

ムーンパールシリーズから、

基礎ケア**5**点
期間限定
サンプルセットプレゼント！

受付期間：2012年8月1日（水）～2012年9月30日（日）



プレゼント内容 以下5品のサンプルパウチ各2包（2回分）

- ・クレンジングクリーム（メイク落し）
- ・クレンジングフォーム（洗顔料）
- ・モイスチャーリッチローション（化粧水）
- ・リカバーエッセンス（美容液）
- ・バイタライジングクリーム（クリーム）

送料無料



ムーンパールシリーズ（全10アイテム）

パールコラーゲン配合の高保湿スキンケアシリーズ。
ラグジュアリーな潤いが肌の隅々に浸透してハリと
透明感のある真珠肌へ導きます。
乾燥やハリの低下に悩む方に特におすすめです。

価格：¥5,775～¥15,750（税込）

▶ Web会員の方

► キャンペーンに応募する

▶ Web会員でない方（はじめての方）

► Web会員に登録してキャンペーンに応募する

Web会員とは

- ・MIKIMOTO COSMETICSの商品を一部、インターネットでお買い求めいただけます。
- ・登録料、年会費はかかりません。
- ・詳しくは[コチラ](#)

お電話でのお問い合わせは無料のお電話で

0120-226-810 受付時間 9:00～20:00（土・日・祝日は17:00まで）※年末年始を除く

○○ ○○さま

ご応募ありがとうございます。

アンケートにご回答の上、応募を完了してください。

※このキャンペーンを
どこで知りましたか？

- ホームページ
- 店頭
- メルマガ
- その他

※MIKIMOTO COSMETICSの
製品を使ったことがありますか？

- ある
- ない

▶ 入力内容を確認する

お電話でのお問い合わせは無料のお電話で

0120-226-810 受付時間 9:00~20:00 (土・日・祝日は17:00まで) ※年末年始を除く

Copyright (C) 2012 MIKIMOTO PHARMACEUTICAL Co.,Ltd. All Rights Reserved.

ご応募ありがとうございました。

○○○○様の受付が完了いたしました。

ご記載いただいたメールアドレス宛に「受付完了メール」をお送りいたします。



万が一、48時間以内にメールが届かない場合、ご登録内容になんらかの不具合が生じている可能性がございますので、大変お手数ですが下記ページよりお問い合わせいただけますようお願ひいたします。

▶ お問い合わせ



▶ ウィンドウを閉じる

お電話でのお問い合わせは無料のお電話で

0120-226-810 受付時間 9:00~20:00 (土・日・祝日は17:00まで) ※年末年始を除く

Copyright (C) 2012 MIKIMOTO PHARMACEUTICAL Co.,Ltd. All Rights Reserved.

シミの数と年齢の印象は正比例? 今こそ“美白”をスタート!

年齢の印象はどこからくるのでしょうか?

真っ先に思い浮かぶのが、しわ、たるみといった言わば形状の変化ですが、見た目年齢の印象を意外に大きく左右するのが、シミやくすみといった肌色の変化です。あるテストで、同一人物の顔写真に、しみの斑点を増やしていったものを第三者に見せたところ、シミの数と比例して年齢の印象が上がったといいます。つまり、シミが多いとどうしても実際の年齢以上に見られがち・・・ということ!

ミキモト コスメティックスのユーザーのみなさんは、保湿のお手入れはしっかりなさっている方が多いはず。“保湿”はお手入れの基本としてとても重要です。でも、残念ながら、メラニンに直接働きかけることはできないのです。

そこで、今日は、“美白”を毎日のスキンケアにプラスする大切さについてお話ししたいと思います。ところで、今シミ

はないという人も必ずしも安心できません。シミは突然できるということはないのです。肌の中で徐々にメラニンの蓄積が行われて、これが次第に濃くなり、ある日シミとして目で認識できるようになるのです。もし貴方が、

「今あるシミの色が濃くならないようにしたい」

「今あるシミの色を薄くしたい」

「新しいシミをつくりたくない」

そう感じているなら、すぐに“美白”を始めましょう!!



「ホワイトニングシリーズ」は、Whitening Series 3つの方向からメラニンと徹底的に戦います。

メラニン美白

既にあるシミは薄く+
見えないシミは出現させない

メラニンの色は茶褐色。だから、シミは肌表面で悪目立ちしてしまうのです。

そこで、【ホワイトニングシリーズ】は、「ビタミンC誘導体」の働きで、既にあるシミ（メラニン）と、肌表面にはまだ現れていないけれど肌の中に蓄積しているメラニンの色を淡色化してくれます。

それによって、今あるシミの色は薄く目立たなくなり、肌の中でシミ予備軍として潜んでいるメラニンも淡色化されることで新しいシミができるのも予防してくれます。

メラノサイト美白

“メラニン工場の従業員”を
増やさない

基底層にあるメラノサイト（色素細胞）に対して「メラニンを作れ！」と指令がなされると、チロシナーゼという酵素がセッセとメラニンを作り始めます。言い換えてみれば、メラノサイトは“メラニンを生産する工場”で、チロシナーゼはそこで働く“従業員”的なものです。

つまりチロシナーゼが肌の中に多く存在するということは従業員の多い工場ですから、メラニンをより多く生産できる体制がととのっているということ。「そんな工場であれば、従業員は少ないにこしたことはありません」と女性なら誰しもが思うところですよね。

そこで、【ホワイトニングシリーズ】は、チロシナーゼ自体がつくられるのを根本的にブロック。その頗もしいは、

「コメヌカエキスMP」。その結果、メラノサイトのオーバーワークを防ぎ、メラニンが過剰に合成されない肌環境にととのえてくれます。

サポート美白

“メラニン工場”に
生産指令を送らせない

メラニン工場の従業員の数が少なくて、もし、その従業員がフル回転で働いたとしたら・・・やはりメラニンは過剰に合成されてしまいますよね。

そう、メラニン工場であるメラノサイトに「フル稼働でメラニンをつくれ」との指令を送るきっかけのひとつは肌の酸化。それによって、チロシナーゼが、セッセとメラニンを作り続ける体制が出来上がってしまうのです。

でも、ご心配なく！実は「ホワイトニングシリーズ」は、酸化のこともきっちり考えた設計なのです。「真珠コンキオリン」や「西河柳エキスMP」が肌に発生した活性酸素を退治。メラノサイトへの指令が送られにくい肌環境にととのえてくれます。

おすすめの使い方は？

A いつもの化粧水のあとに、ホワイトニング グローション、ホワイトニング エマルションの順番にととのえてくださいね。

Q ホワイトニング ローションと
エマルション。どちらか1品から
試してみたいのですが？

A 2品使用で3つの美白アプローチの相乗効果が高まるため、本来はシリーズでお使いいただきたいのですが、どちらか1品をお使いになりたい場合は、季節やテクスチャーのお好みでお選びください。さっぱりした使用感がお好みの方は「ホワイトニング ローション」、しっとりした使用感がお好みの方は「ホワイトニング エマルション」をどうぞ。

シミ・ソバカスが気になる方に

メラニンの生成を抑制してシミ・ソバカスを防ぐホワイトニングシリーズ。

ビタミンC-G（持続型）>と<ビタミンC-IP（即時型）※1>を配合。
メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぎ、明るくクリアな肌に整えるしっとりジェル状薬用美白乳液。特に気になる部分へのポイント使いにも便利。

※1. 製品の抗酸化剤

ホワイトニング エマルション

医薬部外品

30mL ¥12,800（税込¥13,400）



<ビタミンC-G（持続型）※2>と<西河柳エキスMP※3>と<リノール酸※4>を配合。優れた浸透力で、メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぎ、明るくクリアな肌に整えるライト感触のローション状薬用美白美容液。

※2. L-アスコルビン酸 2-グルコシド

※3. ギョリュウエキス

※4. リンゴタんぽ

ホワイトニング ローション

医薬部外品

120mL ¥10,000（税込¥10,500）



Antiaging

髪の若さを決めるのは“毛周期”。 頭皮のアンチエイジング、始めましょう！

「髪のボリュームが減った気がする」
「髪の一本一本が細く、コシがなくなった」

ある一定の年齢を超えると、男女問わず、そんな悩みをよく耳にします。
気になる髪の変化はどのような理由で引き起こされるのでしょうか？

「毛周期」の変化＝「毛髪印象」の変化

髪は毛母細胞が分裂し増殖を繰り返すことでつくられます。その元になる栄養や情報は毛母細胞に血管から送り込まれます。一本一本の髪の毛は、ずっと伸び続けるわけではなく、成長・退行・休止という3つのプロセスを繰り返します。これを「毛周期」といい、このサイクルが変化することが髪の年齢印象を変える大きな要因なのです。

