

報道関係者各位

Panasonic
Beauty2023年10月19日
パナソニック株式会社

プロ^(※1)も勘違い！ スキンケアの5つの落とし穴

「化粧水のバシャバシャ使い」は意味がない!?

「クレンジングをしながらのマッサージ」は肌に悪影響!?

正しい知識&ケア方法を、専門家が徹底解説！

パナソニック株式会社は、このたび、20～40代の女性500名を対象に「スキンケアにおける考え方」をテーマにした調査をおこないました。*1：スキンケアのプロ4名

その結果、多くの女性が「化粧水はたっぷりの量をバシャバシャ使ったり、重ね付けしたりすると良い」、「クレンジングをしながらのマッサージは、ハリ感のなさによる肌のもたつきケアに良い」など、さまざまな勘違いに陥っていることが明らかになりました。

また、これらの内容は、スキンケア好きな人こそ勘違いしやすいこと、スキンケアブランドをプロデュースしている「スキンケアのプロ」でも誤解しやすいこともわかりました。

そこで、今回は調査で明らかになった「勘違いスキンケア」について、美容医療クリニックの貴子先生に、解説および正しいケア方法のアドバイスを頂きました。

【調査概要】

- ・調査内容：「スキンケアにおける考え方」に関する調査
- ・調査手法：インターネット調査
- ・調査対象：20～40代女性 500名（有効回答数）※年代均等割付
- ・調査期間：2023年8月18日～21日
- ・調査主体：パナソニック株式会社
- ・対象エリア：全国
- ・実査委託先：楽天インサイト株式会社

※調査結果の数値は、積み上げ計算すると誤差がでる場合があります。

※調査結果をご紹介頂く際は、「パナソニック調べ」と注釈をご記載ください。

<サマリー>

- うっかり間違いがち…スキンケアの5つの落とし穴を、美容皮膚科医が解説！
- スキンケア好きほど、勘違いに陥りやすい傾向が明らかに!?
- 「スキンケアのプロ」も勘違いに陥っていたことが判明!?
- 今からでも遅くない！正しい知識をふまえて、スキンケアのアップデートを

■うっかり間違えがち…スキンケアの5つの落とし穴を、美容皮膚科医が解説！

今回の調査では、勘違いしやすいスキンケアの考え方5項目について、一般女性500名に「正しいと思っている」または「これまでに実践したことがある」ものをご回答頂きました。また、一般女性の中でも、特に「スキンケア好き」（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方／n=295）の方のみに絞り込んだ集計結果を算出。さらに、スキンケアブランドをプロデュースしている「スキンケアのプロ」にも、同様の質問をおこないました。

