

アラサーになっても、仕事ができても、結婚しても、「ガール」な大人たち

and GIRL

and
アンドガール

定価6
COVER GI

白、デニム、ワンピースetc. 「この夏着たい」8スタイルおひろめ!

キラキラ眩しい! ヨンア、ガールな夏カジュアル

白、黒、紺、ベージュ、グレー...色があふれてるからこそ新鮮
やっぱり素敵! 美香の「涼しげベーシックカラー」STYLE

ヤセにくくなった、ナゾの肉がついた.....
そんなアラサーに効果があったダイエットはコレ!
アラサー読者たちの「私はコレでヤセました!」大発表!

オレンジ、グリーン、ブルー、ライラックand more
いまこそ上手にこなせるはず!
大人だってカラーメイク、2013夏

ONもOFFも涼しげで、乱れないポニーテにおまかせ
梅雨も真夏も乗り切れる!
「ポニーテールの女王・優香」の夏スタイル

小嶋陽菜さん、杉本彩さん、美香さん、RINAさん、水谷雅子さん、奥田順子さん他
有名人の「夏バッグとバッグの中身」たっぷり16p!!

肌見せ問題、汗問題、気温差問題etc.
アラサー女子の真夏の「あるある」を全クリア!

梅雨から真夏へ

「二の腕カバー」

「生脚ひかえめ」

でも「涼しげ」な1カ月着回しダイアリー

シャーベットの爽やかな
聡子「ふんわりガール」な
an
インク
EX
TAKAH

そのウエスト2
水谷雅子サ
「オチョダイエ
ってスゴいで

スニーカー、サン
Tシャツから水着、浴
今年ももっと
アップグ

みんな
コレ買う
マンマ
大発表

アラサーガールの

「真夏のウィッシュ・リス

スクープ!
bills、サラベス、バター etc.
超行列店におしさの秘密
聞いちゃいました!
おうちで作ろう
「有名店の
パンケーキ
レシピ集

の悩みに回答!

メイクのり改善テクニック大公開!

読者のみんなも、突然の肌不調を立て直し、メイクのりを改善するテクを駆使して! アイテム1点頼みから、仕上げのひとつ手間で印象をごまかしたりとバリ工費かです!

CASE 1 ファンデを塗るとカスがポロポロ出てきてキレイにのらない!

ファンデを塗った途端現れる謎のカス。スキンケアコスメとファンデが混じってしまう場合や、乾燥による皮むけなどの原因が考えられるので、さっぱりした仕上がりがりや保湿をみんな重視

手の温度を利用して 血行の悪い硬い肌をほぐす!

スチーマーと同じくらい支持されているのが、手を使ったマッサージ。むくみや凝りがダイレクトにわかるので、効いている感があるのもいいみたい!



1 「目頭から眉下を通してこめかみへ、下も目頭からこめかみへ、中指と薬指の腹でやさしくさするようにマッサージ」

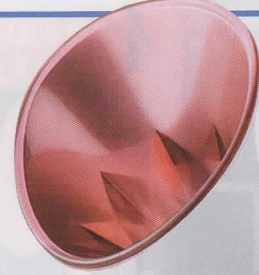
2 「手首の上部分を使い、額の中心からこめかみへ向かって2回流します。少し下を向いて頭の重さを活かすとラク」

3 「目の下から、つまりがちなお骨の下まで、手首の上部分を使ってぐりぐりほぐしたら、耳下から鎖骨へ流します」

4 「両手の親指と人さし指の第二関節の側面でアゴ先をはさみ、耳下までフェイスラインに沿って3回引き上げて終了」

余裕があるなら「スチーマー」、時短するなら「手」が「かさ」でほぐす

肌が乾燥しすぎてると、スキンケアだって浸透しない。だからまずはスキンケアの浸透をよくする土台づくりが大事。そのために、みんな徹底的に肌をほぐしています!



パナソニック指名買い

クリームが吸い込まれていくみたい!



かさなら力を入れずに ツボにピンポイントに効く

「アユーラ」のかさが人気です!