毛母細胞が分裂を開始し、毛髪が成長し続ける時期である「成長期」

毛母細胞の力が弱まり、髪が成長しなくなる時期である「退行期」

成長が止まった髪が抜け落ちる準備を始める「休止期」

毛周期は、一般的に思春期以前は2～3年ですが、思春期には6～8年と長くなります。しかし、20代後半から再び毛周期は短くなり、さらに40代になると目立って短くなる傾向にあります。それゆえ、40代以降になると、抜ける髪が増える反面、細く短い髪が目立ってくるというわけです。また、毛周期は、個人差があるものの、平均して女性で4～6年、男性では2～5年。女性のほうが毛周期サイクルが長いこともなんとなく頷けますよね。

男性ホルモンと薄毛の関係

ところで、男女では薄毛や脱毛の進行に差がありますが、これは活性男性ホルモンが毛髪の成長を抑制しているため。そして、男性ホルモンを活性男性ホルモンに変化させるのは、 5α -リダクターゼという酵素です。この酵素はもともとはヘアサイクルを整える働きをしているのですが、過剰につくられることで活性男性ホルモンを増加させてしまうのです。

女性の髪の悩みはバランスの変化から

女性にとっても男性ホルモンによる薄毛の悩みは他人事ではありません。女性も、30代後半～40代前半になると頭頂部に細い髪が混ざり始め、薄くなったりする傾向があるようです。これには男性ホルモンが関係していると考えられています。女性の体内にもやはり男性ホルモンは分泌されているのですが、女性ホルモンがその働きを抑制しているため、男性に比べて脱毛は進みにくいといえます。しかし、出産や加齢で女性ホルモンの状態が変化することで、髪の悩みが出やすくなるといえます。

栄養と血行促進はとても大切

最後に、毛髪をつくるための栄養と、それを毛母細胞にしっかりと送り届けるために頭皮の血行が、健康な髪を守るために大切であることも忘れないでください。過度のダイエットや偏食は禁物！また、頭皮のマッサージも毎日の習慣としてとりいれたて、いつまでも頭皮から若々しくありたいものです。

メディカラーズでヘアサイクルを整えて、髪のアンチエイジングを始めましょう！

メディカラーズは、ヘアサイクルのリズムを適正化して、抜け毛や髪やせを防ぎ、太く豊かな若々しい髪の状態を育むと同時に、頭皮環境をすこやかに整える薬用育毛剤です。「髪が最近ちょっと…」とお悩みの方、一度試してみてください。

メディカラーズの特徴(1)

発毛・育毛促進

パンテニルエチルエテールが毛母細胞を活性化して発毛を促します。また、ミツイシコンブ抽出液が毛髪の成長に関与する外毛根鞘細胞を活性化して毛髪の成長を促進します。

メディカラーズの特徴(2)

脱毛予防

オオバナサルスベリ抽出液が、抜け毛に関するトコトリエーティング酵素“ 5α -リダクターゼ”的働きを抑制して、抜け毛を防ぎます。

メディカラーズの特徴(3)

血行促進

セファランチンが、頭皮の血行を促進して発毛を促進します。

MEDICARISE メディカラーズ 無香料／無着色／超純水使用

育毛効果に優れた有効成分とトリートメント成分で
すこやかな頭皮を助ける薬用育毛剤。

メディカラーズ 医薬部外品

170mL ¥5,500(税込¥5,775)

薬用育毛剤
MEDICARISE
MEDICATED HAIR RESTORE

MIKIMOTO COSMETICS

睡眠中に肌の再構築。
シワを内側からなったことに。

“ナイトリンクルエッセンス”

“小じわ”と“大じわ”的違い

シワ。この一言で皆さんは何を思い浮かべますか？目元のちりめんジワ、口元の法令線…結局のところ自分が最も気になっている部分を思い浮かべてしまうのではないでしょうか？さて、ちりめんジワに代表される“小じわ”は、角層の水分保持力の低下から生じる一時的なものなので積極的に保湿成分を補うことで改善は期待できます。一方、いわゆる

“大じわ”と言われる深いシワは真皮の状態が変化して生じるため、残念ながら単に保湿成分を補うことだけでは改善されないもの。

でも、あきらめることはありません！

シワの発生に関わる線維芽細胞

真皮は、コラーゲンやエラスチンなどの線維成分の間に、ヒアルロン酸やコンドロイチンなど水分を抱える性質を持つ成分を含んで成り立っています。さらに真皮には「線維芽細胞」といって、真皮成分（コラーゲン、エラスチン、ヒアルロン酸）を作り出す細胞が存在しています。

〈線維芽細胞のはたらき〉

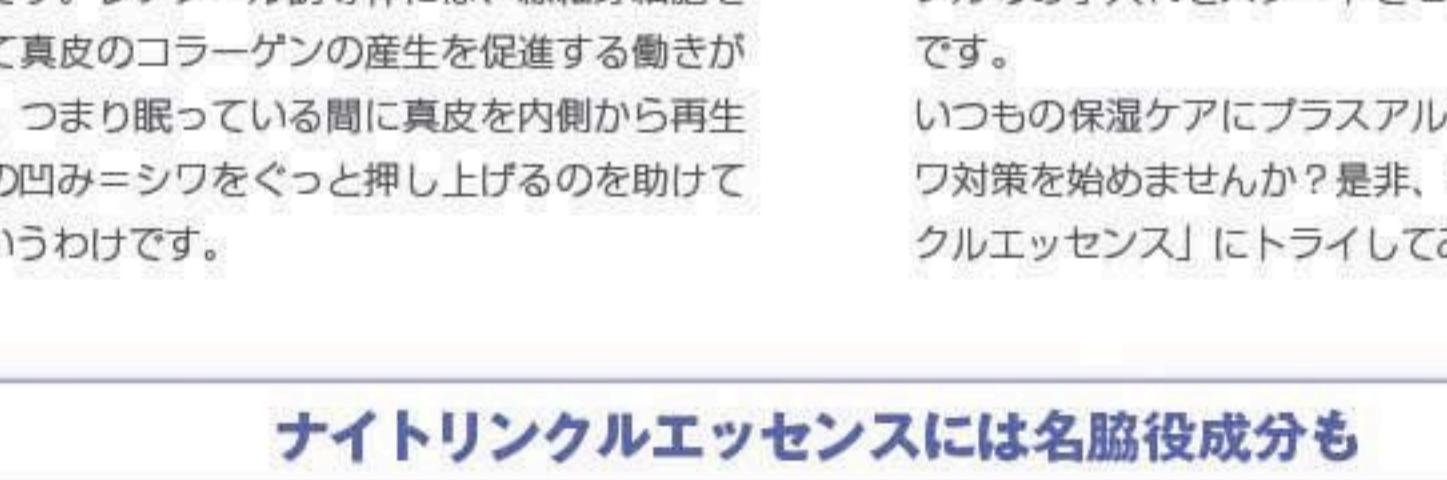
真皮成分
(コラーゲン、エラスチン、ヒアルロン酸)
をつくりだす

細胞分裂によって、
線維芽細胞を増やす

コラーゲンを束ねて
真皮の構造を
つくりあげる

つまり、線維芽細胞が活発に働いていれば、ハリ・弾力の元がたえず生まれてくるため、肌は若々しい状態でいられるということ。しかし、年齢の影響などによって線維芽細胞のはたらきは低下するため、真皮の弹性は徐々に失われていきます。そして、知らず知らずのうちに肌に凹み=いわゆる、シワが出現して、私たちの深い悩みとなるわけです。

〈皮膚断面図〉



ナイトリンクルエッセンスは線維芽細胞に注目！

レチノール誘導体で、 線維芽細胞を活性化

そこで、「ナイトリンクルエッセンス」が特に着目したのが線維芽細胞を活性化させること！その働きの中心になるのがレチノール誘導体です。レチノールとはビタミンAのことで肌のアンチエイジングに役立つ成分ですが、安定性が低いという欠点があります。そこで、「ナイトリンクルエッセンス」ではレチノールを誘導体とすることで安定性を高めて配合。より肌にやさしい形で毎日手軽にアンチエイジングできる嬉しい一品なのです。レチノール誘導体には、線維芽細胞を活性化して真皮のコラーゲンの産生を促進する働きがあります。つまり寝ている間に真皮を内側から再生して、肌の凹み=シワをぐっと押し上げるのを助けてくれるというわけです。

