

優しさにまっすぐ 薄膜プロテクト

「今の時季、肌が乾燥したり荒れたりするモデルが多くて、そんなときに大活躍。とにかく使用感が優しくて、アレコレのせたくないから、メイク下地として代用。ファンデを重ねるときは、こすり過ぎに注意して」

乳液のような軽やかさ
でみずみずしいテクス
チャー。マイルドパール
クリーム 35mL ¥5,600
(アムリターラ)

色も香りも 振り切った個性派

「ニキビのレスキューとして知られる
スキンケアクリームだけど、目のまわ
りのかさかさとかかゆみとか、花粉
の時期にもいい！ ただね、チョコレ
ート色で香りも独特。配合されたクマ
笹エキスのパンチがききまわってる」

肌のかゆみこそ 追求めアイテムを

時期、切実なムズ痒さ。刺激レスで肌を
ストイックな職人系アイテムが集結。

ウェットなツヤで 立体感もケアも！

「赤みがあつたり、くすんでどんより
しがちな春肌を、ほんのり彩りなが
らケアできるスグレモノ。スキンケア
発想で作ったマルチバームだからど
のパーツにも使えるし、当然、保湿
力は優秀。ティープな艶でメイクを
上手に楽しんで」

保湿しながらのメイクを
可能にした細身スティ
ック。インフィニトリバ
ーム Q4 クリア ¥3,200
(セルヴォーク)

肌荒れしてるときの
メイクもこれがあれば
怖いものなし！

子どもにも使える、マイルドな優しさ。ロート抗
菌目薬 (第2類医薬品) 0.5mL×20本 ¥9
80 (ロート製薬)

スキンケア成分も配合したシリコンフリー。イン
テントスキン スティックファンデーション 全5
色 SPF20/PA++ ¥4,800 (セルヴォーク)

抗菌効果でも知られる
クマ笹の、高濃度抽出
エキスがたっぷり。オレ
ノデ・バン クリーム 20g
¥2,900 (鳳凰堂)

麻に含まれる有効成分
CBDのオイルをIN。C
BD スキンクリーム CA
LM10mL ¥1,600 (YO
U & OIL・発売日未定)



いろいろ
重ねたくなるけど
極力シンプルに

注目集まるCBDの 待望のクリーム

「高い鎮静効果がそもそも素晴らしいCBDだけど、これはCBD入りの
クリーム。赤みやかゆみなどの気にな
る肌トラブルに、軟膏みたいな感
覚で塗り込むの。あと日焼け後
の肌にもいいからね。オイルリッ
ちなツヤっぽさも魅力」

化粧水の前に使う導
入オイル。艶たつぷり
の仕上がりが。コンセ
ントレートオイル 30mL ¥1
2,000 (セルヴォーク)

不調肌にも寄り添う “ツバメちゃん”

「このオイルは本当に万能。ガビガ
ビに干渉した不調な肌にも、スー
ッと浸透していく。不老長寿の聖薬
として知られるアナツバメ果実酵素
を配合してるから、“ツバメちゃん”
って呼んで、とにかく溺愛してる！」

撮影での お役立ちはこのコ

揺らぎ症状に悩むモデルは意外と多数。ケア
してコンディションを上げる逸品がこちら。



清潔でフレッシュ 使い切り目薬

「これ知らないヘア&メイクって
ないんじゃないかしら？ フレッシュ
な1回使い切りタイプで液しやすい
し、刺激がなくて使いやすい。おま
けに、かゆみや腫れなどの幅広い症
状にも対応。目薬の超定番です」

大人気企画がカムバック！ 菊地美香子のプチ不調解消法

またもや帰ってまいりました、ヘアメイク菊地美香子さんのプチ不調企画。今回は、季節の変わり目やら花粉やらで不安定極まりない“揺らぐ春肌”バージョン。「みんなの波動上げないと！」という宇宙レベルの使命感で、渾身のセレクトです。

photograph:MAYA KAJITA[67] illustration:YUKO SAEKI text:AKIKO NISHIMURA

揺らぐ季節編

教えて美香子さん！ 揺らぎの季節を 乗り切る方法

それは、、、 からだに風を通して
風の時代を生きる！



ヘア&メイクアップ
アーティスト
菊地美香子さん

「また変なことを言うようだけど、宇宙レベルで地球を見
ると、2020年は流れが大きく切り替わる時。長く続いた
「地」からいよいよ「風」へ、まさに新時代の幕開けなの。そ
んなことを意識して、春の揺らぐ季節もからだに風を通す
イメージで、停滞させずにケアするという視点を持つとい
いと思う。通りがいいと、肉体もマインドも丈夫になるから
ね。ホントにね、毎日を丁寧に楽しく生きようよ」

