



1
January
2018
No. 221
¥700

ヴォーグ ジャパン

天使のような
夢のモードを。
透ける素材、パステル、花柄 etc.

ピーター・リンダーバーグ振り下ろし
リリー・ローズ・デップの
唯一無二の輝きとは？

楽園は“心”にあり。
Women of the Year
2017年最も活躍した
女性たちのオーラ。

パリコレ最前線の変化。
NY・London・Milan・Paris
コレクションスナップ
総まとめ 268

MY PARADISE
あなたのパラダイスは、どこですか？

いつだって
“おうち”が
パラダイス！

The Element of
Total Beauty Care
冬こそ自分に手をかけて。おこもり美容最新版。



浴槽で湯船を満して、
スリッパを履きながら

1. 副性腺のデリケートゾーン用油ソープ。においやゆみ、かぶれの原因をオフ。フェミニン シフォン ソープ ジャスマン&ネロリ 220ml ¥2,100 / PUBICARE ORGANIC (たかくら新産業) 2. デリケートゾーンの洗浄にも、ボディの保湿にも使える万能オイル。フェミノール 100ml ¥2,800 / AROMEDICA (アヴァガールデン) 3. デリケートゾーンを潤し、なめらかさをキープ。マッサージオイル 100ml ¥4,200 / WOMAN ESSENTIALS (ピーシーエル) 4. 下腹部や腰回りなど、生理による痛みがある場所へ効果直じませて。生理痛用アロマオイル 10ml ¥2,880 / MARIEN (マリエン薬局) 5. 100%天然由来で、かゆみにも対応するボディオイル。オーガニック モイストリペア アフター パス オイル 100ml ¥2,500 / MADE OF ORGANICS (たかくら新産業) 6. 生理中のイライラや不快感を和らげる。ロールオンタイプのフレグランス。アロマロールオン。8ml ¥2,000 / EMILY WEEK (ベイクルーズ) 7. 全陰マッサージ用オイル。妊婦はもちろん、会陰の萎縮や凝り固まりが気になる人にも。肌を柔らかくし、スムーズな産後ケアに。30ml ¥4,500 / MAMA'S CARE (モディッシュ) 8. すでにかゆみやかぶれを感じている肌にも使える。デリケートゾーン用ソープ。オーガニック処方。インティメイト・フォームウォッシュ ローズ 150ml ¥2,400 / YES (アジュマ)

マンネリを打破するセックスを。
「セックスは、女性部をマッサージするような行為。血行が良くなり、腰の乾燥も防げます。健康のためにも、月に2〜3回は行うべき」(たつの先生)。だからこそ、体位もひとつじゃもったいない！腰は伸縮する臓器。さまざまな角度から刺激することで、より柔らかく健康的な状態に。また、セックスライフが充実している人には、腰や背中が柔らかい人が多い。しなやかな体づくりに貢献するのだ。

HOW TO CARE!

膣ケアは常識。触ることへの嫌悪感をなくして。

オイルケア入浴。

オイルには、硬くなったデリケートゾーンをほぐす働きが、ボディオイルを仙骨、下腹部を含めたデリケートゾーンと太ももの内側に塗った後、体が温まるまで湯船に浸かる。湯船のタオルを肌にあて、優しくマッサージを。



Point!
デリケートゾーンにもオイルを。



オイルでコットンパック。
植物由来の上質オイルを肌程度に温め、コットンが十分に湿るまで含ませる。そのコットンを会陰(膣と肛門の間)にあて、ティッシュを3枚重ねてからシャワーをはき、1時間はパックして。

Point!
会陰にコットンをあてて。

LESSON

2

Delicate Zone

女らしさも人生の充実度も高まる。最新膣ケア。

お話を伺ったのは…… たつのゆりこ先生

助産師、鍼灸師、看護士の資格をもち、現在は「Be born助産院・産後養生院」の院長として、出産の介助や出産前後の女性の心身のケアを行う。各種講演や、著書「ちつものトリセツ」も大好評。

「膣は女のパワースポット。お手入れしなきゃ損!」

「デリケートゾーンをきちんとケアすると、膣はまだ遠く離れているはずの脳が幸福感やリラクゼーションに満たされます。なぜなら、膣と脳は自律神経でつながっているから。その結果、思考が活発たり、肌にツヤや透明感が生まれ、イライラや憂鬱な気分が襲われにくくなり……健康面はもちろん、精神的にも美容面でもいいことがたくさんあります」。そう教えてくれたのは、東洋医学やアーユルヴェーダの知識にも精通する、助産師のたつのゆりこ先生。デリケートゾーンのお手入れを推奨する理由には、現代女性の膣事情もあ

った。「卵巣の老化は始まるものの、30〜40代はまだ遠く離れているべき世代。しかし、最近では若くても膣が冷えて乾燥している女性が増えました。凝り固まって萎縮している人も。性交渉や生理痛、便秘や尿にも悩まされていたら、膣のお手入れ不足を疑って」。膣の状態を荒らしているのは、脳を酷使するデジタル化社会やシャワーで済ませる生活、運動不足や偏った食生活、セックスレヴェューダの知識にも精通する、助産師のたつのゆりこ先生。デリケートゾーンのお手入れを推奨する理由には、現代女性の膣事情もあ