

「日焼け止めは、一度手のひらで温めて、肌馴染みをよくしてから塗るのが基本です」



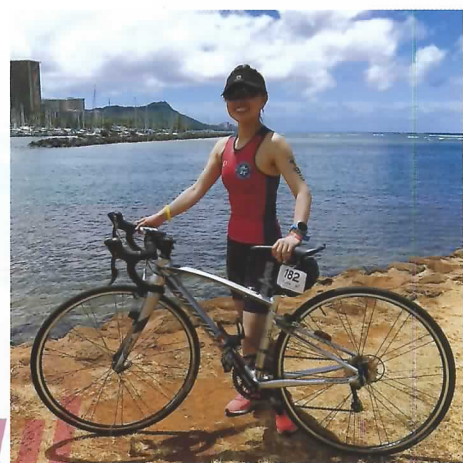
パーソナルスタイリストとして活躍するかたわら、一般社団法人日本スポーツビューティ協会の代表理事としてスポーツに取り組む女性たちをサポートする橋本ワコさん。自身もフアンランナーである橋本さんに、スポーツと美の関係について聞いた。

ランニングや登山を趣味とし、昨年はトライアスロンにも挑戦した橋本さん。しかし、意外にもスポーツに親しみ始めたのはここ10年ほどだとか。テニス部に所属していた中学時代を除き、それまでスポーツに没頭した時期はなかった。「子どもの頃から背の低さとぽっちゃり体形がコンプレックス。せめて日に焼けないようにと、スポーツは避けていました」と笑う。大学の教育学部で体育

学専攻を決めたのも入学後。美しいネイルやファッションで話題を呼んだ陸上選手フローレンス・ジョイナーが人気の頃で「これからはスポーツと美がかけ離れた時代でなくなる」と教授に説得されたのだそうだ。そんな橋本さんがランニングを始めたのは、一般企業勤務の後、興味

のあったメイクアップの技術を習得した頃だ。「当初は仕事がなく、その代わり時間だけはあったので体形維持のために走り始めたのです」と橋本さん。すると、体を動かすことで仕事のストレスが解消され、同時にボディメイクや、スポーツ中の日焼け予防などへの関心が深まっていく。ハワイのホノルルマラソンでランナー向けのメイクアップに関わったのを機にスポーツにまつわる仕事が増え、日本スポーツビューティ協会の設立に至った。

「体が縮まると、ファストファッションもきれいに着こなせません。自分で走ってみて、美は、体やメイク、髪形、洋服など、トータルで表されるものだと思います。今、迷いなく仕事ができているのは、こういう実感があってからです」と橋本さんはこやかに語る。



スポーツと美は、「&」の関係。

橋本 ワコさん

福島県生まれ。福島大学教育学部(体育学専攻)卒業後、海外旅行会社での添乗・企画、1部上場企業での役員秘書などを経て、2007年、waco styling設立。13年、一般社団法人日本スポーツビューティ協会設立。

橋本さんのスポーツと美への追究はとどまるところを知らない。今年5月、ホノルルトライアスロンで

日焼け予防は世界の常識
スポンジでメイク長持ち

スポーツ中のメイクについて聞くと、「まずすべきは日焼け予防」ときっぱり。「かつては日焼けした選手がたくさんいました。今、日焼け予防は世界の常識です」と橋本さん。日焼け止めをしっかり塗った後のファンデーションについては、次のようにアドバイスする。「メイク崩れ

faster, and more beautiful
より速く、より美しく

の原因は、汗の水分と皮脂やファンデーションの油分が混ざること。スポンジで余分な油分を取り除くのがポイントです。ウォータープルーフ製品は水に強い反面、油分に弱いので、特に注意を」。さらに「ブラシでパウダーをのせた後、水のスプレーをかけると、粉が水と結合してメイクが肌に定着しますよ」とのこと。

日焼けやメイク崩れは
ちょっとした工夫で防げる

もう一つ、見た目を大きく変えるのが眉だ。「眉さえきちんと描けばきちんと化粧をしている印象になります」と橋本さんは太鼓判。このときもファンデーションの余分な油を綿棒で取ってから描き、最後にパウダーでなぞる。これで汗をかいても落ちにくくなると教えてくれた。「日に焼けるからとか、化粧が崩れるからという理由でスポーツを避けるのはもったいない。かつてスポーツと美は、or の関係でしたが、今は、& の関係。ちょっとした工夫で美しくなることを知ってほしいですね」

「運動後のケアも重要です。シャワーを浴びる前に濡れたタオルを冷凍庫に入れておき、シャワー後、シャリシャリに凍ったタオルで顔を冷やすのがおすすめです」

※楽しく走ることをモットーにする人

