

「ゆの里」がおすすめする **美肌をつくる「W洗顔法(クレンジング&洗顔)」**

ステップ1 クレンジング方法

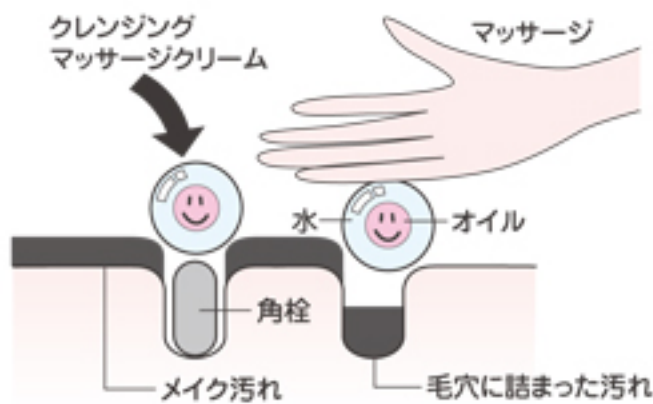
クレンジングマッサージクリームは、汚れを落とす効果だけでなく、美容効果や保湿効果も意識して処方しています。オリーブ由来の植物性スクワランオイルを贅沢に配合しているのもそのためです。

クレンジングする前に

1. 手をよく洗います
2. マスカット大の量を手に取ります
3. 手、肌は乾いた状態で

3分マッサージでツルツルお肌に!

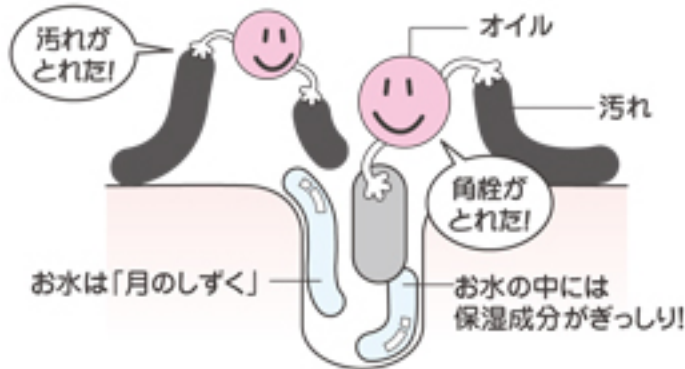
- ① クレンジングマッサージクリームを手の平の上で柔らかくしてから顔になじませる。



- ② くるくる円を描くようにやさしくマッサージ。(強い力は、くすみやしわの原因になります)



- ③ 1~2分で白いクリームから透明のオイル状態に変わります(※転相)。ここから、マッサージ機能に入ります。



- ④ メイクがしっかり落ちて しっとりツヤツヤ! この後 洗顔しましょう。



※転相について…「ゆの里」のクレンジングマッサージクリームは天然スクワランオイルなどが肌に塗布され混ざることによって、白いクリームから透明なオイル状態に変化する「転相」という機能を持っています。

白いクリーム状態…クレンジング機能

透明なオイル状態…天然スクワランオイルの効果を利用したお肌にやさしいクレンジング&マッサージ機能

注) •手や顔に水分がついていると転相しづらくなります。
•温度が低いと転相するまでの時間が遅くなります。(両手の平で温めて使用するのが適切です。)



① 中指に薬指を添える程度の力でTゾーン(おでこ、鼻すじ)、小鼻(くほみの汚れも取り除くよう)をやさしくマッサージしていきます。



② 頬、口もと、アゴ(下の歯と下唇の間に舌を入れて盛り上げらせるとなじませやすくなります)指の腹を使ってやさしくクルクルと円を描くように。



③ 目のまわりはやさしく内から外にのぼすように。



34~38℃

ひと肌程度のぬるま湯でやさしく洗い流します。

ステップ2 1分間洗顔方法

毎日、何気なく 顔を洗っていませんか？

洗顔を意識してするだけで、お肌は見違えるようにきれいになります。ポイントはしっかり泡立て、ゆっくり、こすらずにいねいに洗顔すること。1分くらいで終わる気持ちで、息を吐きながらはじめてみましょう。

洗顔する前に

1. きめ細かく泡立つ
ためにまず手をよ
く洗います



2. お湯の温度は
28~32℃

お水に近い温度で



3. お顔をよく濡らし
てはじめてます



泡のクッションを感じながら泡で洗うようにしましょう。



「おてこ」ゆっくり息を吐きながら、らせんを描いてこめかみへ。



「頬ぞく面」こめかみから円を描きながら、あごの下まで降りてきます。



「頬」鼻の横から円を描くように。



「口まわり」ほうれい線の下から上にあがり、唇の上から下を通ってもどります。



「鼻」小鼻のところから目頭まで円を描きながら上がります。



「目のまわり」内側から外に向かってやさしく3回ずつ洗う。



片手で頬の中心をくるくる洗い下がってきます。



両手で全部の泡をゆっくりまわして洗います(入浴時はその泡で首も忘れずに)。



アゴから上へ、中心から外側へ手を触れない気持ちですすぎます。