「アユーラ」の「ピカッサ」支持者が多い。かさの先駆けブランドとしての絶大な信頼感と、フィットしやすい大きさが人気の理由。



ミカさんの本を見ながらマッサージしてます

「愛用かさは高橋ミカさんの本についていたローズコート。下地ののびがよくなり、肌の透明感がアップしますよ!」



①「デコルテや首、肩のこっているところを、くっくっトプッシュしていきます。頬と同じように、イタ気持ちいいくらいの力で押して」



②「目の周りをやさしくプッシュしたら、頬肉を持ち上げるようにくるとくるとします。頬は少しイタ気持ちいいくらいの力で」

かさ人口も増加中! 指よりも奥までしっかり効かせられるということで、「使うと顔のすっきり感が全然違う」という声も多かった!

こってりクリームがぐんぐん浸透!

「こってり重い「ドゥ・ラ・メル」のクリームもスチーマーを浴びながらなら、マッサージしやすいコスメの浸透も高まります」

私も使ってます

「寝不足の日は、いつも以上に保湿ケアをしてスチーマーを当てます。弾力が復活しますよ!」



私も使ってます

「スキンケアがなかなか浸透しないときでも、これを使えば肌が柔らかくなるので毎朝使ってます!」

主 小野瀬千里さん (32歳)

Zaのジェルは1本でツルンとした肌になれる

スキンケアでも落ち着かないなら、下地で解決! 「Za」の下地は読者に特に人気!! 仕上がりがなめらかになるって評判です。

朝パックには肌表面にベタつきを残さない透明感を高めるパックが使いやすい!

保湿といえばパック。だけど、美容液がたっぷり入ったタイプをメイク前に使うと謎のカス発生原因に。さっぱり仕上がるパックを選ぶのが正解です!

私たちのオススメはコレ!

たった5分でつるつとしたサラ肌完成

「朝、肌がカサつくときに使う「イブサ」の「ホワイトプロセスマスク」。保湿力が高いのにベタつかないからメイクもヨレにくい!」



朝の集中保湿で日中肌うるうる

「値段が手頃な「エチュードハウス」のパックを愛用中。しっとりもち肌になって、コレを使うと日中のファンデのモチが違う!」



肌のガサつきを落ち着かせます!

手軽に使える韓国パックを買いだめ

「韓国の安いパックはしっとりすぎなくて、朝使うのにちょうどいいんです。保湿力もあって軽い仕上がりの、「ミシヤ」の出番が多いです!」

ブースターで浸透力をアップさせて「ファンデがのりやすい」うるうる肌をつくる!

メイクのりが悪い=スキンケアが効きにくい肌だから、最初にブースターを使う人も。肌をほぐして浸透力を高めてくれる働きもあるので、肌状態が悪いと感じたら投入!



余分な角質をオフしながらうるうるお肌に

だから効果歴然!

うるおい成分を肌の内側にぐんぐん引き込む

よろい肌をはがしてうるおい集中投入

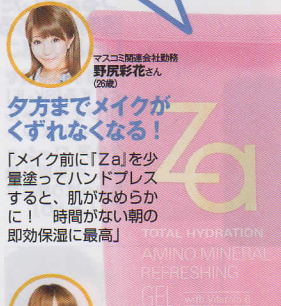
「古い角質をオフできる「ブランシール スペリア ホワイテラスター」化粧水の浸透を高めて、肌全体を柔らかくしてくれます!」

クリニック発の強力ブースター!

「六本木の「サフォクリニック」のブースターを最初に使うと、スキンケアが完了する頃にはもっちりとした肌になれるんです!」

化粧のりが悪い朝はBE-MAXで逆転!

「「BE-MAX」の導入液、「IDS SERUM」は少し高いけど効果バツグン。たっぷり使うと、肌がつるつるしてメイクのりがよくなる!」



これを塗れば絶対なめらか肌!

「なんか肌の調子が悪くなって朝でも、これを塗るとツルツルとなめらかになるし、ファンデがキレイになるので愛用しています!」

