

いま注目の首。ネックゾーンケアを知りましょう

「首を見て年齢を判断する」女性67%!

年末年始にかけては、クリスマスパーティーや忘年会に新年会とドレスアップする機会が多い季節。冬とはいえ首から胸元にかけて「デコルテ」に目がいく服を着る機会も多くなってきます。そんなとき、気になるのが首周り。首は顔と異なり、しわやたるみをメーキャップでカバーすることができません。メーキャップが完璧なのに、首のしわやたるみが原因で加齢を感じるケースもあります。いま、美しい人はネックケアに注目しています。正しいケアを知って、「首美人」を目指しましょう。

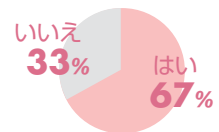
意外にも高い「首への意識」。いまや「首で年齢を判断する」が常識?

「首にしわがなく白く美しいと上品に見える」(家電・27歳)、「顔だけ見ていると間違いなく30代だろうと思っていたら、首に3本の深いしわ。首はメイクで隠せない部分。年齢が出るパーツだと思いました」(商社・29歳)、「先日、友達とmixiで募集していた美容意識の高い人たちの集まりに行ったんです。そのときに驚いたのが、皆さんが美しいこと。何より首が美しい。ひとりの方が『これからは首が美しさの基準になるはず』とおっしゃっていました」(通信・30歳)―20～40代の働く女性150人に、首に関する話を募集して、集まったコメントです。

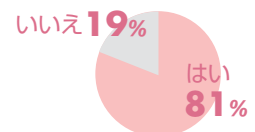
フェースケアばかりが注目されていた時代から、フェース&ボディーケアの時代へ。そして、いま、美容感度が高い人々の間では、ネックケアが注目され始めています。

資生堂の調査データでは、「首を見て年齢を判断する」女性が67%。「他人の首を見て美しいと思ったことがある」女性が81%に上りました。「首」への注目度の高さが分かるデータです。その一方で「首の美しさに自信がある」女性は16%しかいませんでした。首への関心が高いものの、自分の首にはなかなか自信が持てないようです。

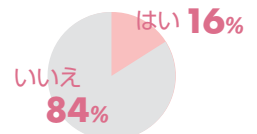
Q.首を見て年齢を判断しますか?



Q.他人の首を見て美しいと思ったことはありますか?



Q.首の美しさに自信はありますか?



※資生堂調査
(2001年、20～60代女性150人)

顔と首の皮膚は違う。まずは首について知りましょう!

ネックケアをする前に、知っておきたいのが、首の皮膚生理です。資生堂の研究では、「首と顔の皮膚はつながっているのにその特性は大きく異なる」ことが判っています。

① 首は顔よりうるおいがある

首には顔の2倍の汗腺があります。うるおいがある反面、べたつきやすいのが特徴です。

② 首の皮膚色は黄みに寄っている

顔と首の皮膚色を比較したところ、色の明度(明るさ)や彩度(鮮やかさ)は同程度でした。ところが、首の皮膚は顔に比べて、皮膚の表面近くの毛細血管が少ないため、赤みが少なく、黄みに寄っています。顔の皮膚に比べて暗く、くすみを感じるのはこのためです。

③ 首の皮膚は薄く、たるみやすい

首の皮膚は薄く、弾力性は顔よりも高いのですが、加齢により弾力性は低下し、ハリが失われやすい構造です。首の皮膚をつまんで伸ばしてみると、あまり痛みを感じません。肘などと同じで、皮下の組織や筋肉と密着していないためです。つまり、いったんハリが失われてしまうと、顔よりもたるみやすいということ。加齢により、太く大きな「たるみじわ」が増えるのはそのためです。

④ 首は「きめ」が深く、横方向の「きめじわ」がしやすい

肌の美しさの印象を左右する「きめ」。実は、首の皮膚の「きめ」は顔より約3倍深く、形がきれいに整っています。もし私たちが首を全く動かさずに生活できるならば、首の「きめ」も美しく保たれるのですが、首は体の中でも動きが激しい部分のひとつ。上下左右の動きによって、「きめ」はさらに深くなってしまいます。特に左右に動かすことが多いため、深い「きめ」がしわに見える左右の「きめじわ」が発生するのです。

美しい首のためのケア方法

美しいネックラインを保つために、また、首にしわやたるみを実感している方には、それ以上深くしないためのケア方法をご紹介します。

① 空を見上げてストレッチ

首は左右に動かすことが多い部分。子どもが「いやいや」をするように左右に首を振る動作はしわの原因になります。1日に何度かゆっくりと空を見上げるように首をストレッチすると効果的です。

② 高すぎる枕を使わない

高すぎる枕は首にしわを作る原因のひとつ。首に角度をつけると、しわになりやすいので気をつけましょう。寝るときは、なるべく低い枕かタオルをくるくる巻いたものなどがオススメです。もちろん、枕なしもOKです。

③ 毎日のスキンケアと一緒に、ネック専用の化粧品を使用してマッサージ

お手入れは簡単。最近は首の皮膚生理に対応した専用の化粧品も登場しています。お手持ちになれば、顔用の乳液やクリームを使用して、ネックマッサージをしましょう。毎日のスキンケア後に、手のひら全体を使って、優しく皮膚を包み込むようにマッサージします。首はデリケートな部分。強く刺激することは厳禁です。マッサージを繰り返すことで、皮膚そのものが美しくなるのはもちろん、リンパの流れや血行が促進され、顔色も良くなります。

毎日のわずかな時間のネックゾーンケアで、首美人に。首に自信が持てるようになると、無意識のうちに背筋も伸びて、全体の印象を美しく変えてくれるはずです。

