

おかげさまで創刊15周年♥秋

ギャルたちの“こだわり”+“技”=【彫深ハーフ顔!】
その“ギャルメイク”、
いただきっ!!

bea's up

ビーズアップ

<http://beasup.com>

10 2012
OCTOBER
580yen
(特別定価)

特別綴じ込み付録!

スキンケアからヘアケア、ボディケアまで!

お悩み さあ、夏のあと始末を!

秋の美容相談室

プロも読者も! みんなの結論!

プチプラHITスキンケア

激愛中! 大注目!

NOW&NEXT

ねえ、コスメで
選んでる!?

すべての肌トラブルに効果あり!?

“幹細胞”の不思議、発見!

パーツプロに聞いたケア方法、最新アイテムを教えます!

【脱】「顔は20代、手は40代…」の ハンドケア

自然由来、有機栽培、天然素材…

「なんとなくオーガニック」は もうやめた! ああ、勘違い!

トレンド分析 読者お試し プロ対談 カタログ and more!

結論! 今年のコスメは今年の顔を作る!

限りなくナチュラル、

秋冬ファンデ買い替えナビ!

卑怯なほど美肌!

コーセーコスメポートの 特別付録

クリアターン ホワイト マスク 2種!



大人気
シートマスクが
今すぐ試せる♥

2012年10月1日発行 毎月1回1日発行 第16巻10号

榮倉奈々

Autumn Beauty

これがベストマッチなカラーの関係

hair×make up color coordinate

Counseling Room

スター相談員が
アンサー!

スキンケアからヘアケア、ボディケアまで!
なんとかしたい“夏終わり”と“秋準備”

秋のお悩み 美容相談室

暑さもだんだん和らいで、過ごしやすくなるこの季節♪ だけど、肌や体は日焼けでボロボロ、髪もバサバサ、他にもなんとかしたいパーツが…! 夏の終わりと秋の始まりのお悩みを、その道のプロ達が解決! 今すぐお疲れモードにさよならして!

痩せや日焼け・etc
私たちがレスキュー!
ボディケア相談員

!! 私たちにおまかせ~!!

夏秋の肌ゆらぎは
私たちがアンサー!
スキンケア相談員



銀座ケイスキンクリニック 院長
慶田 朋子先生



レディビューティスタジオ主宰
田中 玲子さん



ミッシーボーテ主宰
高橋ミカさん



美容愛好家
野毛まゆりさん



医師(内科・皮膚科)
友利 新先生



松倉 HEBE
DAIKANYAMA 院長
草野貴子先生

美肌や育毛相談
お任せします!
ヘアケア相談員

細かいパーツも
怠りなく!
スペシャル相談員



クレアトゥールウチノゼネラルマネージャー
生井 邦輝さん



AMATA 代表
美香さん



nook nail 表参道店 ネイリスト
中山 絵梨子さん



Total Beauty Express主宰
和田 清香さん

ヘア、爪、細かなパーツやニオイ問題までレスキュー!!

顔やボディはケアしてたのに、気づいたら毛先がバサバサ、爪はガタガタ、目が真っ赤!!! ヘアや爪、目など細かいパーツも実は夏のお疲れモードに…。人と差がつく細かいパーツだから、しっかりケアして女子度を一気にアゲちゃお♡

ヘア&その他の悩み

ネイルの達人

nook nail 表参道店 ネイリス
中山絵梨子さん



シンプルからトレンドまで、ライフスタイルに合わせ美爪を作るネイルサロン、nook nail 所属。高いデザインセンスと、健康的な爪を育む深い知識で人気。

美髪の達人

AMATA 代表
美香さん



毛髪診断士。業界屈指の美髪の持ち主で頭皮や髪の毛、製品、技術など、美髪作りのあらゆる知識を網羅。ビューティ・プロデューサーとしても幅広く活動。

髪色の達人

クリアトゥールウチノゼネラルマネージャー
生井邦輝さん



「髪がキレイになるお店」をコンセプトに、日本で初めてヘアエステを美容室で展開。日々、知識を高めながら美しい髪の毛を追求している。

ボディケアの達人

Total Beauty Express 主宰
和田清香先生



NYの美容学校にてボディケアの授業を90時間以上受講し、さまざまな知識を習得。近著「パーフェクトサクセスマイエット徹底ガイド」¥1,365(講談社)

相談員はこの方々

頭皮・髪の日焼け悩み

頭皮だって肌の一部。当然、UVケアが必要! バサバサ、かゆみ、皮むけなど、その悩みの原因は、ぜんぶ紫外線が原因かも!

