



“Stay Ocean-Mind”

“Inner Care, Skin, Sense”

Beautiful Vibe

愛のある美しい“雰囲気”を身に纏うことは女性の憧れ。印象をつくるのは3つのケア。女性性をはじめとした「体の内側」のケア、触れたいような「肌」づくり、脳とつながりをもつ「匂い」。

労るポイントとおすすめアイテムを、美容コラムニストの福本敦子さんに聞いた。

photography : Alana Spencer(image), Yasuhiro Yokosawa(still)

〈for CARE〉内側を整えることは、自分との最高の作戦会議

女性のからだところって、本当にミステリアスで楽しいもの。毎月やってくる生理のリズムで感情がアップダウンしたり、好きな人ができたらいきなり綺麗になるオーラが漏れちゃう人がいたり、その逆で、ここらとからだを満たされていないとモヤモヤ、何だか全部が雲がかって見えてしまう。もはや、同じ状態によっては全く違う人に見えてしまうくらい、自分の心身に影響を与えてくる内側のバランス。数値ではっきり見えなくてもきっと、表情に、その人から出ているエネルギーに影響している。幸せな人は、他の誰とでも

なく、自分自身と相談する時間を持つことが幸せ作りの最高の作戦会議であることをきっと知っている。女性らしさをプラスしたいなら、子宮まわりを温めたり、ホルモンバランスを整えるケアを。心がクサクサした時は、バラや原生林の植物の力を借りよう。LOVEオーラは頑張っただけで出そうとして出る電波ではないけど、自分のコンディションを整えておけば自然と内側からにじみ出る。ちょっとおかしいぞ、イライラしているかもと思ったら、サッと一歩引いて、目に見えないところから整えて。



1「CBDを気軽に取り入れられるロールオン。天然石と精油入り」穏やかさをイメージしたほんのり甘い香り。女性特有の揺らぎやすい時期に下腹部や腰回りに塗布した後、優しくマッサージ。CBD ロールオン ムーンサイクル 5.5ml ¥2,500 / ティアレアラ メディケア(アマラ) 2「女性という性を楽しむために」モテる、おしゃれがしたくなるウワサの一本。セクシャリティエッセンス 30ml ¥3,300 / オーストラリアンブッシュ(ネイチャーワールド) 3「無肥料・無農薬の土から育てられたばらの生命力がたっぷり詰まった、飲むローズウォーター」ばらの花びらだけを使用し、香りと味の純度の高いエッセンス。水、白湯などに数滴混ぜて、ばらの生体水一結 ¥2,700 / WABARA 4「生理サイクルサポートに。ほんのりビターで深みとコクのある味」女性ならではの不調を、穏やかに整えてくれるハーブ。月経前症候群(PMS)などの症状をサポート。ティザンズ チェストベリー 100g ¥2,600 / コスメキッテン エルボリスティア(コスメキッテン) 5「生理痛や、妊娠さんのお腹のハリ、普段の温活にも。デスクワーク女子にもマスト」電子レンジで温めるだけで繰り返し使える冷え対策グッズ。玄米に含まれる水分が蒸気となって放出され、体がじんわり奥まで温まる。玄米カイロ おなか用 レモンイエロー ¥4,800 / masyome 6「目や胃腸、デリケートゾーンまで。粘膜の潤いをサポート。飲むだけ簡単ケア」シーベリー果実油やアグアヘエキスなどの厳選した植物エキスを贅沢に配合した「温き知らず」のサプリメント。センシュアル ネンマク ケア(3粒×30袋) ¥8,700 / シンプルス