ご存知、メカニクスの天才で、
色彩の魔術師。オーガニックプ
ロダクトをこよなく愛し、いい物
を見つけては配りまくる日々。

アナツバメの果など 43種を発酵熟成

「42種類の国産素材に、高級食材
アナツバメの果も加えて発酵熟成さ
せたエキス。って聞くとどんな味か
と思うけど、大丈夫、プルーンっぽく
て食べやすいから。良質な酵素で、
腸内バランスばっちり」

ツバメの果のバイオニ
アによる酵素スティ
ック。美果酵素スティ
ック 30本入り ¥15,000 (エ
ムスタイルジャパン)

やっぱり腸活、 大事です

体内の不要なものを排出するという食物酵
素。腸から調子を整えて、タフなからだ作りを。



玄米黒酢の 酸味も滋味深い 美味しさ

ビフィス菌を増やすグ
ルコン酸や、乳酸菌、
オリゴ糖も配合。食べ
るベジタブル酵素5g×
30包 ¥5,200 (ナチュ
ラルハウス)

「2年半以上も発酵熟成させたの
は、野菜や果物、きのこに海藻など
100種類の素材。有機玄米黒酢が
入ってることもあって、酸っぱいけ
ど、ちゃんとおいしい。分包タイプ
は、外出時にも持ち歩いて便利」

浄化スプレーで まずは巡りよく！

浄化スプレーで、巡りよくクリアな環境作り。
心身共に停滞させません！



高次元エネルギーで 波動を引き上げ！

「これね、天使からのサポートが受け
られる、摩訶不思議なオーラスプレ
ーなの。空気中にシュッと吹きかけ
ると、ローズやラベンダーの爽やかで
優しい香りに包まれて、波動ごと上
がってパワーがみなぎる気がする！」

風の時代を 駆け抜ける 風のエッセンス

「聖なるエネルギーを秘めた、風を
イメージしたエッセンス。神々が休
息に訪れるほど美しいという広島県
の仙酔島で作られてるだけあって、
パワーは十分。新たなチャレンジを
するとき、自信を取り戻したいとき
に整うはず」

空間を清らかに整え、身
心も軽やかに。Bless
ings of Gaia Spray
仙酔島(風・い) 50mL
¥3,150 (コスミック
ン・数量限定発売)



オーガニックで 爽快ブレスケア

「聞いたところによると、このマウススプレー、どうやら腸の気が入ってららしいの。気分や体調が下がる気味のときに、口にひと吹きするのでもアリ。オーガニックの爽やかなブレスケア効果も最高」

スイスアルプスに自生する7種のハーブが結集。ナリンリアフレッシュマウススプレー 30mL ¥1,800 (スターティス)

我慢するとか耐えるとか無理は禁物！

ノドが痛い… 不調のサインは 速攻ケア

不調のサインをほんのりでも感じたら、すぐにケア。素早い一手でその後が大違い。



免疫力ごと上がる 底力を実感

「ドイツに住む友だちが、日本に帰国するたびに大量買いして、そのよきを実感したの。亜鉛って体内に存在する必須ミネラルのひとつで、免疫力のアップにいいんですよ。ノドのイガイガを感じたら即！」

困難に打ち勝つ気力が起るといふ、パワフルなエッセンス。PHIエッセンス K9 15mL ¥3,300 (ネイチャーワールド)

揺らぎにくくする 毎日の習慣です

ちょっとしたことを真面目に軽やかに続けていく。その積み重ねで、毎日が変わる！

いざという時限定 最強エッセンス

「声を大にして言うけど、これ、フラワーエッセンスの最強。お茶や吉に1滴垂らすと、海水がきいてたりしてしょっぱいんだけど、あらゆる不快感は一発で忘れられるかも。本当に具合悪いときだけに飲むとおき」

気持ちも満たされる、しっとりスペースの洗い上がり。お浄め塩ボディソープ 280mL ¥2,200 (マルチニーク)

全身を清らかに ウォッシュ

「フランキンセンスやレモンが香り立つすっきり清らかな洗い上がりで、私はハンドソープとしても愛用中。手を洗うことって、衛生的にも精神的にも基本というか、大切なと思う。汚れはこまめに水に流すの」

