

美的

10年連続！
美容誌実売
No.1

2009年上期～2018年下期
ABC公宣部数調べ

Cover Beauty
石原さとみ

10

2019 October

付録とセットで本体価格648円+税

PC・スマホから
「美的.com」にアクセス！
<https://www.biteki.com>



『美的』
LINE公式アカウント
大好評！

NEWS 大好評連載！

高橋海人

(King & Prince)

横浜流星

秋冬新色 最速NEWS！

- おしゃれな目元は「ブラウン“み”」で作る！
- 秋冬リップどうなるNEWS！
- なりたいイメージで選ぶ
ON&OFFリップはこれ！
- プチプラの「効かせ色」でちょい冒険！

今日から私、

「ふっくらツヤ肌」

に自信あり！

ガサガサ しぼみ くすみ 3大砂漠肌別
今変えるべきスキンケアはこれ！

秋からの「追い美白」は潤い&トーンアップ重視！

Book in Book

2019 秋冬新作ファンデーション展 & “お疲れ肌”改善ベースメイク法

かかとも首も！全身ふっくらツヤ肌に！

内側から美肌を作る「赤身肉」レシピ

あのエイジングケアシリーズが
リニューアルしてパワーアップ！

ロクシタンイモータル スキンケアセット



クリームも！

化粧水も！

美容液も！

オイルも！

驚きの素肌感なのに
しっかりカバー！肌に優しい！

Koh Gen Do ファンデーション +下地

たっぷり
3g

1回分



貼りこみ付録

使うごとに肌が元気になる実感！

ランコム 美容液



70名PRESENT

ベアミネラル
“みずごこち”
ファンデーション



羽生結弦

イベントレポート



撮影/吉田 崇 (まきうらオフィス)
ヘア&メイク/林 由香里 (ROI)
スタイリスト/宮澤敬子 (WHITNEY)
モデル/石原さとみ
デザイン/& Y design

トップス ¥42,000 (コロネット (フォルテフォルテ)) ネック
レス ¥12,000 (トゥモローランド (ルーカスジャック)) パー
ルリング ¥41,000 (ギャルリー・ヴィー 丸の内店 (ペア
トリップパラシオス)) ゴールドリング ¥27,000 (トゥモ
ローランド (イヴィ)) イヤカフ/スタイリスト私物

※電子版には目次に記載された記事が掲載されてい
ない場合があります。電子版の目次をご確認ください。

目次デザイン/ティオ



美的

BITEKI

CONTENTS
2019 October

10

18 新しい雑誌体験、好評配信中!

29 なんと水系成分が30%以上! スルスルとなめらかにのびてツヤと潤いを与えながら、気になる部分はちゃんとカバー。
ヘルシー&ナチュラルな肌が誰でも簡単に作れる、画期的なスティックファンデーションです!

ベアミネラル 潤いもカバーカも◎! **みずごこち、ファンデーション70名プレゼント**

42 **秋冬新色 最速! NEWS①** ブラウンシャドウ=オフィスメイクというイメージが強いけれど、実はおしゃれ顔には欠かせないカラーでもあるんです。

この秋、おしゃれな目元は「ブラウン」みで作る!

54 **秋冬新色 最速! NEWS②** 何十色以上もの新色が一気に出てきたり、もはやリップの範疇とは思えないユニークカラーが登場したり。

秋の「唇」メイク「おしゃれ見え」NEWS 12

60 **秋冬新色 最速! NEWS③** 私は結局どの色を使ったらいいの?—「美的」はこの秋、4つの「なりたいイメージ」に合わせて選ぶことをおすすめします!

渋ワイン アンティークローズ 透けキラピンク アースカラー

唇から始まる! 「いつもとちょっと違う私」

72 **秋冬新色 最速! NEWS④** 今ビューティ界では、プチプラコスメ熱が高まっています!

プチプラの「効かせ色」で、ちょい冒険メイク♡

80 これからは「洗顔後すぐの美容液」を習慣に

92 360度、どこから見てもあふれ出すツヤに、すみずみまで満たされているかのようなハリ感!
私たちが目指したい肌がここにあり! この日もドラマ収録の合間の撮影とは思えない美肌っぷりでした♡

石原さとみ 輝き続ける人にあるもの。

98 **大特集** 強烈な暑さと湿気の厳しい夏を駆け抜けた後の肌は究極のお疲れ状態。
いつもと同じスキンケアだけでは修復できません。
丁寧に肌や体に向き合って、内側から輝きとハリを手に入れて!

