

私の美容研究

2-I 109 若松未侃

1. 動機
2. 研究方法
3. 研究内容
4. 研究結果
5. まとめ
6. 感想

1. 研究するにあたっての動機

私は、高校生の頃、お化粧というものは、決して必要ではないと思っていました。しかし、実際は社会人として女性は人前に出る時はお化粧をすることが社会人のマナーです。ですが、私は高校生でお化粧をあまりしたことがなく自分はどのようなメイクをすれば良いのか疑問を持ったため研究することにしました。

2. 研究方法

携帯アプリやSNSを使い、主にインフルエンサーと呼ばれる方や美容ブログを見ながら研究しました。

まず、メイクはどのような手順で行われるかを調べました。

～使用したアプリ～



Lipsは、美容系Youtuberや人気の美容系インフルエンサー達のメイク商品のレビューなどが乗っており、メイク初心者には、とても分かりやすいです。また、メイク用品だけじゃなく、サプリメントや美容グッズ等もあるため女性の美容をあらゆる方向からサポートするアプリです。



michillは、女性の日常を便利に過ごす情報を届けるスマートフォン向けの生活情報メディアです。このサイトは、各ジャンルに特化した公式ライターさん、専門家さんによるノウハウが記載されているためプロのテクニックを知れるアプリです。

ここでまず、私はお化粧をするにあたって大切なことに気づきました。

自分を知ることということです。

～知るために行ったこと～

1. 肌質診断
2. パーソナルカラー診断
3. 顔タイプ診断

*今回は全て、インターネットによるセルフチェックに致しました。

3. 研究内容

1. 肌質診斷

肌質診断では、以下のサイトを利用しました。

<https://www.biteki.com/skin-care/skin-type/305187>

このサイトでは、10個の質問に はい or いいえで答える形式になっています。

質問	質問	質問	質問
どちらかというと乾燥肌の肌だと感じます	肌がまたときめのところが紅色でいてる感じがあります	季節の変わり目は肌の調子をくすぐります	シミやシワなど、エイジングサインが目立つようになります
<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい
<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ
乾燥するのが嫌で、ほんと洗顔料を買います	肌がゴワゴワでくすぐり、ユズヌの漢方を買いたいところがある	化粧水や化粧下地、乳液やリキムなど洗顔のコストは我慢できない	
<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	
<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	
肌あれやニキビなどのトラブルはほとんどない	普段は肌が不調でどう対応で肌あれがあるか心配	季節に赤みを感じる	
<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	<input type="radio"/> はい	
<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	<input type="radio"/> いいえ	