私たちの毎日は、必死に頑張らない。軽やかに楽しむの♪



マヌカハニーが キャンディに！

「健康維持やアレルギー予防などで知られるトロトロのマヌカハニーが、そのままキャンディになっちゃった、というミラクル！濃厚な美味しさで、長時間口の中で楽しめて、ノドのケアにも最適」

体内で長く留まる亜鉛を厳選し、吸収も高まるよう独自ブレンド。亜鉛 30日分60粒 ¥800 (フアンケル)



100%ハチミツの固形化に成功した、画期的なものの結晶。ハードドロップレット マヌカハニーUMF® 15+ 6粒入り ¥1,500 (ハニージャパン)

松の香りが 浴室にふわっ

「洗剤パッケージに職人感がありあり。これね、松の精油を配合した入浴剤で、森林浴してるみたいに気持ちいいの。しかも、柔軟剤としても使える。残り湯で衣類のリンスがでるなんて、きっと地球も喜んで！」

エジプト産ペパーミントの、爽快感と心地よい甘さのある香り。ペパーミントナイルの恵みー 5mL ¥3,300 (BARAKA)

ペパーミントで ほんやりを払拭

「春先のペパーミントは、スースーして寒く感じたりもするじゃない？だから、この時期はエッセンシャルオイルもお風呂に1〜2滴だけ。ほんやり感がシャキッと、思考がクリアに。鼻やノドの不快感も和らぐの」

赤ちゃんにも使える感動の爽しさ。松水 500mL ¥1,800 (ナチュラルハウス)

埃っぽさと決別 気から整うオイル

「不調のサインに合わせて、20種類以上が揃うレスキューオイル。春のアレルギー症状にはこの「DUST」がぴったりで、数滴を手に取って軽く揉みほぐすと気が整うよう。たくさん持ち運ぶから、この小さなサイズ感も便利」

ハウスダストなどのアレルギー症状にアプローチ。KI DUST 5mL ¥1,400 (YOU&OIL)



まさにメディカル パワーが桁違い

「不調の予感がしたら迷わずこのオイル。4〜5滴をデコルテやノドにすり込むだけなのに、ガツンと効果があって、もうね、鼻は通るし呼吸は深くなるし、私にとってはお薬感覚なの。植物のエネルギーが別格」

メディカルレベルの効果を実感する擦り込むオイル。ピオセンシエール BBS プレス 10mL ¥7,800 (パタライエクト)



天使が舞う軽やかなデザンも風の時代っばい！

鼻やノドの ムズムズはこれで！

とにかく先手のプロテクト。ゴシゴシこする→肌が荒れる→乾燥する、の悪循環を断つ！

化学肥料も農薬も不使用の、ユーカリの葉を使用。天使の霧ユーカリリフタスプレー 300mL ¥3,900 (ナチュラルハウス)



ユーカリの霧を ジェット噴射

「ユーカリ原油の精油を、アルミ缶からジェット噴射！香りがパワフルに広がるから、ノズルは1〜2秒押すだけで十分。抗炎症作用があるから花粉や風邪予防にはもちろん、天然の防虫効果はハウスダスト対策にも」

シルク配合でゴワせず、超快適なつ地。超快適マスクめ 7枚入り ※オー価格(ユニ・チャーム)

老舗が紡ぐ 秀逸ラベンダー

「ラベンダーのなかでも香りが特別で、青々しくてみずみずしいの。ミニサイズのロールオンタイプだから、外出先でのケアも手軽で、こめかみや鼻まわりに塗ったり、あとはマスクの内側にもオススめ」

プロヴァンス産トゥールラベンダーのピュアな精油。シャトー・デュ・ボワオーガニックトゥールラベンダー プレミアムエッセンシャルオイル 5mL×2本 ¥4,800 (コスメキッチン)

抗アレルギー効果が期待される甜茶エキス入り。鼻・のど甜茶給 38g ¥463 (森下仁丹)

見つけたら即買い！丁寧なケアで毎日心地よく

現場がざわついた 爽快な鼻抜け感

「帰省時に母が持たせてくれたこの給に、すっかりハマってしまっ。撮影時に持参したら、メントールのスッキリとした鼻抜け感に現場がざわつくほど、モデルやスタッフに大好評。ノンシュガーなど高ポイント」



いろいろ試した中の BEST of マスク

「今っていろんなウイルスがあら、外出時にマスクは必需品。さん試してみたなかで、結局一れが好きな。サイズ感もジャで、ピッタリと密着しててもかゆくないし、耳も痛くならない！」