秋にシワで悩まないためにも、 今始めましょう！

ところで、5月は1年のなかでも紫外線A波(UVA)が最も強い季節であることをご存知でしたか？UVAが真皮のコラーゲンやエラスチンを変性させてしまうことは有名です。だからこそ、女性たるもの、日中にダメージを受けた真皮を、夜きちんと再生させてあげるスキンケア習慣を身につけて、秋に「シワが深くなっただ…」という事態に陥らないように心したいもの。そういう意味においても、今の季節はナイトリンクルのお手入れをスタートさせる良いタイミングなのです。

いつもの保湿ケアにプラスアルファして、積極的にシワ対策を始めませんか？是非、今夜から「ナイトリンクルエッセンス」にトライしてみてくださいね。

ナイトリンクルエッセンスには名脇役成分も

表情筋の収縮をシワに変えない

ヘキサペプチド

笑ったり、怒ったり。表情の変化とは肌に折り目をつけること。でも表情ジワも定着すると本ジワに！そこで、表情筋収縮によって生じるシワの形成や深さを軽減してくれるヘキサペプチドも配合して、抗シワ・万全の体制へ！

美容成分をぐんと肌の奥深く届ける

GN-T-S

どんなに肌に役立つ成分でも届かなければ意味がありません。オリジナル乳化技術「GN-T-S」が皮膚の上にゲル・ネットワーク構造をつくり、配合した成分の肌への浸透を助けます。

シワの凹みを引き上げる

リンクルアップポリマーW

2種類のポリマーによる被膜形成技術

が、シワの凹みを引っ張り持ち上げて伸ばして、シワを目立たなく整えてくれます。

Night-Wrinkle ナイトリンクルエッセンス



ナイトリンクルエッセンス [目元口元用美容液]

13g ¥10,000(税込¥10,500)

睡眠中の肌の再生力に着目。レチノール誘導体(ビタミンA油)をはじめとした整肌成分が、夜の肌を集中的にトリートメント。目元口元の気になるラインをやわらげながら、肌にハリと弾力を与えます。

紫外線カットは、最も簡単なアンチエイジング

生きていく限り、毎年1歳ずつ年齢を重ねることは避けられないのですが、毎年見た目も1歳ずつ年を重ねていくことはできれば避けたいもの。見た目の老化進行度において個人差が生じる大きな原因の一つが、紫外線との付き合い方であると断言できます。どれだけ紫外線をブロックする生活をしたかによって、1年後、3年後、10年後の肌の状態が決まるといつても過言ではないはずです。



現代の紫外線事情

紫外線は波長が長い順に、A波、B波、C波の3種類に分類されます。大気圏上空にあるオゾン層は、B波の一部、C波を吸収して紫外線が大量に地上に届くのを阻止する役割を担っており、特にC波はオゾンによって完全に吸収されてしまいます。逆にA波の量についてはオゾン層の影響をほとんど受けずに地上に届きます。しかし、近年、フロンガスの影響によりオゾンの量が減

少するという環境問題が起きているのはご存知のとおり。そして、これが地上における紫外線量に影響を与える傾向にあるのです。例えば、オゾンが1%減少した場合、紫外線B波は、約1.5%増加すると言われています。日本においても1980年以前と比較して、2008年時点での紫外線量は、茨城県のつくば市で2%程度、札幌で5%程度増えていることが観測されています。

紫外線がお肌にもたらす影響

では、肌が紫外線に当たるとどんな変化が引き起こされるのでしょうか。B波は肌に当たると、ほとんどが表皮に吸収されます。そして皮膚の炎症を引き起こしたり、メラニン色素を誘発してシミの原因になります。A波は表皮の一番下にある基底層から真皮の中層にまで達します。そして肌の弾力をつかさどるコラーゲンやエラスチンなどに変化を与えて、シワやたるみの原因になります。



自分に合った日焼け止め探しを

日焼け止めに表示してあるSPF値（紫外線B波防止効果）やPA値（紫外線A波防止効果）は、数値が高いほど紫外線から肌を守る時間や効果が大きくなります。大抵は小さくかねるとばかり数値が高いものを日常的に使う必要はありません。その日の予定に最も適した日焼け止めを使い分けることが大切です。自分のライフスタイルに合わせて、

①日常使うもの ②日常より長く屋外で過ごすものの2種類は手元に用意して使い分けることをおすすめします。

あなたに近いライフスタイルから、選んでみましょう。

PA

+++

++

+

10

20

30

40

50

SPF

1

2

3

家にいることが多い方

オフィスワークが多い会社員の方

屋外スポーツやレジャーが好きな方

ムーンパール
UVディエマルジョン
SPF20/PA++

30g ¥7,000(税込¥7,350)

DAY EMULSION

MIKIMOTO COSMETICS

キャシアプレミアムホワイト
メイクアップベースN
SPF28/PA++

27ml ¥5,000(税込¥5,250)

WHITE
MAKE-UP BASE
N
MIKIMOTO
COSMETICS

サンプロテクターEX
SPF50+/PA+++

40ml ¥4,000(税込¥4,200)

Protects your skin
from the UV rays effectively

SUN PROTECTOR EX

MIKIMOTO COSMETICS

夏の体内では、 ビタミンC <SOS警報>!

各地で梅雨明け宣言もされて、本格的な真夏の到来です。これから季節、身体の疲れも抜けにくく夏バテに悩まされる方も少なくないはず。夏バテには暑さによる睡眠不足、食欲不振による栄養不足などいろんな理由が考えられます。ビタミン不足もその一因。実は、夏は他の時期に比べて体内のビタミンCの消耗量がぐっと増えるのです。

これには次のような理由があります。

1 夏は汗をかきやすく、水分も多く摂るため、他の時期に比べて代謝・排泄がよい状態。そのため、水に溶ける性質のある**ビタミンCは汗などと共に排出されて失われやすい。**

2 夏は紫外線や暑さによって体内で活性酸素が増え、それを退治するために**体内のビタミンCを多く消費してしまう。**

だからこそ夏は特に気をつけてビタミンCを補給したいもの。そこで今月は「ビタサワミンC」をご紹介します。



ビタミンCの多彩な働き

体内からビタミンCが完全に欠乏したら生命が存続できないほど健康に貢献しているビタミンC。美肌づくりに役立つことはよく知られていますが、それ以外の働きも非常に多彩です。ごくわずかの量で身体の機能を調節したり、他の栄養成分が円滑に働くための頼もしいヘルパーをしたりと、非常に“有能”なビタミンなのです。

シミの予防

メラニンの生成を抑えて、シミやソバカスを予防してくれる。

コラーゲン合成補助

肌や骨に欠かせないコラーゲンを合成するのに不可欠。

免疫力の強化

身体の抵抗力を高めてくれるため、風邪やストレスに対して強くなる

細胞の老化予防

体内で発生する活性酸素を消去して、細胞の老化を予防する。

ストレス耐性の強化

ストレスを感じたとき、それに対抗するストレスホルモンの生成を促進する。

貧血の予防

鉄（非ヘム鉄）の吸収を助けて、貧血を予防してくれます。

生活習慣病の予防

血圧や血中コレステロールを正常化することによって、生活習慣病を予防してくれます。

1日にどのくらい摂ればOK？

1日に必要なビタミンCの量は厚生労働省の指針によれば、**成人で100mg**とされています。しかし水溶性で沢山摂っても体外に排出されるため許容上限量はありません。昨今では医学の世界においては、ビタミンCを1日に1~10g（所要量の10~100倍）摂取することで、白内障の予防や免疫能の増強、抗炎症などの作用が報告もあります。

どうやって摂るのが効率的？

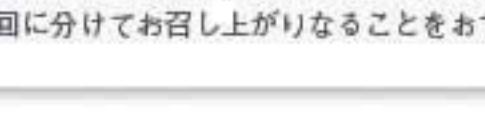
ビタミンCの弱点は熱に弱く、料理の加熱によって壊れやすい性質があることです。ですから加熱されていない新鮮な野菜や果物を毎日たくさんいただくことが大切です。しかし、食事だけでビタミンCを補うのもなかなか大変。なぜならば、ビタミンCが多いとされるいちごで1個あたりのビタミンC含有量は約9.6mg、りんご1個では約10.2mgと、食事だけでビタミンCを補うのもなかなか骨折りだからです。そこで、より効率的に手軽なサプリメントを補助的に利用してみるのはいかがでしょうか？

「ビタサワミンC」は、1袋にキウイフルーツ約35個分のビタミンC！

そこでおすすめしたいのが「ビタサワミンC」です。一袋に750mgのビタミンCを含んだ健康補助食品です。天然ビタミンCとして野バラの実「ローズヒップ」と中国で古くから健康維持に利用されている果実「ラカンカ」を配合しています。レモン風味の顆粒タイプで口どけもよく、美味しいのが特徴です。さらに、ほんのりとした甘味はノンカロリーの甘味料によるものですので、カロリーの摂り過ぎを心配されている方にも安心の低カロリーです。

今年の夏は「ビタサワミンC」を生活のお供に、元気あふれる身体と透明感のあるハリ肌で、夏バテ知らずの夏を過ごしましょう。

天然のビタミンCの代表格ローズヒップとラカンカを配合し、一袋でキウイフルーツ約35個分相当(750ml)補給できます。



ビタサワミンC（ビタミンC含有食品）

45袋 ¥3,000(税込¥3,150)

お召し上がり方：栄養補助食品として、1日1袋～2袋を目安にそのままお召し上がりください。

※2袋の場合、朝夕など2回に分けてお召し上がりなことをおすすめいたします。



ビタミンC
Good for your
beauty and health
ノンシュガー

SHISEIDO COSMETICS

すこやかな関節の曲げ伸ばしに 「きしむ」「痛い」 関節症の原因って?

