

自分の肌に対する考え方を変える

スキンケア製品を使っても肌トラブルが繰り返され、望むような美しさが手に入らないのは、一体なぜなのでしょう。

この問題の本質は、肌が本来持っている“自ら整える力(肌のターンオーバーを中心とした恒常性の仕組み)”を正しく理解し、それを支える視点が欠けていることにあります。

これは、消費者が肌の見た目だけに反応してしまうためであり、自分の肌に対する考え方を変える必要がある理由でもあります。スキンケアの悩みや、望む美しさを獲得できないのは、単なる製品選びの失敗ではなく、もっと深い“肌との関係性”や“ケアのあり方”に関わる構造的な問題なのです。

ここでは、その核心をいくつかの視点から分解してみます。

問題の構造

- 表面的なケアへの依存**
肌のターンオーバーを中心とした恒常性の仕組み(自ら整える力)への理解が欠如しているため、ニキビや乾燥、くすみといった肌の表面的なトラブルにばかり対処し、根本的な改善に至らない。
- メーカー主導の製品選び**
「自然由来」「高機能」「即効性」といった謳い文句に惑わされ、肌の本来の仕組みやその時の状態に合った製品を選べていない。

真の原因

これらの問題を生み出す根源は、「消費者が肌の見た目だけに反応してしまうこと」、つまり「消費者の肌との向き合い方」にあります。

そのため、肌を“外から変えるもの”として扱い、“内側から整えて育てる存在”として見ることはできません。その結果、肌が本来持っている「恒常性やターンオーバー」がうまく働かず、肌自身がトラブルを改善して美しくなるようとする力を支える“弱酸性の環境”が整えられないのです。

「ただ製品を変えればいい」のではなく、「自分の肌に対する考え方を変える必要がある」のです。

Change the Way You Think About Your Skin

September 4, 2025 | Developed in collaboration with an AI assistant | Based on scientific evidence, ethics, and public benefit

Do you keep having skin problems and can't achieve the beauty you want, even when you use skincare products?

The root of this issue is a lack of understanding of your skin's innate ability to regulate itself—its homeostatic mechanism, centered on cell turnover. It's also about a failure to choose products that support this process. Your skincare frustrations aren't just a matter of picking the wrong products; they're a deeper, systemic problem related to your relationship with your skin and your approach to care.

Let's break down the core of the problem from a few different angles.

The Problem's Structure

- **Reliance on Superficial Care** Without an understanding of your skin's homeostatic mechanism (its innate ability to regulate itself), you tend to only treat surface-level problems like acne, dryness, or dullness, never achieving a true, long-lasting improvement.
- **Manufacturer-Driven Product Selection** You get swayed by marketing phrases like "natural," "high-performance," and "fast-acting," and fail to choose products that match your skin's actual needs and current condition.

The Real Cause

The source of these problems is that you tend to react only to your skin's appearance—in other words, it's about **your fundamental approach to your skin**.

As a result, you treat your skin as something to be changed from the outside, rather than as an entity to be nurtured and supported from within. This prevents your skin's homeostatic and cell turnover processes from working properly. It also keeps your skin from maintaining the slightly acidic environment needed to support its own ability to heal and become beautiful.

You don't just need to change your products; **you need to change the way you think about your skin**.