

経済産業省「平成26年度健康寿命延伸産業創出推進事業」受託

資生堂化粧療法

# いきいき美容教室

化粧のちからで介護予防。  
健康寿命をのばして、いつまでも、元気に、楽しく、美しく！

対象者

■ 高齢者(自立～要介護)  
高齢者施設、地方自治体、医療機関向け

内容

進行を見ながら、高齢者がお手入れや化粧を楽しむ講座。  
当社ソーシャルエリアパートナーが訪問して複数(10~30名)で開催する化粧アクティビティです。  
※最低催行人数:10名



## フレイル予防から健康寿命延伸へ

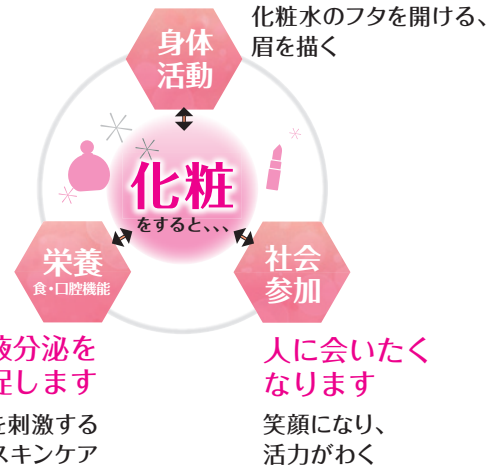
フレイルとは

健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間で、心身機能が低下した状態を意味します。多くの方は、フレイルを経て要介護状態へ進むと考えられていますが、適切な介入で要介護状態に陥るのを回避することができます。

予防

フレイルの予防には、**身体活動+栄養(食・口腔機能)+社会参加**が効果的とされています。

上肢の筋力UPにつながります

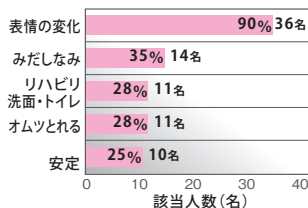


## 心・脳・身体・口腔の機能に働きかける「化粧のちから」

化粧をすると、楽しい気分になったり、人に会うときに自信が持てたりするなどの気持ちの変化がさまざまな方に起こります。脳へ良い刺激を与えるだけでなく、手指や腕、身体を動かすため、とても良い運動にもなります。また、唾液の分泌を促すことにもつながっていきます。

### 心

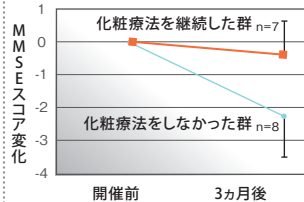
化粧による入所者の生活の変化



実施数40名、年齢66~93歳、複数回答(1993年) 鳴門山上病院 出典:月刊総合ケア、4(11):27-34、1994

### 脳

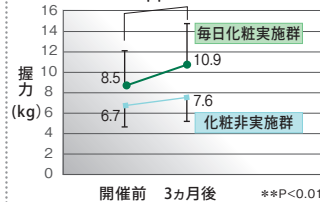
化粧療法による認知機能の変化



日本大学酒谷薫教授監修による化粧療法テスト 2012年6月~8月 出典:Adv Exp Med Biol,876:289-295,2016

### 身体

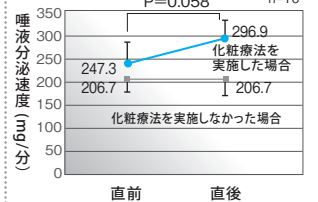
継続的な化粧行為による握力の変化



介護保険施設2施設 N=19(化粧群12人 非化粧群7人) 要介護高齢者 (平均年齢89.6歳 平均介護度3.1) 2012年 出典:BIO Clinica, 31(4):370-374, 2016

### 口腔

化粧療法による唾液分泌の変化



2014年 長期療養型病院(同一対象者で実施) 平均年齢:87.8±6.4歳 平均介護度:3.6±1.3 出典:Dental Diamond, 2:44-50, 2017

化粧は **気持ち** を明るくする

化粧は **脳** への良い刺激

化粧は適度な **身体** 負荷

化粧は **口腔** ケアにつながる

STEP 1	STEP 2	STEP 3	STEP 4
軽い ストレッチ	スキンケア 肌を清潔にする、 唾液腺を刺激するスキンケア、 日中用スキンケア	メイクアップ ファンデーション、 眉ずみ、口紅、 ほお紅	仕上げ ヘアを整え 笑顔で終了
リラックスから 気持ちの集中	だんだん活性化 (見る、聞く、覚える、動かす、褒め合う、一緒に喜ぶ)		効果の波及 (見る)

介護・医療の  
専門家からの声



心の健康寿命を延ばすことに期待

高齢者の精神的な健康度が高まることが分かり、  
心の健康寿命を延ばすことが期待できます。

東京都健康長寿医療センター 医学博士 大淵 修一先生

オーラルフレイル予防\*が期待できる

顔に触れることは口の機能や筋肉を確認でき、  
オーラルフレイル予防が期待できます。

東京都健康長寿医療センター 歯科医師 平野 浩彦先生

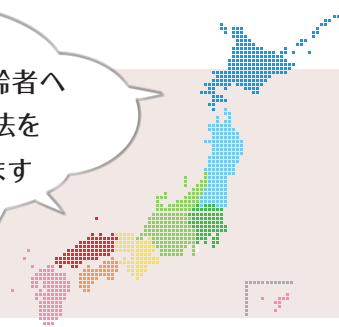
\*オーラルフレイルとは、フレイルのひとつで、ささいな口腔機能(噛む、飲み込む、しゃべるなど)の衰えが顕在化した状態。

保険外サービスとしても  
注目されています

厚生労働省、農林水産省、経済産業省が作成した  
保険外サービスガイドブックにも  
「自分らしい暮らし」の継続をサポートする  
サービスの事例として掲載されています。



毎年、多くの高齢者へ  
資生堂化粧療法を  
お届けしています



全国の介護事業所をはじめ  
医療機関、自治体、老人会、シルバー人材センターで、  
レクリエーションや介護予防、モチベーションアップに  
導入いただいています!

ウェブサイトからお申込みください

約3～4か月先の開催可能な都道府県と日時が表示されます。

※開催可能な都道府県・日時は適宜更新されます。

ライフオリティー ビューティーセミナー

検索



資生堂ジャパン株式会社