中高年になると、しゃがんだり、立ちあがったりという関節の曲げ伸ばしをする動作をした時に、きしみ・痛みなど、しっくりとしない違和感を感じることがしばしばあります。これは、関節を守っている〈軟骨〉という成分が年齢とともに減少することが大きな原因です。

そもそも骨と骨の接合部分である関節は、骨同士が直接ぶつかり合わないように、その間にクッションとして「グルコサミン」と「コンドロイチン硫酸」を主成分とした軟骨というものが存在しています。軟骨を構成する成分は人の体内で合成されており、軟骨の再生を繰り返すことで関節の健康が守られているのです。しかし、年齢とともに体内でつくられる量が少なくなることから軟骨が擦り減ると、関節を動かしたときに骨同士が直接ぶつかりあうため、動作のたび、嫌なきしみを感じたり、痛みや炎症を生じます。これが一般的に「関節症」といわれるもので、早い人では40代で症状が現れ始めることがあるのです。

関節症の主な原因は加齢ですが、関節を酷使するような仕事や生活スタイルを長年続けてきた方は、特にその症状が現れやすい傾向にあるといわれます。例えば……

- スポーツをする方
- 肥満気味の方、
- 立ち仕事が多い方
- 関節を酷使する仕事に長く従事してきた方
- O脚の方

また、男性より女性のほうが関節のトラブルに見舞われやすいという傾向もあるようです。これは女性に多い冷え症によって関節部分の血液循環が悪くなることが主な原因と考えられています。



「グルコサミン3S」ですこやかな関節を取り戻しましょう



そこで、膝や肘のつらい関節痛をすっきりと緩和してくれるのが「グルコサミン3S」です。配合成分としましては、まず軟骨そのものを構成するグルコサミン（カニの甲羅由来）を2袋当たり1,500mg配合しています。ちなみに変形性膝関節症患者50名でグルコサミンを1日2回（合計1,500mg）、8週間服用したところ、服用していない患者と比較して、疼痛、歩行能、夜間自発痛、圧痛などの症状に対する改善効果が認められたという報告もありますから心強いですね。

同じく軟骨の主要成分のコンドロイチン硫酸（サメの軟骨由来）を2袋当たり500mg、そして、軟骨の再生に欠かせない有機イオウの一種であるMSM（メチルスルフォニルメタン）（針葉樹由来）を配合しているから、しっかりと擦り減った軟骨を修復してくれるはず！

「グルコサミン3S」の特徴

- 軟骨再生成分トリオ（「グルコサミン」+「コンドロイチン硫酸」+「MSM」）の力で軟骨を修復。
- 薬用ハーブ（ボスウェリアエキス）とMSMの組合せで関節の炎症を鎮静。
- スーパービタミンEといわれる「トコトリエノール」が関節症の原因のひとつである冷えを改善。
- 食べやすい梅味の顆粒&携帯に便利なスティックタイプで水なしでも、外出先で召し上がれます。



グルコサミン3S (グルコサミン加工食品)

180g(1.5g×120袋) 税込価格¥13,860

お召し上がり方：栄養補助食品として、1日2袋を目安にそのまま、または水とともに召し上がりください。
一度に口に入れると、のどにつまる場合がありますので、少しづつ召し上がりください。

秋になつたら保湿重視のファンデーションに。

秋も10月に入ると気温も湿度もぐんと下がりはじめます。

空気中の湿度が低いということは、それだけ肌からうるおいが奪われやすいということ。

そろそろ、ファンデーションも肌をとりまく気候の変化にあわせてパウダータイプからリキッドタイプに替えることをオススメします。



うるおい成分を多く配合できるリキッドタイプ

リキッドタイプのファンデーションは、固体のファンデーションと比較して、肌にしっとりとしたうるおいを与えるエモリエント成分をより多く配合できるという特徴があります。

だからこそ、乾燥しやすい秋冬のベースメイクに使ってほしいのです。

キャシア「エッセンスリキッドファンデーション」は、エモリエント成分をたっぷり含んでいますが、水分のなかに油分を点在させている処方ですので、肌をしっとりと守りながらも、べたつきが少なく、リキッドタイプ初心者でも使いやすい使用感です。

日中の肌ダメージと戦うエイジングケア・ファンデーション

日中の肌には、あらゆるダメージが待ちかまえています。その代表格が「活性酸素」。紫外線をはじめ、排気ガスなどの大気汚染、煙草、ストレスなどが引き金になって、肌や体内に発生する物質です。活性酸素は生命維持のため必要不可欠ですが、過剰に発生することで細胞にダメージを与える怖い存在です。例えば、なんらかの刺激により肌に炎症が起きると活性酸素が発生します。すると、それが元で真皮内成分であるコラーゲンやヒアルロン酸を分解する酵素が発生する場合も。また、同様に紫外線や活性酸素は、真皮内成分を生み出す線維芽細胞に損傷を与えますので、結果、真皮内成分が減少してハリや弾力の低下が生じるのです。

「エッセンスリキッドファンデーション」は、活性酸素のダメージから細胞を守る一方、ダメージを受けた線維芽細胞の損傷を修復するなど、エイジングケア効果の高い美容成分を贅沢に配合しています。エモリエント効果にとどまらず、日中の肌細胞に生じるダメージのリカバリーを助ける、まるでアンチエイジング美容液のような側面を持ったファンデーションです。

UVカット

日中の生活紫外線から肌を保護します。

- ・キチンコートコンキオリンパウダー
- ・UVカットパウダーA
- ・UVカットパウダーB

SPF15 PA++

紫外線吸収剤は使用しておりません。

抗酸化

肌の老化の原因となる酸化から肌を守ります。

- ・真珠コンキオリン
- ・愛玉子抽出液E
- ・グアバリーフ抽出液
- ・西河柳エキスMP
- ・モイスチュアフィットパウダーCS

細胞損傷修復

様々なダメージで損傷を受けた線維芽細胞の損傷を修復します。

- ・西河柳エキスMP

生活紫外線

活性酸素

真皮内組織の炎症

線維芽細胞の機能低下

真皮内成分分解酵素の発生

真皮内成分の変性・減少

抗炎症

肌の働きを低下させる炎症を抑え、健やかに保ちます。

- ・グアバリーフ抽出液
- ・西河柳エキスMP

光を利用して肌を美しく見せる補整効果も

ファンデーションを塗っても、肌が暗く見える。これは年齢とともに女性が感じる悩みのひとつ。これは、年齢による肌のゆるみによって毛穴やしわが目立ち始めると、その凹凸が影をつくり、肌を暗く見せてしまうことが原因。もちろん、シミやソバカスという色素はダイレクトにある種の“影”をつくります。つまり、肌色が均一でないこと=肌が暗く見えるのです。そこで、「エッセンスリキッドファンデーション」は、光コントロールパウダーによって、肌色に自然な均一感を演出することで透明感のある美しい肌に仕上げていきます。日中の肌の最表面で、肌を守りながら美しく見せるファンデーション。

まるで美容液のようなやわらかなテクスチャーで、うるおいを守りながら真珠のようなつややかな肌へ導くリキッドファンデーション。

**キャシア プレミアム
エッセンス リキッド ファンデーション
<SPF15/PA++>**

6色 内容量:27ml 価格:各¥7,140(税込)



