

# 향/장

## ALL ABOUT BEAUTY

당신을 더 아름답게 할 뷰티 노하우

2020 뷰티 키워드, 아름다움의 라인을 잡아라  
럭셔리 끝판왕, 하이엔드 화장품  
믿고 쓰는 품평단 간증

JANUARY 2020 VOL.615





SINCE 1958

<향장>은 1958년 '화장계'라는 이름으로 창간한 이후 현재까지 62년간 615호를 발행하고 있는 대한민국 최초의 월간 뷰티 매거진입니다.

MAIL  
HYANGJANG@MCKOREA.COM

WEB  
WWW.APGROUP.COM

COPYRIGHT 2020  
AMOREPACIFIC

(주)아모레퍼시픽의 동의 없이 이 책에 실린 글과 사진, 그림 등을 사용할 수 없습니다.

02 NEWS-PLACE 뷰티 놀이터, 아모레 성수  
04 NEWS-TREND 올해의 컬러, 클래식 블루  
06 MAKEUP 볼드 립 메이크업  
12 PRODUCT 하이엔드 화장품  
18 PRODUCT 아모레퍼시픽  
20 PRODUCT 설화수

22 PRODUCT 프리메라  
24 SPECIAL 아름다움의 키, 라인을 살려라  
34 REVIEW 시트 마스크 집중 비교 분석  
36 REVIEW 밀고 보는 품평단의 생생 후기  
38 MAKEUP PLAY 눈매 맞춤 메이크업  
42 ICON 마흔 넘어 유투버 된 사람들

46 INGREDIENT 주름 제거의 왕, 레티놀  
48 SCENT 다양한 향수 활용법  
50 NEWS-PRODUCT 신개념 케어푸드  
52 WELLNESS 2020, 명상에 빠져들다  
54 PLACE 명절 후 완벽한 휴식, 호캉스  
56 BEST 4 설 선물 아이템

발행일 2020년 1월 1일 발행 통권 615호 발행인 서경배 편집인 안세홍 발행 (주)아모레퍼시픽 서울시 용산구 한강대로 100 인쇄 (주)태신인쇄 02-853-6574 인쇄인 서명현 제작 문의 이기태 제품 문의 080-023-5454 기획·편집 MCK Publishing Co., Ltd 에디터 최향진, 김희진, 김애림, 정아련 디자인 김경남, 정선희

※<향장>은 WWW.APGROUP.COM에서도 보실 수 있습니다.  
※ 이 책은 전국의 아모레 카운슬러를 통해 무료로 배포하는 방문판매용 매거진입니다.

# 대나무의 찬란한 수분으로 피부 가득 차오르는 아름다움의 시작

## 보태니컬 수딩 토너 & 하이드레이팅 플루이드



# AMOREPACIFIC





## 아모레퍼시픽 인 성수

지금 서울에서 가장 힙한 동네 성수동에 '뷰티 성지'가 오픈했다! '아모레성수'가 그 주인공이다.



인쇄소와 철공소, 자동차 부품과 가죽 공장 사이사이로 개성 있는 카페와 음식점, 숨이 속속 들어서며 서울에서 가장 힙한 장소로 떠오르고 있는 성수. 힙스터들이 몰려드는 성수동에 뷰티 성지가 터를 잡았다. 아모레퍼시픽의 역사를 한눈에 볼 수 있고, 30여 개 브랜드에서 선보이는 2천3백여 개의 화장품들을 자유롭게 만져보고 발라볼 수 있으며, 초록 식물이 가득한 정원과 카페에서 여유롭게 휴식을 취할 수 있는 아모레성수는 이미 성수동의 랜드마크로 떠올랐다.

아모레성수가 다른 뷰티 놀이터와 가장 다른 점은 건물 가운데 자리 잡은 정원이다. 중세 수도원을 본떠 설계해 수도원 회랑처럼 디귤(디)자 형태의 콘크리트 건물을 그대로 두고 중앙에 '성수가든'을 조성했다. 이 덕분에 창을 통해 어느 각도에서나 자연의 정취를 느끼며 내면을 정화할 수 있다.

이 뷰티 놀이터에 본격적으로 입성하기에 앞서 마주하는 '클렌징 룸'에는 클렌징 제품은 물론, 개인마다 사용할 수 있는 헤어밴드와 타월을 비치해 고객의 편의까지 배려했다.

'뷰티 라이브러리'로 들어서면 한눈에 담기 어려울 만큼 수많은 제품이 펼쳐진다. 30여 개 브랜드에서 자랑하는 2천3백여 개의 제품을 만날 수 있으니 어마어마한 양이다. 자칫 수많은 제품 사이에서 방황할 고객을 위해 제품을 브랜드별로 분류하지 않고 제형과 향, 피부 톤에 따라 분류한 점에서도 세심한 배려가 느껴진다. 이 덕분에 아모레퍼시픽의 훌륭한 제품을 한눈에 볼 수 있을 뿐 아니라 각자 자신에게 맞는 제품을 쉽게 찾을 수 있다. 내게 꼭 맞는 다양한 브랜드의 제품을 둘러보다 보면, 어느새 장바구니에는 써보고 싶은 제품이 가득 차 있다. 이제 장바구니를 들고 맞은편 '가든 라운지'에서 내가 고른 제품을 체험해보자. 창밖에 펼쳐진 정원이 심신을 편안하게 만들어 휴식을 취하는 기분까지 만끽할 수 있다. 2층과 3층에는 카페와 루프톱이 있어 체험 후 여유를 즐기기에 좋다.

성수동의 히스토리와 아모레퍼시픽의 헤리티지를 동시에 느끼고 싶다면, 또 내게 꼭 맞는 화장품을 찾지 못해 방황했다면, 아름다운 에너지와 활기로 가득한 아모레성수를 방문해보자. **11**

EDITOR: JUNG AH RYEON, PHOTOGRAPHY: NOHGYEONG





UNITED COLOURS OF BENETTON



ALBERTA FERRETTI



BALMAIN



RYAN ROCHE



STUDIO 189



ARTHUR ARBESSER



CHRISTIAN WILNANTS



SIES MARJAN



ARTHUR ARBESSER



CHROMAT

## 올해의 컬러, 클래식 블루

팬톤이 선정한 2020년 올해의 컬러 '클래식 블루'. 패션부터

얼굴을 물들일 메이크업까지. 클래식 블루로 넘실대는 세계로 당신을 초대한다.



