

癒し & キレイ Cafe

GRACE

発行: エステティックサロン グレース

宮崎県延岡市若葉町2-1120-61 tel.0982-26-2561

日曜・祝日定休(研修などで不定期にお休みがあります)

E-mail info@beauty-grace.jp

URL http://www.beauty-grace.jp

営業時間
10:00 ~ 18:00
(最終受付 17:00)
*時間外のご予約についてはご相談下さい

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

智美先生のビューティーコラム

tomomi's beauty column

季節にあったケアで
1年中調子の良い肌を
目指しましょう!

オーナー
山本 智美

梅雨の肌トラブル対策

美肌の敵は気温と湿度です

ジトジトした中、気温も上がり不快指数が高いこの時季は、肌も気持ちも下降気味ですよ。今回は気温と湿度をキーワードに、この季節ならではのトラブル対策ケアをご紹介します。

毛穴トラブル

毛穴の開き・皮脂トラブル

梅雨の時季は、毛穴のトラブルが気になる人が多いのではないのでしょうか? 気温・湿度が上がるため毛穴が開き、皮脂が出やすくなります。

詰まり毛穴

皮脂が多く出て酸化することで、毛穴に酸化皮脂が詰まりやすくなります。それにより、鼻のザラつきや、ブラックコメドの原因にもなります。

対策1 角質ケア

肌質にあわせて週に1~2回
ピールソープで角質ケアを。

対策2 ビタミンCケア

角質ケアの後は、開いた毛穴を引き
締めるために、ビタミンCアイテムでケアを。



ニキビ

湿度によって肌の汗は蒸発されずに肌をベタつかせます。また、不要な角質が湿度によってはがれにくくなり、毛穴をふさぎ、角質を厚くさせてしまいます。ふさがれた毛穴はニキビのもととなるアクネ菌を繁殖させる原因になります。

対策1 角質ケア

肌質にあわせて週に1~2回ピールソープで角質ケアを。

対策2 毛穴ケア

モロッコ溶岩クレイパックで
毛穴の掃除と肌へミネラル補給を。



対策3 ビタミンCケア

毛穴を引き締めるために、ビタミンCアイテムでケアを。

Q お悩み解決!よくあるご質問にお答えします!

A

Q1 梅雨の時季の毛穴のお手入れは、どんな方法がありますか?

A1 角質ケアと毛穴引き締めがおすすめです!

湿気によってはがれにくくなった角質がたまり、厚くなると、皮脂の通り道も塞ぎやすくなります。肌質をみながら、角質が厚くなりが必要な部分をピールソープや角質ケアができる製品でやさしく除去しましょう。そして、毛穴の引き締めにはビタミンCの美容液を使用し、皮脂コントロールしながらお手入れしましょう。毛穴の汚れは毎日のクレンジング・洗顔でやさしく取り除いてください。洗顔料をしっかり泡立て、使用することで、クスマのない肌近づけますよ。



泡立てネットでしっかり泡をつくりましょう。



肌質に合わせて皮脂の多い部分に泡をおき、汚れを浮かせましょう。



洗い流した後は、ビタミンC補給を。

Q2 ニキビにならないためのお手入れ方法はありますか?

A2 モロッコ溶岩クレイパックなど、毛穴の汚れにアプローチするパックアイテムをおすすめします。

毛穴のケア、またニキビができてしまった際のケアにも、モロッコ溶岩クレイパックはおすすめです。細かいクレイ(泥)が毛穴の汚れを吸着し、クレイの中のミネラル成分によって、肌に必要(足りていない)な成分を補給します。毎日のパックは肌に負担をかけ、刺激となる可能性もありますので、週に1回のスペシャルケアとして追加してみましょう。半身浴しながら湯気をスチーム代わりにすると、より効果的にパックができます。



クレンジング・洗顔後、タオルで水分をふき取り、気になる部分にパック剤を少し厚めに塗布しましょう。



湯船につき5~10分半身浴をしながら湯気をスチームがわりに♪



強い摩擦は肌トラブルのもと!やさしく洗い流しましょう。