

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢 5 歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント



**緊急
レポート！**

**敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢 5 歳若返る、
ぷるぷる赤ちゃん肌になる
「止めるスキンケア」
7つのポイント**

お金と時間をかけずに、
ぷるぷるの赤ちゃん肌を手に入れる！

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

はじめに

【推奨環境】

このレポート上に書かれている URL はクリックできます。できない場合は最新の AdobeReader をダウンロードしてください。(無料)

<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>

【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。
下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は作成者に属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント1:まずは洗顔方法を見直しました。

わたしもそうでしたが、**あなたも顔を洗いすぎ**ていませんか。

日本人のスキンケアは、ひと昔前まで、
「洗って洗って、とにかく清潔に！」が主流でした。

肌から余計なものを取り去る、
それはぷるぷる赤ちゃん肌を手に入れる大事なポイントです。

しかし、とかく**日本人は綺麗好きすぎる**というか、
やりすぎの傾向があります。

しっかりクレンジングしたあとに石鹸で洗顔する「ダブル洗顔」、
オイルクレンジングを使ったあと、洗顔料を使って、オイルのぬるぬるを洗い
流す洗顔、
朝も、洗顔料を使って、しっかり洗っている・・・

いまだに、このような洗顔をしている方の方が、多数派なのは。

断言できます。

それは

洗いすぎです。

ぷるぷる赤ちゃん肌になるために、
大事なものまで洗い流してしまっているのです。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント2: 洗いすぎをやめました。

わたしは、朝夜、洗顔料を使って洗っていました。
面倒なので、クレンジングと洗顔料がひとつになっているタイプを使っていた。
した。

まず、わたしが、ぷるぷる赤ちゃん肌をめざすため、見直したのは朝の洗顔。
洗顔料は使わず、水だけをつかって、洗うようにしました。

夜、しっかりクレンジングして、肌の汚れをとってれば、
睡眠中の肌の汚れは、ほこりや汗といった、微々たるもの。

水で十分なんです。

それだけで、肌の調子がよくなったのがわかりました。
具体的にはニキビが少なくなったのです。

それまでのわたしの肌は、小さなニキビがポツポツできていましたが、
朝の洗顔を水だけにすることで、それらのニキビが主観ですが、減ったように
思います。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント3:なぜ、洗いすぎはいけない??

洗顔料を使って、ごしごしと顔を洗うことは、
もともと肌を守る役割をもっている「常在菌」や、
ぷるぷる赤ちゃん肌のポイントである、お肌の水分も奪ってしまいます。

そのせいで、肌自身のガードする力が落ちていると、
乾燥、ニキビ、吹き出物の原因に！

せっかく、わたしたち自身の肌には自分で自分を綺麗にする力があるのに
洗顔のしすぎは、その力を衰えさせてしまうのです。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント4:こすりすぎの洗顔もやめました。

ポイント3「なぜ、洗いすぎはいけない??」と同じように、
こすりすぎは、お肌の大敵。

また、ずいぶん肌に負担のない洗顔方法が広まっているとはいえ、
あなたの洗顔方法は、いまだに、顔を上下にごしごしこすって、
汚れを落としている（なすりつけている?）のではありませんか?

みなさん、ご存じのように、お肌の皮膚はものすごく薄いのです。

そんなことをしたら、小じわや、たるみの原因になったり、
こめかみや、あごのうしろといった、ゆすぎにくい部分に
洗顔料が残ってしまい、吹き出物の原因になったりします。

極力こすらなくていい、洗顔料、クレンジング剤に切り替えました。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント5:001～004 までの洗顔についてのまとめ

●肌の汚れを正しく落とすこと。

●一方で、必要なものまで落とさないこと。

この2点につきます。

夜はしっかり、クレンジング。

ただし、オイルクレンジングは、わたしとしてはどうしても、クレンジング後にぬるぬるが気になって、石けんや洗顔料でダブル洗顔してしまうので、やめました。

クリームタイプのクレンジング剤などをいろいろ試した結果、[ヴィーナスピュアビーンズ](#)に落ち着きました。

クレンジング時にこすらなくていいのと、洗顔とクレンジングが一本でできること。

洗いあがりやさっぱりとしていること、BBクリームでメインの化粧をしているわたしには十分なクレンジング力であること、などが決め手でした。

ウォータープルーフのマスカラなどは落ちにくいものもあったので、**先にポイントリムーバーで、綿棒などを使って落としてから**、[ヴィーナスピュアビーンズ](#)を使っています。

泡立てる手間がないのが、スキンケアを手軽にシンプルにしたい、わたしには手放せない理由のひとつですね。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント6:洗顔後のシンプルケア

化粧水に乳液、美容液にクリーム・・・
それぞれがお肌に浸透するまで、2, 3分待ってから、つけていく。

仕事に家事に、趣味に子育てに忙しいわたしたちに、そんな時間、ありません！

とはいえ、〇クターシー〇ボに代表される、
オールインワンタイプのジェルは、
なかなか納得のいくものがなかったのですが・・・見つけました。
[ナノエモリエントジェル](#)

