シルクのレッグウォーマーで温めながらスベスベ美脚

「冷えやむくみを寄せつけないポカポカレッグウォーマーは、肌の潤いを奪わないシルク製」。イオンドクター シルクレッグウォーマー(ベージュ)¥22000／ジェイ・エス

使い分けをやめた私でもフットケアだけはしっかりと。見られてます(見てます!笑)

「パーツごとのストイックな使い分けはやめたのですが、かかとだけはどうしてもコレ。ファッションやメイクに気をつかっても、かかとがガサガサだともったいない!」

ガミラシークレット フットバーム

「かかとにはこれがいちばん。切らせたくないのでストック買いしています」。100㎖ ¥3300／シービック

日興リカ サンホワイトP-1

「かかとをしっかりコートしてくれるピュアなワセリン。天然素材の靴下を脱ねばきしてガードします」。50g ¥1200

ロングルアージュのネイルケア

ヘア&メイクさんにもプレゼントしました

「自爪を丈夫にするネイル美容液は、爪の表面だけでなく裏側にも。ハケいらずで手軽に塗れるジェルは浸透の早さも魅力。プレゼントにも喜ばれます」

ロングルアージュ ネイルグロース アクセレーター

「爪のもとになるケラチンをたっぷり配合。何も塗ってない状態の爪がきれいに丈夫になる」。10㎖ ¥2800

ロングルアージュ キューティクル モイスチュア ジェル

「ベタベタせず、ささくれ防止にも貢献。爪の状態もよくなり、手もしっとりすべすべになるお気に入り」。20g ¥2800

ホットタブを入れたお風呂に15分つかればそれだけで洗浄料いらず

「洗浄力の強いもので体をゴシゴシ洗うのは乾燥のもと。30代になってからは、ホットタブを4粒入れたお風呂に15分入って、汚れを浮かせてオフして終了」

薬用ホットタブ重炭酸湯 Classic

クエン酸配合で、洗浄料いらず。(医薬部外品)45錠 ¥3600／ホットタブ重炭酸湯

お風呂上がりの体は、タオルでふくんじゃない"オイルでふく"んです

「お風呂上がりにオイルというと面倒に思えるかもしれないけれど、ぬれた体をタオルではなくオイルでふいたような感覚でササッと塗るだけと思えば簡単です」

オイルとクリームのW使いでもっちり赤ちゃん肌に

「オイルはサラサラタイプをお風呂場に常備。ボディクリームは以前は香りで選んでいたけど、今は後肌の感触で選びます。カネボウはもちもちになるところが好き」

ハクスリー ボディオイル モロッカンガーデナー

「ぬれた肌にサッとなじませるオイルはサラサラ感触が好き」。サボテンシードオイル配合。100㎖ ¥4600／NIWA Japan

KANEBO ボディ リビッド ウェア

「赤ちゃんみたいなモチモチ肌になるのがうれしくて、手が伸びる」。150㎖ ¥6000／カネボウインターナショナルDiv.

ボディも顔と同じくらいつるんとしていたい

Minami Tanaka

たなか みなみ●'86年11月23日生まれ。フリーアナウンサー。1st写真集『Sincerely yours...』が1カ月で50万部を突破。握手会には多くの女性ファンが殺到した。女優にも挑戦するなど、ますます活躍の場を広げている。

ニットジレ¥9000／リリー ブラウン ルミネエスト新宿店(リリー ブラウン) スイムウェア／スタイリスト私物

あか抜けフェミニンで、私ときめく。

BAIRA

COVER MODEL
中村アン のつくり方 6p
Jの競動 6p
中島裕翔 (Hey! Say! JUMP)
山崎賢人 4p

3 [バイラ] 2020 March 価格 760yen

特別付録 カバー トリート クレンジン

服を減らせば
おしゃれが一気に楽になる!

会う人合わせで選ぶ着回し1カ月

ワケあって売れている
伝説のパンプスを追え!

おしゃれプロが買ったもの
春いちユニクロこれを買う

転ばぬ先の30代美容
河北裕介 presents オフィスミューズ®メイク

田中みな実の超・保湿塾!

女子会帰りのほうれい線

大江麻理子キャスターがレクチャー!

働く30代のニュースゼミナール

運は自分で
開運 BOO
温野
あと2k 30
ダイエッ

春、働く30代がトライすべき最旬おしゃれルール
"あか抜けフェミニン"うまくいく60のこと

■肌色×顔立ちで似合うベージュの見つけ方 ■真っ先買い3大服 ■最愛カーデ1×5