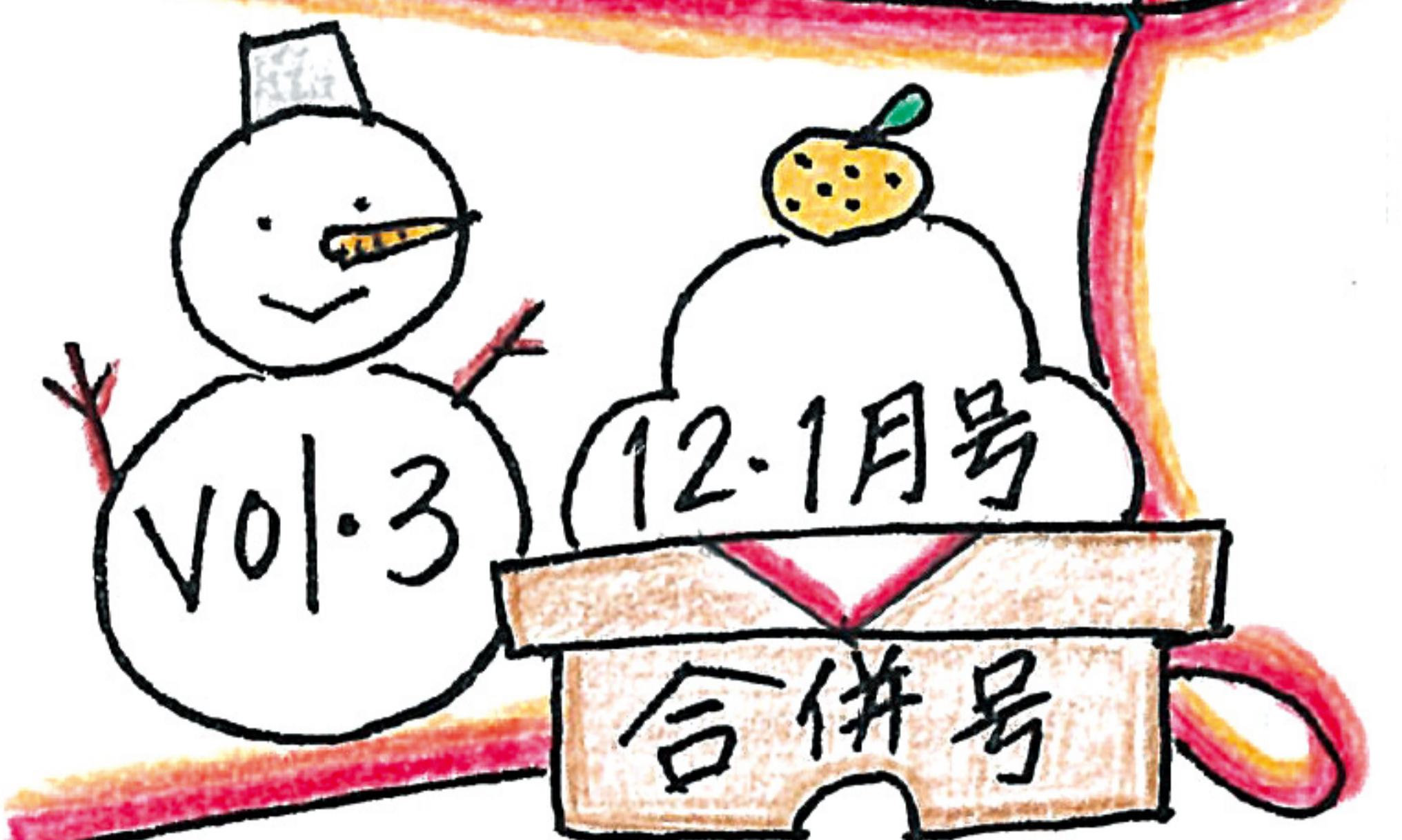


Moderate 通信



ちよどいい生活
ちよどいい素肌



くしゅちゃん
モデートの
店長!!

くさち-♡
肌活がんばる
2児の母

こんにちは♪ 乾燥シーズンに入ってかきつきが気になる
さち-です。みんなはどんなスキンケアしてる～??

今回私は「つけぎ」にこだわるスキンケアしてみたよ。
小鼻の周りの赤みが気になっていたのが「あらい」を意識
してやってみたよ♡

Step1 洗顔

あわわ! あわ あわ

モフ モフ

かきつき しん

泡をつくる事に
命をかける～

練れば練るほど
弾力のあるつぶれない
あわになるよ-!!!

やさしく
やさしく

ふわふわ

Step2 化粧水

っさりしたい...

じーっと...

目じり・小鼻etc...
気になる所ほど
さわえるわ...

Step3 保湿

キラリ!

塗りこまないと
やさしくのせる♡

化粧品の効果ばかり
気にしちゃったけど、正しい
洗い方、こすらずやさしく
ケアするのが大事♡♡

いつも面倒くさくて省いていた
てまひまだけど、やってみたら
肌はちゃんと応えてくれるよ♡

私はこすらないから
大丈夫!! と思っている人
も、いよいよ意識したら
こすってるかもよ-!!



これからわたしが
みんなの知りたい疑問を
どんどんしょうちゃんに
質問していくよ♪

おしえて!
しょうちゃん

Q&A



ひっちー♪

こすらないスキンケアを実践してみたどうだった？



ちょっとイライラしちゃった～💧 えへへ
普段はパパッと雑にやっちゃってたんだね～。反省…
だけど鼻の周りの赤みや毛穴が目立たなくなってよかったよ♪

イライラしちゃったんだ笑 ストレスも美肌の大敵だよ～。
無理のない範囲で続けてね！
だけど『こすらない美容』はとってもよい着眼点だよ！
この時期は湿度も下がって衣服での摩擦も起きやすいんだ。
肌への余分な刺激を抑えるのは大切なことだよ。 してた？



肌への摩擦ってやっぱりよくないよね！！
どんなデメリットがあるの？

摩擦はお肌の大敵！！肌表面の皮脂膜や角質層が剥がれちゃうんだよ💧
そうすると水分が蒸発しやすくなったり、肌のバリア機能が低下して、
ひどいと乾燥肌になったり、敏感肌になって肌トラブルが起こりやすくなるんだ。
シミやしわなどの原因にもなってしまうよ。



ま・さ・つ こわ～っ！ 摩擦って思った以上にデメリットが大きいのね。
これからは気をつけなきゃ～！ でも意識するのが大変だったよ💧

そうだよ～。ていねいなお手入れは時間も手間もかかるよね。時間がないという人には、
洗顔の見直しからしてみよう！石けんをしっかりと泡立てて、泡を乗せるように押し洗い
するのがコツだよ。洗い流すときにもぬるま湯でやさしく洗い流してね。



そうだね、できることからコツコツとやっていきまーす♪
しょうちゃんありがとう！