ハリのある目元口元で、マイナス5歳の印象を目指す。

新「ナイトリンクルエッセンス」

11月1日 新発売！



目元口元に、しわができるやすい理由

女性の悩みの上位をしめるのが、目元のしわや、口元のほうれい線。顔の他の部分に比べて、目元口元にしわができるやすい理由は、これらの部分が持つ構造的な特徴によるもの。

例えば、目元は皮脂腺も非常に少なく、頬などに比較して皮膚も薄いものです。さらに、目や口は動かす回数が多いため、まわりに表情じわができるやすく、年齢とともに、しわとして定着しがちなのです。このようにデリケートな目元口元を、顔全体と同じお手入れだけで済ましてしまっていいものでしょうか？いつまでも若々しい笑顔を保ちたいならば、答はノー！新「ナイトリンクルエッセンス」をお手入れにプラスして、人も羨まむような弾むハリを手に入れましょう。

新「ナイトリンクルエッセンス」は多角的にしわの原因にアプローチ

“年齢とともに肌のコラーゲンは少なくなるという事実”

コラーゲンを増やす「レチノール誘導体」を40倍も高配合（※従来品との比較）

若年層の肌にしわができる大きな理由は、弾力のもとであるコラーゲンやエラスチンがたえまなく肌の奥で生産されているからです。だから、10代の女の子が顔をくしゃくしゃにして笑っても、肌は再びピンと復元されるのです。

しかし、年齢を重ねるとともに、真皮層でコラーゲンなどを作り出している線維芽細胞の数が減少するとともに、働きも鈍くなってくるため、肌のコラーゲン量は少なくなっています。徐々にしわが気になります。

新「ナイトリンクルエッセンス」に配合されているレチノール誘導体は、働きが鈍くなった線維芽細胞に“渴”を入れてくれる成分。コラーゲン産生を促してくれます。さらに新しい表皮細胞を作り出す基底細胞を増殖させて肌の再生を促すので、内側からくっくらとしたハリを育てる効果があります。つまり、レチノール誘導体は、真皮と表皮両方の“密度”を高めて、しわの溝を肌の内側から持ち上げてくれるような効果があり、この成分は、皮膚科でのしわ治療でも使われています。

新「ナイトリンクルエッセンス」では、このレチノール誘導体を40倍も高配合。（※従来品との比較）さらに、このレチノール誘導体を細胞膜の構成成分のひとつであるレシチンで内包して微粒子化したことによって、肌の奥深くにじみ、浸透することが期待できます。年齢に負けないハリを手に入れたい人には絶対必須の成分ですね！。

“年齢とともに真皮は弾力を失うという事実”

緩んだコラーゲンをギュッと収縮させる「精製ヒバマタエキスMP」

線維芽細胞には、コラーゲンなど真皮成分をつくり出す働き以外に、真皮マトリックスの構造を強化する働きがあります。指で左右から輪ゴムをピンと張った状態を想像してみてください。でも、指の力を緩めると、輪ゴムはだらりと緩んだ状態になりますよね。つまり、この場合、指が線維芽細胞、輪ゴムがコラーゲンというイメージです。

しかし、年齢とともに線維芽細胞が減少すると、真皮のマトリックス構造に緩みが生じて、コラーゲンも弾力を失います。このような理由から真皮が弾力を失うと、表情を動かすことで一時に生じたしわがなかなか元に戻りづらくなってきて、定着してしまいがちに。そして、しわが発生しやすくなります。

そこで、真皮マトリックス構造の強化を目指して、新「ナイトリンクルエッセンス」に配合されたのがオリジナル成分「精製ヒバマタエキスMP」です。ヒバマタとはフコイダンやポリフェノール、アミノ酸、ミネラルなどを含む海藻で、海のハーブと呼ばれるもの。真皮組織のモデルにこの成分を添加すると、コラーゲン線維が収縮して縮まることが実験により明らかになったのです。

この貴重な成分をお客様のお肌にできるだけ多くお届けしたいとの思いから、当社独自の技術によって精製を重ね、新「ナイトリンクルエッセンス」により多く配合することを実現しました。是非、製品でこの力を実感してください！。

“年齢とともに真皮は弾力を失うという事実”

しわの凹凸を伸ばしてくれる「ファイバーネットヴェール」

鏡の前で、目元や口元のしわを指で伸ばして「このしわがなかつたらいいのに！」と思うことがありますか？実はこの動作と同様に、シワをストレッチしてくれる技術が新「ナイトリンクルエッセンス」には含まれているのです。しわの凹凸に入りこみながら、ぐっと凹凸を平らな方向へ伸ばしてくれる画期的なオリジナル技術「ファイバーネットヴェール」（特許出願中）がそれです。ヒアルロン酸やセルロース系などの複数の高分子と、水分を保持する効果の高いエモリエント成分を組み合わせたネット構造でできています。そして、極薄のヴェールのように肌表面を覆い、表面から持ち上げるようにしわを伸ばしてくれます。さらに、このネット構造のなかに、前述した「レチノール誘導体」や「精製ヒバマタエキス」の他、表情筋にかかる「ヘキサペプチド」、コラーゲン産生を促進する「アセチルヒドロキシプロリン」、血行促進の「ビタミンP」などを抱き込んで、これらの成分が肌の奥深くに成分が浸透するのを助ける働きもあるのです。

“年齢とともに真皮は弾力を失うという事実”

このように、目元口元の悩みを生じさせる原因に、

多角的にアプローチする新「ナイトリンクルエッセンス」。

まろやかでコクのあるエッセンスで、

しっかりうるおいを与えながら、

目元口元の肌の未来を変えていきます。

夜、いつものお手入れの最後に、

目元口元に小さな真珠2粒分をなじませたら、おやすみなさい。

翌朝、ハリのある目元口元を実感できるはずです。

“年齢とともに真皮は弾力を失うという事実”

このように、目元口元の悩みを生じさせる原因に、

多角的にアプローチする新「ナイトリンクルエッセンス」。

まろやかでコクのあるエッセンスで、

しっかりうるおいを与えながら、

目元口元の肌の未来を変えていきます。

夜、いつものお手入れの最後に、

目元口元に小さな真珠2粒分をなじませたら、おやすみなさい。

翌朝、ハリのある目元口元を実感できるはずです。

ミキモト コスメティックス

ナイトリンクルエッセンスN

内容量：20 g 値格：¥10,000(税込¥10,500)

無香料／無着色／超純水使用／アレルギーテスト済

(すべての方にアレルギーが起きないというわけではありません)



疲れは、まず肌に出る。

肌疲労とは・・・

血行不良により栄養不足に陥り、細胞のはたらきが低下。
その結果ターンオーバーの乱れが生じ、
肌表面でも乾燥・キメの乱れが見られる状態。

“ここぞという日”綺麗な肌でいたい！

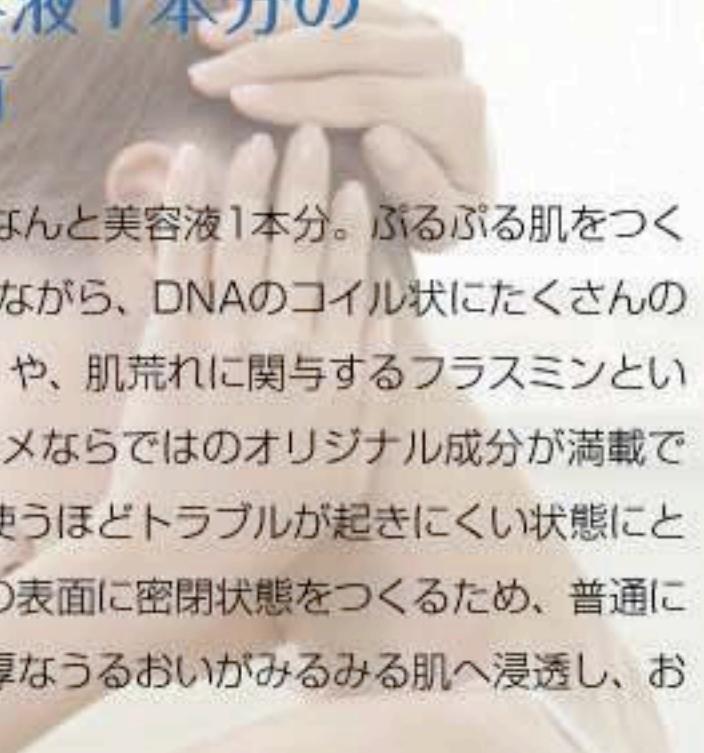
旧友と久しぶりに会う日、仕事のプレゼンテーションをばっちり決めたい日など・・・自信に満ちた美しい肌で出かけたい“ここぞという日”。そんな高揚感とは裏腹に、朝起きると「肌ががさがさ」「クマが不健康」「くすんでいる」「つやはしないのに脂っぽい」なんてことありませんか？調子の悪い肌をカバーしたくてファンデーションを塗っても、結局「お化粧のりも悪い！」という顛末になります。お手入れは怠けてないのに何故？”と、天をうらめしく仰ぎたい気持ちにもなりますよね。こんな状態、年代問わず女性の9割が感じたことがあるといいます。

