

上弦の月

新月でスタートさせたことの、積み重ねの時。ひとつひとつ積み木を積むように満月に向かって“自分を満たす”ことを意識したビューティケアを。



甘くて濃密なカレンデュラの香りが凝縮されたご褒美オイル。デコルテ周りをマッサージしたり、胃の位置に塗ったり、フェイスクリームに1滴垂らしたりと多用途。カレンデュラオイル 30ml ¥3,700 / レミオ (コスメキッチン)



身体を満たしていくタイミングで使用したいボディオイル。血行を促進し、なめらかな使用感で全身の疲れが和らぐ。お風呂上がり。リリーフボディオイル 100ml ¥5,000 / フランシラ (フランシラ アンド フランツ)



厚めにつけてフェイスマスクとしても、薄く塗ってフェイシャルクリームとしても使える。冬の乾燥しがちな肌にハリと潤いを。ハイドレーティングクリームマスク 75ml ¥5,200 / トリロジー (ビー・エス・インターナショナル)



ローズ・はちみつなど肌を満たす栄養がたっぷり入った化粧水。ハリやみずみずしさが欲しい方にもおすすめ。ダマスクローズ ビューティモイスト スキントナー 125ml ¥4,500 / テラクオーレ (イデアインターナショナル)



乾燥・毛穴・肌の揺らぎ、しわなどこの時期特有の肌トラブルや悩みにマルチに応えるローズヒップオイル。毎日使用することで肌の基礎体力がアップする。ローズヒップエキス 25ml ¥2,500 / ザ・プロダクト (ココバイ)



植物性たんぱく質が手軽に取れるパウダー。水に溶かすだけで美味しいヘルシードリンクの完成。身体を動かすのにも最適なこの時期のお供に。ボタニカルライフプロテイン 375g ¥3,195 / ドクターズナチュラルレンビ (アンファー)



外的ダメージから肌を守る成分を補給し、ハリと潤いをもたらす美容水。吸収力の高まる上弦の月にぜひ取り入れて、お肌の体力を底上げ。ビューティーピオフィーター プリンセスケア 150ml ¥5,000 / エムアイエムシー



幸福感を与えるローズの香りのバスミルク。クリームタイプなので、入浴と同時に保湿も可能。豊かさを蓄えていく上弦の月にぴったり。ギフトにも。ワイルドローズ クリームバスミルク 100ml ¥2,200 / ヴェレダ (ヴェレダ・ジャパン)



なめらかなテクスチャーとジャスミンの豊かな香りでスキンケアタイムが贅沢になる全身用オイル。錬金術のレシピがベースの、自然のエネルギーが詰まった逸品。フラワーオイル ジャスミン 50ml ¥3,800 / インソーレ

新月

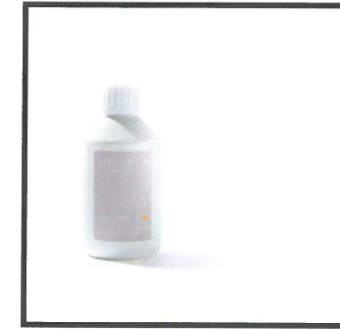
物事がフレッシュになる日。「クリアにする」ことに向いているので肌も心も浄化を心がけよう。新しいコスメにチャレンジするなどスタートに最適。



炭とココナッツオイルの力で口の中もフレッシュに。持ち運びにも便利な小分けの Mausuw オッシュ。朝使うとフレッシュな気分。MW チャコナッツスマイル 10ml × 14包 ¥4,500 / マイホワイトシークレット (コスメキッチン)



肌をデトックスするのも最適。肌のくすみを一層し透明感をアップしてくれるマスク。カオリン入りで余分な角質もオフ。さっぱりした洗い上がり。スキンマッド パウーマスク 100g ¥6,400 / ダムダム (SEVEN DAYS)



身体の中から老廃物を排出しよう。水に混ぜて飲むことで体内をきれいにしてくれる。花の香りも心地よい。新月の2〜3日前から始めるのがおすすめ。ジュニパー フローラルウォーター 300ml ¥2,400 / シゲタ (シゲタ・ジャパン)