SHUTTINGOU



헤라 색도 듀오 글리터 01호 3.3g, 3만5천원.

해마다 올해의 컬러를 발표해온 팬톤. 세레니티와 로즈 퀴즈, 그리너리, 울트라 바이올렛에 이어 2019년의 리빙 코랄까지. 팬톤이 지정한 컬러는 그해의 패션과 뷰티는 물론 리빙용품까지 생활 곳곳에 침투해 우리의 일상을 장악해왔다. 트렌드세터들이 새해를 앞두고 팬톤의 발표를 기다리는 것은 이 때문. 사람들의 추측과 기대 속에 팬톤이 2020년 올해의 컬러로 지정한 색은 '클래식 블루'다. 클래식이라는 수식어에 걸맞게 기본에 충실한 블루 컬러로, 탁 트인 저녁 하늘처럼 우리를 무한한 가능성의 세계로 이어주는 컬러라고 정의했다.

발 빠른 패션과 뷰티 업계에서는 팬톤이 공식적으로 발표하기 전부터 클래식 블루를 활용한 룩을 선보였다. 2020 S/S 패션위크의 런웨이를 장식한 블루 계열 의상이 대표적인 예. 알베르타 페레티의 살랑거리는 드레스는 우아하기 그지없고, 발맹의 직선을 이루며 떨어지는 수

트는 블루와 만나 클래식한 품격을 배가했다. 백스테이지 메이크업에서도 블루 컬러를 활용해 다채로운 분위기를 연출했다. 아서 아베서는 블루 리퀴드 아이라이너로 간결하고 테크니컬한 라인을 그려 경쾌한 느낌을 살렸고, 뒤글러의 모델들은 아이홀을 따라 흐드러진 블루 라인을 그린 모던한 메이크업을 선보였다. 클래식 블루 컬러 외에 다른 색을 섞어 시너지 효과를 발휘하기도 했다. 크로맷의 모델들은 눈머리부터 눈꼬리까지 블루와 옐로 아이세도로 리드미컬한 날개 모양을 그렸는데, 두 컬러가 강렬한 에너지를 발산하며 시크한 분위기를 한층 끌어올렸다.

새해에는 클래식 블루의 패션, 뷰티 제품으로 다양한 룩을 연출해 보길. 청량한 기운을 내뿜는 것은 물론 우아함, 모던함, 시크함을 모두 표현할 수 있으니. 올해의 컬러로 클래식 블루를 환영할 만하다. **10**

EDITOR: JUNG AH RYEON, PHOTOGRAPHY: GETTY IMAGES



# 세상에 없던, 완전히 새로운 MLBB

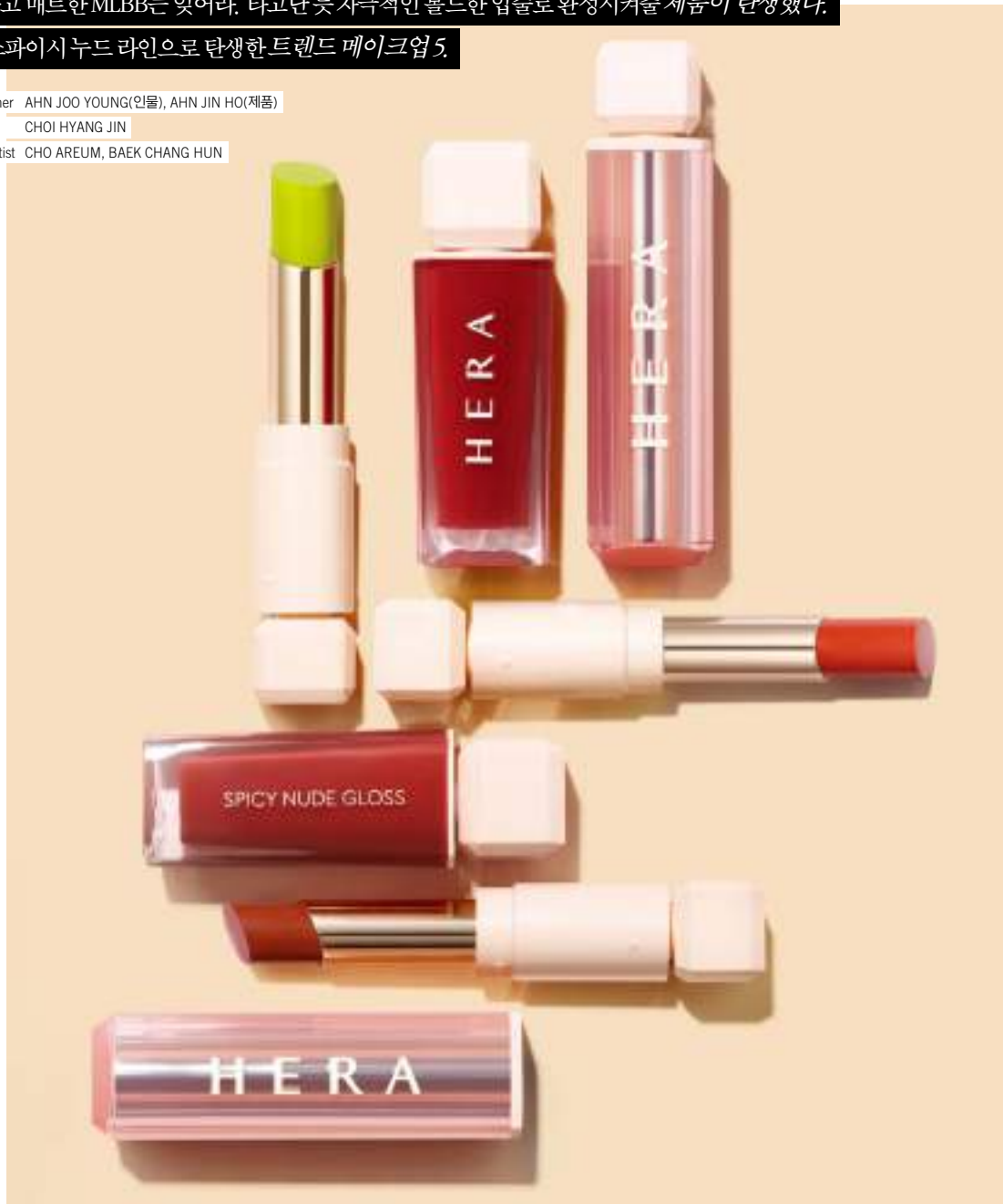
건조하고 매트한 MLBB는 잊어라. 타고난 듯 자극적인 볼드한 입술로 완성시켜줄 제품이 탄생했다.

