

5万人以上の女性も愛用した救世主の書籍!

## ファンデーションの最重要事項は自分に合った“色選び”。

### 選ぶべきは「なじみ色」

白すぎるファンデーションは首の色との違いが大きく、何より不自然。さらに、顔が大きくのっぺり見え、不自然さと相まって老け顔を強調する要因になってしまいます。自分の肌色と同じか、ごく近い色が理想です。



#### 首の色との比較が大切

- ファンデーションの色を決めるときは、必ず顔の下の方につけてみる。
- 顔とは色が違う場合が多い手の甲では確認しない。
- 首の色と違和感がないかチェック。

肌の色より濃い ▶ 厚塗り感に…  
 肌になじんでいる ▶ **正解!**  
 肌の色より薄い ▶ どんより顔に…



石見え肌 黄ぐすみの肌

#### メイク下地も重要!

#### 老ける「くすみ」は下地で消す

- 血行不良、透明感の不足などで黄色くくすんだ肌には赤味が少し必要。
- 顔全体にまんべんなく塗る。色みを感じないほど薄くのびしても補正効果を発揮!
- リキッドチークや練りチークをファンデーションの前に塗ってもOK。

### くすみの悩みにおすすめは「オレンジ色」

黄色に血色の赤を足したオレンジ色こそ、老けて見える黄ぐすみの対策に。大人の肌を無理なく明るくするうえ、キメや毛穴がつくる小さな影を補正して、きめ細かく端正な肌を見せてくれます。

新連載

## 若肌ベースメイク教室

5万人以上の女性を愛してきた 大人美容の救世主・浅香純子先生の



監修 浅香純子先生

54歳 美容師・美容家。1955年生まれ。早稲田大学法学部卒。長年、大手化粧品会社でブランドマーケティングを担い、メイクアップアーティストブランドや、大人の女性のためのコスメティックブランドを立ち上げ、2012年10月に中絶後胎死のリスクがゼロのメイクを学ぶための「若く若く」学教室を開校。雑誌にオーブン・メイクなど多くのメディアでも活躍中。



## 正しい薄塗りが老けないメイクのカギ!

いくつになっても美しくあるために努力をされている方が多く、年々、きれいな女性は確実に増えているように思います。ただ、「きれいだけれど年齢は感じる」という方が少なくないのも事実。きれいと、若いとは違うのです。また、いずれも20代の頃とは違う、大人ならではのものがあることがとても大切です。

年齢を隠そうとして丁寧にメイクをするほど厚くなるもの。すると、肌の自然なツヤや元気に見える血色が消え、不自然で清潔感がなくなってしまう。大人の美の基準は、清潔感があるかどうか。年齢を消す影りにしがちな単に薄く塗るだけのメイクではなく、正しい薄塗りのナチュラルメイクをマスターしましょう。

すてきな明日へ  
ココロ・カラダ  
キレイケア  
Beauty care

5万人以上の女性を育てた美容士の伝言!

## チークなしで、若肌は成立しない。

「チークはポイントメイクだから、やってもやらなくても…」と思っている方が多いのですが、大人の肌にとっては、マストアイテム。自然な血色感を再現し、年齢とともに薄延びている肌の引き締めやリフトアップ効果もあります。チークは、ベースメイクの仕上げなのです。

### 色選び

#### 大人肌には2色使いが必要

血色感を肌にもたせさせるオレンジのベースと、血色感をもちやすピンクの2色使いをすることで自然なグラデーションになり、肌の内側からにじみ出るような血色感を演出できます。



ピンク × オレンジ

### 位置と入れ方



●ピンクの位置 (リフトアップ効果)  
●オレンジの位置 (色持続の効果)  
色を塗ると頬が下がるので少し高めを塗る

#### 耳から頬骨の高いところへ

- ① ベースとなるオレンジは、ブラシを水平に3〜4回軽く滑らせて、耳の脇から頬の一番高いあたりまで帯状に塗る。
- ② ピンクは、ブラシを黒目の真下、小鼻より下がない所で小さくクルクルと渦を描くように動かし、頬の中央に丸く重ねる。

Color

#### 鼻の下にひとはけで若肌度アップ!

年齢とともに鼻の下の産毛が増え、くすんで見えがちに。チークには、清潔感を奪うこのくすみを払う効果もあるので、チークを塗り終えたブラシで色を感じないくらいに「ひととはけ」しましょう。



スペシャリストからのメッセージ

「清潔感」の反対は、不潔ではなく、「老け」です。清潔感とは手をかけること。そうすることで手に入る年相応の美しさが一番です。

次号も清原純子先生に大人のためのスペシャルテクニクをお伝えいただけます。お楽しみに!

5万人以上の女性を育てた美容士の伝言!

## ファンデーションは、“均一に塗らない”のが正解。

ファンデーションを顔全体に均一に塗ると平面的になってしまいます。内側から外側に向けたグラデーションで、自然な立体感を出しましょう。

### point1

#### 塗るのは輪郭の約1cm内側まで

- ① 顔の中心の広いところから外側に向けて塗る。
- ② 最初にスポンジを置いたところが最も厚くついて強く発色するので、目立ちやすい頬から塗り始め、フェイスラインに近づくにつれて薄くなるように塗る。
- ③ 立体感を出すために、輪郭の1cm内側には塗らなくてもOK。



### point2

#### 毛穴は横塗り力でカバーする



- ① 叩き込んだりせず、軽いタッチでスポンジを横に滑らせるだけで毛穴は目立たなくなる。
- ※スポンジを下から上へと小刻みに動かすと、毛穴は目立たなくなるものの、厚塗りになるのでNG。
- ② 小鼻の横は、中央に人差し指を当てたスポンジの先端を使い、ポンポンと軽いタッチで叩きこむようにして塗る。

### point3

#### 肌の溝は両手を使って

- ① 目元は、眉尻の下あたりを軽く引き上げ、中央に人差し指を当てたスポンジの先端でやさしく塗る。
- ② ほうれい線は、小鼻の脇の頬骨の下あたりを引き上げ、二つ折りにしたスポンジの先端でスッと撫で下す。



Color

#### シミにはポンポン重ね塗り

シミが気になる部分は、二つ折りにしたスポンジの先端でポンポンと重ね塗り。