願いにプラスして「豊かさ」のエネルギーを自分自身にプラス。1日数回11滴舌に垂らすことで効果がアップ。新月の日から使い始めると効果的。アバダンセスエッセンス 25ml ¥3,200 / パシフィック エッセンス (ネイチャーワールド)



人智学で月に関係すると言われるレモン、魔除けに使われるヤドリギ、吸着作用のあるグリーンクレイなど浄化に向けた成分たっぷりのシャンプー。キュリファイングシャンプー 250ml ¥2,700 / アルジタル (石澤研究所)



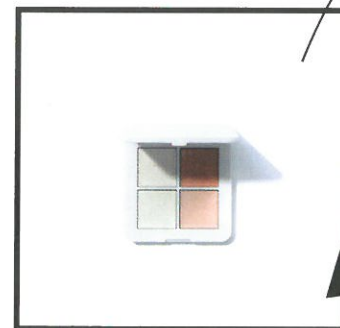
新月に念入りに取り組みたいのがパーツのケア。特にこの時期気になるかかとを重点的に。お風呂で使えるスクラブで、優しくマッサージしながら角質を落として。フットスクラブ 100g ¥1,100 / トゥトゥー (ビーバイ・イー)



ネイルも新装して気分もリフレッシュ。始まりの色といえばホワイト。やわらかなミルクホワイトで気持ちのよいスタートを演出して。ホイリング イン ラブ ムーン ブーツ 14ml ¥2,800 / ネイルズ インク (ティー・エー・ティー)



肌をトーンアップさせるナチュラルなホワイトニング美容液を使い始めてみては？ 肌になじみやすいジェルタイプ。くすみ気になる肌を明るく導く。ホワイトジェリー 30ml ¥5,500 / HANAオーガニック (えそらフォレスト)



THE新月メイク!? rms beautyのハイライターシリーズを4色集めたパレット。光やツヤを味方にフレッシュで魅力的なメイクを。ルミナイザークワッド 4.8g ¥6,200 / アル・エム・エス ビューティー (アルファネット)

下弦の月

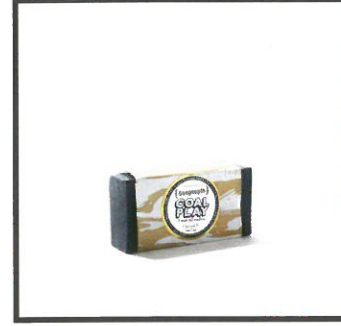
満タンになったコップの水をゼロに向かって戻していく時期。リセット&デトックスにも向いているので、心身ともに排出を心がけたい。



大粒の塩のバスソルト。浄化にすぐれた「塩」の効果も感じられるはず。アロマソルト 右からフォー エナジー、フォー バランス、フォー レスト各300g ¥2,000 / ドゥーオーガニック (ジャパン・オーガニック)



おしりや背中などの角質ケアにも最適なボディブラシ。ソフトな肌触りの柔らかい毛が気持ちいい。肌がすべすべになり、リフレッシュした気分。ボディブラシ ¥4,800 / ソープトピア (ソープトピア 新宿フラッグス店)



汚れを落とし余分な角質をオフする炭と、すっきりとしたティーツリーの入った真っ黒なソープ。顔と身体のにきび予防にも。清涼感のある仕上がり。バーソープ コール ¥1,500 / ソープトピア (ソープトピア 新宿フラッグス店)



お風呂上がりのマッサージは巡りのよい身体に必須。コショウ果実油が血行促進をサポート。マジョラムとシダーウッドの香り。精油ボディオイル スーパーリラックス ジェントリー 90ml ¥1,600 / ザパブリック オーガニック (カラス)



自分を内外からリセットさせる。12種類の天然石のエネルギーが入ったこのエッセンスは、古くなった内側のものを手放し、内面からの輝きをサポート。トゥエルブジェムズ 25ml ¥3,672 / パシフィック エッセンス (ネイチャーワールド)



