



エリナ★ビューティーコラム vol.4 [2025.06.26改定]

日本の夏は高温多湿。ジメっとした湿気とムワっとする暑さに大量の汗をかくことも多いですね。タオルなどで何度も汗を拭くことで、お肌のバリア機能が弱くなり、敏感肌の原因になることもあるんです。

この時期、肌の表面はベタついているので、なかなか気づきにくいですが、実は肌の内部はカラカラ状態。これが「インナードライ肌」です。実は乾燥している夏の肌に、とっておきのスキンケアをご紹介します。



あなたはインナードライ肌？

洗顔後、タオルドライして5～10分後の肌状態をチェックしてみてください。下記が当てはまる人は、インナードライ肌です。

- ☐ Tゾーンだけがテカリ、頬などはつっぱっている。
- ☐ 全体的に肌がつっぱっている。
- ☐ テカる部分があるが、目尻や額、頬などが乾いてちりめんジワになっている。

♪キレイのヒント♪

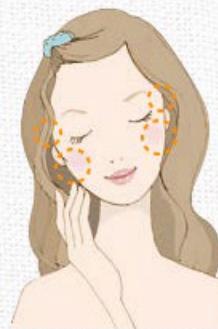
エアコンは、肌の乾燥を招く原因の1つ。室内の湿度は40～60%に保ちましょう。

夏こそクリーム♪

インナードライ肌になりやすい夏にこそ実行してほしいのは「保湿重視」のケア。化粧水や美容液で水分を補っても、放っておくと蒸発してしまいます。しっかり水分を補給した後は、クリームで上から覆うように水分を閉じ込めることが大事。紫外線とベタつきの気になるこの季節にぴったりなのが、ビタミンC誘導体配合でなめらかなテクスチャーの「スキンライトナークリーム」。「Jオイル」と一緒に、ビタミンCパックに。バスタイムするのがオススメ！

ビタミンCパック

- ① 顔にのせた時に、肌色が透けないくらいの量のクリームを手のひらに取り、Jオイルを1プッシュ入れて混ぜ合わせます。
- ② よく混ぜ合わせたら、顔にのせます。
くすみが気になる頬の中心部分やこめかみ、
毛穴が気になる部分には厚めに。
- ③ 5分くらいおいたら、手のひらでしっかり押し込みます。
使用感が気になる方は、最後に軽く洗い流してもOK。



【ご注意】本来、化粧品は混ぜ合わせて使用するものではありませんが、より良い使用感を得るためのあくまでも使用方法のご提案です。