

My addiction
私のこだわり

好きなものに囲まれて暮らすことは、ポジティブマインドを保つ秘訣。自分のためのだけのマニアクなポリシー。

If you have them,
you don't need anything

効きそうな香りと色がクセになる
生薬たっぷりのお風呂

- 1 養生薬湯
- 2 延寿湯温泉
- 3 生薬浴用剤 薬草湯

「湯船に浸かって身体を温めるのが日課。お湯がなめらかになるので入浴剤は必須で、特に生薬の入浴剤は芯から温まるので大好き。1日の疲れが取れてぐっすり眠れます」(佐久間) ①巡りを促す生薬を独自処方。自己回復力を高める。30包 ¥7,000 (再春館製薬所) ②9種類の生薬がそのまま。肌がしっとりすべすべに。12袋入り ¥3,500 (バイオティク) ③自然の恵み100%で黄金色のまろやかな湯質。10包 ¥980 (ライオンケミカル)

マインドフルネスに
過ごすお守りCBDオイル

- 7 エリクシノール ロールオン 450
- 8 CBD オイル ゴールド 500mg 5%
- 9 CBD リップ シナモンレッド

「CBD オイルの存在は2年前に知り、リラックス、自己免疫ケアとして使いはじめました」(yUKI) ⑦のストレスを感じたら、こめかみにさっとひと塗りですぐリフレッシュ。ミントが香ってすっきり。8mL ¥3,900 (エリクシノール) ⑧MCTオイルも入ったパワフルブレンドを舌下に垂らしてダイレクトに。10mL ¥6,741 (ヘンプタッチ) ⑨柚子&スパイスの加温効果で唇ふくら。リップ美容液の感覚でナチュラルな血色感を。2.5g ¥3,800 (ビーバイ・イー)

My favorite that I just collect

まつ毛ケアの大切さを実感
美容液で自慢の素まつ毛に

- 10 まつげ美容液
- 11 アイラッシュセラム
- 12 アイラッシュケアエッセンス

「マスク生活に突入し、あらためてまつ毛って大切だなと実感。まつ毛にハリ・ツヤを出して、透明マスカラやマスカラベースだけでメイクを完成させるのがスタンダードです」(白崎) ⑩特許成分がハリ・コシを与え存在感のあるまつ毛に。2mL ¥9,800 (エム・アール・アイ) ⑪ウチワサボテンオイルにフラワーエキスを添えて。6mL ¥2,400 (トーン) ⑫東洋ハーブ配合。まつ毛の際から根本ケアする美容液。7.5g ¥4,500 (MIMC)

心身軽やか。おいしいグルテンフリー生活

- 16 オコメビスケ ドライフルーツ
- 17 パンケーキミックス&プロテイン
- 18 ゼンブ ヌードル

「小麦粉の食べすぎ」と腸もみの先生に指摘されて以来、グルテンフリーものを楽しく探求し続ける日々。食後に眠くなくなることがなくなり、下腹部がスマートに。肌も快調です(稲田) ⑯有機いちじく、有機レーズの甘味が深いヘルシーおやつ。50g ¥350 (げんきタウン) ⑰植物性プロテイン入りのグルテンフリーパンケーキ。227g ¥900 (グリーンベース) ⑱黄えんどう豆のほのかな旨味。高タンパクで食物繊維も豊富。80g×4食 ¥733 (ZENB JAPAN)

My essential items for me

マッサージ後の肌感にやみつき! スクラブへの深い愛

- 13 シュガーボディスクラブ スイートラズベリー
- 14 プリリアントリー ブライトニングフェイシャルスクラブ
- 15 ポリッシングフェイシャルスクラブ

「お風呂でしっかり肌をやわらかくしてからスクラブを使うことで、入浴後に行うボディケアの浸透がよくなります」(加藤) ⑬ラズベリーのフレッシュな香りに包まれながら全身つるつるに。260g ¥2,600 (コスメキッチン) ⑭100%ヴィーガン処方。スクラブ。レモンピールやグリーンクレイがくすみを一掃。118mL ¥2,019 (ACURE) ⑮古い角質を取り去りながら、同時に保湿成分をチャージ。75mL ¥5,500 (ピオトープインク)

is source of
my happiness

からのラブコール集中!の〈Aēsop〉

- トリス オイルバーナーブレンド
- トリプル C フェイシャル バランシング ジェル
- リッカンネロリ ポストシェーブ ローション

過ごす時間が長くなり、〈Aēsop〉の香りが生活に欠かせない要素に。クリーンでリラックスできるから、てしまします(水谷)「もう7年以上もファンで、化粧水後に使うスキンケアものが大好きです」①パチョリやシトラス精油がブレンドされた澄んだ全に。25mL ¥3,800 ②フレッシュな香りがするジェルクリームは、みずみずしい使用感で男もGOOD。60mL ¥10,000 ③シェービング後アクリーム。60mL ¥4,900 (イソップ)

神秘的なエネルギーを
取り込むパワーコスメ

- 19 ヒマラヤ岩塩バスソルト
- 20 デトックス
- 21 アバダンス エッセンス

「神社の御神水のような、神聖なエネルギーを取り込める気がする緑のよいものが好きです。岩塩をお風呂に入れたり、フラワーエッセンスを水や紅茶に垂らして日常的に取り入れています」(渡辺) ⑲毎日の入浴で身体をクリアリング。ヒマラヤで取れた天然岩塩。520g ¥1,800 (アムリター) ⑳不要なものを浄化し、新たな活力につなげる。25mL ¥3,400、㉑本質的な豊かさをもたらす。25mL ¥3,200 (ともにネイチャーワールド)

20 Pacific
Essences



21 Pacific
Essences



19 AMRITARA

13 giovanni

14 ACURE

15 GROWN
ALCHEMIST

23 Aēsop

22 Aēsop

6 ARGITAL

11 to/one

12 MIMC

毎日口にするものだから
歯磨き粉に一言アリ!

- 4 スフィア・ビュー・シーソルト
フォー ティース シラユキ
- 5 歯磨き粉 ハーバリスバイス
- 6 グリーンクレイ歯みがき
(アロマティック)

「発泡剤の入った歯磨き粉やフレーバーが強すぎるものが苦手で、ナチュラルなものを選びます。何本かストックしておいて、そのときの気分を使い分け」(緑川) ④歯磨き専用の塩パウダー。カルシウムが豊富で歯垢もすっきり。30g ¥1,185 (空と地) ⑤20種類以上のハーブ&スパイスを配合。ピリッとスパイシー。70g ¥950 (ビーバイ・イー) ⑥グリーンクレイが汚れを吸着。口腔内環境を整える。75mL ¥1,800 (石澤研究所)

10 REVITALASH
ADVANCED JAPAN