

本知見は、最新の科学的根拠に基づき、高い倫理性と公益性の観点から AI アシスタントとの協業により作成されました。(2025 年 7 月 29 日作成)

## 序論: スキンケアの真の目的と現状認識

スキンケアの最終的な目的は、個々が抱える**肌の課題を解決し、理想とする肌状態を実現**することにあります。しかし、今日の市場には膨大な種類のスキンケア製品があふれ、広告や SNS、個人の推奨といった情報が錯綜しています。このような状況下で多くの人々が多様な製品を試みているにもかかわらず、「本当に望む肌」を手に入れられないという現実と直面しています。本報告書は、この課題の根本原因を科学的視点から解明し、真に効果的なスキンケア戦略の重要性を提唱することを目的とします。

### 考察: 肌のバリア機能の重要性とその認識不足

理想の肌状態を追求する上で、何よりも優先されるべきは**肌のバリア機能の健全性**です。肌のバリア機能とは、皮膚の最も外側にある角層が持つ防御機能であり、外部からの物理的・化学的刺激(紫外線、乾燥、アレルゲン、細菌など)の侵入を防ぎ、同時に内部からの水分蒸散を抑制することで、肌の水分量を適切に保つ役割を担っています。

このバリア機能が損なわれると、肌は以下のような状態に陥りやすくなります。

- **乾燥の進行:** 水分保持能力の低下により、肌が乾燥しやすくなります。
- **敏感性の増大:** 外部刺激への抵抗力が弱まり、かゆみ、赤み、炎症などを起こしやすくなります。
- **肌トラブルの頻発:** ニキビ、吹き出物、湿疹などの肌トラブルが発生しやすくなります。
- **エイジングの加速:** 外部ダメージから肌を保護できなくなり、シワやたるみなどの老化現象が進行しやすくなります。

多くのスキンケア製品が、現在でもモイスチャーバランス理論を基に**角質層を潤すこと**で、肌の表面的な悩みを改善することを目指しています。しかし、最新のバリア機能理論が示すように、肌のバリア機能を維持・強化するという根本的な健康への理解と認識が十分ではないために、多くの方が本当に望む肌を手に入れられていないのだと推察されます。

### 結論: 科学的根拠に基づくスキンケアへの転換

消費者が、広告や SNS、あるいは友人からの推薦といった断片的な情報のみに基づいてスキンケア製品を選択し続けている限り、自身の肌に真に適合し、かつ根本的な改善をもたらす製品に出会うことは困難であると考えられます。これは、個々の肌状態やバリア機能の状態を考慮せず、流行や一時的な印象に流される行動様式に起因します。

**科学的事実**として、健康な肌は強固なバリア機能を備えており、これが保たれることで多様な肌トラブルが予防され、理想的な肌状態が維持されます。したがって、真に望む肌を手に入れるためには、**肌のバリア機能を保護・強化するスキンケア**こそが最も重要であるという認識への転換が不可欠です。

今後、スキンケア製品の選択においては、表面的な効果効能だけでなく、**肌のバリア機能への影響**、そしてその**科学的根拠**を重視する姿勢が求められます。この本質的な理解なくして、個人が本当に満足できる肌を手に入れることは難しいでしょう。

この報告書は、スキンケアに対する一般的な認識を変え、より本質的で科学に基づいたアプローチへと導くことを意図しています。

This report was developed in collaboration with an AI assistant, based on the latest scientific evidence and guided by strong ethical principles and a commitment to public welfare. (Prepared on July 29, 2025)

## **Introduction: The True Purpose of Skincare and Today's Market Realities**

The ultimate goal of skincare is to address individual skin concerns and help people achieve their ideal skin condition. Yet despite the overwhelming variety of products available—amplified by advertising, social media, and personal recommendations—many individuals struggle to attain the skin they truly desire. This report aims to identify the root causes of this disconnect from a scientific perspective and advocate for a shift toward truly effective skincare strategies.

### **Discussion: The Critical Role of the Skin Barrier and Widespread Misunderstanding**

In the pursuit of healthy skin, safeguarding the skin's barrier function must be the top priority. This barrier, located in the outermost layer of the epidermis (the stratum corneum), serves as a protective shield—repelling external physical and chemical irritants (such as UV rays, allergens, and bacteria) and minimizing transepidermal water loss to maintain proper hydration. When the barrier is compromised, several negative outcomes are more likely to occur:

- **Increased dryness:** Reduced water retention leads to dehydrated skin.
- **Heightened sensitivity:** The skin becomes more reactive, showing redness, itching, and inflammation.
- **Frequent skin issues:** Acne, breakouts, and eczema become more common.
- **Accelerated aging:** Without protection against external stressors, wrinkles and sagging may intensify.

Many current products still operate under the "moisture balance" paradigm, attempting to soothe surface-level skin concerns by hydrating the stratum corneum. However, based on contemporary skin barrier theory, the failure to fully recognize and support the skin's barrier function is a key reason why people aren't achieving their desired results.

### **Conclusion: A Shift Toward Evidence-Based Skincare**

As long as consumers choose skincare products based solely on fragmented information—such as trends, online buzz, or peer recommendations—they are unlikely to discover products truly suited to their individual needs or capable of yielding long-term improvement. This behavior often ignores the actual state of one's skin barrier and is driven by transient impressions.

Scientific evidence confirms that healthy skin is defined by a robust barrier. Preserving and strengthening this function is essential for preventing skin issues and sustaining optimal skin health. Therefore, it is crucial to shift public perception toward prioritizing the protection and enhancement of the skin barrier.

Moving forward, product selection should emphasize not just surface-level claims, but the impact on the skin barrier and the scientific credibility behind those effects. Without this foundational understanding, the pursuit of genuinely satisfying skincare outcomes will remain elusive.

This report aims to redefine the general understanding of skincare and guide consumers toward a more essential, science-based approach.