

スキンケアを頑張っても実感ナシ…  
30～50代の77%が自覚する「お肌の行き止まり」問題とは？  
年齢を重ねた肌の悩みに、美容研究者も注目  
線維芽細胞を活性化する「ローズマリー発酵エキス」

株式会社LAMELLIA JAPAN（以下「ラメリア・ジャパン」）では、このたび30～50代の女性500名を対象に、「年齢による肌の変化」に関する調査を行いました。また、調査結果をふまえて、美容研究者の小林照子さんに、年齢を重ねた肌をケアするうえでのポイントについてお話を伺いました。

#### <調査結果サマリー>

- ・30～50代女性の93%が「20代の頃と比べて肌の変化を感じる」と回答
- ・もっとも肌の変化を感じた年齢は、平均で「36.1歳」
- ・89%が「ハリの低下」が気になっており、「たるみ」「ほうれい線」「シワ」が気になる人もそれぞれ8割台
- ・年齢による肌の変化に対してスキンケアを頑張っても肌の改善が実感できない  
＝「肌の行き止まり」状態を自覚する人も77%にのぼっている

#### <専門家コメントサマリー>

- ・年齢を重ねた肌の悩みとして多いハリの低下・シワ・たるみなどに関係するのが表皮の奥の「真皮」の状態。
- ・そして、「真皮」の状態を左右する大きな役割を担っているのが「線維芽細胞」。
- ・「線維芽細胞」の働きは年齢とともに低下してしまうため、「肌の行き止まり」の一因になると考えられる。
- ・しかし、外見の美容をなんとかしようと、外側からアプローチができるのは20代、30代くらいまで。40代からは口から摂るものが最も大切であり「肌の内側からアプローチするインナーケア」が重要。
- ・年齢を重ねた肌に必要なのは、肌の外側と内側、両方からカバーする「サンドイッチ方式」の美容法。外側からのケアだけで「行き止まり」を感じている場合は、「ローズマリー発酵エキス」をはじめとした、肌の内側からアプローチするケアを取り入れてみるのがおすすめ。
- ・「ローズマリー発酵エキス」は、線維芽細胞の強い活性化作用があるとしてその働きが認められ、特許を取得しているほか、ヒト臨床試験でもシワの状態、皮膚水分量、シミの面積などが改善するといった結果が得られているという。

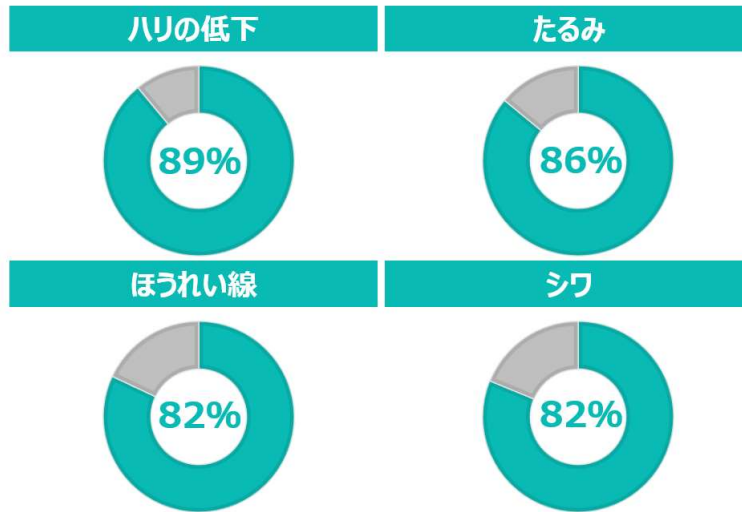
### 【調査】スキンケアを頑張っても変化がない…77%が自覚する「お肌の行き止まり」問題とは？

#### ■30代後半から大きく変化する肌…ハリの低下、たるみ、ほうれい線など、さまざまな悩みが

はじめに、「20代の頃と比べて肌の変化を感じますか？」と質問したところ、実に93%が「感じる」と回答。また、「もっとも肌の変化を感じた年齢」は、平均で「36.1歳」となりました。30代後半に差し掛かるタイミングで大きな変化を感じる人が多いようです。