今日から私、

「ふっくらツヤ肌」に 自信あり!



100 **ふっくらツヤ肌①** 日差しで焼けちゃった「灼熱砂漠」肌、乾いてカラカラな「乾燥砂漠」肌、不摂生による「不毛砂漠」肌。
夏の間中、そんな肌老け環境をさまよいつづけた皆さん! 秋に向かう今こそ脱出のチャンスです!

三大砂漠肌別! 「ふっくらツヤ肌」を取り戻すケア、今すぐ開始!

112 **ふっくらツヤ肌②** 過酷な夏を越えた肌に表れてくる、恐ろしい「乾燥ぐすみ」・「色ムラ」・「ゴワつき」・「シミ」・「そばかす」…。
これからの美白ケアをどうしていくか、でふっくらツヤ肌に戻るか、こわごわ老け肌になってしまうか…が決まるのです

助けて! 美白肌三銃士 秋からの「追い美白」は潤い&トーンアップ重視!

BOOK in BOOK **ふっくらツヤ肌③** シミ・毛穴悩みを一発解消「完全カバーリキッド」、光を操ってメリハリ顔に導く「ツヤクッション」、
素肌美を演出する極薄美肌ヴェール「ナチュラルパウダリー」…etc.

「ツヤ肌」の魔術師、高橋里帆さんの今っぽ肌作りも♪

2019秋冬新作 ファンデーション展



特別付録 美肌を底上げするスキンケアと、トリートメント効果抜群のベースメイク!

「ふっくらツヤ肌」BOX

BITEKI×L'OCITANE

決め手は永久花・イモテルの花チカラ。いつものスキンケアを格上げする人気オイルと、今秋バージョンアップする人気スキンケアラインをどこよりも早く同時に試せます!

「永久花スキンケア、体感セット」

BITEKI×Koh Gen Do

カバーするのに素肌感。映像業界を支え続けてきたトリートメントファンデーションが進化!

「ほめられ美肌、体感キット」



124 **ふっくらツヤ肌④** 夏の日晒しでつついっしゅ使しちゃっている肌。この時期になると、夏前と同じベースメイクではトラブルが隠れないことも…。人気ヘア&メイクの河嶋 希さん曰く「重ねずにカバーすることが最重要」なのだそう。

シミ・ソバカス 乾燥 くすみ 毛穴

夏終わりのお疲れ肌改善ベースメイク!

136 **ふっくらツヤ肌⑤** 季節の変わり目は、日中も乾燥したり、くすんだり、トラブルが起きがち。美容家、アナウンサー、ヘア&メイク、フライトアテンダント、etc. キレイを保ち続けている18人に緊急調査!

夏→秋、ポーチの中身はこう変わります!

146 **ふっくらツヤ肌⑥** デコルテ、背中、髪、唇、手、脚…夏を越えると、顔以上にダメージが蓄積している部分がそこそこ! パーツ美人達はこの時期、こんなケアをしているそうです

パーツまでふっくら! セルフケア

154 **ふっくらツヤ肌⑦** モデル・土屋巴瑞季は週4日赤身肉を食べてきれいになっただけ! と聞き、早速調査開始! なんと赤身肉には、肌をふっくらツヤツヤにしてくれる栄養素がたっぷり含まれていたことが判明。

食べて美肌に! 赤身肉たっぷりレシピ



162 教えて長井さん! 「ちょうどいいツヤ肌」の作り方って?

176 肌も本気で「菌活」する時代へ!

181 フィギュアスケート・羽生結弦選手の透明美肌の理由——

182 夏→秋の「肌バテゆらぎ」にご注意を

198 「いつでも手元に置いておきたい!」保湿クリームの魅力解剖

202 女友達との温泉旅行や彼の家へお泊り、ちょっとそこまで子供の送迎 etc. パッチリメイクができないシーンって、実は思ったより多いですね。そんな時も堂々としていられる方法が、こんなにあるって知っていますか?

実はひと手間かけてます♥

「すっぴん美人」にはテクがある!

211 製薬会社発! 「ヒアルロン酸化粧水」はやっぱりすごかった!

218 見たため肌質も 自分史上ベストの究極の素肌美へ

226 メイクの色はどんどん変えるのに、ヘアカラーの色味はあまり変えていない人、いませんか? 色味や素材が重くなってくる秋服には、赤味も黄味も抑えたツヤ髪がおすすめ。

秋ヘアは「洗練アッシュ」にしてみない?