헤라 스파이시 누드 라인으로 탄생한 트렌드 메이크업 5.

photographer AHN JOO YOUNG(인물), AHN JIN HO(제품)

editor CHOI HYANG JIN

makeup artist CHO AREUM, BAEK CHANG HUN



## 헤라 스파이시 누드

향신료에서 영감을 받아 오감을 자극하는 매력적인 컬러들로 구성된 헤라의 새로운 플럼핑 립 라인. 중채도의 맑은 컬러 발색도 매력적이지만, 무엇보다 본연의 입술 자체를 돋보이게 하는 플럼핑 효과가 탁월하다. 특히 '#할라피노'는 밤 플럼핑 성분 함량을 10배 안정화해 '필러립밤'이라는 애칭이 붙었을 정도! 헤라 스파이시 누드는 입술을 타고난 듯 자극적인 볼드한 입술로 만들어줄 글로스와 밤 2종류, 총 10가지 컬러로 출시됐다. 각각 5g, 3.5g, 3만5천원.



## #란제리

여리한 분홍 레이스처럼 순수하고 청순하면서도 여성스러운 광미를 겸비한 립 컬러. 헤라 스파이시 누드 글로스 #422 란제리를 입술에 도통하게 바른다면, 핑크 블러셔를 눈 아래에 물들이듯 바르면 소녀 같은 사랑스러운 느낌이 한층 배가된다.





#무디

톤이 다운된 오렌지 계열 MLBB 컬러인 헤라 스파이시 누드 글로스 #279 무디는 코랄 블러셔, 오렌지 브라운 아이 메이크업과 매치하면 지나치게 무겁지 않으면서 볼드한 룩을 연출할 수 있다.



#레드 라이

레드는 평소 입술에 바르기 부담스러운 컬러지만 헤라 스파이시 누드와 만나면 다르다. 선명한 레드 컬러에 투명한 기운이 더해져 민낯에 #382 레드 라이만 발라도 사랑스러우면서도 시크한 룩이 완성된다.





### #네이키드 아몬드

잘 구운 아몬드처럼 고급스러운 브라운 베이스의 헤라 스파이시 누드 밤 #429 네이키드 아몬드를 입술에 바른 뒤 비슷한 색 아이섀도로 깊이 있는 눈매를 연출한다. 마스크라를 짙게 발라 속눈썹을 풍성하게 연출하면 치명적인 매력을 품은 팜므 파탈로 변신 끝!



### #할라피노

매운 음식을 먹은 뒤 발강게 부풀어오른 입술처럼 채운에 따라 변하는 자연스러운 색감과 플러핑 효과를 주는 헤라 스파이시 누드 밤 #101 할라피노를 입술에 바른다. 음영을 준 베이스 메이크업과 곁을 살려 도톰하게 연출한 눈썹을 더하면 시크한 룩을 완성할 수 있다.

MODEL: SEO YU JIN, HAIR: LEE HYE YOUNG, STYLING: PARK MI KYUNG



# 하이엔드 스킨케어

진귀하고 값진 원료를 듬뿍 담아, 그 가치를 피부에 온전히 전하는  
럭셔리 중의 럭셔리 제품만 모아 소개한다.

photographer AHN JIN HO  
editor CHOI HYANG JIN

## 설화수 진설명작

영생을 꿈꾸던 진시황이 즐겨 먹었다던 적송과 십장생 중 하나인 영지, 그리고 인삼까지. 설화수에서 새롭게 내놓은 하이엔드 라인, '진설명작'은 예로부터 불로장생의 상징으로 통하던 진귀한 원료를 가득 담아 무한한 젊음의 에너지를 피부에 전달해준다.

진설명작라인의 영지버섯은 높은 품질의 원료에 대한 설화수의 집념으로 외형부터 유효성분 함량까지 철저하게 관리된 영지만을 선별하였다. 하이테크 그린 기술로 추출한 영지버섯 성분은 손상되고 노후된 피부층을 견고하게 강화시켜 탄탄한 피부를 완성한다. 또한 아모레퍼시픽 최초로 인삼 세포에 대한 접근을 시도하여 인삼 세포의 생명력을 오롯이 담아낸 액티브인삼셀™은 피부 진피층을 구성하는 콜라겐 섬유를 보강해 피부를 단단하게 지지하고 탁월한 탄력을 부여하는 효과로 설화수 인삼 연구의 역작이라 할 수 있다. 장수의 비결로 알려진 약재의 경이로운 생명력을 피부에 고스란히 전해주는 하이퍼 럭셔리 코스메틱을 경험하고 싶다면 설화수 진설명작을 권한다.

“하이엔드 브랜드의 하이퍼 럭셔리 제품에 무한한 신뢰를 가지고 있다. 진귀한 원료에 최고의 정성과 기술을 더해 최상의 사용감으로 탄생시키는 과정은 단시간에 적은 노력으로 이룰 수 없기 때문이다. 그러니 설화수 진설명작을 처음 대면한 순간, 온전히 마음을 빼앗길 수밖에.”

- <마리끌레르> 편집장 안소영

#영지버섯  
#액티브인삼셀™  
#무한한 젊음의 에너지

1 설화수 진설명작에센스, 40ml, 80만원.  
2 설화수 진설명작크림, 60ml, 80만원.