※「正しいと思っている」または「これまでに実践したことがある」を選んだ人の割合＝勘違い率として算出しています。

【専門家（美容皮膚科医）プロフィール】

貴子先生

松倉クリニック代官山 院長

日本形成外科学会認定専門医 帝京大学医学部卒業

京都大学附属病院など大学病院を経て、都内美容外科クリニック院長など歴任。

日本形成外科学会認定専門医の知識を活かして正しい美容医療を行う。

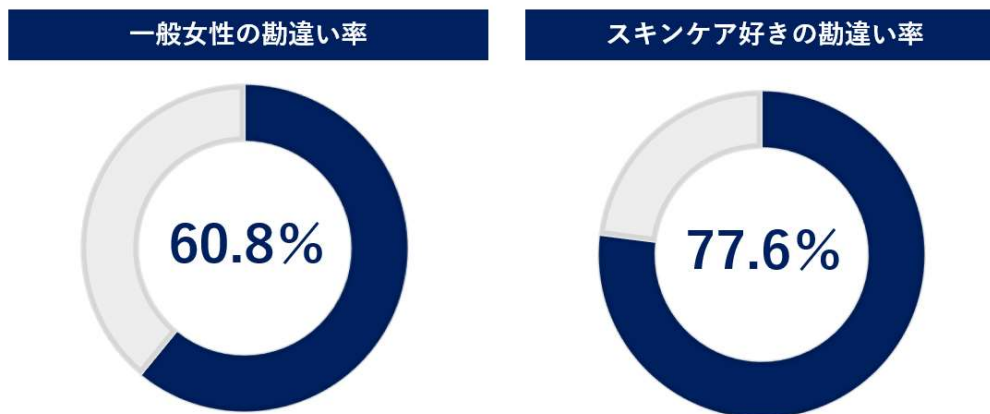


※貴子先生に依頼し、頂いたコメントを編集して掲載しています。

～スキンケアの基礎編～

(1) 話題の成分が入っているかどうかでスキンケアアイテムを選ぶ

【調査結果】



※勘違い率＝スキンケアに関する上記の項目について、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合
 ※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方のみに絞り込み）

【専門家の見解】

△（正しいとは言い切れない）

話題の美容成分が、必ずしも自分に合うものとは限らないため、まずはどのような特性を持つ美容成分なのか、自分の肌質や悩みにマッチしているものなのかを、必ず確認する必要があります。

また、美容成分が入っていればすべて同じというわけではなく、濃度・浸透のしやすさなどには違いがあります。同じ美容成分でも、処方が変われば効果も変わります。より高い効果を望むのであれば、濃度や浸透のしやすさにも注目しましょう。濃度については、有効な美容成分が一定の濃度で配合されているものには「医薬

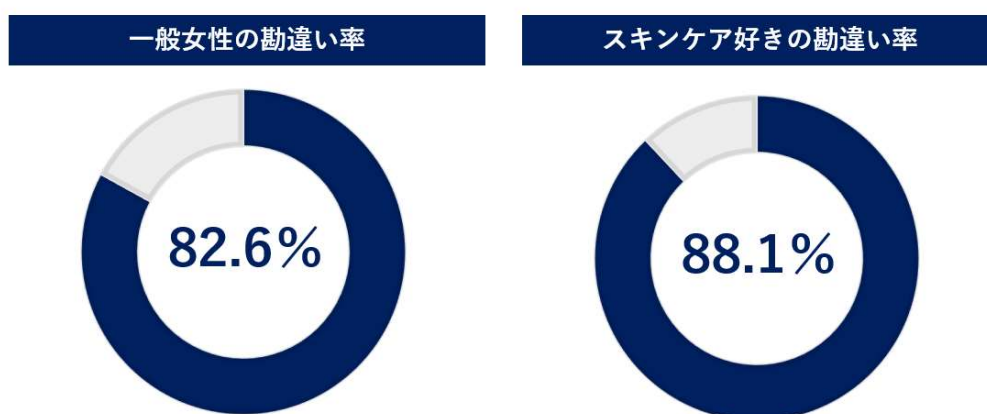
部外品」などの表示があります。

また、美容成分には分子のサイズが大きく、手塗りでは浸透しにくいものもあります。その場合は、リポソーム技術を使っているものなど、美容成分の届け方を工夫しているものを選ぶとよいでしょう。

さらに、化粧品はお気に入りのものを使いながら、美容成分を効率良く角層に届けるために、美顔器を使うという方法もあります。手塗りでは浸透しにくい美容成分でも、電気力で肌の奥、角層までしっかり浸透させることが可能です。また、ひとつの美容成分だけでなく、ヒアルロン酸、コラーゲン、ビタミンCなど、いろいろな美容成分の浸透を高められるのも美顔器のメリットです。(貴子先生)

(2) 化粧水はたっぷりの量をバシャバシャ使ったり、重ね付けしたりする

【調査結果】



※勘違い率=スキンケアに関する上記の項目について、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合
 ※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方のみを絞り込み）

