



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 安い!!
池田 自分でできる美容法は大事ですよね。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ラ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いるのかな?と思うのですが、コラーゲンはどうなんだろう?
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、なんとなくうれいす。
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て、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けど、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、一番うれいすよね!

「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!!すごいです!
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。

HOW みなさん、美容ローラーに興味アリですが、化粧品はどうでしょう。
池田 うーん。いままでは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。
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



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

「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アリですが、化粧品はどうでしょう。
池田 うーん。いままでは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。
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