## 아모레퍼시픽 타임 레스폰스 컬렉션

타임 레스폰스는 다른 브랜드는 흉내 낼 수 없는 탄탄하고 감각적인 텍스처와 탁월한 안티에이징 효과로 국내 고객은 물론 까다로운 할리우드 스타들마저 사로잡은 걸출한 명작이다. 해마다 업그레이드 제품을 내놓는 여타 브랜드와 달리, 아모레퍼시픽 타임 레스폰스 컬렉션은 문칭 후 10년이 넘는 시간동안 넘게 럭셔리 고객들의 꾸준한 사랑을 받아 온 아모레퍼시픽의 대표 원료와 기술력이 담긴 궁극의 안티에이징 제품이다. 아모레퍼시픽의 타임레스폰스 컬렉션이 이렇게 오랜 시간 사랑받는 이유는 무려 17년의 시간동안 1만 그루의 차나무를 연구한 끝에 만들어 낸 장원 3호™, 차나무에서 탄생한 피부 생명력의 정수인 앵솔루티™ 가 시간을 관통해온 피부 변화를 고객들이 실감하기 때문이다. 타임 레스폰스 크림과 함께 타임 레스폰스 세럼에는 차나무 꽃에서 추출한 녹차꽃 유래 성분이 피부에 활력과 에너지를 부여하여 EGCG 파우더와 에멀전을 사용 직전 신선하게 섞어 쓰는 타임레스폰스 앵플은 4주 만에 놀라운 피부 변화를 선사한다.



1

#AbsoluTea™  
#피부생명력의 정수  
#궁극의안티에이징

1 아모레퍼시픽 타임 레스폰스 스킨 리저브 크림, 50ml, 50만원.  
2 아모레퍼시픽 타임 레스폰스 스킨 리저브 세럼, 30ml, 57만원.  
3 아모레퍼시픽 타임 레스폰스 인텐시브 스킨 리뉴얼 앵플, 7ml+0.6g×4병, 54만원.



2

3

“아모레퍼시픽 타임 레스폰스 라인은 제품의 향만 맡아도 잔잔한 미소를 띠게 된다. 심신을 정화해주는 은은한 향부터 럭셔리 스킨케어 제품에서만 경험할 수 있는 섬세한 텍스처, 단 한 번 사용해도 다음 날 아침 피부가 마치 아기 피부처럼 유연해지는 효과까지 모든 것이 완벽하다.”

- <마리끌레르> 뷰티 디렉터 윤휘진



## 헤라 시그니아

한 알의 구근에서 여러 갈래 줄기가 올라와 꽃을 피우고, 메마른 땅에서도 물만 주면 싹을 틔우며, 눈 속에서도 꽃을 피운다고 해 설중화라고도 불리는 수선화. 헤라는 수선화의 이런 강력한 생명력에 주목해 수선화 줄기세포 추출물인 나르시스 식물 세포를 개발했다. 헤라 기술진은 수년 간의 연구 끝에 바이오 기술을 바탕으로 3백만 개의 나르시스 식물 세포와 세포 주변 구성물을 모사해 피부 주변 환경을 개선하는 기술인 '나르시스 스템코드™'를 완성했고, 그 결과물을 헤라 '시그니아' 라인에 응축해 담았다. 헤라 시그니아 크림은 피부를 탄탄하게 리프팅해 젊은 피부로 되돌려준다. 4주 동안 사용하는 토털 안티에이징 앰플인 시그니아 앰플에는 한총 강력한 5백만 개의 나르시스 식물 세포와 항산화 에너지가 담겨 있어 집중 안티에이징 케어가 가능하다.



#3백만나르시스식물세포  
#나르시스스스템코드™  
#피부생명력

1 헤라 시그니아 크림, 60ml, 28만원.  
2 헤라 시그니아 앰플, 10.2g × 4병, 25만원.

“출시 이후 지금까지 꾸준히 사용하는 크림이다. 처음에는 크림만 바르다가 세럼과 워터, 오버나이트 마스크까지 사용하게 되었는데, 그중에서도 앰플은 탁월한 효능에 반해 환절기에 피부가 푸석할 때마다 보약처럼 구매하게 된다. 한마디로 중독성 강한 제품이다.”

-뷰티 엑스피트 이성진



2



아모레퍼시픽 보태니컬  
하이드레이팅 플루이드  
유해 환경에 맞서  
피부를 보호해주는  
고영양 왕대나무 수액  
플루이드. 뛰어난 자생  
효능의 센텔라(시카)  
듀 래핑™ 텍스처어가  
유연한 질감으로 변하며  
피부를 감싸 끝나지  
않을 것 같은 영양과  
운기를 선사한다.  
160ml, 8만원.

아모레퍼시픽 보태니컬  
수딩 토너 왕대나무  
수액이 피부의 수분 길을  
열어 편안하게 진정,  
정돈해 주는 고수분  
토너. 판데놀 고향량을  
액에 안정화한 이슬같은  
듀 컴포팅™ 제형이  
앰플처럼 농밀하게  
발리며 메마른 피부에  
깊은 수분 보습감을  
선사한다. 200ml, 9만원.

photographer AHN JIN HO  
editor CHOI HYANG JIN

# 꿈에 그리던 편안한 스킨케어의 시작, 아모레퍼시픽 보태니컬 토너 & 플루이드

피부를 예민하게 만드는 외적, 내적 환경에 맞서 피부를 굳건하게 지켜줄  
튼튼한 지원군이 나타났다. 자연이 허락한 축복의 수분, 왕대나무 수액을 가득 담은  
아모레퍼시픽 보태니컬 라인이 그 주인공이다.

## 아모레퍼시픽 보태니컬 수딩 토너 & 하이드레이팅 플루이드

① **럭셔리 스킨 컴포팅**  
최고의 스킨케어 결과를 위해서는 무엇보다 시작이 중요하다. 고기능 성분들이  
효능을 발휘하여 꿈에 그리던 피부를 마주할 수 있도록 피부를 침해하지 않고  
핵심 유효성분을 전달하는 아모레퍼시픽만의 스킨 컴포팅 기술이 담긴  
새로운 하이엔드 리추얼의 토너 & 플루이드를 선보인다.

