

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、メイク用品だけでなく、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お届けす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。

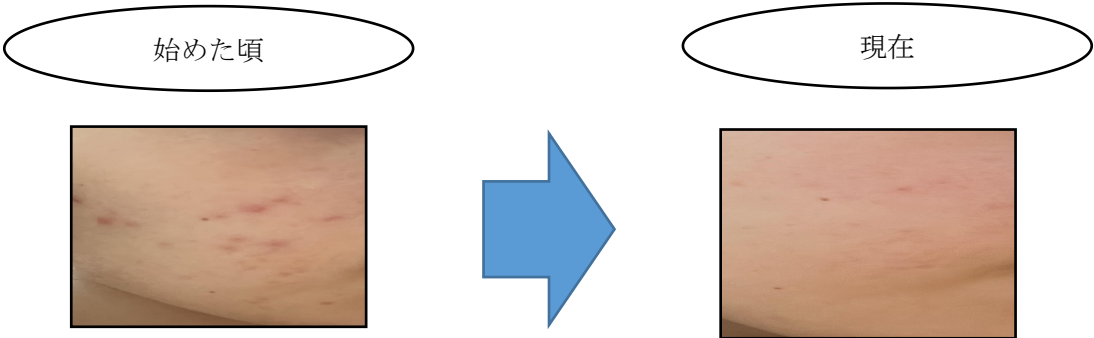
この結果を踏まえ、スキンケア、メイクの仕方、メイクに使う色を考えました。

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。



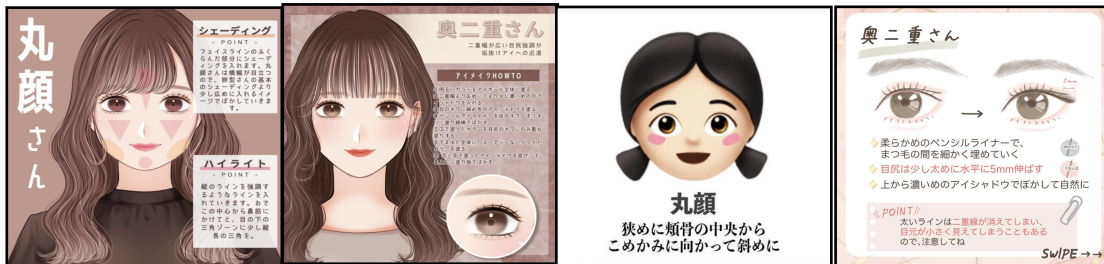
2. パーソナルカラー診断に基づくメイクの色（micill by GMO）

<p>1-2. イエベ春タイプが似合う色</p>  <p>イエベ春タイプが似合うカラーは黄みを帯びた色。 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>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</p> <p>Eye color</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、アイシャドウにはバ ステル系のふわっとしたカラーがおすすめ。 コーラル系はもちろん、アップルグリーンやアクア ブルーなどさわやかな色とも相性良好。 アイホール全体、ポイント使い...など、気分やシー ンで使い分けてお楽しみください。 細かなラメやパールが配合されたタイプをチョイス すると、メイクの幅がさらに広がるでしょう。</p>	<p>2-5. 【リップ】少しブラウンよりのオレンジリ ップでおしゃれ願に</p> <p>Lip color</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。 いつもとは少し違った大人ニュアンスカラーを混ぜ ることで、一気に垢抜けた印象になるのでおすすめ ですよ。</p>	<p>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> <p>Cheek color</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際はコーラル系のビ ンク。カジュアルなコーディネートの際はライトオ 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。 注意したいのは、暗い色や青みが強いもの。 チークでこのような色を取り入れてしまうと、顔色 が悪く見えたり、チークだけ浮いた仕上がりになっ てしまったりするので注意してくださいね。</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

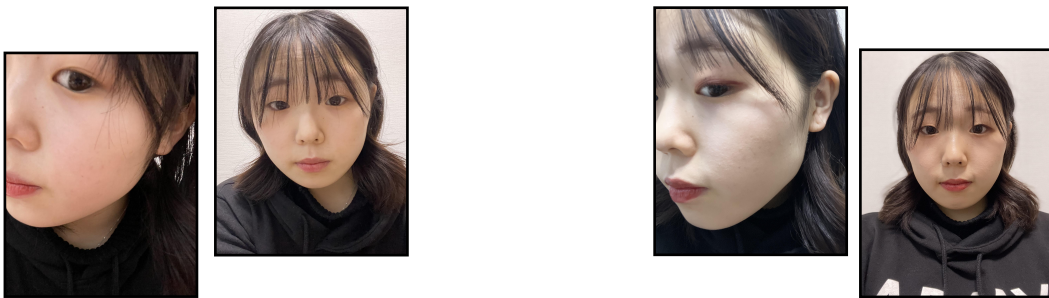
・顔のメイクの入れ方 (By Lips)

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。



Before

After



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る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、変に色があってないとかはなく、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っています。

