

# 美肌への第一歩は肌状態を知ること

トラブルレスの美肌になるにはどんなお手入れをすればいいの？とお悩みの方に、まず必要なのは、自分の肌を知ること。一人ひとり肌が違うのだから、お手入れも違って当然。まずは、肌のチェックからスタートして！

TEXT/ Reiko Matsumoto PHOTO/ Isamu Ebisawa MODEL/ Yuka Tachibana



## 食べ物、スキンケア環境などのすべてが現在の肌を作っている

「肌は常に“最終結果”を映し出しているんです」と野本先生。空気の乾燥度合いなどの環境因子、スキンケア、メイク、毎日食べているものなどのすべてが現在の肌状態を生み出しているため、悪い影響を及ぼしているものを排除して、よい影響を与えるものを加えていくことで、“最終結果”はみるみる変わっていくのだとか。



## 肌をチエックすれば改善点が見えてくる

コスメカウンターなどで肌の油分や水分量をチエックしてもらったことってありませんか。しかし、機器の精度やアドバイザーの説明不足によって、チエックした結果をその後の正しいお手入れに結びつけられない場合が多いのも事実。肌状態をベストにするには、機器の精度とカウンセリングがとても重要です。そこで、肌チエッカー「Smart Skin Care」を導入している美容皮膚科「オバジクリニックトウキョウ」の総院長・野本真由美先生にお話を伺いました。

「美しい肌を追求するのに最も大切なことは、『皮膚の健康（スキンヘルス）』です。皮膚が健康であれば、自ら修復する力を最大限に発揮できますから。肌の状態を高い精度でチエックして、適切なアドバイスをすることはとても重要です。」

「肌は常に“最終結果”を映し出しているんです」と野本先生。空気の乾燥度合いなどの環境因子、スキンケア、メイク、毎日食べているものなどのすべてが現在の肌状態を生み出しているため、悪い影響を及ぼしているものを排除して、よい影響を与えるものを加えていくことで、“最終結果”はみるみる変わっていくのだとか。

## 画面に映し出された肌のキメやシミの状態にドキリとさせられるかも

肌のチエック項目によって、「キメモード画像」「シミモード画像」「アクネ菌モード画像」「SEBUTAPE撮影画像」（=皮脂量測定結果を表したもの）の異なる画像が表示されるため、一緒に画面を見る患者にとっても現在の状態がよくわかるのがうれしいところ。画面を見ながら、理想の肌に近づくために何が必要かを説明してもらえます。



「肌のタイプやその時の肌の状態は十人十色です。なので、肌の診断（スキンヘルス診断）はとても大事。肌のハリやニキビなどの疾患、キメの状態などをチエックした上で、体質に合ったコスメや漢方薬から、生活における改善すべき点までアドバイスします。時には、化粧品の使用を

## データ共有で未来の美容も変わる

「論文にまとめるためには測定データをしっかりと管理することが必要不可欠ですが、測定結果をクラウド上に保存できる『Smart Skin Care』はデータ管理に優れていて、将来的には美容医療に留まらず、化粧品メーカーや小売店なども含め、美容の電子カルテが実現できるようになります。それは、美しくありたい全ての女性たちにとって大きなメリットであることは間違いないと思います。肌の状態は、その時々で変わりますから、いつでもどこでも同じ精度でチエックできて、継続的に管理できるというのは、カウンセリングする上でも理想的。早くそうなるのが良いですね。」

「論文にまとめるためには測定データをしっかりと管理することが必要不可欠ですが、測定結果をクラウド上に保存できる『Smart Skin Care』はデータ管理に優れていて、将来的には美容医療に留まらず、化粧品メーカーや小売店なども含め、美容の電子カルテが実現できるようになります。それは、美しくありたい全ての女性たちにとって大きなメリットであることは間違いないと思います。肌の状態は、その時々で変わりますから、いつでもどこでも同じ精度でチエックできて、継続的に管理できるというのは、カウンセリングする上でも理想的。早くそうなるのが良いですね。」



## INFORMATION



### 取材協力

スキンヘルス（＝美しく健やかな肌）を目指して、肌のみならず生体を整える治療法やスキンケアを提供。総院長を務める野本真由美先生は、ニキビ、漢方薬、スキンケアなどのテーマを中心に、年間30回以上の医師向け講演を全国で開催。

SKIN HEALTH CENTER オバジクリニックトウキョウ  
中央区銀座4丁目6-1 銀座三和ビル4F ☎03-4405-5100  
<http://www.obagiclinic-tokyo.com>

Smart Skin Care® @アイティアクセス (株) <http://www.sma-ski.com>  
※「Smart Skin Care®」は、お肌の状態を測定する機器であり、医療機器ではありません。