② **신이 허락한 자연의 축복, 왕대나무 수액**  
미네랄, 아미노산 등 풍부한 영양 성분을 머금고 있으며 인체의 수분과 닮아  
피부가 매우 잘 받아들일 수 있는 축복의 수분이다. 깊고 풍부한 보습 영양 성분이  
피부 진정 및 장벽을 강화해주고 미세먼지로 인한 자극을 완화하여  
피부를 편안하게 보호하고 가꾸어준다.

③ **마법같은 컴포팅 텍스처어**  
토너는 판데놀 고향량을 액에 안정화한 이슬 방울 같은 듀 컴포팅™  
텍스처어로 농밀하게 발리며 피부 장벽을 강화하고 우월한 보습감을 제공한다.  
플루이드는 자생에 탁월한 센텔라(시카) 성분의 듀 래핑™ 텍스처어로  
바르는 순간 실크처럼 유연하게 변하며 피부를 부드럽게 감싸 보호해준다.

공통-깊은 수분 보습감이 느껴진다

94.3%

토너-자극없이 부드럽고 열감이 줄어든 느낌

91.4%

플루이드-매끄러운 피부결, 촉촉함

91.4%

럭셔리 스킨케어 고객 35명  
대상 6일간 사용 후 실시한  
만족도 평가

“글로벌 3대 향료사에서  
조향한 아모레퍼시픽의  
새로운 핵심 향이 그야말로  
환상적이다. 피부가 진정되고  
얼굴의 열이 내리는 느낌과  
함께 스트레스로 잔뜩  
경직됐던 마음까지 힐링되는  
기분이 든다.”

- <마리끌레르> 편집장 안소영

“토너만 발라도 피부 갈증이  
해소되는 보습 효과가  
마음에 쏙 든다. 하지만  
플루이드의 매력 또한 이에  
뒤지지 않는다. 바르는  
순간 피부결이 부드럽고  
매끄러워져 화장까지  
잘 받는다.”

- <뷰티벨> 편집장 정수연

“아모레퍼시픽의 제품은  
언제나 기대를 저버리지  
않는다. 신제품을 자주  
출시하는 여타 브랜드와 달리  
심사숙고 끝에 최고 제품을  
내놓기 때문이다. 보태니컬  
라인 역시 걸작의 탄생이라는  
느낌이 든다.”

- <마리끌레르> 뷰티 디렉터 윤취진



**설화수 자음생크림**  
 설화수만의 독보적인  
 인삼 연구를 통해 인삼  
 뿌리와 꽃에서 찾은  
 강력한 인삼 결정체가  
 피부 재생력과 방어력을  
 키워 피부 활력을  
 깨우는 안티에이징  
 크림. 영양감이 풍부한  
 오리지널 텍스처와  
 젤처럼 빠르게 흡수되는  
 산뜻한 텍스처의 라이트,  
 두 종류가 있다.  
 60ml, 25만원.

# 50년 인삼 연구와 장인정신의 결정체, 설화수 자음생크림

8년 연속 백화점 안티에이징 크림 부문 1위, 50년 이상의 인삼 연구와

1백 건 이상의 국제 논문과 특허. 이 모든 것이 이 작은 크림 하나로 이룬 설화수의 성과다.

## 설화수 자음생크림

①

### 50년 인삼 연구의 집약체, 진세노믹스™

진세노믹스™는 아모레퍼시픽이 정성과 집념으로 50년간 이어온  
 고려인삼 연구 기술력의 총체다. 설화수는 이를 통해 인삼의 부위별 효능을  
 입증하고 극대화하는 재배 및 가공법을 개발해 자음생크림에 담았다.  
 독점 기술로 추출한 고농도 희귀 사포닌을 바탕으로 타의 추종을 불허하는  
 명작이 탄생한 것.

②

### 이미지존의 탄력을 높이는 이미지 안티에이징

이미지존이란 반복적인 표정과 탄력 저하로 유발되는 주요 피부 노화 및 감정  
 인지 지점(이마-미간-눈가-입가-팔자주름-입꼬리)을 연결한 부위로 설화수가  
 제안하는 안티에이징의 새로운 지표다. 자음생크림은 얼굴의 인상을 좌우하는  
 이미지존의 탄력을 높여 한층 부드럽고 생기 있는 얼굴로 바꿔준다.

③

### 깊이 있고 탁월한 감각 체험

최고의 안티에이징 크림답게 텍스처와 향 역시 고급스럽다. 먼저 텍스처는  
 다중 유효 기술로 짙 찬 영양이 감각으로 느껴지도록 고안해 탁월한 보습감과  
 운기를 선사한다. 설화수 고유의 은은한 인삼 뿌리 향은 얼굴에 닿는 순간부터  
 긍정적인 기운을 복돋운다.

피부 보습

11%

피부 손상 개선 도움

11%

팔자주름 탄력 개선

6%

인체 적용  
 시험/대상 44-56세  
 131명/시험기간 8주/  
 시험기관 : (주)엘리드

“미간 주름, 팔자주름, 눈가  
 주름 등 무슨 짓을 해도  
 없애기 어려운 주름을  
 완화해주는 임상시험 결과를  
 보고 신뢰가 더욱 커졌다.  
 실제로 실컷 자고 일어나도 푹  
 꺼져 보이던 팔자주름 부위가  
 팽팽해진 것을 느꼈다.”

- 메이크업 아티스트 이영

“영양감이 느껴지는  
 쫀득한 텍스처가 페이스  
 라인을 잡아주는 느낌이 드는  
 크림이다. 저녁에 듬뿍 바르고  
 자면 다음 날 안색까지  
 뽀얗게 변해 있는 것을  
 확인한 뒤 지금까지 꾸준히  
 바르고 있다.”

- 뷰티 엑스퍼트 최향진

“요즘처럼 차가운 계절에는  
 쫀득한 오리지널 크림을,  
 피지 분비가 활발한 시기에는  
 가벼운 라이트 크림을  
 골라 쓸 수 있도록 두 가지  
 제형으로 출시해 1년 내내  
 안티에이징 케어를 할 수 있는  
 점도 마음에 든다.”

- <마리끌레르> 뷰티 에디터 김상은

photographer AHN JIN HO  
 editor CHOI HYANG JIN





# 저자극 얼리 안티에이징 솔루션 프리메라 슈퍼 블랙 씨드 콜드-드랍™ 세럼 & 크림

피부는 예민한데 노화는 고민된다면? 프리메라의 슈퍼 블랙 씨드 콜드-드랍™을 밀레니얼 세대에 추천한다.