さらに、前問で「20代の頃と比べて肌の変化を感じる」と答えた方に、年齢を重ねる中で自覚しやすい肌悩みについて聞いたところ、現在「ハリの低下」が気になっている人が約9割（89%）という結果に。また、「たるみ」（86%）、「ほうれい線」（82%）、「シワ」（82%）が気になっている人もそれぞれ8割台にのぼりました。【図表1】

Q 現在、以下の肌悩みが気になることはありますか？



(n=466/20代の頃と比べて肌の変化を感じると答えた方)

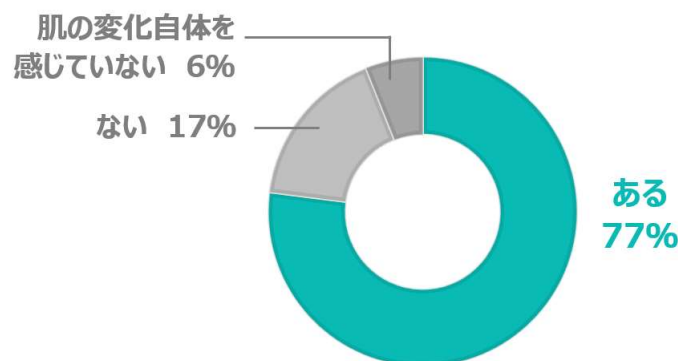
【図表1】

なお、「肌の変化を感じた具体的なエピソード」としては、「朝メイクをした後、昼過ぎに鏡を見て、肌のハリが無さにショックを受けた」(53歳)、「肌の弾力がなくなったことで、走ったときに頬の揺れを感じたり、下を向いたときにたるみを感じたりするようになった」(54歳)などの回答がみられました。生活のふとしたタイミングで肌の変化を自覚する人が多い様子がかがえます。また、「スキンケアをしてもシワが気になるようになった」(49歳)、「今まで使っていたスキンケアでは効果が感じられないことが増えた」(37歳)など、**これまでのスキンケアでは肌の悩みに対処しきれなくなってきたという声**も目立ちました。

■スキンケアを頑張っても改善しない…77%が自覚する「肌の行き止まり」、50代ではより高く

そこで、今回の調査では、このように「年齢による肌の変化に対して、スキンケアを頑張っても肌の状態がよくなる状態」のことを「肌の行き止まり」と名づけ、調査対象者に自覚の有無を聞いたところ、**実に77%が「肌の行き止まり」を「自覚したことがある」と回答**。【図表2】 さらに、**50代では「肌の行き止まり」を自覚している割合が83%にのぼっており**、年齢を重ねるにつれて、従来のスキンケアでの対処では限界を感じやすくなると言えそうです。また、「**肌の悩みや変化に対して、具体的にどのようなことをすればいいかわからない**」という人も全体の83%にのぼっています。

Q 「肌の行き止まり」を自覚したことがありますか？



※「肌の行き止まり」=年齢による肌の変化に対して、スキンケアを頑張っても肌の状態がよくなる状態 (n=500)

【図表2】

## <調査概要>

- ・調査内容：「年齢による肌の変化」に関する調査
- ・調査期間：2021年9月9日～10日
- ・調査方法：インターネット調査
- ・調査対象：30～50代女性 500名

※数値は人口構成比に合わせてウェイトバック集計をおこなっています。

※調査結果は、小数点第1位を四捨五入しています。

そのため、単一回答のパーセンテージの合計が100%にならない場合がございます。

## 【専門家コメント】美容研究家・小林照子さんに聞く「肌の行き止まり」を脱するポイント

さらに、今回は先ほどの調査結果をふまえて、美容研究家の小林照子さんに「肌の行き止まり」を脱するためのポイントや、注目のエイジングケア成分についてお話をお伺いしました。

### ■本当に肌に変化するのは30代後半から…その理由は「真皮」の状態にあった！

肌は、年齢とともに変化していくものです。よく「お肌の曲がり角」という言葉を耳にしますが、これは20代後半くらいから肌の内部で老化が始まる事象のことを指しています。ただし、20代の時点では、まだそれほど大きな肌の変化を感じていない方も多いのではないのでしょうか。

