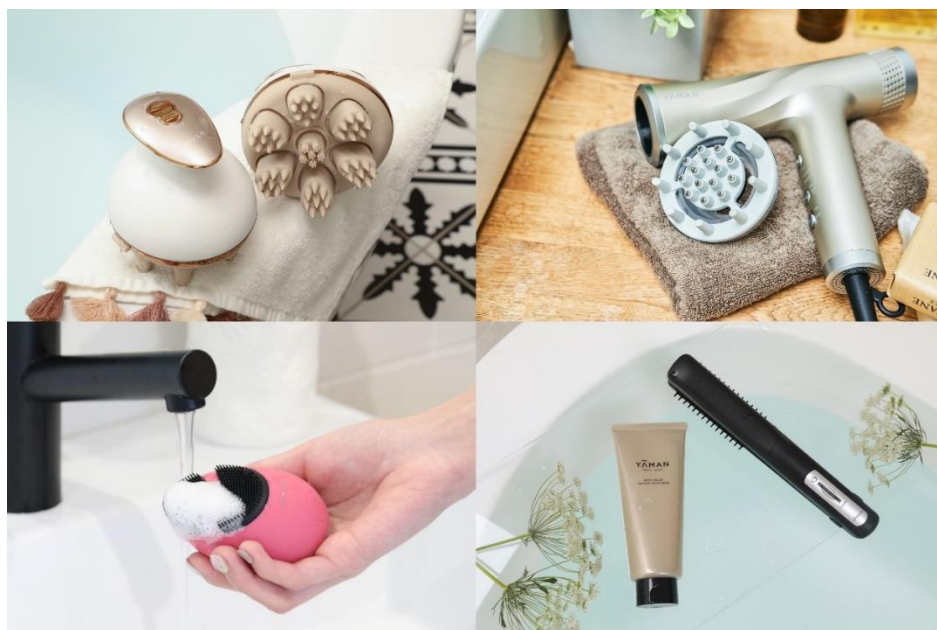


2月6日は「お風呂の日」。

ヤーマン社員のリアルなお風呂ルーティンを大公開！

寒さに打ち勝つためのお風呂の過ごし方とは？
毎日使いに欠かせない、約1分で終わる高タイプアイテムもご紹介。

去る1月20日は「大寒」。1年で最も寒いと言われているこの時期、体調を崩しやすいという方や寒さに勝てず出不精になってしまっている、という方も多いのでは？ 芯から冷えてしまった日は、毎日のバスタイムを味方につけましょう。湯船に浸かってゆっくり温まりたい日も、シャワーで済ませる日も、せっかくなら最大限有効活用したい！ そんなあなたにお届けする「ヤーマン社員のリアルなお風呂ルーティン」。ヤーマンの美容機器は、洗顔・洗髪、入浴時、アウトバスと、様々なシチュエーションで使用できる製品がたくさんあり、“タイプ（タイムパフォーマンス）”を重視して美容機器を組み合わせることで、バスタイムを有意義に活用することができます。そこで、いつものお風呂タイムを至福のエステタイムに変えてくれる美容アイテムと共に、ヤーマン社員のリアルなお風呂ルーティンをご紹介します。

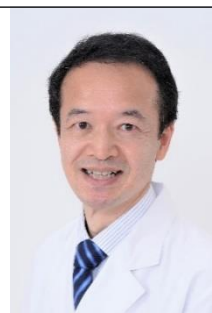


■ 専門家に聞いてみた！

お風呂での美容ケアについて、東京都市大学の早坂信哉教授にお話を伺いました。

温泉療法専門医・博士（医学）／早坂信哉教授

東京都市大学人間科学部学部長・教授。20年にわたり3万人以上の入浴を調査。お風呂や温泉の医学的研究の第一人者。著書に『おうち時間を快適に過ごす 入浴は究極の疲労回復術』（山と溪谷社）など



✓ お風呂でケアするメリットについて

温熱によって体が温まれば、血管が拡がり心臓の動きが強くなり血流がアップします。血流がアップした状態で毛穴、頭皮、むくみのケアをすることで、**冷えた状態で行うケアよりも効率的にケア**する事が出来ます。

✓ 入浴のベストな温度と時間について

温度は 40 度がよいと考えています。**10～15 分くらいの入浴時間**でも十分体は温まります。

✓ 入浴中のケアについて

半身浴では温熱作用だけでなく、血流を改善させる静水圧作用やリラックス効果のある浮力作用も半減してしまうので、**まずは体を全身温める事が出来る全身浴がおすすめ**です。全身を温めると頭皮やお顔も含めた全身の血流がよくなり、栄養分も供給されスキンケアに適した状態になります。また毛穴が開き皮脂や角層も柔らかくなるためケアに適した状態となります。**全身が温まりむくみがほぐれた状態でスキンケアを行うとより効果的**です。