多忙な現代女性が陥りがちな「肌疲労」

お手入れは普段と同じなのに、なぜか肌の調子が思わしくないという状態の“肌疲労”。その原因是複合的です。女性ホルモンの周期による影響もありますが、「冷暖房」「睡眠不足」「ストレス」「体の疲れ」「不規則な食事」など現代的な要因も大きいと考えられます。お肌の調子を取り戻すためには、それらの要因を取り除きながら、ターンオーバーとともに肌を改善していくことができますが、忙しい現代女性であれば“即効性”が欲しいときもあるはず。「エッセンスマスク」は、そんな方に使ってほしい10分間のリセットアイテムです。

隠れファンも多い「エッセンスマスク」の実力

実は、このマスク、美容関係者からも非常に評判の良い一品。美容系雑誌などメディアでもご活躍の美容家の方もこのマスクを絶賛。使用実感だけでなく、顔にぴたっと密着するシートの形状には使うたびに感嘆するとのお声もいただいている。また、撮影の前日に肌コンディションを上げるために必ず使っているモデルさんのお声もいただいているんですよ。美容関連のお仕事の方々にも隠れファンが多いマスクの実力。楽しいイベント満載の12月、大切な日の前日には是非実感してみてください。



トリプル“美肌エネルギー”がぐんぐん浸透

濃密うるおい チャージ

マスク1枚に、美容液1本分の 濃密うるおいを含有

エッセンスマスクにひたひたに含まれている濃厚なうるおいは、なんと美容液1本分。ぶるぶる肌をつくるヒアルロン酸を破壊する酵素ヒアルロニダーゼの動きを抑制しながら、DNAのコイル状にたくさんあるおいを抱え込んで、みずみずしい肌をつくる「バールDNA」や、肌荒れに関するフラスミンという物質の動きを抑える「グアバリーフ抽出液」などミキモトコスメならではのオリジナル成分が満載です。肌の免疫力を高めてくれる成分も配合しているから、使えば使うほどトラブルが起きにくい状態にとのえてくれるのも嬉しいですね。さらに、マスクは一時的に肌の表面に密閉状態をつくるため、普通に美容液を塗ったときよりも、肌への吸収率が向上するのです。濃厚なうるおいがみるみる肌へ浸透し、お肌に活力が戻ってくる感覚は、シートマスクならではのものです。

ビタミン チャージ

密閉アルミパウチに閉じ込めた “新鮮ビタミン”で疲れ印象に“喝”

多忙や不摂生、緊張感が続くと、病気ではなくても、なんとなく調子が悪い、だるいと感じるもの。疲労したときビタミンを摂ることで弱った体の機能を助けるように、肌疲労にもビタミンは効果的。細胞の角化を正常にととのえるビタミンAや肌荒れを改善していくビオチン（ビタミンH）をはじめとしたビタミン群が、疲労した肌内部で滞りがちになっている働きを、回復基調ヘリードしてくれます。

血行 チャージ

お疲れ停滞モードの血行を、巡りよく！

お肌も血液の循環によって、細胞ひとつひとつに栄養を届けています。でも、疲労を起こしている肌は、血行不良に陥っているため細胞も栄養不足。そこで、エッセンスマスクには、ビタミンEが肌に浸透して血行を促進する働きがプラスされています。さらに、ひたひたに美容液が浸透したパックで肌を密閉することで肌の温度がクールダウンされ、それを元に戻そうと血管の動きが活発になります。血流がイキイキと巡りはじめると、細胞のひとつひとつにも元気が宿りはじめて、肌は回復気流にのっていきます。

エッセンスマスク（シート状美容マスク）

6枚入/価格:¥9,450(税込) 1枚入/価格:¥1,680(税込)



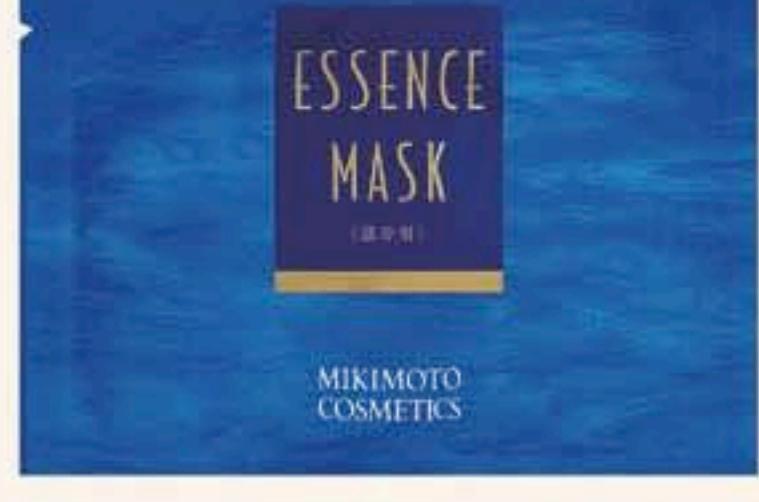
MIKIMOTO
COSMETICS

ESSENCE MASK

目もと・口もと、そのサインにうるおい密着。

この1枚に、凝縮。デリケートな目もと・口もとの集中ケアに。

ピタッと密着してうるおいをチャージする、コットン100%の部分用シートマスク。
バランスよく配合された^{*1}や真珠に学んだ成分が肌にうるおいを与えながら、
健やかで透明感のある肌に導きます。



ミキモトコスメティックス エッセンスマスク〈部分用〉
10包(20枚入) ¥8,000(税込¥8,400)

化粧水で肌を整えた後にお使いください。

1枚(各部位)週1回~2回

真珠コンキオリン^{*2}・パールコラーゲン^{*3}・ピュアパールミネラル^{*4}・ビタミンA誘導体^{*5}
・ビタミンE^{*6}・グリチルリチン酸誘導体^{*7}配合

*1 ビタミンおよびビタミン誘導体 *2 加水分解コンキオリン、保湿成分 *3 サクシニルアテロコラーゲン、保湿成分
*4 塩化Ca、塩化Na、塩化鉄、塩化Mg、整肌成分 *5 ビタミンA油、整肌成分 *6 トコフェロール、製品の抗酸化剤
*7 グリチルリチン酸ステアリル、整肌成分

無香料・無着色・超純水使用・アレルギーテスト済み(全ての方にアレルギーが起きないというわけではありません)

ミキモトコスメティックス

お問い合わせ: ☎ 0120-226810 (平日9:00~20:00 土・日・祝日9:00~17:00) www.mikimoto-cosme.com 〈お問い合わせ〉

ご使用前には、必ず説明書をお読みになって、正しくお使いください。肌に異常があるとき、または肌に合わないときは、ご使用を中止してください。※価格は全てメーカー希望小売価格です。

今月のオススメ逸品

シミの数と年齢の印象は正比例?
今こそ“美白”をスタート!

Whitening Series ホワイトニングシリーズ



今月のオススメ逸品

髪の若さを決めるのは“毛周期”。
頭皮のアンチエイジング、始めましょう!
MEDICARISE メディカラーズ



今月のオススメ逸品

睡眠中に肌の再構築。
シワを内側からなかったことに。
Night-Wrinkle ナイトリンクルエッセンス



今月のオススメ逸品

紫外線カットは、
最も簡単なアンチエイジング

ムーンパール
UVディエマルジョン | キャシア プレミアム
ホワイトメイクアップベースN | サンプロテクターEX



今月のオススメ逸品

夏の体内では、
ビタミンC(SOS警報)!

ビタサミンC(ビタミンC含有食品)



今月のオススメ逸品

すこやかな関節の曲げ伸ばしに
「きしむ」「痛い」
関節症の原因って?

グルコサミン3S(グルコサミン加工食品)



今月のオススメ逸品

空気がひんやりしてきたら...
ファンデーションも秋支度しませんか。

キャシア プレミアム
エッセンス リキッド ファンデーション <SPF15/PA++>



今月のオススメ逸品

ハリのある目元口元で、マイナス5歳の印象を目指す。
新「ナイトリンクルエッセンス」
11月1日 新発売!