251 「ファーストエイジング」スキンケア名品ができるまで

255 普遍美の頂点へ。決め手は「ダブルの浸透」——

262 秋のトレンド顔は、まずリップスティックから

272 未来の美肌のカギを握る「幹細胞」ってどんなもの?

286 **高橋海人** (King & Prince) 夢を見させてくれるもの。僕にとってはそれが、少女漫画とアイドルなんです。

287 自然×科学が織りなす22の特別 -Premia-

301 と〜に〜か〜く〜暑い!! 毎日こんなにも暑いのに、なぜか美的クラブのアンケートでは、「夏に体が冷える」人がなんと95.6%も!

「夏冷え」レスキュー100問100答

311 自宅で場所をとらずに簡単にできるのに、絶大なダイエット効果があると話題のスクワットですが、なんと体の不調にも効果があるんです

1日3分! 「美コアスクワット」でボディの夏老けを防ぐ!

編集部ではライターの積極的な売り込み、編集アシスタントの志望を歓迎します。☎03-3230-5519

美的ホームページに
今すぐアクセス!! www.biteki.com

©Shogakukan 2019 Printed in Japan

本誌掲載記事・写真等の無断複製(コピー)・複製・転載を禁じます。

★万一、落丁、乱丁などがありましたら、小学館制作局までお送りください。お取り替えます。☎0120-336-082

◎本誌からの複写を希望される場合は、公益法人日本複製権センター(☎03-3401-2382)にご連絡ください。

●商品の価格はすべて、本体のみ(税抜)の価格です。

BITEKI SERIAL CONTENTS &...

- 19 美的.com
- 22 年間購読キャンペーン
- 23 人生を変えるコスメ
- 25 オーガニックNEWS vol.41
- 32 田中みな実の「あざとかわいい」パーツ美容 vol.13
- 36 #実樹Beauty LESSON 30
- 168 齋藤 薫の響る女EX
- 186 大高博幸さんが選ぶベストバイ
- 195 ハル子さんの美容金言
- 197 日本一の年齢不詳ビューティディレクター
天野佳代子は知っている! ズルいコスメ
- 236 BITEKI BEAUTY INDEX
話題のコスメの発売日 早わかりNEWS
- 244 NEWSな(美)意識
- 280 旬をまるごと! 家呑みごはん
- 284 & Culture! 横浜流星
- 295 私のMAX! キレイ塾
- 318 美的社会科見学
現場 ⑦ イハダ
- 322 小迎裕美子の脱力道場
- 329 あなたにキレイをPRESENT
- 330 協力社リスト
- 333 次号予告
- 38 この秋いちばんの「鮮度」の高い顔。になれる、
ツヤ肌アップデート! / シャネル
- 84 私の未来を輝かせる「キアラディアンスキンケア」
/ クレド・ポー ボーテ
- 96 つけてすぐキレイ、使い続ければもっとキレイ!
理想のさらに上をいくキッドファンデーション / ゲラン
- 132 ファンデ新時代到来
ジュエリーファンデという選択 / マキアージュ
- 144 3色が溶け合い、理想の素肌感。
ツヤ肌バームファンデーション / ポーラ
- 152 美しい目とは「360℃アプローチ」で手に入れる!
/ エヒステム
- 164 なりたいツヤが選べる、楽しめる
Twinkle Night Collection
「夜空ツヤ」ベースメイク / カネボウ化粧品
- 172 「美肌菌」が、強く輝く肌のキーワード / ランコム
- 184 肌がゆらぎがちな日も、今の私にベストな1本
/ カネボウ化粧品
- 188 ひと塗りですぐ新しい表情、新しい魅力が開花!
使うたびに心ときめく「美発色ルーージュ」 / エレガンス
- 200 軽やか心地いいクリームで、しっとりふわり
セラミドケア / 花王
- 214 選んで良かった! 「3種のヒアルロン酸配合」の
高保湿&高コスト化粧水 / ロート製薬
- 222 肌奥から色っぽさがこぼれ出る
神崎流「うるみ肌」マニュアル / SUQUU
- 232 美人を託せる「舞フェバリット」
ファンデーション! / RMK Division
- 242 角質は驚くほど才能が
すべての人の「美」をつくり出す / タカミ
- 247 「素肌力」高まる!
「サステナブル美容」のススメ / ロクシタンジャパン
- 258 10年後の肌にギフト! 今も未来も輝かせる
「トータルケア美容液」 / クラランス
- 265 旬の美しさは、水を極めた
「みずこち肌」から始まる! / ベアミネラル
- 268 使うほどに効果を実感!
高浸透「ナノイー」が潤いを導く / パナソニック
- 270 クレンジング選びこそ実は美肌の分かれ道です
/ カバーマーク
- 274 「植物幹細胞コスメ」で素肌力を開花させる!
/ ネイチャーラボ
- 278 気になるドットを狙い撃ち!
取り入れるべきはとどめのケア! / ネイチャーラボ
- 282 つけるほど、肌がよくなる
ファンデーション。 / MIMC
- 290 シリーズ累計850万個!
大ヒット「土台ケアバーム」がリニューアル!
/ プレミアアンチエイジング
- 317 ハイパフォーマンスな「映えまつげ」の作り方 / 水橋保寿堂製薬
- 320 オーダーメイド感覚のヘアケアが新登場! / SABON
- 324 ごはんの前に美人が飲んでる! 新習慣
「緑」と「黒」の「塩・糖・脂」ケア! / KIYORA
- 334 天然温泉ミネラルイオン配合の高機能美容液 / イオン化粧品