結果

あなたは…「ストレス混合肌」
ストレスや疲労などによる影響で
肌の皮脂バランスが乱れている
♪>「ストレス混合肌」のすきケアを見る

1. パーソナルカラー診断

パーソナルカラー診断については、以下のサイトを利用しました。

https://www.watashinomag.com/personal_color/diagnosis

このサイトでは、9つの質問をAorBで答える形式になっています。

3. 顔タイプ診断

顔タイプ診断では以下のサイトを利用しました。

<https://www.biteki.com/skin-care/skin-type/305187>

このサイトでは、15問質問を選択して答える形式になっています。

顔タイプ診断①
子供 or 大人

Q. 01 顔の形は？

Q. 02 あごの長さ（幅）は？

Q. 03 位置は？

Q. 04 幕の高さは？

Q. 05 顔全体の立体感は？

Q. 06 目の大きさは？

Q. 07 幕（鼻）の大きさは？

Q. 08 全体の形は？

Q. 09 眼の内向きは？

Q. 10 目の形は？

Q. 11 まぶたは？

Q. 12 形は？

Q. 13 眉の形は？

Q. 14 幕の形状は？

Q. 15 眉の厚みは？

結果

【特徴】

顔タイプ：子供、直線と曲線のミックス

顔型：丸顔、椭円形をしたベース型

立体感：平面的

バーツ＆輪郭：どこかに直線か併せばがある

バーツの大きさ：小さめ～普通

以上が、私の診断結果です。

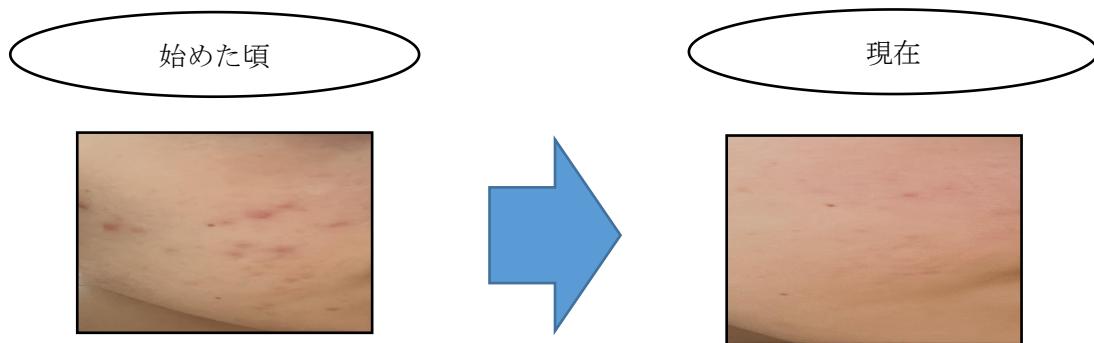
この結果を踏まえ、スキンケア、メイクの仕方、メイクに使う色を考えました。

4. 研究結果

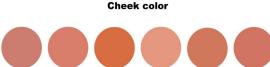
・スキンケアの仕方

スキンケアについては、ストレスからくるものだそうで当たり前の事なのですが、、、食事、睡眠、排泄（腸内環境）、運動（血の巡り）、ストレスコントロールの5本柱を改善する事が大切ということなので、その中でも私は、睡眠不足というものが主にあったので改善しました。

また、混合肌ということなので部屋では加湿を行い、洗顔後のパックや化粧水、乳液をしっかり行いました。写真で比較してみると、10月半ばから始めた頃と現在は全く違い、普段の生活習慣を変えるだけでもとても変わりました。



2. パーソナルカラー診断に基づくメイクの色 (micill by GMO)

1-2. イエベ春タイプが似合う色	2-4. 【アイメイク】柔らかくふんわりしたカラーで華やかに	2-5. 【リップ】少しブラウンよりのオレンジアップでおしゃれ顔に	2-3. 【チーク】コーラル系のチークで明るく健康的な印象に
 <p>イエベ春タイプが似合う色は黄みを帯びた色。あざやかで透明感がある色合いなら、ふんわりした雰囲気のイエベ春さんにぴったりです。たとえば、 ・オレンジ系(ライトオレンジ、オレンジレッド、オレンジブラウン) ・ピンク系(ピーチピンク、コーラルピンク) ・グリーン系(ライトグリーン、アップルグリーン) ・ベージュ系(ハニーベージュ、ミルクチョコレート) ・ブラウン系(ブラウンベージュ、キャメルブラウン)など。</p>	 <p>イエベ春タイプは、華やかでガーリーな雰囲気を持っています。その雰囲気を生かすためにも、アイシャドウにはパステル系のふわっとしたカラーがおすすめ。</p>	 <p>イエベ春タイプには、オレンジ系のリップがよく似合います。柑橘系の色はイエローベースの肌に馴染みやすいので、フレッシュな明るさをアピールできるでしょう。オレンジリップメイクも良いですが、ぜひ試して頂きたいのがブラウンよりのカラー。</p>	 <p>イエベ春タイプにおすすめなのは、オレンジやコーラルなど黄みがある明るめのカラー。女性らしいフェミニン系のコーディネートの時はコーラル系のピンク。カジュアルなコーディネートの時はライトオレンジなど、シーンやその日の気分によってチークカラーを変えてメイクを楽しんでくださいね。</p>

上記の記事から、イエベ春に似合う色は、、

アイシャドウは、ピンク・コーラル・明るいブラウン

リップは、オレンジ系

チークは、コーラル系

・顔のメイクの入れ方 (By Lips)

私は、顔タイプ診断で出た通りフレッシュタイプ=丸顔、横幅があるベース顔なので
今回は、丸顔のやり方、また奥二重のやり方を取り入れました。



5.まとめ

私は、今回大まかにわけて3つのことを美容研究といたしました。

まず、スキンケアについてはストレス生の混合肌（脂性肌&乾燥肌）ということでまず生活リズムをただすこと、顔を洗った後のケア（パックや化粧水、乳液等）を行いしっかり保湿することをしました。

2つ目は、パーソナルカラーを知り、自分に合っている色をメイクに取り入れることをしました。パーソナルカラーは、Lipsで何人かのインフルエンサーさんが使っていたCANMAKEのアイシャドー、アイライナー、シャドーとCEZANNEのチーク、ハイライト、リップを使いました。

3つ目は、自分の骨格を知りそれに合ったメイクの仕方を取り入れることです。ここでもやはり、Lipsで丸顔さん用のシャドー、ハイライト、チークの入れ方と奥二重さん用のアイシャドー、アイライナーのやり方を取り入れました。

これら、3点により自分のメイクの仕方が少しでも分かり、研究としては調査することは出来ていたと思います。しかし、全てインターネットで行ったセルフチェックの為これが完全にあっていとは言い切れないため、次は、しっかり専門のお店にいきより具体的に調べていこうと思います。

6. 感想

結果の写真を見て、Beforeは何もしていないすっぴんの状態です。Afterと比べてみるとやはり After のほうが肌が明るく見え、より印象がよいな感じました。

また、変に色があつてないとかではなく、あまり使ったことがない色ではありましたがこんなになじむのだと驚きました。やはり、自分の肌に合った色や顔の形にあった使い方を知っておくことは、とても大切なことだと思いました。また、メイクだけでなく髪型、体型等よりどのようなものが自分には合っているかをもっと知るために研究していきたいと思います。

