

2025年7月11日
ルアンルアンコスメ

肌悩みに寄り添う W 洗顔

素肌と心に、ていねいな時間を

Ruam Ruam Cosme ルアンルアン コスメ



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



■ 概要

「朝起きると、**肌がどんより**して見える・・・」

「夕方になると、**Tゾーンがテカるのに、頬は乾燥**気味・・・」

「年齢とともに、**肌の印象が変わってきた**気がする・・・」

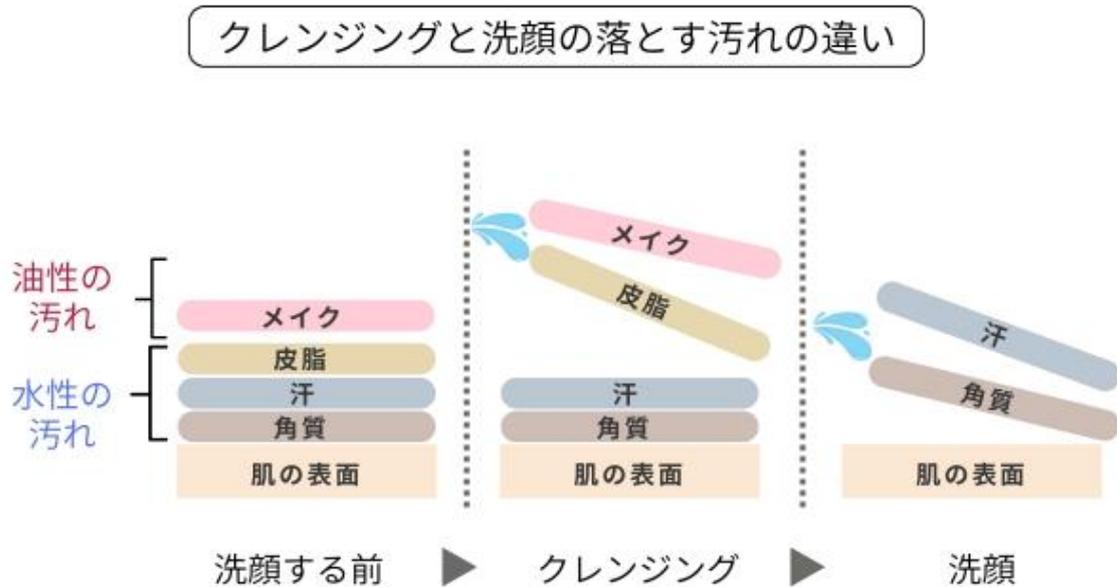
こうした声は、忙しく過ごす現代女性の間でよく耳にするものです。

季節の変化、環境ストレス、生活習慣の乱れ、加齢など、肌を取り巻く条件は日々変化しており、それに応じて肌の印象も変わっていきます。

こうした中で今、再び注目されているのが、スキンケアの原点ともいえる「洗顔」の質。

特に、クレンジングと洗顔を分けて行う「**W 洗顔**」の考え方が、見直されています。

■ W 洗顔で叶える、肌本来の美しさ



W 洗顔とは、クレンジング（メイクや皮脂など油性の汚れを落とす）と洗顔（汗や古い角質、ほこりなど水性の汚れを落とす）を別々に行う洗顔法のこと。

この2つのステップを丁寧に行うことで、どちらか一方だけでは落としきれない汚れに的確にアプローチし、肌を最適な状態に導きます。

肌に付着する汚れは「**油性**」と「**水性**」に大別されます。

日中のメイクや皮脂、日焼け止め = **油性汚れ**、汗や排気ガス、花粉など = **水性汚れ**に分類されます。これらを1ステップで落とそうとすると、洗浄力が強すぎて肌に負担をかけてしまったり、逆に洗浄不足で汚れが残り、肌トラブルの原因になるリスクがあるのです。

