

2025年6月27日
ルアンルアンコスメ

夏目前。

肌の“ゆらぎ”を立て直す、ハーブのちから

Ruam Ruam Cosme ルアンルアン コスメ



<https://shop.ruamruam.jp/>



夏目前。肌の“ゆらぎ”を
立て直す、ハーブのちから

■ 概要

6月も終わりが近づき、空気は次第に蒸し暑さを帯び、夏の気配が本格的に感じられるようになってきました。

気温や湿度の変化、強まる紫外線、汗や皮脂の分泌増加——
そんな季節の変わり目は、肌にとって試練のとき。

特に女性にとっては、「なんとなく肌が不安定」「朝起きると乾燥とベタつきが混在している」など、
小さな揺らぎが積み重なることで、自分の肌がいつもと違うように感じる方も多いのではないのでしょうか。

この時期に起こる肌の不調は、一時的なものとはいえ、毎日のケアや心地よさに直結する大切なサインです。

特に外気の刺激や生活リズムの変化に敏感に反応する肌を、やさしく包み込むようなケアが求められます。

そんな今、改めて注目したいのが「ハーブ」の存在です。

ナチュラルでありながらも、昔から人々の生活の中で愛され、取り入れられてきた植物たち。その持つ香りや感触は、肌にとっても心にとっても、安らぎと潤いを届けてくれる存在です。

ハーブは単なる植物ではなく、古来より様々な形で重宝されてきた歴史があります。

現代のスキンケアにおいても、その恩恵を自然なかたちで受け取ることができるのが魅力です。

肌のゆらぎを感じたとき、何を見直すか。

高価な美容液や特殊なケアもありますが、実はもっと身近な“基本”を見直すことで、肌の調子は大きく変わることがあります。

毎日繰り返す洗顔という習慣。

そこにほんの少しの意識と、やさしさを加えるだけで、肌との関係はゆっくりと変わっていきます。

■ 季節に合わせたスキンケアの見直しを



肌は季節ごとに必要とするケアが変化します。

春先には花粉や乾燥、初夏には紫外線や湿気といった外的刺激が増えます。こうした環境の変化を先回りして考え、日々のスキンケアを調整していくことが大切です。

たとえば、春まではクリーム中心の保湿ケアが中心だった方も、これからの時期はみずみずしい使用感のアイテムに切り替えるなど、肌が欲する“質感”に注目してみるのも良いでしょう。

また、紫外線が強くなる時期だからこそ、朝の洗顔で肌のリセット感を意識するのもポイントです。

洗顔後に使う化粧水や美容液のなじみやすさも、季節によって左右されるため、毎日の洗顔の質がとても重要になってきます。

さらに夏は皮脂分泌が活発になり、毛穴が目立ちやすくなります。

そんな時こそ、洗顔で汚れを落としながらも、肌を乾かしすぎないバランスのとれたケアが求められます。

不要なものはオフしながら、自分にとって心地よい状態を保つ——それがゆらぎを穏やかにするための秘訣です。気候や体調、睡眠リズムなど、日々の小さな変化にも耳を傾けるようにしましょう。

■ ハーブは「香り」から肌に届く



私たちの脳は、香りによって瞬時にリラックスした反応を示します。

アロマセラピーが心身に働きかけるように、洗顔時に香りを意識することで、肌への手の動きにも自然とやさしさが加わります。

ハーブの香りは強すぎず、自然の中にいるような穏やかさを感じさせてくれます。

たとえば、朝にはライムやユーカリのようなすっきりした香りを選ぶことで気分がシャキッと整い、夜にはゼラニウムやラベンダーのような落ち着く香りが、一日の終わりに心を緩めてくれます。

こうした香りの作用を洗顔に取り入れることで、肌と心に働きかけるスキンケアの時間がもっと特別なものになります。

毎日続けるものだからこそ、楽しみながら使えるアイテムを選ぶことが、ゆらぎの季節を穏やかに乗り越える秘訣です。

香りによるスキンケアは「感じるケア」。自分の感覚を大切にできる時間が、肌だけでなく日々の生活にも彩りを添えてくれます。

■ 洗顔を見直すと、毎日が変わる



実は、肌に触れる洗顔料の選び方ひとつで、朝の目覚め方や夜の眠りの質が変わることもあります。泡立てる時間、肌ののせる感触、洗い流す時の爽快感——どれもが、心と肌に影響を与えています。

だからこそ、洗顔はただの「作業」ではなく、「儀式」のようなもの。肌に触れる時間を、もっと大切に。自分と向き合う静かなひとときに変えることで、毎日の暮らしに豊かさと落ち着きをもたらします。たとえば休日の朝、時間に余裕があるときにゆっくりと丁寧に泡を作り、顔全体を包み込むように洗うことで、その日一日の過ごし方まで前向きに変わるかもしれません。

