

# 春です! スキンケアを切り替えよう...

春は普段と肌状態が変わります。生まれもった肌タイプがコロコロ変わることはないのですが、気温や湿度、外的環境の影響を受け皮脂が出やすくなったり、乾燥しやすくなるなど状態は時季によって変わります。春は乾燥した空気によってバリア機能が低下したり、暖くなる事で皮脂分泌が多くなり汚れやすくなります。又寒暖差や花粉、紫外線等でゆらぎや赤い肌にも...。まずは今の肌状態をチェックし、スキンケアを見直しましょう。

## ✓ 肌状態チェック

- 最近肌が乾燥している
- Tゾーンがテカリやベタつく
- お風呂上がりすぐカピカピする
- 美容オイルが好き
- Tゾーンの毛穴の詰まりが気になる
- 夕方にはファンデーションがない
- シートマスク後はなにもつけなくてもOK
- 美容液よりクリームが安心

(A)  
 (B)  
 (A)  
 (A)  
 (B)  
 (B)  
 (B)  
 (A)



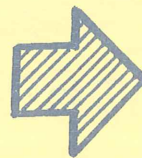
**(A)が多い方は**  
 肌のバリア機能が低く、潤いを抱え込む力が不足気味! 油分もプラスし、潤いを逃さない保湿ケアをしましょう。

**(B)が多い方は**  
 今からの季節は皮脂過剰でニキビやテカリのトラブル又は酸化シミにも気をつけましょう。



## ✓ ゆらぎチェック

- 季節の変わり目で肌がくすんだり、乾燥しがち
- 素肌になると小鼻周りに赤味がある
- たまに化粧品が染みることがある
- 生理周期に肌状態が左右される
- ポリューション(大気汚染物質)で肌がむずがゆい



**3個以上の方**  
 バリア機能が低下していて、少しの刺激でも反応しやすい状態。この季節は低刺激なものに切り替えましょう。



セルフチェックに併せ店頭でも機器を使ってチェックしてみましょう。お肌に合わせたオススメは次ページにご紹介してあります。

ご参考に♡