それぞれの汚れに適した処理を行うW洗顔は、肌本来の健やかな状態を整えるために必要不可欠なプロセス。

スキンケアの第一歩として「落とすケア」つまり「洗顔」を見直すことは、**美しい素肌への一番の近道**と言えるでしょう。

■ クレンジングで落とすべき“油性の汚れ”



メイクはもちろん、皮脂や油分を含んだ日焼け止め、さらには空気中の排気ガスなど、油性の汚れは通常の洗顔では十分に落ちません。

特にウォータープルーフのコスメや皮脂の分泌が多いTゾーンなどは、しっかりとしたクレンジングが必要です。

とはいえ、洗浄力の高いクレンジングを使えばいいというわけではありません。

大切なのは、**肌との摩擦や乾燥を避ける**こと。

「なじませて浮かせて落とす」という優しいアプローチが、肌への負担を最小限に抑え、必要なうるおいを守ります。

■ ミルクタイプクレンジングの特長



数あるクレンジングの中でも、特におすすめしたいのがクレンジングミルクです。

乳液のようななめらかなテクスチャーは肌への負担を減らし、ゴシゴシこすらなくてもメイク汚れを優しく浮かせてくれます。

皮脂を必要以上に奪わず、しっとりとした洗いあがり特徴で、**乾燥が気になる方**や**敏感肌の方**にもおすすめです。

[ルアンルアンのクレンジングミルク](#)は、天然精油の香りで心地よく、肌との相性を考慮したやさしい仕様。

心地よい香りに包まれながらクレンジングする時間は、単なるメイクオフではなく、心を整えていぬいな時間へと変わっていくでしょう。

■ 洗顔料で落とす“水性の汚れ”



クレンジング後、肌表面には汗や古い角質、空気中のホコリや花粉などの水性汚れが残っています。

これらを取り除かずに放置すると、肌のごわつきやくすみ、毛穴詰まりの原因になってしまいます。

洗顔料の役割は、こうした水性汚れをきめ細かい泡で包み込み、やさしく落とすこと。

泡がクッションとなり、肌をこすらず洗い上げることで、肌への刺激を抑えながら、清潔で健康な肌状態へと導きます。

■ 泡立ての重要性とスティック生せっけん



洗顔時の摩擦を避けるためには、何よりも泡立ちの良い洗顔料を選ぶことが大切です。

そこでおすすめなのが、[ルアンルアンのスティック生せっけん](#)。

この洗顔料はスティック状で、使う分だけをネットに軽くこすりつけて泡立てるだけで、驚くほど濃密で弾力のある泡が瞬時に完成します。

泡の質にこだわる方にとって、まさに理想的な洗顔体験を提供してくれるでしょう。

泡立てが苦手な方でも簡単にきめ細やかな泡が作れるため、毎日の洗顔が楽しみになります。

■ 朝と夜で使い分ける W 洗顔の目的



洗顔は、朝と夜とでその目的が異なります。

夜の W 洗顔は、1 日の終わりに肌に付着したメイク、皮脂、ホコリ、花粉など、あらゆる汚れをきちんとセツトする時間。

肌を清潔にし、その後に使うスキンケアアイテムの浸透を高める土台作りです。

朝の洗顔は、夜間の皮脂分泌や寝具との摩擦による汚れ、そして肌の代謝によって排出された古い角質などを優しく取り除く目的で行います。

夜に丁寧な W 洗顔で肌をリセツトしていれば、朝は軽く泡洗顔をするだけでも十分です。

このように、朝と夜で目的が異なるからこそ、洗顔の意味合いも変わってくるのです。

■ 肌悩み別・W 洗顔のアプローチ



あなたの肌状態や悩みに応じた W 洗顔の意識が、日々のケアを劇的に変えてくれます。

くすみが気になる方

古い角質が肌に残ると、透明感が失われ、肌全体がどんよりと見えがちです。

W 洗顔で不要なものを毎日きちんとリセットすることで、肌リズムをサポートし、透明感のある明るい印象の肌へと導きます。

乾燥を感じる方

洗浄力が強すぎるクレンジングや洗顔料は、肌に必要な皮脂まで奪ってしまい、乾燥を加速させることがあります。肌に優しいミルクタイプのクレンジングで油性汚れを優しく落とし、保湿成分配合の洗顔料で水性汚れを洗い流すことで、うるおいを守りながら健やかな肌に整えます。