今月のオススメ逸品

美肌エネルギーを集中注入!
「エッセンスマスク」





素敵な お二人さま生活へ

仕事、結婚、出産など、さまざまな選択肢の中で、迷いも多いシティ世代。そこで、シティ読者のお二人さま事情と、イマドキの結婚・恋愛の現状をリサーチ。“お二人さま”も“お一人さま”も、この機会に、自分のライフスタイルについて考えてみて。

婚活に興味がある?
興味がある人はClick!

First Stage シティ読者の恋愛事情

恋はしたいけれど面倒はイヤ

Second Stage 恋愛と結婚の現実を知ろう

- 「婚活」のススメ
- 音楽プロデューサー&天海祐希さんに聞くTV「Around40」に見る、アラフォー恋愛事情

Third Stage お二人さまの魅力とは

- 坂下千里子さんインタビュー
- 読者カップル

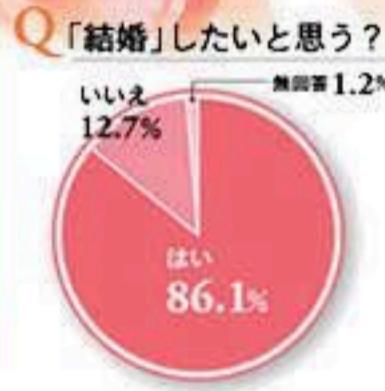
恋愛力低下度をCHECK!

First Stage シティ読者の恋愛事情

未婚者を対象に、パートナーの存在や、結婚に対する意識を探ってみました。

*データは、2008年4月30日～5月7日実施の「Citywave大阪版」アンケートから（未婚者のみの有効回答数323）

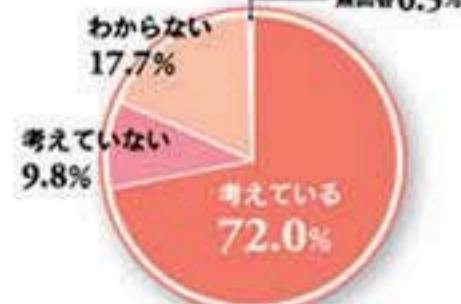
Q 今、力がいますか？



恋はしたいけれど面倒はイヤ

時代が変わっても、保守的な考えを持つ男性が多いなか、働く女性たちは、恋愛や結婚に関する情報にとても敏感。お二人さまになれば、心の安定や安らぎが手に入ることが分かっているけれど、相手によっては、ライフスタイルの変化を受け入れなければならず、多くのお一人さまが「素敵な恋はしたいけれど、面倒な恋人ならいらない」と考えているでしょう。しかし、アンケート結果からも分かるように、恋愛や結婚を望んでいる声が多いというのも現実。ラクで素敵な恋はない、と思っている女性が多いけれど、ゆるい恋愛で安らぎを得ているカップルもありますよね。まずは、今までの恋愛の思い込みを捨てて、一緒にいると安らげる相手を、見つけてみてはいかがでしょうか？

Q カレと結婚を考えている？



Q 彼氏いない歴は？

20代 平均3.0年

30代 平均6.2年

総合情報サイトAll Aboutの「恋愛」ガイド。大手結婚相談所でセミナー講師も務める。「結婚したいと思わせる女になる」（メディアファクトリー／1300円）が6月20日（金）発売予定

Profile
石田陽子さん

恋愛力低下度を
CHECK!



あなたの恋愛力はサビついていない？
石田陽子さん監修の「恋愛力低下度チェック」を、シティウェーブ大阪版で公開中。あなたの“偏差値”はどのくらい？

Second Stage

恋愛と結婚の現実を知ろう

お二人さまを目指すべく「婚活」「アラフォー」といった、話題のキーワードを紹介。仕掛け人に、最近の恋愛事情を開きました。



Q (カレがいない人へ)
カレが欲しいと思う？

「はい」の中には、積極的に欲しいと思っている人のほか、「周りが結婚して遊んでくれないから」(30歳・サービス)といった、消極的・受け身的な回答理由も。「いいえ」では、「面倒」(27歳・鉄鋼)という声が挙がりました。

Q お一人さまのメリット&デメリット

メリット

- 捆られないし、自由。気を使わなくていい (35歳・保険)
- 自分のためにお金をかけることができる (27歳・卸業)
- 気楽でストレスが少ない (31歳・鉄鋼)
- 行動範囲に制限がかかる (24歳・IT)

デメリット

- 住まいをどうするかなど、将来設計が未完成になりやすい (36歳・建設)
- 周りが勝手に「寂しそう」と思うこと (エンジョイしているのに)。旅行や外食で割高になり、選択肢が狭いことも (28歳・保険)
- 何かあっても自分一人で解決しないといけない。感動や驚きなどを分かち合えない (33歳・メーカー)
- ふと、寂しいときがある (30歳・電機)

パートナーを見つけるために、女性よ、狩り、に出よう



少子化ジャーナリスト＆ライター。女性誌などに、未婚、晚婚、少子化や恋愛関連の記事を執筆。著書に『「婚活」時代』『キャリモテの時代』(日本経済新聞出版社)など

Profile

白河桃子さん



「婚活」時代

山田昌弘著、白河桃子著

ディスカヴァー／1050円

結婚できない社会の事情や、男女の理由。さらに、具体的な活動方法と各種サービスの賢い利用法まで網羅した、「婚活」必携の一冊！

「婚活」のススメ

「結婚したいと思っても、積極的に動かないと実現しない。『結婚は当たり前』ではない、という危機感を持ってほしいと思いました」と、白河桃子さん。山田昌弘さんとの共著『「婚活」時代』では、就職するために「就活」があるように、結婚活動＝「婚活」の必要性を紹介しています。

「男女が自然に出会い、結婚するというのは、今も昔も実は、少ないんです。以前は、お見合いなど、周囲のおせん立てがあって成立していましたが、今は、そのシステムが崩壊し、オーブンな状態。

「結婚したいのにできない」という女性を年代別に見ると、20代は、合コンに励むなど、早婚志望で婚活の意識が高いのに比べ、30代では、危機感を持っているものの、受け身なタイプが多いように思います。対する男性は、若くなればなるほど受け身で、「稼げる」女性を求めるようになってきたのも一つの流れ。

家庭で夫を支えていきたいと思っている女性は多いですが、経済的に、そんな条件を満たす男性が少ないのも事実。これからは、女性も、ライフワークとなる仕事を見つけ、働くべきだと思います。

白河さんいわく、「まずは外に出て、人と会う機会をつくること」。

最近は、インターネットを使った結婚情報サービスもあり、「エキサイト恋愛結婚」「ブライダルネット」「ヤフー縁結び」などは、大手で月額3000円以下と料金も手ごろ。会員の身元確認をしてくれる点が、出会い系サイトと差別化できる点だそうです。

「本気で結婚したいと思うなら、何歳からでも、自ら動くべき。待っていても王子様はやってきません。自ら白馬(=仕事)に乗って、狩りに出かけましょう！」

「婚活」はじめの一歩！

私たち、こんなコトをしています

- コンバのお説明は、絶対参加 (33歳・銀行)
- 周りに「彼氏募集中」をアピール (29歳・不動産)
- 合コン、紹介を待っているだけじゃなく、自分で主催。友達を紹介することも (33歳・サービス)
- 親や知り合いを通じて、お見合い相手を紹介してもらう (31歳・コンサルティング)
- できる限り外に出て、イベントなどに参加 (30歳・鉄鋼)
- モテ本を読む (29歳・電機)
- 主に合コン。恋愛につながらなくても、男を見る目がつきそう。運命の人と出会ったときに逃さないよう。自分磨き (27歳・鉄鋼)
- 結婚相談所に行っている (37歳・サービス)

番組プロデューサー
&
天海祐希さんに
聞く

TV「Around40」に見る、アラフォー恋愛事情

『幸せ、は自分の価値観次第！』



金曜ドラマ「Around40」

毎日放送

金曜午後10時～（最終回は6/20）

40歳前後の女性たち“アラフォー”的、さまざまな恋や仕事をリアルに描く。生き方の違う三人の女性が、人生の分岐点で、何を、どう選択していくかが見どころ！

「Around 40」プロデューサーの瀬戸口克陽さんによると、「かつて、29歳といわれていたターニングポイントが、今は40歳に。社会制度が整い、選択の幅は広がったものの、実態が追いついていないアンバランスさがある」という“アラフォー”世代。

「企画段階で、500人の“アラフォー”モニターを募り、リサーチしたところ、未既婚や、出産の有無といった、現在の状況は、積極的に選択した訳ではなく、“何となく今に至る”という人が多いなか、自分から“積極的に選択した”という人は、幸せな雰囲気を醸し出していました。悩みや迷いは、普遍的なテーマですから、視聴者的人には、さまざまなキャストに照らし合わせ、自分なりの価値観を見つけてもらえばと思います。天海さん演じる聴子が、第1話で言った『私が幸せかどうかは、私が決める』というセリフが、今後どういったシチュエーションで登場するのか楽しみに」



天海さんから Message

私は、年齢にかかわらず、自分の心に素直でいることが大切だと思っています。「今、何歳だから…」とか、「もう何歳だし…」とか、こんな残念なことってないですね。今、やっとこの年齢になれたのだから、もっと自分に自信を持って、若いときより大胆に生きられたら…と思いま

Third Stage お二人さまの 魅力とは

経験者が語る、お二人さまの魅力。自分のスタイルに合った、お二人さまのカタチとは?