ヘアカラーを
担当したのは...

Profile

木村直人さん

airディレクター。特にヘアカラーに対して常に斬新な価値観を持ち、新たなチャレンジをし続ける、業界きってのスペシャリスト。

10年以上の付き合いで、藤本さんの髪質やくせ、カラーの入り具合も熟知している木村さん。今回は洗練アッシュの中でも木村さんの秋のイチオシカラー「ノーブルマット」にトライ!



タレント・藤本美貴さんも「洗練アッシュ」に Change!

秋のしっとり感に似合う
「洗練アッシュ」という選択

藤本 子供を産んでママになってから

なかなか自分のヘアメンテナンスに時間をかけられなくて...サロンでカラーリングをするのは久々。実は最近、自宅で「自分染め」をしていました。

木村 自分染めにしてはムラなくキレイに染まっていたね。

藤本 ムラなく染めるために母に手伝ってもらったり、長さがあるので量が足りなくならないように2箱使用!

木村 そうそう、自分染めするときはひと工夫が必要だね。ヘアカラーは自己表現のひとつ。していないよりしていた方が断然キレイに見えるし、自分のモチベーションも上がる。

「己を律するための身だしなみのひとつ」って僕は思う! 忙しさを理由にせず、自分染めでもいいから定期的に髪色を整えるのはいい心得(笑)。

藤本 今回カラーリングをしてもらったこの色、すごくいい色。アッシュ系だけれど緑みがあり落ち着いた感じ! 木村 ここ最近、僕がおすすめていたのが「ノーブルマット」という方向性のカラー。大きく分けると寒色系のアッシュの仲間ではあるのだけれど、マッド・グリーンベースなので日本人の黄み肌からも浮かずになじみやすく、クールで大人っぽくて上品な印象。かとい

ってベタツと重くならず、適度な軽さもあるカラーなので、カジュアルな服にも似合うのいい所! 重く深みが増してくる秋のファッションにマッチしつつ、夏・秋のブリッジシーズンにもおすすめの軽さがあります!

藤本 へーいいとこどりの今どきカラー! アッシュってひと昔前はギャルのイメージだったけれど、最近は大

人にも定着しつつあるカラーですね。木村 僕が開発にも関わった「TDR OW」のヘアカラーはブリーチせずに、

涼しげで柔らかな寒色系のカラーを再現できたり、薬剤も日々進化しているんだよね。ちよっと前は「肌色に合わせてヘアカラーを選ぶ」という考えもあったけれど、「アッシュは白肌にしか似合わない」というような固定観念はもう捨て去ってもいいと思う。日焼け肌や黄みが強い肌の人でも、明るさを調整すればアッシュ系もなじむし、むしろ挑戦してみることでいつものとは違う新鮮な表情にも映ると思う。

藤本 今はファッションもビューティもなんでもありの時代。新しいことにチャレンジして、キレイの可能性を模索する気持ちって大切ですね!

この髪色、肌も明るく
キレイに見える気がする~!



ヘアカラーひとつで印象って
かなり変わると思う!



撮影/青柳理都子(人物)、中田裕史(静物) ヘア&メイク/木村直人(air)
スタイリスト/JURIKA.A(P.226~227)、城長さくら(P.228~230)
デザイン/荒川裕子 構成/門司紀子

「洗練アッシュ」にしてみない?