お手製ヨーグルトで腸活を。15種2000億個の菌が入ったヨーグルトのたね菌パウダー。牛乳or豆乳に入れて、24時間放置。ビュアクレンズヨーグルト 1g8包 ¥3,400 / ドクターズナチュラルレンジ (アンファール)



身体を洗いながらピーリングできるボディウォッシュでスペシャルケア。白樺には老廃物排出をサポートする効果もあると言われている。ホワイトバーチ ピーリングボディウォッシュ 150ml ¥2,200 / ヴェレダ (ヴェレダ・ジャパン)



なめらかな泡立ちの野菜オイル配合の石鹸シャンプー。続けて使うことで髪や頭皮が元気に。ベジガーデニアルソープシャンプー ラベンダー&セラニウム、コンディショナー オレンジ&ラベンダー各250ml ¥2,800 / アムリタラ



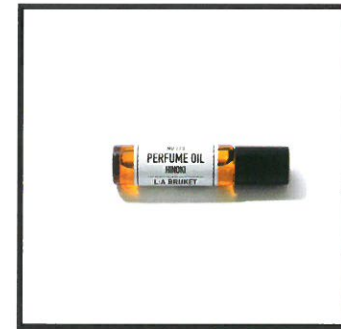
「排出と浄化」へと向かう下弦の月のタイミングに合わせたハーブをブレンドしたオーガニックハーブティ。身体の中からすっきりさせることをサポート。日々の食事に取り入れて。下弦のお茶20袋入り 編集部私物

満月

実りや収穫の期と言われる満月。エネルギーも満ちやすいので、香りや癒しグッズを上手に取り入れて。満月のパワーによる揺らぎをうまく乗り切ろう。



エネルギーが高まりやすい時にはバストケアを。胸元にハリをあたえてふっくらとした胸に。マッサージしながら使って。プレスト ケア クリーム 100g ¥6,480 / アンティーム オーガニック (サンルイ・インターナショナル)



気持ちのアップダウンも出やすい満月に鎮静作用のあるヒノキの香りをプラス。持ち運び便利なロールオンで気軽に取り入れて。首すじ、手首などに。173 パフューム オイル ヒノキ ¥5,800 / ラ・ブルケット (ラ・ブルケット青山)



リッチな成分のフェイシャルオイル。ジェムストーンをオイルに漬け込んだという素敵なストーリー。ローズヒップ、ラズベリー、ザクロのオイルなど美肌成分たっぷり。EX オイルセラム 5.5ml ¥2,750 / シゲタ (シゲタ ジャパン)



ゴージャス感のあるマスクはこの時期に。カメラの花びら色でお肌にみずみずしさを与える。自分へのご褒美に買いたいスペシャルケアアイテム。フラウインフューズド ファインマスク 50g ¥4,000 / ファミュ (コスメキッチン)



心身のエネルギーが高ぶりやすい時には、抗ストレス作用のあるアダプトゲンハーブのパウダーを。メンタルを安定させて健やかな身体づくりを。セックス&ビューティー30包 ¥7,000 / クレンジングカフェ 代官山



玄米に加え、水晶・テラヘルツのさざれ石が入ったアイピロー。常温、冷蔵、温めの3WAY。箱の12星座のイラストも可愛い。ムーンアイピローベージュ ¥3,700 / masyome (ジェイフロンティア・インベストメンツ)



デスクワークや日中のお出かけのお供に。ハワイの満月の光に当たった天然石入りの、植物由来100%のフレグランス。満月の日に使いたいお守りアイテム。フレグランス リラクシングシート 14.5ml ¥2,600 / ティアレアアラ (アマラ)



副交感神経のスイッチをオンにして深い安らぎに導くディフューザーをベッドサイドに。ホリスティック精油ディフューザー レストフルスリープ ベルガモット×ユーカリ 180ml ¥15,000 / ザパブリック オーガニック (カラス)



体調や心がぐらついたら。肌が揺ぎがちな人には鎮静作用のある月見草オイルがおすすめ。頭皮だけでなく、フェイシャルケアとしての裏技も。スキャルプリバイタライザー 25ml ¥2,500 / ザ・プロダクト (ココバイ)