

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2-1120-161 tel.0982-26-2561

日曜・月曜・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				

季節の変わり目で
肌トラブルが出やすい
時期です。まずは原因を
知って、スキンケア
見直してみませんか??



オーナー 山本 智美

tomomi's beauty column 智美先生のビューティーコラム

春の訪れサイン “クスマ”

春の訪れとともにやってくる肌トラブル“クスマ”。

「丁寧なケアをしているのに、春になるとくすむ…」と悩んでいませんか?

実はクスマにも原因と種類があるんです。自身の“クスマ”の原因を理解し正しいケアを行いましょう。

お風呂タイムに軽く
マッサージしたり
パックなどクスマが一気に
解消されますよ!



チーフ 石川 明子

クスマの原因は “老化角質の停滞”

原因1

紫外線ダメージ

紫外線が増える時期。紫外線ダメージにより、大量に生成されたメラニンによって色がついた角質が残ります。

紫外線ダメージ タイプ



- 日焼けした茶黒っぽい肌
- UVケアを怠っている
- 屋外で過ごすことが多い

紫外線から 肌を守るケアを!



紫外線は室内のカーテンも通り抜けるため、「家にいるから」「マスクで隠れているから」とUVケアを怠ってはいけません。こまめに日焼け止めを塗り、特に外にいることが多い方はインナーケアとの併用で、Wの紫外線ケアを行いましょう。

メラニンは摩擦によっても発生します。毎日のケアを行う際は、できる限り肌に負担がかからないように行いましょう。

原因2

水分不足

室内外や朝晩の温度差が激しく空気も乾燥する時期。そんな空気に肌の水分が奪われることで、透明感が失われくすんだ印象に。

水分不足 タイプ



- 素肌にツヤがない
- 白い粉が吹いている
- エアコンのついた室内にすることが多い

保湿アイテムと 届けるケアを



化粧水や保湿アイテムで肌に届けるケアが重要。クレンジングやソープでしっかり汚れを落としたあと、化粧水で肌状態を整えて、保湿アイテムの力を最大限に発揮できる環境づくりを行いましょう。乾燥を感じているときは、ジェルやクリームを使用し、肌状態に合った保湿アイテムを見極めましょう。

原因3

ストレス

新生活のスタートが多い時期。疲れやストレスにより、ターンオーバーが乱れ、不要な老化角質が肌に残ります。

ストレス タイプ



- 全体的に透明感がない
- 疲れ・ストレスが溜まっている
- ごあついている

不要なものを 取り除くケアを



ターンオーバーが乱れ、角質が残った状態では、せっかくのケアが無駄になりかねません。正しい洗顔で肌に残った角質を取り除きましょう。さらに洗顔だけでなく、スペシャルケアアイテムによる角質ケアもおすすめです。また、ストレスや疲れが取れない方はインナーケアをプラスし、内からのケアを。

春は気温も環境も大きく変化することでくすみがちです。原因と種類によって
対策は異なるため、クスマの原因を理解することが何よりも重要。
悩みに最短でアプローチし、明るい肌で春を迎えましょう!