私たちの肌**に本当の変化が訪れるのは、30代後半以降**。私はこれを**“女の38度線”**と呼んでいるのですが、女性は38歳くらいから、さまざまな変化を実感するようになります。この年齢の女性は更年期の入り口に差し掛かっており、ホルモンバランスが変化しやすいタイミング。そして、肌においてもハリの低下・シワ・たるみなど、20代の頃にはあまり感じていなかった変化が見られるようになります。

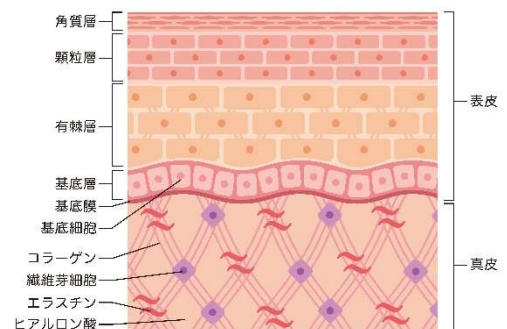
なぜなら、30代後半に差し掛かり、40代・50代と進むにつれて、皮膚の「表皮」のさらに奥にある「**真皮**」の老化が進んでいくからです。【イラスト1】「真皮」は、肌を内側から支え、ハリを保っている器官。この「**真皮**」の状態が、肌のハリに大きく関係してきます。

### ■「真皮」に存在する「線維芽細胞」が、肌のハリを左右するカギ

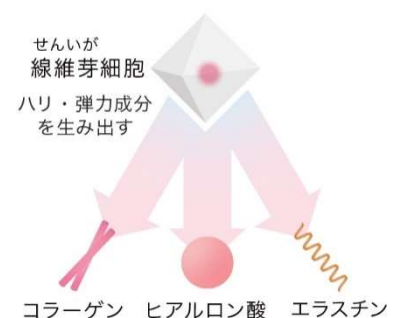
そして、「真皮」には「線維芽細胞」という細胞が存在します。この「線維芽細胞」こそが肌の状態を左右する大きなカギと言えるでしょう。

「線維芽細胞」は、真皮に存在する**コラーゲン**、**エラスチン**といった**繊維**、**ヒアルロン酸**などの**基質を生み出す細胞**です。【イラスト2】コラーゲンやエラスチン、ヒアルロン酸には、肌がたるまないよう内側から支えて、ハリと弾力のある肌を保つ役割があります。つまり、これらを作り出す土台である「線維芽細胞」は、真皮の状態を左右するとても重要な役割を担っているのです。

ところが、**年齢とともに「線維芽細胞」の増殖能力は低下していき**ます。また、年齢を重ねるごとに「線維芽細胞」の量そのものが減っていくというデータもあります。これらの時期がちょうど重なるのが30代後半のタイミングです。その後、40代・50代と年齢が重なるにつれ、「線維芽細胞」の力はどんどん衰えていきます。そして、真皮の調整役である「線維芽細胞」の力が弱まると、以前のように肌を支えることができずにたるんでしまったり、シワが元に戻らず定着ジワになってしまったりと、いわゆる「エイジングサイン」を引き起こす要因となってしまうのです。この「線維芽細胞」の働きの衰えが、スキンケアだけでは改善されない「肌の行き止まり」の一因になっていると考えられます。



【イラスト 1】



【イラスト 2】

## ■美容のプロが注目する独自原料「ローズマリー発酵エキス」とは？

こうした中で注目したいのが、「**ローズマリー発酵エキス**」です。もともとローズマリーには、線維芽細胞の活性化に期待できる成分が含まれていることが分かっていたのですが、そのままでは効果が軽度という難点がありました。そこで、日本が古来から培ってきた技術である「発酵」を掛け合わせることで生まれたのがこのローズマリー発酵エキスです。開発者によると、微生物の力によってローズマリーの有効成分が変化することで、高い線維芽細胞活性化作用が生まれたのだそうです。