【専門家の見解】

△（正しいとは言いきれない）

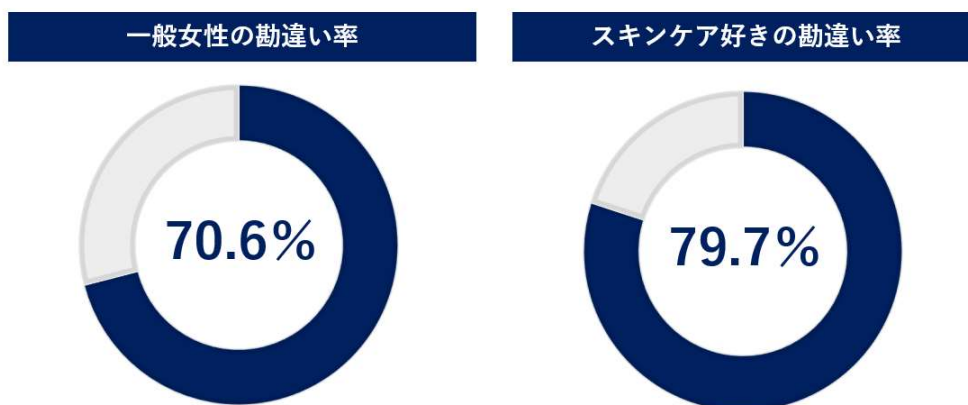
化粧水を大量に塗布しても、角層が吸収できる水分量には限りがあるので意味がありません。また、肌が水分を過剰に含み過ぎると、バリア機能が低下して、肌の水分が蒸発しやすくなり、結果的に乾燥しやすくなります。水分よりも成分の吸収を高めることが重要です。

水分を必要以上にとってしまうことを防ぐため、化粧品は、各メーカーの推奨量を使うようにしましょう。もし、もの足りないと感じる場合は、量を増やすのではなく、アイテムを見直して、より保湿力の高い成分が入っているものを試してみてください。代表的な保湿成分としては、ヒアルロン酸、コラーゲン、セラミドなどがあげられます。

また、保湿成分をしっかりと浸透させるためには美顔器の使用もおすすめです。適量の使用で、手塗りにはできない角層への高浸透を叶えることができます。(貴子先生)

(3) 高価なスキンケアは少しずつ大事に使う

【調査結果】



※勘違い率=スキンケアに関する上記の項目について、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合
 ※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方に絞り込み）

【専門家の見解】

△（正しいとは言い切れない）

化粧品には、各メーカーが推奨する使用量というものがあります。メーカーの推奨範囲の量であれば問題ありませんが、それを下回ってしまうと、せっかくの高価なスキンケアアイテムの効果も発揮されにくくなってしまいます。どのような化粧品でも、まずはパッケージなどに書かれている推奨使用量を必ずチェックするようにしましょう。適量を守ることが美肌の近道です。

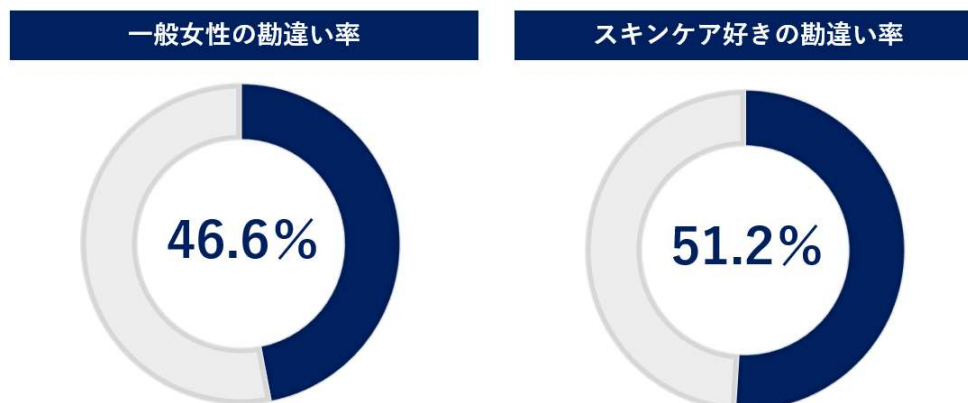
そして、スキンケアは継続が大事なので、高価なスキンケアを、推奨量使い続けることが難しい場合は、**手ごろなスキンケアをを使いつつ、そのぶん美顔器を取り入れる**という考え方もあります。美顔器は一度投資すれば長く使うことが可能です。