”アッシュのなかでも、グリーン系って新鮮！
秋らしさも抜け感もあるのに上品なおしゃれ色“

Profile

Miki Fujimoto

1985年生まれ。アイドルとしての活動後はタレント・コメンテーターとして活躍。世の中のママ代表として、情報番組でのご意見番として歯切れいいコメントが好評。

ブラウス¥23,000 (CASA FLINE表
参道本店 (CASA FLINE))

Refined Ash

メイクの色はどんどん変えるのに、ヘアカラーの色味はあまり変えていない人、いませんか？
色味や素材が重くなってくる秋服には、赤みも黄みも抑えたツヤ髪がおすすめ。
カッコよくて上品な雰囲気に加え、肌の透明感までアップするカラーなんです

秋ヘアは「洗練アッシュ」

美しいカラーを保つためのホームケアのコツ！／

Step

シャンプー

ダメージをケアし退色を抑える
シャンプーで、よりキレイな
髪色をキープ

Home care

手にしたいのは、カラー後のダメージをケアしながら優しく洗えるカラーヘア用シャンプー。高温すぎるお湯で洗ったり、タオルドライの際にガサツに髪を扱うとキューティクルが傷つき、退色もしやすくなるので注意を。カラーケア用トリートメントと併用もおすすめ。

①髪の主成分であるケラチン成分で洗うので、ケミカルダメージだけでなく、うねったりツヤ不足などのエイジングによる髪悩みも解消。ハホニコ ケラテックス ファイバー シャンプー 300ml ¥3,500 ②効果の高い自然由来のスーパーフード成分を採用。ヘンケルジャパン シュワルツコフ プロフェッショナル オーセンティックビューティコンセプト グロウ シャンプー 300ml ¥3,000 ③泡立てずに頭皮と髪になじませて洗うマスク。潤いを保ち、艶やかな洗い上がり。エルゴン・ジャパン マスクインウォッシュ 300ml ¥3,200 ④色もちににくいアッシュ系のカラーの退色もケア。ケラスターゼ バン クロマティック リッシュ 250ml ¥3,000 ⑤濃密炭酸泡が髪と地肌に優しく密着。弱酸性でマイルドに洗いながらハリ・ツヤもアップ。ミルボン カーボネイティッド シャンプー 150g ¥3,000 ⑥100%自然由来の界面活性剤を使用。黄みを中和し透明感のあるカラーを保つカラーシャンプー。コンフォートジャパン ダヴィネス アルケミック シャンプー シルバー 280ml ¥2,500

Step

オイル

ぬれ髪にオイルをなじませて
キューティクルをしっかりと保護

髪をタオルドライしたら、髪の表面の「面」とダメージを受けがちな毛先にオイルを塗布。その後ドライヤーで乾かすことでキューティクルを保護し、退色やダメージを抑える効果が。

①アーモンドオイルをベースに、オレンジやユーカリをプラス。髪にはもちろん、肌やボディに使っても。アリミノ スプリナージュ スバスージングオイル 40ml ¥3,800 ②サラッと軽やかになじむテクスチャーにとことんこだわった1本。ダメージケア&スタイリングに大活躍。エアーエンターテイメント プラチナドロップ ヴェールオイル 80ml ¥4,000 ③美髪を育む植物オイル&エキスを贅沢に配合した、ダメージヘアのためのオイル。ロクシタン ファイブハーブス リペアリングインテンシヴオイル 100ml ¥4,400 ④ヘアカラーの色素に吸着し、輝きのあるカラーをキープする効果が。プロジェ オリオセタライフ アンド リバティー カラーサブリメーティング 100ml ¥4,200

Home care



Plus

スペシャル アイテム

ダメージの度合いや悩みに合わせて
プラスワンアイテムを投入

Home care

スペシャルアイテムを悩みや髪の状態に合わせてプラス。理想のカラーヘアをより長く美しくキープする秘訣！

①アッシュ系カラーのものが悪く退色が早い人におすすめ。赤みを抑え、寒色系カラーを補うシャンプー。週に1~2回、いつものシャンプーの代わりに。ビューティーエクスペリエンス スロウ カラーシャンプー アッシュ 80ml ¥1,200 ②世界的に話題のビーガン処方の洗い流さないトリートメント。カラーの退色に加え、あらゆるダメージから保護。プロジェ オラプレックス No.6 ボンドスモーター 100ml ¥2,800 ③濃密配合成分により、艶やかなカラーが8週間持続。ビエール ファーブル デルモ・コスメティック ジャポネルネ フルトレール オカラカラー プロテクトマスク 200ml ¥4,000 ④紫外線などの外的要因から退色&ダメージを抑えるスプレー。屋外に長時間いる日に◎。モロカンオイル プロテクト&プリベント スプレー 160ml ¥3,300