実際にヒト臨床試験でも、「ローズマリー発酵エキス」含有飲料を8週間飲用した結果、シワの状態、皮膚水分量、シミの面積などが改善したというデータも出ています。つまり、「**ローズマリー発酵エキス**」には、**線維芽細胞を活性化し、年齢とともに低下した肌の力を高める働きがある**と考えられるのです。

## ■年齢を重ねるほどインナーケアが重要に。「外側」×「内側」＝「サンドイッチ方式」の美容法を

私もそうですが、美容を研究していけばいくほど、**口から摂るものがとても大事**だという考えにたどり着きます。肌の変化に対して、化粧品を使って「外側」からだけで対処ができるのは20代、せいぜい30代まで。それ以降は、化粧品で「外側」からケアするだけでなく、肌の「内側」からアプローチするインナーケアが非常に重要になってきます。私自身も、**特に40代を過ぎてから、この「内側」からのケアが本当に大切だと実感する**ようになりました。

年齢を重ねると、仕事・家事・育児などで時間に追われることが増えて、美容を放棄してしまったり、逆に必要以上に頑張りすぎたりしてしまうという状況に陥りやすくなりがちです。その一方で、若い頃の皮膚のハリや肌の質感は覚えていますので、ゆるくなった、下がってきたなど、いろいろな肌の変化に一喜一憂してしまいがちでもあると言えるでしょう。

でも、そんなときこそ、一度立ち止まって、自分のケアを見直してほしいと思っています。年齢を重ねた肌に必要なのは、**肌の外側と内側、両方からカバーする「サンドイッチ方式」の美容法**です。外側からのスキンケアだけで「行き止まり」を感じている方は、一度「**ローズマリー発酵エキス**」をはじめとした**内側からアプローチするケア**を取り入れてみてはいかがでしょうか。

### <専門家プロフィール>

#### 美容研究家・メイクアップアーティスト

#### 小林照子（こばやし・てるこ）

小林照子株式会社 代表取締役社長

株式会社 美・ファイン研究所 ファウンダー、[フロムハンド]メイクアップアカデミー、青山ビューティ学院高等部（東京校・京都校） 学園長

1935年生まれ。大手化粧品会社において長年にわたり美容について研究。「ナチュラルメイク」を創出し、世界初のパウダーファンデーションや美容液など、数々のヒット商品を生み出し一世を風靡する。メイクアップアーティストの草分けとしても知られ、女優から一般の女性まで、あらゆる人を美しく輝かせることから「魔法の手」を持つと評される。1991年に独立し、「美」と「輝く魅力」をテーマとした株式会社 美・ファイン研究所を創立。肌を温めてリラックスさせ、冷やして引き締める「温冷美容」は、肌が必ずきれいになると話題になり、書籍をはじめ様々なメディアでも紹介されている。また、小林照子が1981年に創出した「からだ化粧品」は、全身にメイクアップを施すという発想の唯一無二のアートとして、世界中で高く評価。ビューティコンサルタントとしてビジネスに携わる一方、[フロムハンド]メイクアップアカデミー、青山ビューティ学院高等部の学園長として、美のプロフェッショナル、後進の育成に力を注いでいる。著書『これはしない、あれはする』（サンマーク出版）は6万1千部を突破、韓国語、ベトナム語にも翻訳されている。





## 【参考情報】ラメリア・ジャパンが開発した特許取得原料「ローズマリー発酵エキス」

### ▼「ローズマリー発酵エキス」開発背景

私たちラメリア・ジャパンは、「美容の本質を追求した製品を生み出すことで、より多くの人々が自分を愛し、自分らしく輝ける人生を実現することに貢献する」というミッションを掲げています。

その中で取り組んでいるのが、インナーケアによるアプローチです。美容を考える上でスキンケアはもちろん大切ですが、それと同じぐらいインナーケアも欠かせないと私たちは考えています。

肌は体の内側からつくられていくものですので、口から摂取した食べ物の影響を強く受けます。そこで、シワやたるみといった加齢による女性の悩みに対して、外側からのスキンケアだけではできない、インナーケアならではのアプローチをするという考えのもと、研究を進めてきました。