また、高価なスキンケアを使う場合でも、せっかく投資するのであれば、**有用成分をしっかり角層まで浸透させられる美顔器と一緒に使うことはおすすめ**です。（貴子先生）

～スキンケアの応用編～

(4) 美容医療でなければ、ハリ感のなさによる肌のもたつきケアはできない

【調査結果】



※勘違い率=スキンケアに関する上記の項目について、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合
 ※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方に絞り込み）

【専門家の見解】

× （誤っている）

ハリ感のなさによる肌のもたつきケアとして、美容医療は非常に有効ではありますが、自宅でもケアすること自体は可能です。

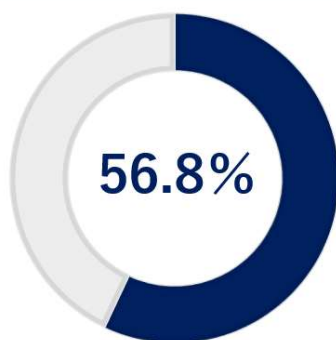
自宅で行うデイリーケアとしておすすめなのが表情筋トレーニング。口や目の回りの筋肉を動かしたり、舌を動かしたりすることで、衰えた筋肉を活性化させ、しなやかな表情に導くことができます。

こわばった表情筋のトレーニングを毎日自力で行うのはなかなか大変ですが、デイリーケアを積み重ねておくことで、美容医療に頼りすぎないでいられるようになります。（貴子先生）

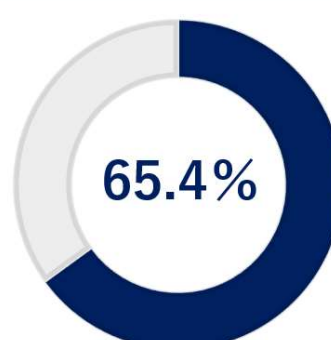
（5）クレンジングをしながらマッサージをすることで、メイクを落としながらリフトケアもおこなう

【調査結果】

一般女性の勘違い率



スキンケア好きの勘違い率



※勘違い率=スキンケアに関する上記の項目について、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合
 ※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方だけに絞り込み）

【専門家の見解】

× （誤っている）

手を使って皮膚を動かすようなマッサージは、ジェルやクリームなどを塗っても、やり方によっては、摩擦にはつながってしまいます。また、クレンジング剤を長時間塗布したままにすることも、肌の負担になるのでおすすめしません。

肌の角層は非常にデリケートなため、少しの摩擦で簡単にはがれて薄くなり、ターンオーバーの乱れや、バリア機能の低下につながってしまいます。そのため、皮膚をひっぱったり、こすったりするようなマッサージは、肌にとって負担になってしまうことがあります。

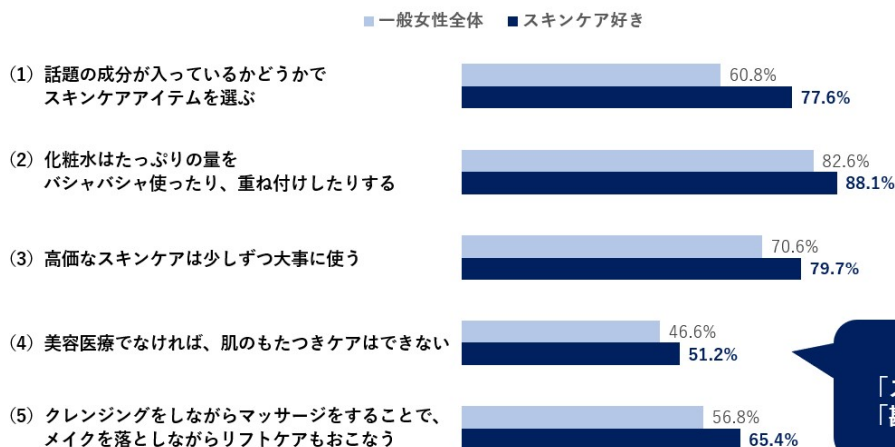
リフトケアの際にも、肌をこすらないように意識して、前述のように、手を触れずに口や目を動かすなどの方法で、表情筋トレーニングをすることをおすすめします。（貴子先生）

■ スキンケア好きほど、勘違いに陥りやすい傾向が明らかに!?