毛穴詰まりが気になる方

皮脂汚れが毛穴に詰まることで、黒ずみや開きが目立つようになります。

クレンジングで油性の毛穴汚れをきちんと浮かせ、濃密な泡洗顔で古い角質や皮脂を優しく取り除くことで、毛穴が目立たないなめらかな肌を目指せます。W 洗顔が活躍する典型的な悩みです。

■ 忙しい毎日に取り入れる工夫

「毎日 2 ステップのケアを行うのは大変…」と感じる方も少なくありません。
しかし、W 洗顔は慣れてしまえば、数分で完了するシンプルな習慣になります。
ちょっとした工夫で、ケアが“面倒な作業”から“心地よい時間”へと変わります。

☑ ポンプ式のクレンジングや泡立てネットの活用

手間を省けるアイテムを取り入れることで、準備の時間を短縮し、スムーズに洗顔へ移れます。

☑ 季節や肌状態で回数や時間を調整する柔軟さ

毎日完璧を目指すのではなく、その日の肌状態や時間に合わせて柔軟に対応することも大切です。
例えば、ノーメイクの日は軽くクレンジングのみにするなど、自分に合ったペースを見つけましょう。

☑ 香りの良いアイテムでスキンケアを楽しみに変える

気分が上がるような心地よい香りのアイテムを選ぶことで、洗顔がリラックスできる特別な時間になります。

■ 続けた人の実感と変化

W 洗顔を習慣にした方々からは、**喜びの声**が続々と届いています。

「初めは面倒だったけれど、**肌がやわらかく**なってきて、今は W 洗顔が手放せない」

「**濃密な泡で洗うのが気持ちよく**て、洗顔が楽しみになった」

「久住が気にならなくなって、ファンデーションの量が減った」

日々の積み重ねが肌を整える。W 洗顔は、そのための地道で確実な手段です。

■ ルアンルアンが届けたい W 洗顔体験



ルアンルアンの W 洗顔アイテムは、肌への負担を最小限に抑える設計、泡立ちや使用感へのこだわり、そして天然精油による心安らぐような香りまで、すべてが「ていねいな時間」をサポートするために設計されています。

◆ クレンジングミルク

肌なじみの良さと天然精油の心地よさで、メイクオフが癒しの時間へと変わります。
メイクや皮脂汚れを優しく浮かせて、しっとりとした洗い上がりに。

◆ スティック生せっけん

驚くほど簡単に濃密な泡が立ち、その弾力のある泡が肌と手の間のクッションとなり、摩擦レスな洗顔を実現します。
洗い上がりはつっぱり感がなく、しっとりとしたうるおいを感じられます。

この 2 つのアイテムは、W 洗顔を面倒ではなく、むしろ**心地よいルーティン**へと変えてくれるでしょう。

■ 肌をいたわることは、自分を大切にすること

スキンケアにおいて「何を塗るか」に注目しがちですが、実は「**何をどう落とすか**」こそが、美しい肌の土台づくりにおいて最も重要です。

もし今、何らかの肌悩みがあるなら、W 洗顔という選択肢をぜひ取り入れてみてください。

ルアンルアンは、[クレンジングミルク](#)と[スティック生せっけん](#)は、その最初の一步を優しくサポートしてくれる存在です。

まずは今日、**ていねいに汚れを落とす**ことから始めてみましょう。

その数分が、肌だけでなく、心までも整える「切り替え時間」に変わっていくはずですよ。

そして、その積み重ねが、きっとあなたの肌を健やかで美しい状態へと導いてくれるでしょう。

W 洗顔をあなたの毎日の習慣に取り入れて、素肌と心に「ていねいな時間」を与えてみませんか？

■ 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。