■ 時間がない日は“タイパ”を重視！お手軽アイテムで簡単ケア(平日編)

平日ルーティンのポイント

- ① 30 分程度で済ませる
- ② 効率的に美容ケアを取り入れる
- ③ 継続できる習慣づくり

✓ 20:00 洗顔 (所要時間 : 約 1 分)

● mysé / クレンジリフト / 税込 16,500 円

お風呂に入ったらまずはメイクを落として、洗顔しながら EMS でリフトケア*1 をするのが“タイパ”を上げる秘密！手だけで落としかけているか不安になり長時間ゴシゴシがちな毛穴汚れも『クレンジリフト』で簡単にお手入れ。おすすめは泡タイプの洗顔フォームとの併用。イオン導出によって浮き上がらせた汚れを泡にしっかり吸着させ、すると摩擦レスに落としてあげましょう。

● ヤーマン社員のオススメポイント

「忙しい平日のクレンジングを疎かにすると、日々のメイク残りなどが蓄積し肌がくすんだ印象に。お手軽に本格ケアが出来るブラシ型美顔器で洗顔することで賢く毛穴ケア！」



✓ 20:05 ヘアケアタイム (所要時間 : 約 5 分)

● YA-MAN TOKYO JAPAN / シャインプロ / 税込 27,500 円

サロン発想のトリートメント導入機器。お手持ちのトリートメント剤の浸透を促す「超音波トリートメント」で、サロンのような本格ケアが自宅で叶います。美容院でお手入れすると時間もお金もかかってしまうトリートメントケアを、いつものバスタイムルーティンに入れることで QOL も上がり、多幸福感あふれるバスタイムに。

● ヤーマン社員のオススメポイント

「ロングヘアでも 2 分程度で完了するから“タイパ”も最高。週に 2～3 回取り入れるだけでいいから使い続けられる！」



●YA-MAN TOKYO JAPAN / ディープモイストリペアトリートメント / 税込 3,960 円

人気の超音波トリートメント機器「シャインプロ」との相性を考えて開発されたヤーマンの最新トリートメント。髪ダメージの原因である「熱」「カラーリング」「乾燥」にアプローチする”トリプルリペア処方”で髪ダメージをケアします。傷んだ髪を補修しながらくせにアプローチすることでまとまりを良くし、気になる冬の乾燥ダメージもケアします。

●ヤーマン社員のオススメポイント

「お手入れに時間がかかる髪のくせを毎日のバスタイムにケアしてあげることで朝のヘアセットタイムも短縮！」



✓ 20:25 アウトバスケア (所要時間 : 約 15 分)

●YA-MAN TOKYO JAPAN / リフトドライヤー / 税込 55,000 円

アウトバスタイムには、史上初*2 のエステドライヤーを。低温×大風量だから忙しい平日でも速乾ドライで美髪ケアができちゃう優れもの。「イオンリセットテクノロジー」搭載で冬に気になる静電気も瞬時にリセットしつつ、リフトヘッドを付ければ同時に顔のリフトケア*1 まで出来るため、忙しい方の味方になる 1 台です。

●ヤーマン社員のオススメポイント

「バスタイムルーティンで最も時間がかかってしまうドライヤーの時間を短縮することで、その後の自分時間も充実♪少しでも長くリラックスタイムを取れるよう、週末まで疲れを溜めない日常づくりをサポート！平日はドライヤー時間でこつこつ美髪ケア。時間のある休日はリフトヘッドをつけて、フェイスクア、頭皮ケアまでフルコースで使うのがおすすめです。」



■週に 1 度のリセットタイム。たっぷり時間を取って最高のお風呂タイムを (休日編)

休日ルーティンのポイント

- ① 1 週間の疲れを癒す贅沢トリートメント*3
- ② 10 分~15 分の全身浴で効率的にボディケア
- ③ 平日にはお手入れできないパーツのケアも

✓ 19:00 洗顔 (所要時間 : 約 1 分~2 分)

●mysé / ディープスキんクリア / 税込 19,800 円

平日には時間を割けない小鼻周りの角栓ケアも、休日は少し時間を取ってディープオフ。新形状のスプーンヘッドで細かいパーツのお手入れも簡単にできるので、自宅に居ながら本格ピーリングが実現します。超音波振動×イオン導出で毛穴に詰まった汚れをパワフルに弾き飛ばしてくれるから、スッキリした印象で新しい 1 週間をスタートできます。