Q お二人さまのメリット&デメリット

メリット

- 心の安定ややすらぎ (29歳・商社)
- 一緒に何かを楽しんだり、安心できたり、大切な人がいると、心に余裕ができるような気がする (28歳・ホテル)
- 一人より二人の方がワクワクする。きれいになろうと努力する (27歳・金融)
- 苦しみは半減、うれしさや楽しさは倍に。そばにいてくれる相手がいるという安心感が得られる (29歳・運輸)

デメリット

- 自分の時間が減ること (27歳・職業)
- 付き合い始めのころのドキドキ感が、どんどんなってくる (23歳・サービス)
- 家族同様に自分をさらけ出しそうで、お互いを思いやる心を忘れ、自分勝手になってしまることがある (31歳・銀行)
- 飲み会や女友達との集まりなど、個人の行動範囲が狭まる (30歳・メーカー)

ケンカをしても結婚前とは何かが違う

坂下千里子さん

約4年間の交際を経て、今年1月、2歳年下のカメラマンと結婚した坂下千里子さん。幸せいっぱいのお二人さま生活を語ってくれました。

20代の頃は、まだまだ結婚するのはもったいないと思っていた。でも今は毎日が楽しい! ケンカをしても結婚前とは何かが違う。家族なんだなーと思います。

母がよく「いつか両親を亡くしたとき、この人がいれば寂しくないと思える人と結婚しなさい」と言っていた通り、彼がいてくれれば大丈夫かも…。

彼と出会ったとき、なんて純粋で心がきれいな人なんだろう、この人と一緒にいたら今まで浄化されるかもしれないと思ったんです。当時はアシスタントだった彼が、しかられてもひたむきにがんばる姿や、自分だってお金がないのに、終電がなくなつた後輩に、タクシーデを出してあげる姿を見てキュンとして。

お付き合いし始めてからは、両親を大切にするところや子供好きなところ、ムダ遣いをしない堅実さもポイントに。そして、結婚を決めたのは、そろそろ子供が欲しいね、というタイミングで。まさかこんなにすぐ授かるとは思っていなかつたんですけど。

夜9時までに家に帰った日は、私が料理すると決めていますが、もちろん彼も手伝ってくれるし、掃除や洗濯もしてくれます。掃除機をかけるのが上手で、私がするよりキレイになるんですよ! 妊娠する前は、一緒にゴルフやショッピングをするのも楽しみでしたね。今はつわりでつらいときに、マッサージしてもらう時間が、何より幸せです。

Profile

坂下千里子さん
京都府生まれの32歳。バラエティーやドラマなどで幅広く活躍。現在、ハウス食品のCM「ウコンの力」に出演中。11月に待望のベビーが誕生予定。

読者 カップル

飯尾亮介さん (29) ・ 恵子さん (29) 夫妻

ここでは、シティ読者カップルの“お二人さま”生活をクローズアップ。生活の変化や二人のルールを教えてもらいました。



思いやりることがお互いのプラスに

7年間の交際後、結婚した飯尾さん夫妻。結婚前に、会う頻度は月2回程度だったという二人が一緒に暮らし始め、約半年が過ぎました。「共働きなので家事が大変そう、自分の時間が少なくなるかも、と不安でしたが、いざ始めてみると、思っていたよりラクでした」という恵子さん。

「一緒に暮らすようになって、ささいなことから大きなことで、二人で考えるという作業が増えました。意見が合わないこともあります、それも面白くて。自分では気付かなかったことを教えてもらったり、長く付き合っていたけれど新しい発見があり…。いい意味でも悪い意味でも相手に気を使いますが、それが、思いやりとなって、お互いが、プラスに作用していると思います」

二人暮らし 私たちの ルール

- 食事のときは、会話を中心に
- 家事は分担 (早く帰った方がごはんを炊く、食事の準備は妻、洗い物は夫)
- 休日は二人で外出することが多いけれど、仕事や友人優先の場合も。ただし、行き先などは、お互い連絡済み

シティ読者向け 恋愛力低下度チェック

あなたの恋愛力はサビついていない？ 次の1～20のYESの数を数えて、恋愛力の“サビ度”をチェックしてみてね。

監修 石井陽子さん／総合情報サイトAll Aboutの「恋愛」ガイド。大手結婚相談所でセミナー講師も務める。「結婚したいと思わせる女になる」（メディアファクトリー／1300円）が6月20日（金）発売予定

プライベート編

YES NO

1. 行列を見ると、つい並びたくなる

2. 「かわいい」より「面白い」と言われたほうがうれしい

3. ピューティーよりヘルシーという言葉にひかれる

4. 最近、いろいろな意味で乾いていると思う

5. 電車で空いている席を見つけると、多少狭そうに見えてもかまわず座る

6. 新入社員の男の子を見て、「かわいいなあ」と母の目線になることがある

7. ブランドの紙袋を捨てられない

8. 「アレ、ほらアレ！」と人や場所の名前が思い出せない

9. 以前に比べ、アニマル柄の洋服が増えた

10. バッグには「飴ちゃん」が入っている

オフィス編

YES NO

11. デスク周りは仕事関係の書類より、私物の方が多い

12. 上司から恋愛のアドバイスをされたことがある

13. 座っていると、いつの間にかひざが開いている

14. ランチは、一週間のローテーションが決まっている

15. 「最近の若いヤツは...」という気持ちがわからないでもない

16. 会社帰りの合コンより、会社帰りの一杯のほうが楽しみ

17. 上司のオヤジギャグを、本気で面白いと思うことがある

18. 化粧直しは、昼休みが終わってから。もしくは直さない

19. とても申し訳なさそうに仕事を頼まれる

20. 週末の予定を聞かれることがなくなった

結果をチェック！

合計得点

点

0～2個…まだまだピカピカ！ 大丈夫…だけど

おしゃれにも気を使っているし、恋愛テクを駆使すれば男の1人や2人、簡単に落とせるはず。でも、恋愛にかけるその意気込みと気合いが、相手を引かせることもあるので気をつけて。

3～5個…いつでも自然体。ピュアな心は忘れてません

男子受けだけでなく、女子受けにも気を使うあなた。頑張りすぎず、「ここは外しておいたほうがいいかな」的なバランス感覚はお見事です。ただ、ちょっと詰めが甘いところがあるから、最後まで手を抜かないで。

6～8個…女磨きは忘れていない。でもストレスでくすみがち！?

ダイエットにもアンチエイジングにも興味津々。年下のかわいい男の子とだって、楽しく会話できるノリの良さとセンスはさすがです。でも、ちょっとストレスがたまると暴走することも…。ストレスを解消して、くすみを吹き飛ばして。

9～12個…ま、いいか…で、現実から目をそむけ始めていない？

恋愛体质でいるために必要なのは、心と体のメンテナンス。日々の女磨きが重要なのです。若い男の子との会話に悩むより、上司のオヤジと話しているほうが落ち着くなんて、逃げの姿勢では女としてサビる一方。

13～16個…最近のドキドキ体験、それは駅の階段を駆け上ったときのこと？

恋愛のドキドキやワクワクなんかより、ビールでも飲んで、テンションを上げていたほうがいいなんて思っていませんか？ 家と会社の往復で“ときめき”がないなら、新しいことを始めてリフレッシュしてみましょう。

17～20個…我が道を突き進む、恋愛サビ体质まっしぐら。

今のあなたは、怖いものなし。男性にコビたり、甘えたしぐさをすることなどなく、我が道を突き進んでいくのでしょう。そんな、女を武器にしない強いあなたを、母のように慕ってくれる男性となら恋に落ちることがあるかも！？

