来運ぶべき肌への栄養を届けることができません。また、この時季に陥りがちな血行不良により、普段血液によって運ばれていた酸素や栄養素が細胞に十分に行き渡らなくなることで、こちらも**肌の栄養不足を招きターンオーバーが乱れがちになる**のです。



ドクター直伝！スキンケア効果を出すためにすべきことは？

導入美容液を用いる

「導入美容液」とは洗顔後、スキンケアの最初に使用することで、後に使う化粧水や美容液の浸透をサポートし効果を高めしてくれる優れもの。別名「ブースター」とも。

肌のバリア機能を一時的にゆるめ、美容成分の浸透ルートを確保し、肌の奥まで必要な美容成分を届ける事ができるのです。

このようにスキンケアの美容成分の浸透ルートをつくることで乾燥や刺激から肌を守り、たるみのない引き締まった肌や、潤い溢れる透明感のあるツヤ肌など、なりたい肌に近づくことができるおすすめアイテムなのです。

ピーリング（角質ケア）を行う

古くなった角質がきちんと剥がれて新しい細胞と入れ替わるように、角質を柔らかくして除去できるピーリングアイテムがおすすめ。

マッサージをしながらぼろぼろと洗い流すゲルタイプのものや、塗るだけで洗い流し不要な美容液タイプがあります。

洗い流してすっきりしたい時はゲルタイプ、肌が敏感な時は塗るだけで簡単にケアできる美容液タイプなどがおすすめ。肌悩みや目的に合わせて選択してみてください。

※こちらの特集詳細は、「顔のたるみ研究所」へ！
<http://www.tarumi-labo.com/special/3202/>

顔のたるみ研究所

検索

お問い合わせ先：(株)ドクターシーラボ 宣伝部 広報グループ
TEL:03-6419-2508(直通) FAX:03-6419-2550 info@tarumi-labo.com
顔のたるみ研究所担当：高江洲(たかえす)・伊尾知(いおち)