まず私たちが着目したのが「線維芽細胞」の働きです。シワやたるみの要因のひとつに、「真皮」にあるコラーゲン、エラスチン、ヒアルロン酸の減少・劣化が挙げられます。しかし、口からコラーゲンやエラスチンを摂取しても、体の中でアミノ酸などに分解されてしまうため、そのまま「真皮」のコラーゲンとして使われるわけではないことが分かっています。「真皮」のコラーゲンやエラスチンといった成分は、すべて「線維芽細胞」によってつくられていると考えた場合、肌の材料となる成分に加えて、「線維芽細胞」を活性化させる成分と一緒に摂れば、シワやたるみといった悩みを解決できるのではないかと考えました。

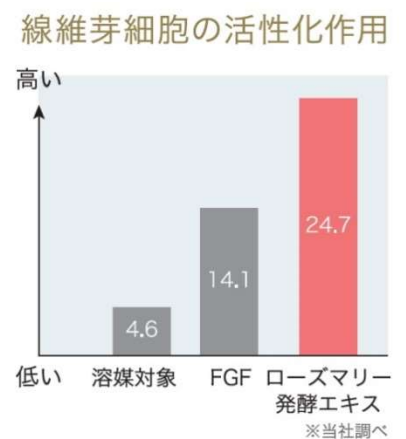
そこで、開発したのが「ローズマリー発酵エキス」です。もともと、一部のハーブ類には、コラーゲンを増加させる有効成分が含まれていることが知られていますが、特にローズマリーには、線維芽細胞の活性化を目指す上で、期待できる有効成分が多く含まれていることがわかりました。そこに発酵の技術を掛け合わせることで、ローズマリーの力をさらに引き出すことに成功したのが、「ローズマリー発酵エキス」です。ローズマリーに含まれる有効成分が発酵によって変化することで、非常に高い線維芽細胞活性化作用を持つ新規成分が生まれました。

### ▼比較試験／ヒト臨床試験データ

「線維芽細胞」の活性化作用については、線維芽細胞増殖因子であるFGFとの比較試験データ<sup>(※1)</sup>があります。実験では、培養したヒト皮膚線維芽細胞に、FGFと「ローズマリー発酵エキス」をそれぞれ同じ濃度(10mg/mL)で添加して変化を計測。その結果、「ローズマリー発酵エキス」はFGFに比べて約1.8倍も線維芽細胞の活性化作用が高いという結果が出ました。

#### 【図表3】

また、「ローズマリー発酵エキス」については、ヒト臨床試験<sup>(※2)</sup>もおこなっております。内容としては、シミや肌の乾燥に悩む40歳～65歳の女性11名を対象にして、ローズマリー発酵エキス含有飲料を朝晩毎日2本、8週間にわたり摂取し、肌の状態を観察しました。結果としては、これまでの実験結果を裏付けるように、シワの状態、皮膚水分量、シミの面積などが改善するといった結果を得ることができました。【図表4】



【図表3】

私たちラメリア・ジャパンはこれからも、「美容の本質を追求した製品を生み出すことで、より多くの人々が自分を愛し、自分らしく輝ける人生を実現することに貢献する」というミッションの実現を目指し、日々研究を重ね、その成果を発信してまいります。

※1：ローズマリー発酵エキスのヒト由来皮膚線維芽細胞を用いた FGF 作用について 2010 年

※2：製品 A の飲用による皮膚諸症状並びに冷え性改善の検証 2010 年



【図表 4】

### <会社概要>

- ・会社名：株式会社 LAMELLIA JAPAN（ラメリア・ジャパン）
- ・所在地：〒461-0001 愛知県名古屋市東区泉 2-28-24
- ・電話番号：0120-262-855／052-325-8556（受付時間：平日 10：00～18：00 土日祝日休み）
- ・メールアドレス：info@lamellia-japan.co.jp
- ・主な事業内容：基礎化粧品・サプリメントの企画開発および通信販売
- ・ホームページ：https://www.lamellia-japan.co.jp/