

美容賢者&ビューティ好きのエレブローガーに大アンケート—— あなたの「美肌メニュー」を教えてください!

今回、美容賢者と25ansオンラインでエレガントブログをスタートしたブロガーの皆様に大アンケートを実施! 仕事や子育てで多忙な毎日の中にも、美のエッセンスがぎっしり詰まっている美容賢者とエレブローガーの肌グルメをご覧ください。エネルギーかつエレガントなライフスタイルも必見!

エレガントブロガー編

お酒落もグルメも大好きな
マダムN流・華やかビューティ

yukakoさん



ゆかこ●フードアナリスト・会社員。フランス留学時代からの夢だった料理研究家を目指して勉強中。関西美食倶楽部主宰。夫婦揃って美しい靴とイタリアが大好き。いつかはマイ木型を作りた! 靴道楽

yukakoさんの基本データ

●普段の一日朝6時起床、7時半出勤。昼食は12時、18時に帰宅。夕食後ジムへ。ブログ執筆後24時に就寝。●肌質乾燥肌。シミ・ソバカスが悩み。●食生活朝…平日は食べず、週末はパンなどを。昼…平日はスープとバランス食品でカロリーを調整。夜…外食のない日は、バランスの摂れた食事を作る。量は少なめ●ストレス度40%

神戸流・愛され肌の代表!
笑顔が美しい審美歯科医師

橋本エリナさん



はしもと・えりな●高い美意識と確かな技術で神戸の女性から絶大な人気を誇る「ティースホワイトニングサロンスマイリー」代表&歯科医師。東京、神戸、京都を飛び回る多忙な日々を送る

橋本さんの基本データ

●普段の一日7時半起床。10時に仕事へ。21時に帰宅後、夕食、お風呂で一時間の半身浴をした後、25時に就寝。●肌質混合肌。乾燥が悩み。●食生活朝…食べないor甘いものを少々。昼…おにぎりなど少なめに。夜…主人とゆっくり好きなものを♪●ストレス度ヨガ・ペリダダンス・マッサージなどで上手に解消!

クリニック発のアイテムを
愛用するワイン研究者

林 麻由美さん



はやし・まゆみ●ワイン研究者・ワインサロン主宰。現在は、東京・青山のワインスクール「アカデミー・デュ・ヴァン」専属講師を務める。その他、各種企業でセミナーを開催し、その数は年間230回以上!

林さんの基本データ

●普段の一日朝9時起床。午前中はデスクワーク。自宅で昼食の後、14時半からセミナー講師の仕事。平日の夕食は外食がほとんど。26時頃就寝。●肌質乾燥&敏感肌。●食生活三食さっしり。朝は紅茶とフルーツ。昼は納豆・ゴマなどを使ったヘルシー食を。夜は仕事柄、フルコースが多め。●ストレス度ジム通いでフレッシュに負けない体力を

華やかな社交ライフを送る
美肌研究家のこだわり美容

和泉佳子さん



いずみ・よしこ●エイジングケアコスメブランド「エターナルポータ」代表取締役社長。自身のオリジナルコスメの企画プロデュースを行う一方、洋服やコート・パールアクセサリーのプロデュースも手掛ける

和泉さんの基本データ

●普段の一日10時半頃出勤。会食のない平日の夜は会社帰りにジムへ。帰宅後、バスタブやお手入れを済ませ、25~26時頃就寝。●肌質ノーマル肌。●食生活朝は野菜ジュースのみ。夜に会食が多いので、ランチはシリアル&牛乳、プロテインドリンクなどで調整。自炊ではヘルシーなお鍋を中心に●ストレス度会社経営のためフレッシュはつづきの

「肌あれを鎮静してくれる
シスレーの美容液は、
保湿効果も抜群!」
〈下〉シスレー/エコロジカルコムパ
ウンド 125ml ¥23,100 〈上〉一年
中、美白ケアが欠かせません!イヴ
サンローラン・ポータ/タンマジュ
ールユー 15ml ¥18,375

「美容液も、シスレーとYSLを
愛用。シスレーのフィットブラン
エッセンスは、シミが目立ってきた
と思った日には必ず! YSLのタ
ンマジュールオイルは、夜更か
してしまつた日に使うと、翌朝
の肌の調子が改善」