今回の調査では、多くの方が、スキンケアに関するさまざまな勘違いをしていることがわかりました。

また、一般女性を対象とした調査においては、5項目すべてで「正しいと思っている」または「実践したことがある」人の割合について、「一般女性全体」を「スキンケア好き」が上回る結果に。スキンケアについて調べるのが好きな人こそ、こうした勘違いに陥りやすい傾向があると言えます。

スキンケアに関する5項目の「勘違い率」



※勘違い率=正しいとはいえない/誤っている、スキンケアに関する5項目それぞれについて、「正しいと思っている」または「実践したことがある」と回答した人の割合

※一般女性全体：n=500、スキンケア好き：n=295（事前調査で「スキンケアについて調べるのが好き」と回答した方のみ絞り込み）

■ 「スキンケアのプロ」も勘違いに陥っていたことが判明!?

さらに、今回は、スキンケアブランドをプロデュースしている「スキンケアのプロ」にも、同様の質問をおこないました。その結果、「スキンケアのプロ」たちでさえ、今回の5つの項目に、勘違いしていたものがあったことがわかりました。

▼ 「スキンケアのプロ」である、スキンケアブランドのプロデューサー・ディレクターたちの声

(1) 話題の成分が入っているかどうかでスキンケアアイテムを選ぶ

「最近流行っている、肌荒れに効果があると言われていたツボクサエキス配合などのアイテムをみるとつい購入してしまいます。今後は、成分自体だけではなく、濃度や浸透のしやすさにも、こだわっていきたいと思いました」(Eri/谷奥えりさん)

(2) 化粧水はたっぷりの量をバシャバシャ使ったり、重ね付けしたりする

「化粧水は、1度目は顔よりも手に水分が吸収されている認識なので、顔にも水分が届くように、時間をかけて何度か塗り重ねていました。重ねすぎると乾燥のリスクがあるとのことなので、水分よりも成分の吸収を高めるように意識したいです」(小室安未さん)

(3) 高価なスキンケアは少しずつ大事に使う

「私も昔、高価なスキンケアは、少しずつ使っていた記憶があります。私のブランドのお客様にも、高価なものはずっと大切に使うという方が多いです」(山中美智子さん)

(4) 美容医療でなければ、ハリ感のなさによる肌のもたつきケアはできない

「成分重視のスキンケアアイテムを取り入れたりすることはあるのですが、目に見える効果や長期的な効果は美容医療に頼るのが一番なのかなと思っていました。表情筋のトレーニングについては選択肢に入っていなかったの、これから意識してみたいです」(小室安未さん)

(5) クレンジングをしながらマッサージをすることで、メイクを落としながらリフトケアもおこなう

「クレンジングなどは伸びがいいので、そのついでにリンパを流して浮腫みを取ることがありました。肌の負担や摩擦につながり、リスクがあるとのことなので、今後は肌への負担の少ないケアを心掛けたいです」(Ema/谷奥えまさん)

