

アロハ柄ワンピース¥
29,400 (xg ☎03・5728・
3302) スタイリスト
・岩田麻希 ヘア&メ
イク・石原知世



くすみも消えます。使ったその日、メイクさんや現場のスタッフから「色が白くなった？」って聞かれることも多くてうれし
い(笑)。朝の日課で週に3回くらい。海外や地方ロケにも持参。普段から、食生活にもいろいろと配慮。特に、野菜は毎日欠かせないという。

「朝は絶対野菜ジュースを飲む

現在放送中のドラマ『牛に願いを』(フジテレビ系)にセレブ婚を想う明るい農大生・藤井彩華役で出演。北海道ロケも堪能。



きめ細やかな泡が血行を促進し明るい肌へ。エストアクティブートサイキウレーター¥5,250(エスト ☎03・56630・5040)

様々な雑誌やTVで大活躍。『ピーチ・ジョン』のカタログでもお馴染み。船坂美加院長と2ショット。http://blog.honeybee.com/jessica/

*

私のマイブーム①

お酢と生薬、和漢の素材で
夜型生活でもヘルシーに。

犀川和加さん クラブ「コナウインズ」勤務

お店は六本木に。素肌美人で人気。



仕事から完全な夜型人間なので、体質そのものを健康にすることを心がけています。「黒加倫梅酢」は、ポリフェノールがたっぷり含まれていて体を疲れにくくするので、お水代わりに。週に3回の半身浴には「刻み生薬の葉湯風呂」を。生薬がそのままパックに入っていて、発汗効果が高い。いかにも薬草という香りも好きです。

中国黒竜江省産の原生種黒加倫果汁と和歌山の南高梅をブレンド。
黒加倫 梅酢 ¥3,675
(エヴァミインド ☎03・3297・5098)



生姜や紅花などの生薬入り。肩こりや冷え症などの改善に。刻み生薬の葉湯風呂(10包) ¥3,990 (WRI エコルシー事業部 ☎03・3722・3474)



極上の美容液とイオン導入、
自己流ケアで美肌に磨きを。

河原れんさん 作家、脚本家

自身の著作「瞬」(幻冬舎)が映画化予定。



一番のお気に入りにはノーベル賞を受賞した成分「EGF」(細胞再生因子)の美容液。肌のターンオーバーを促進して透明感が格段にUP! さらに、毎晩イオン導入も欠かしません。締め切りが近くなり家にこもって原稿を書いていると、皮脂が過剰になっただけですが、このセルフケアで深刻なトラブルになることはありません。

53種のアミノ酸を含有。肌細胞を活性化させ、ターンオーバーの周期を正常化。EGF エクストラエッセンス ¥8,400 (パース ☎0120・08・1996)



これ一つにイオン導入・導出、超音波、赤外線機能付き。ラメンテ オーロラシューティカル G ¥39,900 (日本天然物研究所 ☎0120・540・049)

【船坂美加院】東京都渋谷区道玄坂1-19-5 YM道玄坂アパートメント1F ☎03・3461・5035 美容鍼1万5000円