「イタリア修道院のコスメ
“アイモナステリ”のアイテムで、
肌を落ち着かせます。」
「ローズの化粧水や、蜂蜜のリップなど、肌が
敏感なときはナチュラル素材で作られた最低
限のコスメだけで、刺激を与えないように」

「シスレーの
ハンドクリームを
手に塗った後、
目もとも一緒にケア」
「目の疲れも楽になります。ハーブの香
りで、癒し効果も抜群!シスレー/シ
レイヤソワンデマン 76g ¥17,325

「大切な予定の前日や、とくに疲れた日の夜
は、YSLのタンマジュールマスクに頼って
います。疲れがでていた肌を修復して、翌日の肌
がツツヤに。顔色が明るくなるのが実感でき
るので、手放せない1枚ですね!」

「しっとり感が長続きするので、
手放せません!」
パルファムジバンシ
イ/スキンドリンクリ
ッチフェイスクリ
ーム 50ml ¥6,825

「むくみに効果的。顔〜鎖骨までリ
ンパマッサージしながら塗り込み
ます!クラランス/リフトアフィヌ
イザージュブルミエール 50g ¥7,875

「抗菌・抗酸化作用に優れた、
月桃の葉の蒸留水を」
ちどりや/ピーチムーンハー
ブルフェイスウォーター 120ml ¥
2,415(チドリヤコーポレーション)

「ソニアリキエルのブースター、イドラブルミ
エールエクセラは、日中のお化粧直し時にも
マスト。空気中の水分を肌に取り込む力があ
るとか。メイクを軽くふき取って、パッティング
すると、その後のメイクのモチが良くなります」

「つけ心地は軽いのに、高級エステに
行った翌日のように肌がふっくら!」
NARS/skin ハイ
ドレイティングモ
イスター
クリーム 98g ¥9,450

「エンリッチリフトEXは、さっぱりしてい
るのに保湿力大。セラムは、数種
類のハーブが浸み込み、肌を優しく包み
込んでくれるよ!」〈右から〉ドク
ターシー
ラボ/アクアコ
ラゲンゲル
エンリ
ッチリフトEX 120g ¥8,715、同/
ハーバルセラムO2 150ml ¥3,990

「1~2週間で
肌のくすみ改善!」
「美容皮膚科のみで販売してい
るルミキシルは、行きつけの洗
谷マグノリアクリニックで購入」

「安心な100%ピュ
アローズウォーター」
「同じ洗谷マグノリアクリニックで売って
います。化学薬品を一切使わず抽出している
100%ピュアなダマスクローズウォーターは
免疫機能を整える働きもある優れたもの」

「メイクの上から使えるシュ・シュレフィ
フローリア 90EXを。シワが気になる部分に薄く伸
ばして90秒待つと、シュワシュワと発泡。空
気を含んだ成分が肌の角質層まで浸透して、肌
のしほみを膨らませてくれるのだとか!」

「夜のケアは
シートマスクに限ります」
「美肌一族のシートマスクは、お手頃
価格なのに美容液がたっぷり。マグ
ノリアクリニックで購入するグロ
ースファ
クターマスクは、翌日の肌色が明るく!」

「潤いが長時間持続する
化粧水とハリがアップの
クリームでモチモチ肌に!」
「天然のダマスクローズの香りも
◎。」〈右から〉エターナルポ
ータ/エク
ストリーム
エナジー 30g ¥7,980、同/
アクアモイ
スター 150ml ¥5,040

「目の下のたるみ、法令線、目じ
りの小じわ…など、加齢のサインを
トータルケア!エターナルポ
ータ/リフト
マトリクス 25ml ¥9,030

「どんな肌コンディションでも、基本的
にスキンケアアイテムは同じものを使
います。普段のお手入れを、じっくり
丁寧に。その分、休日にはメイ
クをお休みするなど、肌を休める
時間を作るように心がけていま
すね」

「ミストで手軽に
水分とセラミドを補給」
「エターナルポータのアク
アモイスターをミスト
容器に入れ替えて、お
肌に水分とセラミドを補
給。ミストなら手軽です!」

保湿効果はもちろん約束。
エターナルポータ/アク
アモイスターマスク 5枚入
り ¥5,880
「翌朝、頬骨までグッと上
がって見えるので、気持ち
まで上向きに!」

Q1
あなたの
主食は?

Q2
あなたの
メイン
ディッシュ
は?

Q3
あなたの
ヘルシー食
は?

Q4
あなたの
スイーツ
は?

Q5
あなたの
夜食は?