



池田 明美さん (50歳/専業主婦)
夫と大学生の息子と3人家族。母の介護で時間がない中ですが、韓国ドラマを見て息抜きしています



4人はリビングくらしHOW研究所のモニター「えるマルシェ」のメンバー。平均的なミセスより情報力と行動力があり、幅広い活動の場(コミュニティ)を持っているミセスたちです

「スキンケア」にしました。1000円で1000円くらいなんです。

全員 安ーい!!

池田 自分でできる美容法は大事ですよ。私、リビング新聞のモニターで花王の美容研究所に行って、ファンデーションの塗り方や髪の毛のブロー方法を習ったのは、すごくためになりました。

山口 高い化粧品も、いいものはいくらでも。高保湿のクリームはすごくいいですよ。カウンターでサンプルをもらって、かなりの期間使えるし、ネットで買うと安くなっているし。

池田 サンプルねえ…美容カウンターってちょっと怖いけど、がんばってみようかな。

飲むコラーゲン、ホントに効くの? 経験者の話が聞きたい

HOW そのほか興味のあるエイジング対策は?

池田 「飲むコラーゲン」にも興味あります。渡辺 私はコラーゲンは、朝のドリンクとして飲んでます。でも今のところ効果はあんまり感じないなあ。カプサイシンのサプリは飲んでいて、飲むと燃える感じがするので効いてるのかな?と思うのですが、コラーゲンはどうなのでしょう?

池田 ホント、みんな飲んでますよねー。私の周囲は、資生堂のドリンクが一番人気かな。

山口 私、「フラコラ」のモニターになって、半年くらい飲んでたんです。

全員 えっ。で、効果は?

山口 それが、最初は分からなかったのですが、3カ月目からお肌が変わったんですよ。しばらくぶりに会った人から「何かやっってる?」って聞かれて。

HOW で、モニター期間が終わった後は?

山口 実は続けませんでした。10本で4000円するので、私にはちょっと高いんですよね。続けるのは難しいかな、と思って。



渡辺 久見子さん (43歳/専業主婦)
スカイツリーの近くの下町で夫と2人暮らし。お風呂屋さんめぐりが趣味で、楽しんでいます

「ホメられる」と「それが最強のエイジング対策」

HOW みなさん前向きにがんばっていますね。最後に、だれに、どんなことを言われたときに、がんばるうって思いますか?

神 娘の友達に「ママ、若いね」と言われると、なんとなくウレシイです。

山口 うちの夫と、すごくホメ合う夫婦なんです。夫婦だけで、男女の距離感というかが、緊張感は大変なんじゃないかな。

池田 そうですね。テレビで同年代の芸能人を見て、夫が「お前の方がまだ若い」と言ったときは、うれしかったです。良い年齢の重ね方をしている、という意味なのかなと思って。

渡辺 うちの夫は化粧しなくていい派なんです。すっぴんがツヤツヤだなーと言われたのは、うれしかったな。

全員 確かに…素の自分をホメられるのって、一番うれしいですよ!

「ミセスのおしゃべり会」をのぞき見!
“生活に疲れた人”にはなりたくないね。
ツヤツヤ、イキイキ目指し、
「肌対策」には興味津々

くらしHOWの呼びかけで集まってくれた4人のミセス。「見た目年齢」の話題から、エイジング対策の情報交換会を行いました。年齢も悩みも違うけれど、「生活に疲れた人になりたくない!」という気持ちは一致。特に話題の中心は、やっぱり「肌」です。

「ハンディタイプの美顔器に興味あり!」
「ながら」で使えるのがミセス向き

HOW 今日は「年齢」がテーマですが…みなさん、「女性の年齢」が表れると思うのは、どんなところでしょうか?

渡辺 私はツヤ、ですね。髪の毛とか、肌のツヤとかは大事。

神 姿勢がシャンとしていると、若く見えると思います。今の若い人は姿勢が良くない子も多いけれど。うちの母は80歳なんですけど、自分で車を運転して、週2回ゴルフコースに出るんです。あれを見ると、スゴイなと思います。

全員 80歳ですか!!すごい!

池田 私は、表情がキラキラしている人は若いと思う。女であることを忘れちゃうとか、生活に疲れている感じになると…。自分も、どうでもいいや〜となる時もあるんですけど。

渡辺 私は、もうたるみがひどくてホントに困ってたんですが、「スリムセラ」(美容ロー



山口 恭子さん (41歳/専業主婦)
結婚12年目で、夫と2人暮らし。15歳の猫も大切な家族の一員です

ラー)を今年の2月に買って週に4〜5回使っていたら、だいぶスッキリしてきた気が!

全員 え〜!ホントに? ゲルマニウムローラーじゃないの?

渡辺 いわゆるゲルマローラーも使ったけど、こっちの方が私には合ってたみたい。でも、ゲルマローラーは手とかに使いたいよ。何かしながらココロと。

神 私もプラチナ電子ローラーなど2種類持っていて使っていますよ。気休めかとも思いますが、ココロと。



神 佳子さん (54歳/専業主婦)
息子も娘も成人して、息子は独立。時間にゆとりが出てきたのでスポーツジムに通い、母の影響でゴルフもはじめました

山口 そういえば、私の父が「女の年齢は首と手が出る」と言っていました。手は化粧も整形もできないし。手がきれいになるのは、いいですね。

「化粧品より、自分に合った美容法」に出会いたい

HOW みなさん、美容ローラーに興味ありますが、化粧品はどうでしょう。

池田 うーん。いままでいろいろ試してみても決定的なものなかったんで、あんまり。

山口 私もコスメジプシーっていうか、あれもして、これもして…って感じだったんですけど、そのうちに肌がボロボロになってきて、母に「大丈夫?」と聞かれるくらいまでに…。

全員 でも、今きれいですよ。

山口 そうなんです。実はNHKの「ためしてガッテン」でやっていた、保湿クリームをたっぷり塗るだけ、ってケアに切り替えて2週間半ですが、なんとなく効果が出てきた気がするんです。

HOW その保湿クリームは何でもいいんですか?

山口 なんでもいいんですけど、私は「@コスメ」で調べて、評判のいい「フタアミン