※各スキンケアブランドをプロデュースしている「スキンケアのプロ」に頂いたコメントを、編集して掲載しています。

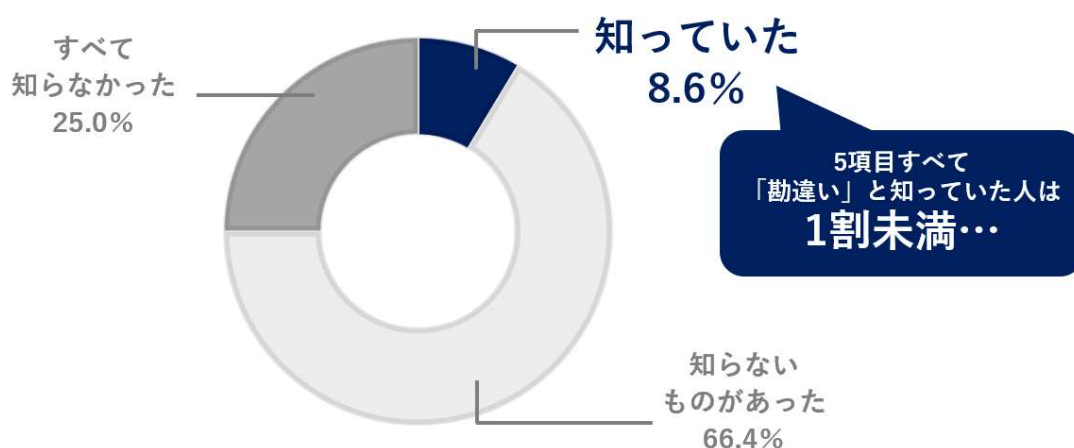
■ 今からでも遅くない！

正しい知識をふまえて、自分に合ったスキンケアのアップデートを

なお、今回調査で扱った5項目が、すべて「スキンケアにおいて勘違いしがちな内容（正しいとは言い切れない、または誤っている内容）」であることを、調査回答時点で「知っていた」と答えた人は、わずか8.6%に。残り大多数は、「知らないものがあつた」(66.4%)、「すべて知らなかった」(25.0%)と回答しています。

スキンケアに関する5項目が「勘違い」であることを知っていた割合

Q：今回調査で扱った5項目が、すべて「スキンケアにおいて勘違いしがちな内容（正しいとは言い切れない、または誤っている内容）」であることを、調査回答時点で知っていましたか？

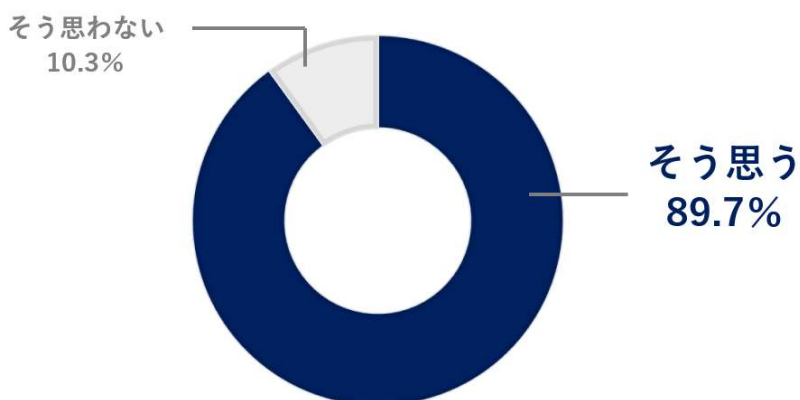


※n=500

そこで、あらためて、前問で「知らないものがあつた」「すべて知らなかった」と答えた方(n=457)に、「今回の5項目について、正しいスキンケアの知識を得て、今後適切なお手入れを心掛けたいと思いますか？」と聞いたところ、89.7%が「そう思う」と答えています。

正しいスキンケアの知識を得て、お手入れを見直したいと思った人の割合

Q：今回の5項目について、正しいスキンケアの知識を得て、今後適切なお手入れを心掛けたいと思いますか？



※n=457（前問で、スキンケアに関する5項目について「知らないものがあつた」「すべて知らなかつた」と答えた方）

【専門家からのアドバイス】

せつかく時間や手間をかけてスキンケアをしても、**努力の方向性が間違っていると、逆効果になる**ことも。特に、**勘違いで肌に逆効果のことをしていると、今後恐ろしい歳の取り方につながるリスク**もあります。今回、早いうちに勘違いに気づけたことをポジティブにとらえ、**今からでも正しい知識をふまえて、スキンケアをアップデート**して頂ければと思います。（貴子先生）



