

コロナのときに

No30 いつまでも生き生きと

過去のメルマガ配信は浅香純子のプロフィール下よりご覧いただけます。

前回、大人が目指しているのは「元気で可愛いおばあさん」という調査結果に納得せずさらに深掘の調査をしたと書きました。

この調査をしていたのは私が50代の時です。

66歳の現在、なんだか「元気」「可愛い」を切って捨てたのは間違いだったのではないかと反省しています。

最近素敵な年の重ね方をされている方と出会いました。お二人とも80代。お一人は教室の生徒の方です。眉のレッスンを受講されました。ご自分の顔の変化を冷静に把握されそれでもなんとかできることはしようと前向きでした。

そして何より笑顔が素敵なのです。年をとると男女ともに爽やかさがなくなり表情の変化も乏しくなるものなのですが、張り付いた笑顔でなく自然な笑顔がとてもチャーミングでした。

殆どご自分でメイクレッスンをこなし綺麗になりました。

もう一人は私が通っているジムでレッスンを受けているご婦人です。

私はヨガのレッスンのあとはお風呂なのですが、彼女は45分のレッスンを3つ、涼しいお顔で受けています。背筋がピンとしてマスクの下はフルメイク。ショートのグレイヘアも艶々です。

私は彼女らの個人的な事情はまったく分かりません。

表面に現れていることしか見ることはできませんが。

生き生きと年を重ねていらっしゃる姿が私のお手本です。

年をとってもきれいでいることは意外と大変。

できることなら生き生きと可愛い年を重ね方をしたいものです。

どう後半の人生を自分らしく生きていくかはまだまだ大きなテーマです。

今回は教科書vol2<サイエンス編>より「顔色が衰える」です。

顔色が衰える、透明感が消える

老け色とは何色でしょう

「あの人、急にふけちゃったよね」

そんなふうに噂されてしまうのは、シワやたるみが増えたというよりは、むしろ顔色が衰えたせい。

顔老けの大きな原因のひとつはこの顔色の衰え。

“色の変化”だったのです。

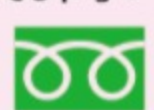
- 黄ぐすみ** 炊いたお米は、時間とともに黄色くなっていきます。同じように肌も「糖化」によって黄ばみ、年齢とともに透明感を失うことによるくすみと相まって、「黄ぐすみ」を引き起こします。清潔感を奪うのは、まさにこの顔色の衰えなのです。
- 青ぐすみ** 年齢とともに血行が悪くなると、やはり透明感を失うことによるくすみと相まって、「青ぐすみ」となります。「顔色が悪い」と言われる時、肌はだいたいこの青ぐすみを引き起こしています。
- 赤ぐすみ** 毛細血管が拡張して起こる、いわゆる「赤ら顔」に、やはり透明感を失うことによるくすみが増加して起きる「赤ぐすみ」も、やっぱり「老け感」に直結します。
- シミ・色むら** ひとつあっても清潔感が失われます。
- クマ** いちばんカバーしにくい色むらです。



浜離宮に行ってきました。都会の真ん中に咲くコスモスが綺麗で、しばし癒されました。

お問い合わせ

お客様センター

 **0120-288-653**

平日のみ 9:00~16:00 (土・日・祝日はお休み)



あさか じゅんこ

浅香 純子プロフィール

「Say 若創り学教室」主宰。長年、大手化粧品会社でブランドマーケティングを担当。メイクアップアーティストブランド「RMK」、大人の女性のためのコスメティックブランド「SUQQU(スック)」「CHICCA(キッカ)」を立ち上げる。2012年10月に中高年向けのスキンケア&メイクを学ぶための「若創り学教室」を東京・銀座にオープン。著書『40歳からの若見えメイク塾』(集英社)『50歳からは塗りすぎをやめると美しくなる』(大和書房)など。『助けて!きわめびと』(NHK)、『あしたも晴れ!人生レシビ』(NHK Eテレ)、『なないろ日和!』(テレビ東京)などTVにも多数出演している。

「みなさんの質問。」の過去の配信はこちらからご覧いただけます。

「コロナのときに。」の過去の配信はこちらからご覧いただけます。

発行元：株式会社Say
〒104-0061
東京都中央区銀座2-12-12 7F
電話：0120-288-653
メール：support@saysay.co.jp