夏終わり 悩み1
Q 頭皮が日焼けして赤くなってきました。どんなケアをすればいい?

A 水やローションなどですぐに冷却。その後のシャンプーはできるだけ低刺激なものを使用して。

頭皮が浴びる紫外線量は顔の3倍とも。UVが細胞に蓄積し、ダメージ大になるので注意。日焼け後はまず冷却。シャンプーは、低刺激、弱酸性などの表記があるものを! (美香さん)



オススメ低刺激シャンプー

クリーミーな泡で極上シャンプーをデリケートな頭皮をいたわりながら、スッキリ。ファイブハーブラディアンス シャンプー 250ml ¥2,310/ロクシタンジャボン

植物エキスやビタミンたっぷり海藻、クイナッツ、プルメリアなどが髪に潤いを与える。ジェイソン シャンプー-SK シーケルP 473ml ¥1,890/ジョージオリバー

頭皮環境を整えるのが美髪のキモ



キレイな髪が男心をつかみます



夏終わり 悩み2

夏終わり 悩み3
Q 頭皮の皮がむけてフケみたいになってしまいます。ちゃんとシャンプーしているのに…。

A 皮がむけてしまうのは仕方のないことですが、頭皮にも保湿をしてあげることが大切です。

UVの影響で頭皮の水分油分のバランスが崩れている状態。エッセンスで保湿して頭皮環境を整えましょう。ただし、赤く炎症を起こしている場合は刺激になるのでNG(美香さん)。

頭皮の保湿にオススメ

スキんケア発想の頭皮用美容液根元からハリのあるふんわりとした髪を育む。リナセント ヘッドスキんケア セラム 100ml ¥5,040/資生堂プロフェッショナル



Q 日焼け後だからか、頭皮がかゆい! 朝晩のシャンプーでもおさまりません…。

A 全体的にかゆいなら、保湿をしっかりとあげて。部分的にかゆいなら、皮膚科で診てもらいましょう。

シャンプーのし過ぎで皮脂膜が壊れて、外的刺激がかゆみを生んでいるのかも。オイルなどで頭皮の保湿をして。部分的にかゆいなら炎症を起こしているので皮膚科へ(美香さん)。

ヘアダメージ・乾燥悩み

夏に受けた紫外線や海のダメージに加え、秋冬の乾燥も襲いかかるこの時期は、実は髪が最も傷みやすい時。即ち夏ダメージを払拭して、秋のケアを開始しよう。

Q 海に行ったら髪がパサパサに。どんなケアをするのがいい?

A 塩以外にも、海には不純物がいっぱい! それらを取り除くためにも普段以上に丁寧なシャンプーを。

不純物だらけの海水で濡れた髪にUVが当たると、化学変化を起こし、ダメージに。UVカットスプレーで予防すると同時に、不純物が髪に残らないようにシャンプーして(美香さん)。

- 丁寧なシャンプー法
- 1 髪と頭皮を1分かけて予洗いする
 - 2 シャンプーを手でのばして頭皮に
 - 3 頭皮を動かしながらシャンプー
 - 4 洗い残さないようにしっかり流す



夏終わり 悩み 5

スカルプケアの悩み

毛穴のつまりを除去し、頭皮の血行を促すスカルプケアは、頭皮を健やかに整える大切なケア。よく分からなくても敬遠せずに、回答を参考にトライを。

Q スカルプケアって乾燥する。秋冬もやった方がいいの?

A 季節問わず、年中ケアしてあげることが大切です。乾燥する秋冬のスカルプケアにはオイルも投入して!