藤原〇香さんの愛用コスメということで、
気になって購入。
とはいっても、サンプル付きで、なおかつ肌に合わなければ全額返金
(送料や手数料はとられますが)
だったので、まずは試してみよう。

洗顔（クレンジング）後、
こちらをお肌が乾燥気味のときは、べたつかない程度にちょっとたっぷり目に
ぬって、
ハンドプレス（手のひらでしっかりと抑えること）すると、しっとりぷるぷる
に。

友人はこれの前に化粧水をプラスしてから、ジェルをつけているとか。
他の基礎化粧品とも喧嘩しないようです。

わたしはめんどくさがり屋なので、[ナノエモリエントジェル](#)のみのケアですが、
使い始めてひと月、ニキビやかサカサも少なくなり、
もっちり肌になっていっています。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

お化粧品をするときは、少し時間をおいてからすると、
オールインワンジェル特有の、
お化粧品下地とまざって、なんかモロモロした物がでてくる・・・
ということが、少なくなります。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント7:ハンドマッサージをやめました。

ハンドマッサージは、正しい方法でおこなってれば、
効果があるものだと思います。

ただ、正しいって、誰が判定してくれるんですか??
正しいと思いながら、間違っただけの入れ方をしていたら……。

間違っただけのハンドマッサージを続けることは、たるみやシワの原因になります。

前にも書きましたが、皮膚は大変うすいので、
ちょっとした刺激にもダメージをうけてしまいます。

毎日毎日、力いっぱい、間違っただけの方法で皮膚にダメージを与えていたら……
**マッサージのデメリットの方が、ぷるぷる肌・ハリのある若々しい肌から
遠のかせ、ほうれい線の気になる、たるみ顔へ近づいてしまう……！**

ですので、マッサージはやめました。

そのかわり、**手で肌に刺激を与えない、
フェイスストレッチ（顔体操）をするようにしました。**

ほうれい線やたるみ、即効性があるとは思っていなかったのですが、
一週間ほどで、自分的には、目立たなくなってきたのではないかと
思います。

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

ポイント00:最後に

いかがでしたか？

敏感肌なうえ、めんどくさがり屋のわたしには、
複雑なスキンケアは、続きませんでした。

なので、こちらで紹介している、
わたしがぷるぷる赤ちゃん肌になった7つのポイントは

主に

「スキンケアの手順をごくごくシンプルにする」

「極力スキンケアに時間をかけずにキレイになる！」

に、しばってお伝えしようとレポートにまとめてみました。

このレポートを読まれたあなたも、

もちもちのキレイなお肌を手にするのを心より願っています。

朝、お肌をさわったときの、もっちりしっとり感は、

女性を幸せにしてくれますもの！

また、朝晩10分かけるだけで、

お金をかけず、すっぴんOKなもちもち赤ちゃん肌になる方法もあります。

最初は、わたしも胡散臭い、と思っていたのですが・・・、

52歳の女性が、ぶっちゃけ、31歳のわたしより、よほどキレイで美しい肌を

維持されていること、

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

しかも、時間もそうかけず、
もちろん、お金もかからない方法を実践されていること、

わたしのように、マニュアルを読んで実践しているなかで、
疑問や不安に思ったことがあっても、
30日間しっかりとメールでサポートしてくれること、
(しかも、お返事が、わたしがメールしたとき、
すっごい迅速だったので、不安になる暇がなかったです/笑)

たくさんのお肌や老け顔に悩んでいる女性が実践されて
効果を出されていること、

もし、30日間マニュアルの方法を実践してもお肌に変化がなければ、マニュアル代金を返金してくれること。

サポートと結果に自信がなければ、ここまではしてくれないでしょう。
そしていい加減な業者さんだったら、ちらりとでも、お伝えはしません。
わたしが悪者になってしまいますから (笑)

その方法とはこちらです。

<http://s-ter.net/mimoza1203/c/00009.html>

また、この方法についての詳しい感想や、
わたしの実践してみて、よかったスキンケアについて知りたい方はいらっしゃいますか？

コチラに登録していただければ、メールで感想、送らせていただきます。

<http://s-ter.net/mimoza1203/c/00010.html>

緊急レポート！敏感肌のわたしにもできた！
肌年齢5歳若返る、ぷるぷる赤ちゃん肌になる「止めるスキンケア」
7つのポイント

忙しくても、お金をかけなくても、
毎日少しの時間をかけるだけで、簡単にキレイになれるのですね。

人に会うのが楽しみになる、もちもち赤ちゃん肌を手に入れましょう。
短いレポートですが、敏感肌、ニキビ肌でトラブルの絶えないわたしが、
もちもち赤ちゃん肌を手に入れたポイントを、ぎゅっと詰め込んだレポートに
なっています。

少しでも、このレポートがあなたのビューティケアのお役にたてれば
嬉しいです。

作者：miku（杉山美樹）

メールアドレス：sugiyama.miki0613@gmail.com