“세럼은 한 번만 발라도  
청량한 수분감이 느껴지고,  
여러 번 덧바르면  
피부 속이 땅기는 증상이  
사라진다. 하루 종일 히터  
바람을 쐬며 건조해진  
피부가 회복되는 기분.”

- 프리랜스 에디터 정아연

“노화가 고민돼도 일반적인  
안티에이징 제품은 끈끈하고  
영양감이 많아 트러블이  
잦은 내 피부에 맞지 않았다.  
이 제품은 텍스처가 가볍고  
순해 안티에이징 초보자에게  
알맞다.”

- <마리끌레르>뷰티 에디터 김보나

“화장품 성분을 따지는  
편이다. 프리메라 슈퍼 블랙  
씨드 콜드-드랍™ 라인은  
10-Free 클린 포뮬러에  
원료로 쓴 식물을 퇴비로  
재활용하고, 유리 용기를  
사용해 믿음이 간다.”

- 메이크업 아티스트 강지혜

## 프리메라 슈퍼 블랙 씨드 콜드-드랍™ 세럼 & 크림

①

### 항산화 성분이 풍부한 슈퍼 씨드, 흑미

강력한 항산화 성분인 안토시아닌을 풍부하게 함유한 블랙 씨드. 그중에서도 흑미는 안토시아닌이 백미의 1백40배 이상 들어 있으며, 비타민과 단백질 등 피부에 좋은 성분을 다량 함유하고 있다. 프리메라는 최적의 피부 효능을 위해 흑미 중에서도 청정한 땅에서 귀하게 자란 토종 야생 버를 선별해 사용한다.

②

### 항산화 효능을 고스란히 추출하는 콜드-드랍™ 추출법

주변 환경과 열에 쉽게 파괴되는 안토시아닌을 손실 없이 담기 위해 프리메라는 오랜 연구 끝에 저온에서 한 방울씩 섬세하게 추출하는 독자적인 콜드-드랍™ 기술을 적용했다. 동시에 풍부한 보습을 느낄 수 있도록 고온에서 안정화하는 까다로운 더블 브루 공정을 거쳐 효능과 보습감을 모두 잡았다.

③

### 꼭 필요한 성분만 담은 클린 포뮬러

성분에 예민한 밀레니얼 세대 젊은 층을 위해 색소, 파라벤, PEG, 실리콘 오일 등 피부에 부담을 주는 성분을 모두 제외한 10-Free 클린 포뮬러로 구성했다. 또 알러지 테스트를 완료하여 지친 피부에도 편안하게 사용할 수 있다.

## 피부톤 균일도 개선

19.3%

## 모공 부위 탄력 개선

15.2%

## 항산화력 향상

5.5배

밀레니얼 고객 리쿠르팅, 동일한 일상에서 세럼만 추가해 '한 병'을 사용한 후 실제 피부 변화. 인체적용시험: (주)아이씨코리아, 25~38세 여성 30명, 8주 사용 후

**프리메라 슈퍼 블랙 씨드 콜드-드랍™ 세럼**  
흑미의 강력한 항산화 효능을 그대로 담은 보습감이 풍부한 세럼. 병풀에서 추출한 순도 높은 마데카사사이드 성분이 지친 피부에 한층 강화된 진정과 자생력 강화 효과를 제공한다. 여러 번 덧바라도 끈적이지 않고 피부에 쏙 스며든다. 50ml, 5만3천원.

**프리메라 슈퍼 블랙 씨드 콜드-드랍™ 크림**  
몽글몽글한 생크림 같은 텍스처가 피부에 사르르 녹아 깊은 보습감을 제공하고 놀랍도록 탄탄하고 매끄러운 피부로 가꿔준다. 항산화 효과가 탁월한 블랙 씨드와 불포화지방산이 풍부한 동백 씨앗 오일에서 추출한 세라마이드 성분을 함유해 피부 장벽도 강화해준다. 50ml, 5만8천원.

photographer AHN JIN HO  
editor CHOI HYANG JIN



# 2020

## 라인에 주목하라!

해가 바뀌었다. 겨우 나이 한 살 더 먹었을 뿐인데, 어쩐지 체력은 반토막 난 기분. 겨울이라고 몸을 사린 탓인지 뱃살과 주름도 한층 눈에 띈다. 그렇다고 포기하기엔 이르다. 언제 어디서나 따라하기 쉬운 '아름다운 보디&페이스 라인'을 위한 10가지 방법을 준비했으니 기억해두자.







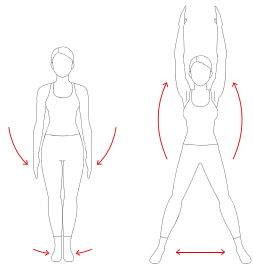
## MISSION 1

### 체온을 높여라

우리 몸의 효소 활동은 정상 체온(35.9~37.6°C) 상태에서 가장 활발하다. 만약 이 보다 체온이 낮으면 효소 기능이 저하되어 몸 구성요소로 산소나 영양분을 제대로 운반하지 못하게 된다. 이 때문에 몸의 전반적인 기능이 떨어지고 면역력 또한 약해진다는 것이 정설. <체온 1도가 내 몸을 살린다>의 저자 사이토 마사시는 체온 36°C 이하의 상태에서는 당뇨병, 골다공증, 암, 치매 같은 질환에 취약할 수 있다고 주장한다. 이는 반대로 생각하면 몸의 체온을 높임으로써 건강을 지킬 수 있다는 의미이기도 하다. 체온이 올라가면 신진대사가 활발해지고 기초대사량이 증가한다. 몸의 순환이 잘 된다는 것은 곧 지긋지긋한 하체 부종, 손발 저림, 체기와 소화불량도 개선된다는 뜻. 똑같은 양의 음식을 먹어도 살이 덜 찌는 사람, 추운 날 함께 밖에 있어도 덜 춥게 느끼는 사람의 핵심은 모두 '기초체온'이다. 그러므로 다이어트를 위해서도 건강을 위해서도 '체온 올리기'가 최우선 과제다. 추운 계절, 쉽고 간편하게 체온을 올릴 수 있는 방법을 소개한다.

