

# 美白UV24時

今年の美白は  
コレがすごい!  
2

日々の心がけなくして美肌は手に入らず! では一体どうすればいいの?  
そんなギモンにお答えすべく、「美白肌」美女たちのある一日を密着でルポしました。  
これから強くなる紫外線に負けず、透きとおるような「美白肌」を目指せ!

撮影/鈴木宏 ヘア&メイク/千葉智子(ロッセット)(美香さん、白田さん) 清水ヤヨエ(HEADS)(浜島さん)  
スタイリスト/鈴木由里香(ダイナミック)(美香さん、白田さん) 福田麻琴(浜島さん) 取材・文/菊田純子 構成/片桐ゆうこ(MAQUA)

美白美人

## 美香

モデル



MIKA

ファッション誌やCMで活躍する人気モデル。透明感のある美しい白肌は今も昔も変わらず。「美」に関する情報ツウで、モデル仲間とともに日々アンテナを張り巡らせている。美の秘訣を記した「モデル★美香の美人ガイド」(ワニブックス)が好評。HPは、<http://www.mikaringo.com>

“美白”を意識して  
生活することが大事

放つオーラだけでなく、肌も白く  
て明るい美容業界で話題の美香さん。そのヒケツは、「美白を常に意識して生活する、肌を絶対に乾燥させない、そして何よりもストレスをためずに楽しく生きることかな」とにっこり。昔、海外での水着ロケで手の甲にシミができ、慌てて美白ケアをしたことがあったそう。それ以来、後悔する前の早めの対応が大事だと知り、美白効果の高い美容液を使ったり、サプリメントを飲んだり、肌の再生能力を高めるために新陳代謝を促進させたり……と美白生活をスタート。「好奇心旺盛で新しいものの好き。毎年いいものが出てくるので臨機応変に対応するのもヒケツ!」

### 6:00 屋外での撮影前はUVケアを念入りに!

「撮影中は日差しをががが浴びるので、UVケアをもう一度。家を出る前に日焼け止めを塗ってあるけれど、メイクさんをお願いしてメイクの前に塗ってもらいます。手の甲はシミができやすいので日焼け止め効果のあるクラランスのハンドクリームを。日差しの強いリゾート地でのロケではストールやサングラスで紫外線をガード」

1「美白をしながらシミの原因となる紫外線から手を守ってくれるすぐれもの」アンチ スポット ハンドローション [SPF15] 75ml ¥3150 / クラランス 2「冬は寒さ対策に、夏は冷房対策に、ストールは一年中持ち歩いています」



### 美香さんの 美白24時間タイムスケジュール

ファッション撮影のある日はとにかく朝が早い! その分早く終わるけれども、すぐに家には帰らず夕方からはモデル仲間とエステやショッピングをエンジョイ。朝早く夜遅くても美白を忘れない美香さんの一日を追いかけてみました!

### 4:30 朝は起きたらすぐに湯船につかる

「冷え性で代謝が悪いので必ず湯船につかります。まず起きたらお風呂のスイッチを入れて、常温の水(ポルヴィック)をほんの少し飲みます。43度のお湯に10分間つかって代謝を上げたら、温かい玄米茶を少し。水は1日に1.5~2L飲むといいといわれていますが、私はむくみ体質なのでおいしい飲み物を常温か温かくして適度に飲むことにしています」



### 12:30 ランチはひたすらおいしくいただく

「撮影のときスタッフといただくランチは、中華料理になることが多いかな。みんなで食事をするときは、楽しくがモットー! お肉もご飯もスイーツも気にせずなんでも食べるので、美香ちゃんをよく食べるね、って言われることも(笑)。昼間は体を動かして仕事をしているんだからいいんです!」

### 14:00 移動中のロケバス内では “不思議な水”で肌に潤いを

「肌が乾燥していると、せっかく美白効果の高い美容液を使っても肌に浸透していかないでしょ? だから常に乾燥には注意。ロケバスに乗ったら、携帯用の“不思議な水”を顔や体にスプレーしてお肌を乾燥から守ります。この水、使い続けてみたらびっくりするほど肌の調子がいいので、スタッフにも「これいいよ〜」と広めています!」

岐阜県中津川の土産店の敷地内に出る湧き水。人の肌や髪と同じ弱酸性。「ネーミングにひかれて買いました。使ってみたら肌の調子がいいので携帯しています。単なる水とは違います」不思議な水 200ml ¥525 / 福馬屋



### 5:00 撮影がある日はクイックスキンケア

「乾燥肌は“美白肌”の敵。朝はあえて顔は洗いません! ドンキホーテで見つけた、肌に潤いを与えてくれる弱酸性の天然の湧き水“不思議な水”をコットンに湿らせてふき取ります。続けて美容液「ウィ アビシア」をつけ、日焼け止めを顔や首、耳の後ろに。冬も夏もケアの仕方は同じです」

1「肌が若返ると噂。これで4本目!」不思議な水 500ml ¥1050 / 福馬屋  
2「家から集合場所までの間も紫外線を浴びるので、日焼け止めはマスト」  
3(右)メラニン色素を分解し、肌の新陳代謝を高めるビタミンC誘導体を配合したスポットケア美容液。C1000 1.2ml ¥6300 / ビー・エル・シー (ウィ アビシア) (左)「白浮きなし!」UVプロテクトミルク [SPF25/PA+++] 30ml ¥4200 / アイム(ライスフォース)  
4「スポットケアはシミが気になる目の下に」