また、丁寧な洗顔をすることで、そのあとのスキンケアのなじみやすさや肌触りの変化に気づくことも。ほんの数分の積み重ねが、肌と心の両方に大きな影響を与えてくれるのです。

■ 心地よく洗える、生せっけんという選択肢



そんな想いを込めて作られたのが、[《ルアンルアンのスティック生せっけん》](#)。

洗うたびに感じるやわらかさと、植物の香りに包まれる時間。手のひらで生まれる濃密な泡が、やさしく肌をなでるように広がっていきます。

生せっけんに配合されているのは、ホワイトクレイと17種のハーブエキス。

どちらも自然由来で、洗顔しながら自然の恵みを感じられる仕様です。

泡立てネットを使うと、もちもちの泡があつという間にできあがり、まるで肌を包み込むような感覚に。

顔だけでなく、首やデコルテにも使うことで、肌全体がすっきりと整うのを感じるはずです。

特に、ゆらぎを感じやすい季節は、刺激を避けつつ、心地よく洗い上げるアイテムが欠かせません。

毎日の洗顔を通じて、自分の肌に「やさしさ」を届けることが、心身の余裕にもつながっていきます。

さらに、スティックタイプは使いやすさも魅力のひとつ。

濡れた手でもしっかり握れて、バスルームでも衛生的に使えます。旅行やジムなどの外出先にも持ち運び

やすく、ライフスタイルに無理なく寄り添ってくれるのも嬉しいポイントです。

家族で共有しても使いやすく、プレゼントとしても喜ばれるアイテムです。

朝のスタートを気持ちよく切りたい方や、夜のスキンケアをもっと丁寧にしたい方にもぴったり。

使うたびに、まるで自分をリセットできるような洗顔の時間が待っています。

■ 自分のリズムを取り戻す洗顔習慣



慌ただしい朝、疲れ切った夜——私たちはつい、スキンケアを「義務」にしてしまいがちです。しかし、1日のはじまりと終わりを飾る洗顔の時間は、本来もっと心地よく、前向きな時間であるべきだと考えます。

朝は「今日の自分」に目を向ける時間、夜は「一日がんばった自分」に労いを込める時間。そんなふうに、洗顔の時間を心のチューニングタイムとして捉えてみてはいかがでしょうか？

自分のリズムを整えたいとき、香りとやわらかい泡に包まれて、深呼吸する。それだけで、気持ちがふっと軽くなる瞬間があります。

また、こうした丁寧な洗顔の積み重ねは、自分の肌への理解を深めることにもつながります。毎日手のひらで肌の調子確かめることで、小さな変化にも気づけるようになり、より自分に合ったケアを選べるようになるのです。

肌の声に耳を傾ける習慣が、日常生活全体の「丁寧さ」へとつながっていきます。

■ ゆらぎやすい今だから、“心地よいもの”を選ぶ



夏目前のこのタイミングこそ、自分の肌と向き合う良いチャンスです。

ゆらぎを恐れるのではなく、整えることに焦るのではなく、「今の肌と、やさしく付き合う」ことを大切にする。そんな想いを込めて、日々の洗顔にハーブを取り入れてみてはいかがでしょうか。

ルアンルアンスティック生せっけんは、ただ洗うだけでなく、「自分をいたわる習慣」を育む一歩になります。肌にふれる泡、香り、やさしさ——どれもが、夏を心地よく迎えるためのスキンケアのベースとして、きっと力になってくれるはずです。

自分自身を慈しむという行為の先に、健やかな肌と前向きな気持ちが自然と育まれていくことでしょう。

■ お問い合わせ先

店名 : ルアンルアンコスメ オンラインショップ

URL : <https://shop.ruamruam.jp/>

MAIL : cosme@ruamruam.jp

電話番号 : 0120-1842-82

会社名 : 株式会社ボックスグループ

住所 : 〒336-0033 埼玉県さいたま市南区曲本 3-2-2

事業内容 : タイのハーブ学から発祥したコスメブランド“ルアンルアン”をはじめとした、化粧品、雑貨の製造・販売を行っており、「生せっけん」のリーディングブランドとして、現在はオンラインショップや大手 EC サイトを中心に展開しています。
特に薄肌で繊細だと言われているアジアの女性たちに向け、タイハーブや天然泥などの力強い自然素材を活かし、無添加で“お肌の負担が少なく、悩みに強い”製品をお届けするのが私たちの使命と考えています。