#### 몸이 달아오르는 워밍업 운동

근육이 많을수록 체온은 높게 유지된다. 근육을 키우는 데는 무산소 운동이 최고다. 그렇다고 처음부터 무거운 덤벨을 들고 무리할 필요는 없다. 내 몸(체중)이 바로 최고의 운동기구.



#### 점핑 잭(Jumping Jacks)

- 1 팔과 다리를 가지런히 모으고 차려 자세로 선다.
- 2 가볍게 점프를 하며 재빨리 다리를 양옆으로 벌리고, 동시에 두 팔은 머리위로 들어올린다.
- 3 곧바로 시작 자세로 돌아가서 같은 동작을 반복한다.

**바이탈뷰티 명작수**  
홍삼은 건강관리의 기본인 면역력 증진과 피로 개선, 혈행 개선에 도움을 줄 수 있다. 인삼의 뿌리와 열매(부원료)를 모두 담은 깊고 진한 프리미엄 홍삼 앰플.  
20g x 60앰플,  
26만원.



## MISSION 2

### 체지방을 줄여라

살찌기 쉽다는 잘못된 인식과 달리 겨울은 다이어트를 하기에는 좋은 계절이다. 기온이 내려가면 우리 몸은 체온 유지를 위해 열을 내는데, 이 과정은 많은 에너지를 필요로 하기 때문에 기초대사량이 높아지고, 축적된 지방의 소모로 이어지기도 한다. 하지만 여기에도 함정은 있다. 우리 몸의 항상성은 에너지를 소비하는 동시에 그만큼 다시 축적하려는 작용을 끊임없이 계속한다. 자칫 평소보다 더 많은 음식을 섭취하기 쉬워 특히 긴장할 필요가 있는데, 이럴 때 체지방 감소나 대사 작용 촉진에 효과가 있는 건강기능식품의 도움을 받는 것도 좋은 방법이다.



#### 바이탈뷰티

**데일리토닝 레드**  
더욱 가볍고 자신감 있는 일상을 위한 제주의 원료가 담긴 데일리 클렌즈 앰플 14일분  
40ml x 14앰플, 5만5천원.

#### 바이탈뷰티

**슬리머 디엑스**  
원활한 배변 활동과 복부 지방을 포함한 체지방 감소에 도움을 줄 수 있는 슬리머 앰플 30일분  
25ml x 30앰플, 9만원.

#### 바이탈뷰티 메타그린

고지방, 고탄수화물 식품관으로 인한 체지방 감소 및 혈중 콜레스테롤 개선에 도움을 줄 수 있는 순수 녹차 정제 30일분  
520mg x 90정,  
5만5천원.



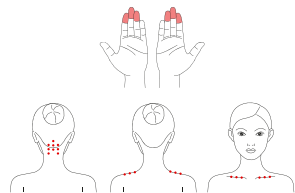


### MISSION 3

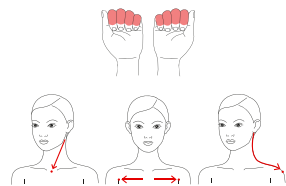
#### 데콜테를 관리하라

뒤통 지지대가 탄탄해야 안정감이 생기는 법. 둔탁한 턱, 두리몽실한 얼굴선, 힘없이 처지는 볼, 늘어진 목의 수평 주름과 일명 '칠면조 턱'을 만드는 수직 주름까지 눈엣가시 같은 결점을 예방하는 데 마사지만 한 게 없다. 특히 수많은 림프가 모여 있는 목과 쇄골, 즉 데콜테 라인을 꾸준히 관리하는 것만으로도 얼굴선이 금세 달라진다.

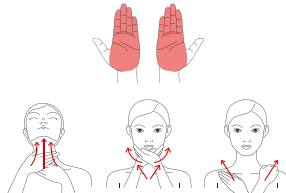
#### 림프순환을 돕는 설화수 목 마사지



**1 근육 풀기**  
양쪽 검지, 중지, 약지의 첫 번째 마디를 이용해 목뒤, 어깨, 쇄골 부위를 꾹꾹 누르며 근육을 푼다.



**2 밀어주기**  
주먹을 쥐었을 때 보이는 손가락 두 번째 마디를 이용해 순환이 정제되기 쉬운 목, 가슴, 귀밑 부위를 쑥쑥 민다.



**3 주름 펴기**  
양손 손바닥 전체를 이용해 탄력을 잃고 주름지기 쉬운 목, 턱 아래, 가슴 부위를 가볍게 펴듯 마사지한다.

**설화수 탄력영양크림**  
존속하고 밀도 높은 텍스처가 놓여지지 않는 탄탄한 피부로 가꿔주는 탄력 영양 크림. 75ml, 11만원.

**프리메라 에센셜 마사지 크림**  
촉촉하고 탄력 있는 피부로 가꿔주는 부드러운 질감의 마사지 크림. 250ml, 2만5천원.



### MISSION 4

#### 손끝까지 섬세하게 가꿔라



휴대폰을 터치하고, 운전을 하고, 키보드를 두드리고, 식사를 하는 순간에도 실새 없이 일하는 두 손. 장갑과 핫팩이 추워야 막아주겠지만 건조함까지는 어찌지 못 한다. 촉촉하게 물기가 도는 얼굴이 예뻐 보이는 것처럼 보습력이 뛰어난 핸드크림을 자주 바르는 것만으로도 '야발' 신세는 면할 수 있다. 손가락 마디마디를 자극하며 마사지를 하면 금상첨화다.

위부터)

**설화수 핸드크림 홍과향, 금운향** 상큼하면서도 고급스러운 과일 향의 핸드크림.

귀한 한방 오일이 건조한 손에 깊은 보습과 윤기를 선사한다. 40ml, 3만원.

**프리메라 보타닉 리치 주니퍼 허벌 핸드크림** 버터 같은 존속한 텍스처가

깊고 풍부한 영양감을 더해준다. 프레시한 허브 향. 60ml, 1만5천원.