秋冬も、夏のダメージで疲れた頭皮を鎮静化させるために、ぜひ行いましょう。秋冬は乾燥するので、オイルマッサージで固まった頭皮をほぐしながら保湿も丁寧に(美香さん)。

夏終わり 悩み 1

秋冬のスカルプケアにオススメ

スバの聖地 モロッコ美容から誕生 たっぷり潤うのにサラリ。ローズドマラケシュヴェルヴェーン ナイトオイル 60ml ¥4,410/ジェイ・シー・ビー・ジャパン



オイルマッサージ法



最後に頭皮全体をマッサージ 頭頂部に向かって左右から髪を集める感じで、斜めに指の腹を動かす。1分くらいリピート。



オイルを1滴ずつ垂らしてなじませる 頭皮にオイルを垂らし親指でマッサージしながらなじませる。これを全体的に繰り返す。

夏終わり 悩み 4

Q 髪も頭皮も乾燥します。デイリーケアはどのようにしたらいい?

A 細毛の人はオイルをつけてラップを。剛毛の人は髪をねじってトリートメントを浸透させて。

ただオイルやマスクを塗るだけでは効果は不十分。細毛の人は、オイル+ラップ蒸しで美髪に。剛毛の人は、髪をねじりながらマスクを塗って内部まで成分を届けて(美香さん)。



濃厚なマスクをキュッと入れ込む 髪の水気をしぼって、マスクを髪に塗布。髪を指にからめながらねじると浸透度がアップ。

剛毛の人は...



オイルを塗ってラップバック オイルを髪と頭皮にすり込み、髪をまとめてラップで包む。体温で蒸されて、しなやかに。

細毛の人は...

夏終わり 悩み 6

Q なんだか毛先だけが乾燥してパサパサ! どんなケアがいい?

A 毛先は長年のダメージが蓄積してる部分。普段のケアでは、濡れているうちにオイルで保湿するとしっとり。

伸びるまでに何年もかかっている毛先にはダメージが蓄積。タオルドライ後、水分があるうちに傷んだ部分にオイルを塗布。水分の蒸発を抑えるので、ベタつかずさらり(美香さん)。

夏終わり 悩み 7



タオルドライ後、ウエットな状態で! 髪が乾いてからオイルをつけるとべたつので△。毛先を挟むようにしてなじませて。

Q 頭皮がベタベタして気持ち悪い。暑くて汗をかいているせい?

A 夏は皮脂がつまりやすくなります。スカルプケアで頭皮を清潔な状態に保つことを心がけて。

夏は皮脂分泌が盛んなので、毛の密集地帯である頭皮の毛穴はつまりやすくなります。スカルプケアでつまりを除去し、頭皮の通気性を確保して、健やかな状態に整えて(美香さん)。

スカルプケアにオススメ

15種類の植物エキスを配合 頭皮に優しいノンシリコン。(右から)レヴール スカルプ シャンプー&トリートメント 各500ml ¥945/ジャパンゲートウェイ



天然クレイ成分が余分な皮脂を吸着 シャンプー前の集中ケア用泥マスク。頭皮が爽やかに。ルネフルトル キュルビシア クレイマスク 15ml×6本 ¥3,150/アリミノ



Q 毛先だけ色が抜けて
キラキラに傷みます。
カットした方がいい?

A コテなどの影響もある
のかも。熱ダメージから
髪を守ってあげて!

コテの熱ダメージで髪のタンパク質が硬化し、硬くなったせいで、髪がぐるんとしている人も、実は多いんです。コテを使う前にはヒートプロテクト製品で熱から髪を守って(美香さん)。

ヒートプロテクトにオススメ



ドライヤーの熱から
守るリンゴ酸を配合
スプレーしてドライヤー
で乾かせば、自然な
内巻きに。リーゼいっ
きに毛先までまとまる
シャワー 200ml ¥798
(編集部調べ)/花王



植物由来の成分が
熱ダメージから保護
2種類のアミノ酸とブ
ルターニュの海藻エキ
スが、ツヤ・ハリを与
える。ラサーナ 海藻
ヘアミスト 200ml ¥
1,890/ヤマサキ

夏終わり
悩み 8

[カラーリング・ニオイ・抜け毛悩み]

カラーリングしても色がすぐに落ちたり、巻き髪をがんばるほど髪が傷んだり…。キレイな髪になりたいから努力してるのに、美髪が遠ざかっていくジレンマ!! 今度こそ、「髪、キレイだね」って言わせてみせよう!

