

# アロマテラピーを取り入れたコスメレシピ本

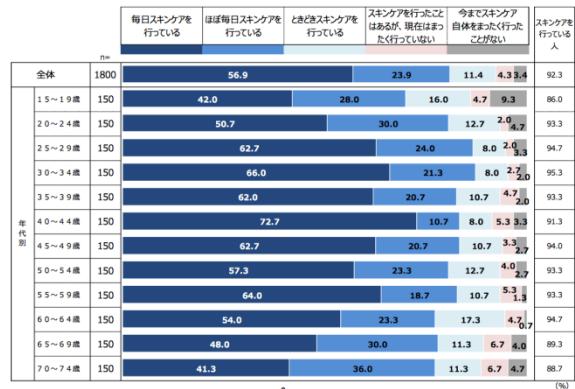
Cosmetic recipe book incorporating aromatherapy

佐々木 結乙  
指導教員 西野隆司  
サレジオ工業高等専門学校 デザイン学科 値値創造研究室

キーワード：スキンケア、敏感肌、アロマテラピー、レシピ本

## 1. 研究目的

自分が化粧品でかぶれやすく、化粧品や乳液などの基礎化粧品に関しては買ったばかりなのに肌に合わず捨ててしまうことがなんどもあった。捨てるのがとてももったいない上に、化粧品を変えるたびに起こる肌トラブルに思い悩んでいた。なぜ肌荒れが起きるのか、その原因を調査し、敏感肌にも優しく、一人ひとりの肌トラブルに対応した基礎化粧品を提案するのが、本研究の目的である。



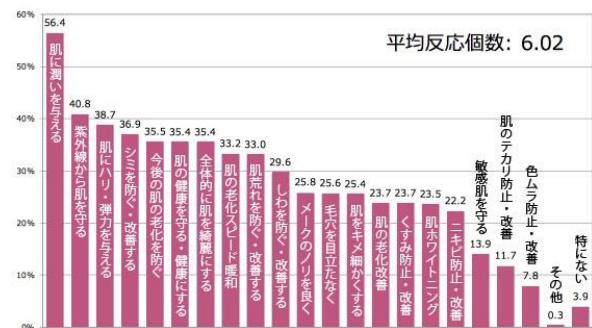
(図 1) スキンケアの頻度 POLA 文化研究所より

## 2. 調査内容

### 2-1 基礎化粧品を使う頻度や目的

まず初めに、スキンケアをする人はどのくらいいるのか、その人たちが何のためにスキンケアをしているのかについて詳しく調査した。

ポーラ文化研究所によるレポートでは、15~74歳の女性1800人にアンケートを行ったところ、現在スキンケアを行なっている人は全体の92%であり、毎日行っている、ほぼ毎日行っている人は八割を超える。この結果スキンケアは女性の生活の一部であり、欠かせないものであるということが分か(図1)。次にスキンケアをする目的について調査したところ、一番多かったのは「肌に潤いを与える」の54.4%だが、その他の目的も同じように多いため、沢山の人が様々な肌の悩みを持ち、スキンケアをしていることが分かる(図2)。



(図 2) スキンケアをする目的 POLA 文化研究所より

### 2-2 スキンケアの歴史

江戸時代、女性は「欄引」という器を使い、上部に水、真ん中にいばらの花、下部に水を入れて、火にかけた蒸留水を化粧水にいた。さらにヘチマの水で作られた化粧水や、精米時に取れるコメヌカ、豆の粉、ウグイスの殻などを混ぜて使った洗顔料があった。

これらはして全て、肌に様々な効果があるとされていたため、現代と同じように、江戸時代の女性も目的を持ってスキンケアをしていたといえる。

### 2-3 アロマテラピーの効果

アロマテラピーとは、香りを利用した自然療法のことであり、健康や美容、心のリラックスなど、様々なことに良い効果をもたらす。自然の植物から抽出した精油(エッセンシャルオイル)を使う。まだ医療が発達していなかった時、ヨーロッパでは民間療法としてアロマテラピーは利用してきた。

現在、フランスやイギリスでは代替医療として認知され、医療現場にも用いられる。

### 2-4 現在の基礎化粧品による肌トラブルの原因

基礎化粧品などに使われている防腐剤や香料、界面活性剤などの添加物が、人間の肌にアレルギー反応を起こす原因とされている。また、化粧品に使われる防腐剤の一種の成分によってアレルギー反応を示す患者が急増していることが2011年に報告されている。

### 2-5 基礎化粧品の種類

- ・クレンジング（オイル、ローション、ミルク等）
- ・洗顔料（クリーム、石鹼、液体、パウダー等）
- ・化粧水（柔軟性、収れん性、ふきとり等）
- ・美容液（保湿、美白、しわとり等）
- ・保湿クリーム（ナイト、バニシング、コールド等）

### 2-6 「生活の木」のワークショップ

ハーブとアロマテラピー専門店「生活の木」のワークショップに行き、完全無添加のボディジェルを作りました。グリセリン、キサンタンガム、精製水、レモンとミントの精油の5つの材料で簡単に作ることができた。



### 3. コンセプト

「アロマテラピーを取り入れた自宅で作れるコスメレシピ本」

女性がスキンケアを毎日欠かせないのは、敏感肌の人も同じだが、肌が弱いと自分の肌トラブルを改善したくても下手に基礎化粧品を試すことができない。

しかし敏感肌の人も、昔から基礎化粧品に用いられている「植物」の力を利用した「アロマテラピー」を取り入れた無添加の化粧品なら、スキンケアによる肌荒れを無くし、自分の肌と向き合えるようになる。

### 4. アイデア展開

#### ・基礎化粧品のコスメレシピ本

10ページ程度の冊子を予定している。化粧品の作り方や精油の効能などは既存の本から引用し、製作物のレシピ本は、敏感肌の人向けた内容にする。その際、楽しく分かりやすくまとめ、パッケージなどのブランディングを行う。

#### 4-1 コスメレシピ紹介

レシピを書くのは、2-5で紹介した5種類で、作る工程などを写真で分かりやすく紹介する。

必要な材料の写真や、完成した化粧品も本の雰囲気に合わせて撮影し、写真の配置などページのデザイン構成をする。

#### 4-2 精油レシピ紹介

ひとつひとつの精油の効果や、何種類か組み合わせて変化する効能をまとめ、イラストや写真と共に見やすく紹介する。精油には健康、美容、心のリラックス効果など沢山種類があるため、美容に良い効果があるものをメインに紹介する。

#### 4-3 ブランディング

ブランディングをすることで本の内容に統一感ができるため、製作した化粧品のパッケージをデザインしたり、コスメレシピ本の題名をブランド名として、パッケージにもブランド名を表示する。

### 5. 今後の展開

5種類の化粧品を製作し、パッケージのデザインをする。現在は本の構成を進めているため、今後は内容をさらに充実させ、写真などの構成をしていく。

### 6. 参考文献

CAC 化粧品 <https://www.cac-cosme.co.jp/column/vol03/>

POLAORBISHOLDINGS <https://www.po-holdings.co.jp/csr/culture/bunken/report/pdf/20171120skincare2017.pdf>

POLAORBISHOLDINGS

<https://www.po-holdings.co.jp/csr/culture/bunken/facial4/18.html>