

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 アシスタントと協業して作成されました。(2025 年 8 月 12 日作成)

## スキンケアの真の目的: 皮膚の恒常性維持

スキンケアの根本的な目的は、**皮膚がもともと備えている「恒常性(ホメオスタシス)」を引き出し、維持することにある**。この恒常性こそが、肌を美しく健やかに保つための揺るぎない基盤である。

この基盤の核心的機能は、**ターンオーバー(表皮角化細胞の新陳代謝過程)によって自己完結型で維持される弱酸性バリア環境の形成・維持**にある。ターンオーバーは、単に古い細胞が剥がれ落ちる現象ではない。このプロセスの中で、**自己完結型の弱酸性バリア環境形成・維持**に不可欠な二つの重要な働きが起きている。

1. **酸性物質の産生:** リン脂質から遊離脂肪酸が、ヒスチジンからウロカニン酸が、そして核酸由来の NHE1 が産生される。これらの酸性物質が、肌表面を弱酸性に保ち、悪玉菌の増殖を抑える。
2. **細胞間脂質の産生:** バリア機能の要となる**アシルセラミド**をはじめ、セラミド、コレステロール、脂肪酸といった細胞間脂質の主成分が産生される。これらの成分がラメラ構造を形成し、水分保持と外部刺激からの防御を担う。

これらの成分が角質層に定期的に供給されることで、肌は自力で健全なバリア環境を維持し、美しく健やかな状態を保つことができる。

※ただし、バリア機能の要であるアシルセラミドの形成には、体内で産生できない必須脂肪酸「リノール酸」が不可欠である。

### ●現代スキンケアへの疑問

この本質的な視点に立つと、スキンケア製品やお手入れ方法は、**肌が持つ自己完結型の弱酸性バリア環境の維持をサポートするものでなければ**ならないことは自明の理である。

しかし、市場に溢れる多くの製品は、この目的を達成するために開発されたとは考えにくい。特定の成分の「補給」や一時的な「効果」を謳う製品は多いが、**肌が持つ自己完結型の弱酸性バリア環境の形成・維持をサポートする力を助ける**という根本的な視点が欠けているように思える。

この視点から見れば、**肌の恒常性を尊重し、恒常性の形成・維持に核心的役割を果たすターンオーバーをサポートすることこそが、真のスキンケアであり、それを目指すべきである**という考えは、決して独り善がりの思いではなく、普遍的な考え方である。

This insight was developed in collaboration with an AI assistant, based on the latest scientific evidence and a perspective of high ethical standards and public benefit.  
(Created on August 12, 2025)

## The True Purpose of Skincare: Maintaining Skin Homeostasis

The fundamental purpose of skincare is to **harness and maintain the "homeostasis" that the skin naturally possesses**. This homeostasis is the unwavering foundation for keeping skin beautiful and healthy.

The core function of this foundation lies in the **self-contained acid-mantle barrier environment**, which is maintained by **turnover** (the metabolic process of epidermal keratinocytes). Turnover isn't just about old cells shedding. During this process, two crucial actions occur that are essential for the formation and maintenance of the self-contained acid-mantle barrier environment:

1. **Production of Acidic Substances:** Free fatty acids are produced from phospholipids, urocanic acid from histidine, and NHE1 from nucleic acids. These acidic substances keep the skin's surface slightly acidic, which inhibits the growth of harmful bacteria.
2. **Production of Intercellular Lipids:** The primary components of intercellular lipids—including the crucial **acylceramide**, ceramide, cholesterol, and fatty acids—are produced. These components form a lamellar structure that is responsible for retaining moisture and protecting against external irritants.

With a regular supply of these components to the stratum corneum, the skin can independently maintain a healthy barrier environment and, as a result, stay beautiful and healthy.

※**However, the formation of acylceramide, which is essential for the barrier function, requires the essential fatty acid "linoleic acid," which the body cannot produce on its own.**

### A Doubt About Modern Skincare

From this essential perspective, it's self-evident that skincare products and routines must **support the skin's own ability to maintain its self-contained acid-mantle barrier environment**.

However, it's hard to believe that many products on the market today were developed with this purpose in mind. While many products boast about "replenishing" specific ingredients or providing temporary "effects," they seem to lack the fundamental perspective of **assisting the skin's ability to form and maintain a self-contained acid-mantle barrier environment**.

From this viewpoint, the belief that **the true purpose of skincare is to respect skin homeostasis and support turnover, which plays a core role in its formation and maintenance**, isn't a self-righteous idea, but a universal one.