Q 秋になるとなんだか抜け毛が
多い気がします。どうして?!

秋始まり
悩み 2

A 季節の変わり目に抜け毛が多いのは
普通のこと。心配しないで! でも夏の
ダメージをケアすることも大切です。

代謝が良い春夏に、ぐんぐん育った髪が、秋に抜けるのは普通のこと。正常な代謝の表れです(生井さん)。夏のUVダメージも大きいので、トリートメントでケアを!(美香さん)。

秋始まり
悩み 3

Q 秋っぽく髪を
ツヤやかにみせたい。
秋冬にオススメのカラーは?

A 現在明るめの髪色なら、ナチュラル
ブラウンが、暗めの髪色なら
アッシュ系がこの秋冬オススメです。

ツヤっぽく見せるなら、ナチュラルブラウンが一番ですが、実はアッシュも◎。日本人の髪は明るくすると赤くなりやすいですが、アッシュには赤みを抑える効果が!(生井さん)。

Q 髪が人形のように
キュッキュッとキシみます…。
ツヤサラな髪にしたい!

A たまにはシリコン入りの
シャンプーでケアしてあげて。

ノンシリコンブームですが、キシんだ髪をケアするにはシリコンが必要。シリコンを気にするより、髪がキシんで絡むほうが問題! よく洗い流せば問題ありません(美香さん)。

シリコンシャンプー

美容液のような
濃密シャンプー
高い保湿力。ラックスバイ
オブュージョン ダメージデ
イフェンス シャンプー250
g ¥1,400(編集部調べ)/
ユニバー・ジャパン



夏終わり
悩み 9

Q せっかくカラーしたのに、
紫外線のせいで傷むのはイヤ!
キレイに色を持続させるには?

A カラーリング専用シャンプーを
使ってケアしてあげましょう!

カラーリングをすると髪がアルカリ性に傾き、ダメージを受けやすくなります。それをいち早く弱酸性に近づけて退色を防ぐのがカラーリング専用シャンプーの役割!(生井さん)。

秋始まり
悩み 5

カラーケアにオススメ



染料の流出を抑えて
美しいツヤを高める
退色を防ぎながら不要
な汚れだけを洗浄。ザ
・ヘアケアルミノジェ
ニックシャンプー250
ml ¥2,100/資生堂プ
ロフェッショナル



クリーム状の
バームが髪色を守る
バームが髪を包み込み
ヘアの色持ちをサポート。
ダメージ補修作用
もあり。RF クロマセ
ンシティブ 200g ¥3,
675/ケラスターゼ

Q 秋にもバーベキューがしたい!
でも、髪にニオイがつくのは
なんだかイヤ…。

秋始まり
悩み 4

A 髪はどうしてもニオイが付きやすい
パーツ。そんな時は、オイルで髪
の毛をコートしてあげるか、
ノンアルコールのヘアフレグ
ランスをつけてあげて!

髪の毛の表面には、小さな穴がたくさん開いているので、香りの分子が付着しやすいです。オイルで髪の毛の表面に膜を作り、吸収をガードするか、髪に優しい香水を使って(美香さん)。

オイルコートにオススメ

オススメケア方法

AMATA美香さんが
プロデュース!
100%ナチュラルエッセンシャル
オイル。8種類の精油を配合。ビ
ロード カウントダウン 10ml ¥
3,990/AMATA



髪の毛全体に
オイルをつける
髪を上から下になでおろして、
オイルを広げる。内側につけ
るのも忘れずに。



オイルを1滴
手のひらに取る
オイルを手のひらに取る。多
いとベタつくので1滴で十分。
イイ香りに癒される〜