

何を足すかより先に、 どう洗っているかを考える。

正しい洗顔で、
すこやかな素肌と
自信あふれる毎日を。

PROFILE

洗顔研究家

松田理沙

/ Lisa Matsuda

元百貨店美容部員として、多くのお客様の肌悩みに
向き合う中で、たどり着いたのは「洗顔」という美
容の原点。

「何を足すかより先に、どう洗っているかを考え
る。」という視点を大切に、11年間にわたり洗顔と
向き合い、ここ3年で256種類の洗顔料を実際に使用。

延べ5,000人以上のお客様との接点や、10年間の商
品開発経験を生かし、季節・年齢・暮らしに寄り
添った洗顔のあり方を発信している。



11年
洗顔研究
のキャリア

256種類
の洗顔料を
実際に使用

5,000人
以上の肌相談
に対応

10年
ルアンルアン
商品開発

主な実績・活動

✓ ギフトショー2026 講師登壇

✓ コラム執筆・監修 ✓ メディア掲載実績



取材・コメント対応について

美容・洗顔に関する取材・コメント・企画相談など、お気軽にご連絡ください。



メール・電話・オンライン・
対面（都内近郊・応相談）



プロフィール写真
洗顔・泡立て実演写真／動画
商品画像／プロフィール文 など



コメント提供／Q&A
企画相談／HOW TO撮影
洗顔・泡立て実演 など



メールコメントは
原則1～2営業日以内
お急ぎの場合はご相談ください。

CONTACT 取材・コメントのご相談はこちら

(株)ボックスグループ・ルアンルアンコスメ

✉ r-matsuda@boxgroup.co.jp

☎ 070-9317-2331 (洗顔研究家 松田・直通)



洗顔研究家
ページ



取材可能な 10のテーマ

洗顔の基本から季節・年齢・ライフスタイルまで。
幅広いテーマでお話してきます。



1

朝・夜の洗顔の 必要性和「洗う回数」

朝は水だけ？ 1日何回？
肌状態と暮らしに合わせた朝・夜の洗顔。



6

泡・すすぎ・水温 | 洗顔の3大ポイント

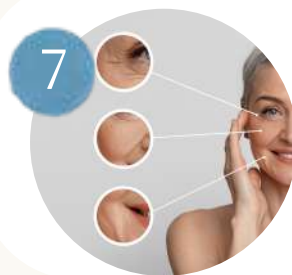
泡立て・プレス洗顔・すすぎ・
拭き方まで、一連の動作をHOWTOに。



2

季節に合わせた 洗顔の落とし穴

「季節だから」ではなく、
変わる“今の肌”から考える。



7

年齢とともに 見直したい洗顔

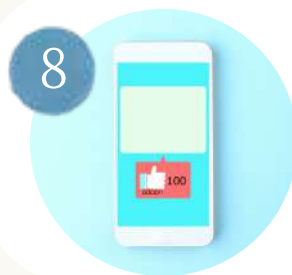
「何歳だから」ではなく、
変わる“今の肌”と暮らしを見る。



3

●●すぎ・・!? やりがちなNG洗顔。

「しっかり＝強く・長く」ではない。
頑張りすぎない洗い方へ。



8

SNS・美容トレンドに 潜む危険性

流行の美容情報を
“落とすケア”から読み解く。



4

ととのう 洗顔料の選び方

成分だけでなく、泡・香り・洗い上がり
まで“洗う体験”で選ぶ。



9

子育て・仕事で 時間がない日の洗顔

二児の母として、忙しい日のリアルも。



5

肌悩みがあるときこそ。 「与える」ケアより「落とす」ケア

気になる悩みほど、まず
「今どう洗っているか」からひも解く。



10

心もカラダも疲れたときの、 手放し洗顔。

気力がない日に、どこまでやるか。



このような切り口でもお話しできます

- 新商品・トレンドを絡めた解説
- 美容特集・季節特集との連動
- 読者の悩みに応じたQ&A形式
- 調査データを用いた解説 など



メディア様 向け 記事企画 6選

いま、こんな記事にコメントできます。
ぜひご活用ください。

1 季節美容／秋冬乾燥

保湿は冬仕様。
でも、洗顔は一年中同じ？

季節が変わったら、まず「今の肌」を見る。



4 HOW TO／習慣

「しっかり洗う」ほど、
こすっていませんか？

丁寧に洗うことと、強く・長く洗うことは違う。



2 40・50代美容

年齢に合う洗顔より、
“今の自分”に合う洗顔。

年齢だけでなく、暮らしと一緒に変わる肌を見る。



5 SNS美容／美容疲れ

美容情報の正解より、
一度、自分の肌を見る。

誰が言う？ なぜ？ 自分に合う？
——松田式3CHECK。



3 働く女性／子育て

時間をかけることだけが、
自分を丁寧に扱うことではない。

忙しい日にも続けられる、現実の中の洗顔。



6 ウェルビーイング

洗顔は、今日の頑張りを
終わらせる時間にもできる。

美容だけではない“一日の終わりのスイッチ”として。



オリジナル企画のご相談も可能です。

掲載媒体の特性や読者のお悩みに合わせたテーマ設定、企画のご提案も可能です。
洗顔に関する取材・コメント依頼など、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

Mail : r-matsuda@boxgroup.co.jp

Tel : 070-9317-2331(松田・直通)