●ヤーマン社員のオススメポイント

「アタッチメントを付け替えればボディにも使用できるので、お風呂タイムを有効活用してヒジやかかとなどの固い角質も強力ピーリング！」



✓ 19:05 ヘアケアタイム (所要時間 : 約 5~10 分)

- mysé / ニードルヘッドスパリフト / 税込 19,800 円

「mysé (ミーゼ)」の製品は、全てお風呂で使える&コードレス。特に『ニードルヘッドスパリフト』はシャンプーをしながら使用できるので、頭皮ケアにもおすすめです。48本のニードルブラシが、硬くなりがちな現代人の頭皮をピンポイントで刺激することで、いつものシャンプータイムを至極のヘッドスパタイムに導きます。

- ヤーマン社員のオススメポイント

「デスクワークで硬くなりがちな頭皮や眼輪筋を休日のシャンプータイムでリラックスさせることで、疲れを溜めない習慣作りを。アタッチメントを付け替えればこれ1台で首・肩回りもケア出来るのが嬉しい！シャンプータイムで頭皮ケアできたら、トリートメントタイムは平日同様に『シャインプロ』でツヤ髪を仕込むのが私流。」



✓ 19:20 入浴 (所要時間 : 約 15 分)

- mysé / ディープコア / 税込 16,280 円

エステティシャンの手技を再現したもみ出しアタッチメントで本格ボディケアが叶う1台。「もみ出し」「ひねり上げ」「押し流し」の3つのハンドケアを再現し、肌に当てるだけで特殊形状ローラーが気になる部位をしっかりとみ出します。代謝が上がっている入浴時に取り入れることで効率よくお手入れができて、「タイパ」もさらにUP！

- ヤーマン社員のオススメポイント

「湯船に浸かった状態で使用することでより効率的に気になるボディパーツのケアが出来るため、1週間の疲労感もスッキリフレッシュ！」



✓ 19:50 アウトバスケア (所要時間 : 約 10 分)

- mysé / スカルプリフト アクティブ プラス / 税込 59,400 円

ブラシ型美顔器『スカルプリフト アクティブ プラス』は、パワーアップしたEMSで硬くなりがちな頭筋をしっかり刺激し、気になるお悩みにアプローチ。さらにフェイスアタッチメントに付け替えれば顔周りの気になるもたつきもお手入れできるので、休日の本格ケアにおすすめです。

- ヤーマン社員のオススメポイント

「これ1台で頭筋も表情筋もケアできるのがお気に入りポイント。お手入れするパーツごとにアイテムを分けなくて良いからコスパも良い！」



■お風呂の日キャンペーン&インスタライブを実施

mysé 公式Instagramにて「お風呂の日キャンペーン」を実施。さらに2月6日(月)19:00より、キャンペーンの詳細や、お風呂時間を彩る美容アイテムをご紹介します。インスタライブを配信いたします。

名称：“タイパ”を上げるお風呂の日キャンペーン

実施期間：2023年2月6日(月)12:00～2023年2月12日(日)23:59

応募方法：mysé 公式Instagramアカウント (@myse_jp) をフォローし、指定された投稿にいいねをすると応募完了です。

✓ mysé 公式Instagramアカウント (@myse_jp)

https://www.instagram.com/myse_jp/

■「mysé (ミーゼ)」のご紹介

エステティシヤンの繊細な指使いや手技を、あてるだけの簡単操作で再現。どなたでも、「カンタン、キレイ、お風呂でエステ。」を実現した自由に楽しめる本格ホームエステをお届けします。

ブランドサイト：<https://www.myse.jp/>

The logo for mysé, featuring the brand name in a lowercase, sans-serif font with an accent on the 'é', set against a solid red rectangular background.

■「YA-MAN TOKYO JAPAN」のご紹介

理想の美を先端テクノロジーと常識を超えるアイデアでかなえる、基幹ブランド。フェイス・ボディ・ヘアケアの美容機器からコスメまでをラインアップ。

ブランドサイト：<https://www.ya-man-tokyo-japan.com/>

The logo for YA-MAN TOKYO JAPAN, featuring the brand name in a bold, uppercase, sans-serif font with a horizontal bar above the 'A', and 'TOKYO JAPAN' in a smaller font below it.

*1 引き上げるように動かすこと

*2 ヤーマンドライヤーとして

*3 それぞれの使用頻度を守った上でご使用ください

※発表日現在の情報となります。最新の情報と異なる場合がございますのでご了承ください。