▼コメント提供者（スキンケアのプロ）のプロフィール（五十音順）

スキンケアブランド「MANOROL」プロデューサー

Ema/谷奥えま（たにおくえま）、Eri/谷奥えり（たにおくえり）

ツインズユニット、モデル、ビューティスト。スキンケアブランド「MANOROL」プロデューサー。京都で代々営む花屋の娘として、幼少期から花や草木の魅力に触れて育つ。双子のファッションアイコンとして活動を続ける傍ら、美を育むためには心身のバランスが不可欠と考え、美容研究をスタート。「MANOROL」はネガティブに考えてしまう癖がある2人が、辛い時に“香り”に助けられたことから、同じ悩みで悩んでいる方達を助けたいという思いで立ち上げたスキンケアブランド。

Instagram（Ema）：@ematanioku

Instagram（Eri）：@eritanitani

スキンケアブランド「mul clear」プロデューサー

小室安未（こむろあみ）

モデル、スキンケアブランドディレクター。大学生時代にスカウトされ、その後、「CanCam」の専属モデルとなり、モデルとしての立ち位置を確立。ファッション誌のみならず、TGCやGirlsAward等にも出演し、人気を集めている。2023年には、日本テレビ「ZIP!」の「流行ニュース キテルネ!」リポーターに就任。モデルだけ

ではなく、リポーターとしても活躍の幅を広げている。プロデュースをしているスキンケアブランド「mul clear」では、自身の経験を活かし、こだわりを持った商品展開。等身大で嘘偽りなく発する発言などに多くの共感を生み影響力の高いモデルとして注目されている。

Instagram : @ami_komuro

スキンケアブランド「favs」ディレクター

山中美智子（やまなかみちこ）

敏感肌である自身の経験を元に開発したスキンケアブランド「favs」ディレクター。ビキニを中心としたアパレルブランド「ALEXIA STAM」デザイナー。1985年東京生まれ。22歳から服飾デザインの勉強を開始。旅をしてビーチに行くことや、海外のビキニを集めることが好きだったことが高じて、自身の水着ブランドをスタート。海を感じて健康的にハッピーに暮らす事を提案するライフスタイルも注目されている。私生活では一児の母。

Instagram : @alexiastam1988

■ パナソニック史上最高（※1）の角層浸透を叶える「イオンブースト マルチ EX」

パナソニックは、2023年11月1日（水）に、角層浸透研究を結集した、パナソニック史上最高（※1）の角層浸透を叶える美顔器「イオンブースト マルチ EX」を新発売します。

外からの異物の侵入を防ぐ役割をしている肌の角層。このような構造のため、分子サイズが大きい美容成分は、ただ手で塗るだけでは浸透しにくく、スキンケア効率が落ちていきます。同製品には、美容クリニックに学んだ「パワーブーストテクノロジー」を搭載。このテクノロジーにより、約3秒で角層を一時的にゆるめて美容成分の通り道を作ることで、手塗りでは浸透しにくい美容成分も、肌の奥、角層まで浸透させることが可能になり、スキンケアをアップグレードさせることができるようになっています。

さらに、自分では鍛えづらい、顔の表情を作る複雑な筋肉にアプローチできる「デュアルダイナミックEMS」機能を搭載。手ではできない肌の奥の表情筋をトレーニング（※2）できます。

「角層への高浸透ケア」×「EMSで表情筋トレーニング（※2）」をダブルで叶えられる美顔器で、現在のスキンケアをアップグレードしてみたいはいかがでしょうか。

【商品特長】

1. 毎日のお手入れを高浸透（※2）ケアへアップグレード

*2: 角層まで

新開発の「パワーブーストテクノロジー」で、角層を一時的にゆるめ、手でのスキンケアでは浸透しにくい高分子美容成分（ヒアルロン酸やコラーゲン等）を、肌の奥、角層までしっかり届けることができます。

