

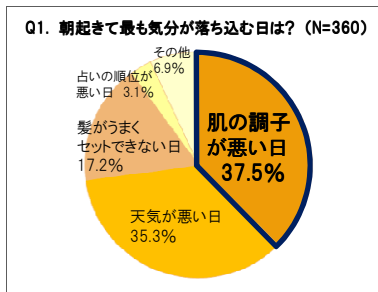


雨の日よりも女子がご機嫌ななめなのは、「●●が悪い日」だった！ 女子の朝のテンションは、寝ている間に決まる！ 眠活コスメで気持ちの良い朝を！

急に寒くなり、朝布団から出るのが辛くて毎朝奮闘している人も多いのでは？さらに、今年の10月は雨の日が続きテンションの上がらない朝を迎えることも多いことでしょう。いちにちの始まりは快適な目覚めでスタートしたいですよね。そこでドクターシーラボでは、「朝の目覚め」についてアンケート調査を実施しましたので結果をご報告いたします。

調査概要：WEBアンケート/20～39歳 女性 360名 / 調査期間：2017年10月12日(木)～13日(金)

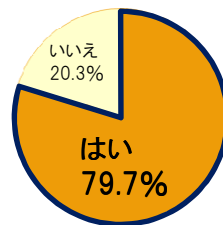
約8割の女子「朝起きて肌の調子が良くないと感じたことがある」



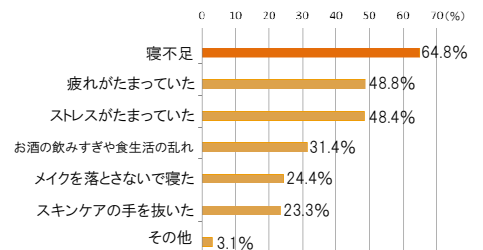
寒くて起きるのが辛いこの時季の朝、頑張って起きた後は少しでも快適に過ごしたいもの。では、快適な朝を阻害するものとは一体何でしょう。女子たちはどのような時に朝のテンションが下がるのか、「朝起きて気分が落ち込む日」について調査をしたところ、多くの人を憂鬱な気分させる「**天気が悪い日**」という回答を上回り、「**肌の調子が悪い日(37.5%)**」という回答が**1位**に。雨降りだったり、髪がうまくまとまらなかったりするよりも、「肌の調子が悪い日」に女子たちのテンションは下がるようです。肌の調子が悪いと、メイクのりも悪く、肌あれが気になって人と会うのも億劫になってしまいますよね。

しかし、「朝起きて**“肌の調子が良くない”と感じたことがあるか**」という調査では、**約8割もの女子が「はい(79.7%)」と回答**。肌の調子が良くない時、前日に思い当たることとしては、1位「寝不足(64.8%)」、つづいて「疲れがたまっていた」、「ストレスがたまっていた」などがあげられました。なかには「メイクを落とさないで寝た」、「スキンケアの手を抜いた」という自業自得なズボラ女子も。**前日のストレスや疲れ、肌の汚れをすっきりオフして、夜の間に気持ちと肌を労わることが翌朝の美肌への鍵**となるようです。朝起きるのが辛いこの時季も、快適な朝を迎えるために「眠活」を取り入れましょう。秋の夜長の「眠活」で、気持ちの良い朝を。

Q2. 朝起きて「肌の調子が良くない」と感じたことがありますか？ (N=360)



Q3. 肌の調子が良くない時、前日に思い当たることは？ (N=287)



寝ている間に美肌はつくられる！ 塗って寝るだけ、眠活コスメ

◆眠活ワンポイントアドバイス◆

ぐっすり眠り、心も身体もすっきり朝を迎えるために寝る前に控えて欲しい3つのこと

- ★**カフェイン飲料や夜食は控える。**
→ノンカフェインのハーブティや白湯がおすすめ。
- ★**スマートフォンやパソコンなどのディスプレイを見ない。**
→暖色系の照明にして目も心もリラックス。
- ★**激しい運動や熱すぎるお風呂はNG！**
→38度前後のお風呂にゆっくりつかる。

翌朝の美肌のために、夜用集中ケアマスク



塗って寝るだけで翌朝ハリと艶をもたらす、睡眠中の肌サイクルに着目したクリームタイプのマスク。肌本来の美肌力をサポートする“スリーピングケア処方^{※1}”を採用しました。リッチなテクスチャーのクリームが肌を包み込み、寝ている間に美容成分がじんわり浸透^{※2}。翌朝うるおったハリのある肌に。

※1 寝る前のスキンケア ※2 角層まで

エンリッチリフト スリーピングマスク

50g 5,500円(+税)

URL (<https://www.ci-labo.com/shopping/product/00028104/>)

＝ 取材に関するお問い合わせ先 ＝

株式会社ドクターシーラボ 宣伝部 広報グループ：吉田 / 小田島 / 菊地 / 伊尾知(いおち) / 高江洲(たかえす)
TEL:03-6419-2508(直通) FAX:03-6419-2550 MAIL:koho@ci-labo.co.jp HP: <https://www.ci-labo.com>

メディカルコスメ®は株式会社ドクターシーラボの登録商標です。