2. パナソニック史上最高出力のハイパワー（※1）を実現

手塗りと比べて、ヒアルロン酸は12倍（※3）、コラーゲンは6.3倍（※4）も、角層まで浸透させる事が可能に。角質細胞までみずみずしくうるおって、乾燥小じわも目立たない肌へと導きます。<効能評価試験済み>



3. スキンケアの浸透（※2）モードにON/OFFできる

EMSで表情筋トレーニング（※2）が可能

※2：角層まで

パナソニック独自のデュアルダイナミックEMSで、自分では鍛えづらい、顔の表情を作る複雑な筋肉にアプローチすることができます。さらにこれ一台で、角層への高浸透スキンケアとリフトケア（※5）が同時に叶います。

4. 毎日のスキンケアを、この一台で！

なりたい肌に合わせて選べる5モード搭載

角質・毛穴汚れ除去、高分子浸透（※6）、保湿、ブライトケア（※7）、表情筋トレーニング（※2）、肌の引き締めを、これ一台で。なりたい肌にあわせて、自由にモードを選ぶことができます。



■ 田中みな実さんの最新スキンケアルーティーンにも欠かせない、「相棒」的存在！

CM出演中で、その審美眼が支持されている田中みな実さんからも「イオンブースト マルチ EX」を使用した実感として、以下のようなコメントを頂いています。

<プロフィール>

田中みな実（たなかみなみ）

1986年生まれ、埼玉県出身。

アナウンサーを経て、'19年より俳優活動をスタート。主な出演作は、ドラマ「M 愛すべき人がいて」（テレビ朝日系 '20）、「最愛」（TBS系 '21）、「吉祥寺ルーザーズ」（テレビ東京系 '22）、「ボーイフレンド降臨！」（テレビ朝日系 '22）、「ずっと独身でいるつもり？」（'21）、「あなたがしてくれなくても」（フジテレビ系 '23）、「ばらかもん」（フジテレビ系 '23）など。



ここ数か月、毎日使っている私の「相棒」的存在の美顔器です。シンプルで分かりやすい！かつ、実感があるから、どれだけ忙しくても手間だと感じずに続けられます。

夜は、お風呂上がりにCLEANモードで古い角質や毛穴汚れを穏やかに除去。そのあとBOOSTモードで角層を一時的に緩めて、美容成分が浸透しやすくなる肌環境を作ってからスキンケアを始めるのがいつものルーティーン。ビタミンC系のブライトニングケアはBRIGHT UPモードで浸透させて、保湿系のケアはMOISTモードでぐぐっと角層まで行き届かせます。いつも使っているお化粧品の効果を最大限に引き出してくれるようで、もう手放せません！

角層への高浸透ケアをしながら、同時にデュアルダイナミックEMSで表情筋トレーニング（※2）が叶うので、朝は化粧品を角層まで浸透させながらEMSのパワーをMAXにしてフェイスラインの肌をキュッと引き締めます。「美顔器やらなきゃ…」と、気負いしないのは実感を得られるから！

※田中さんに依頼し、頂いたコメントを編集して、掲載しています。

▼「イオンブースト マルチ EX」特設サイト

<https://panasonic.jp/face/products/ionboostex/EH-SS85.html>

※1：2023年9月27日現在 11月1日発売予定

※2：電気刺激を筋肉に伝え、筋肉を収縮させること

※3：ヒアルロン酸水溶液で浸透試験を実施 BOOSTモード使用後にMOISTモードで塗布した場合と、手で塗布した場合の比較（当社調べ）

※4：コラーゲン水溶液で浸透試験を実施 BOOSTモード使用後にMOISTモードで塗布した場合と、手で塗布した場合の比較（当社調べ）

※5：引き上げるように機器を動かすこと

※6：ヒアルロン酸分子量5,000～10,000を使用した浸透試験を実施

※7：キメを整えて、肌を明るく見えるようにするケアのこと

●効果・刺激の感じ方には個人差があります。

●個人の感想です。

●商品の使用写真はイメージです。

●試験条件は特に記載のない場合、イオン：強、温感：高になります。