**프리메라 보타닉 에어리 플로럴 핸드크림** 부드럽게 발리는 로션 질감의 핸드크림.

은은한 들꽃 향이 난다. 60ml, 1만5천원.

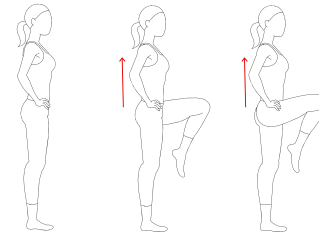
**설화수 핸드크림 금운향** 가볍고 실기한 질감의 핸드크림.

은은하고 향긋한 플로럴 향을 지녔다. 40ml, 3만원.

### MISSION 5

#### 뒤태를 포기하지 마라

몸 앞쪽 선을 책임지는 것이 코어라면, 뒤태는 힘에 달렸다. 탄력 있는 힙 라인은 몸 전체의 선과 건강을 책임진다. 매일 아침저녁으로 10분씩 투자하면 뒤태가 달라지는 힙 운동법을 소개한다.



**엉덩이와 허벅지 뒤쪽 자극에 좋은, 워킹 하이 니(Walking High Knees)**

- 1 겨울 앞에 양발을 어깨너비로 벌리고 똑바로 선다.
- 2 한쪽 무릎을 최대한 높이 들어 올린 다음, 곧바로 발을 내딛는다. 이때 몸의 중심축이 흔들리지 않도록 집중한다.
- 3 마치 제자리 높이 걸기를 하듯 발을 바꾸면서 같은 동작을 반복한다.

**프리메라 더 릴리프 크림 포 스트레치 마크**

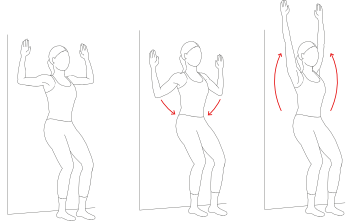
살이 탄탄하게 차오르고 촉촉하게 유지되는 탄살(붉은선) 완화 기능성 크림. 운동 전후 마사지로도 훌륭하다. 200ml, 4만2천원.



## MISSION 6

### 팔은 단단하게, 어깨는 유연하게

기온이 떨어지면 우리 몸에서 가장 먼저 문제가 생기는 부위가 각종 관절이다. 그 중에서도 어깨와 손목이 특히 말썽인데, 사용 빈도가 높은 만큼 평소 제대로 관리할 필요가 있다. 기름칠이 잘 된 기계처럼 어깨부터 팔뚝, 팔꿈치, 손목으로 이어지는 긴 근육을 부드럽게 단련하면 유연성과 가동성이 좋아져 부상을 예방할 수 있으며 건강뿐 아니라 외모의 맵시도 한결 좋아진다.



#### 어깨와 팔 운동을 동시에, 월 슬라이드(Wall Slide)

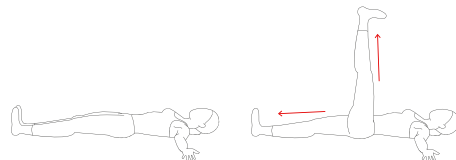
- 1 무릎을 살짝 구부리고, 팔을 어깨높이로 올린 채 팔꿈치를 90도로 구부려 하이파이브 자세를 취한다. 머리, 어깨, 등, 엉덩이는 물론, 손과 팔도 벽에 밀착한다.
- 2 팔꿈치, 손목, 손을 벽에 밀착한 상태로 옆구리를 향해 팔꿈치를 최대한 내린다. 팔을 움직이는 것이 아니라 등의 견갑골을 조인다는 느낌을 갖는 것이 핵심이다.
- 3 손을 벽에 밀착한 채 벽을 타고 팔을 최대한 높이 끌어올린다.
- 4 손이 벽에서 떨어지는 지점에 이르르면 미끄러지듯이 팔을 내리고, 전체 동작을 반복한다.



## MISSION 7

### 다리 부기를 해소하라

부종을 해결하는 방법은 크게 두 가지. 먼저 서혜부와 허벅지, 무릎 주변, 종아리, 아킬레스건 주변, 발과 발등까지 다리 전체를 수시로 마사지한다. 이때 피멍 크림이나 보디 오일을 바르면 좀 더 수월하다. 딱딱한 근육의 긴장을 풀고, 자세를 바로 잡아줄 간단한 스트레칭 동작도 부기 해소에 효과적이다.



#### 다리 근육을 이완해주는, 라잉 스트레이트 레그 레이즈(Lying Straight Leg Raise)

- 1 다리를 쭉 펴고 바닥에 곧게 놓는다.
- 2 양쪽 무릎과 다리를 곧게 유지한 채 반대쪽 다리가 뜨지 않는 범위에서 포물선을 그리며 한쪽 다리를 최대한 높이 들어 올린다. 몸 앞에 있는 공을 찬다고 생각하면 쉽다.
- 3 한쪽 다리를 여러 번 반복한 다음, 발을 바꾸어 같은 동작을 동일한 횟수로 실시한다.



**헤라 더시그니처 퍼퓸드 바다샤워 오일**  
가볍고 투명한 오일 타입 포뮬러로 샤워하면서 마사지하기에 좋다.  
200ml, 5만5천원.

**설화수 백옥 보석 마사저**  
100% 백옥 소재 마사저. 뭉친 근육을 이완해 피부를 탄력 있고 맑게 가꿔준다. 105g 이상, 24만원.

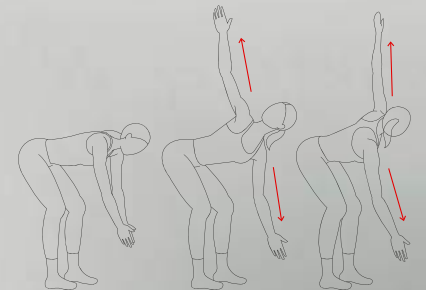
**프리메라 모이스처 스무딩 케어**  
자연 유래 과일산을 함유해 몸의 각질을 부드럽게 잠재워주는 크림. 150ml, 2만2천원.



## MISSION 8

### 보이지 않는 곳까지 케어한다

면적은 넓지만 관리에 소홀하기 쉬운 등. 하지만 의학적으로나 미용적으로나 등은 둘째가라면 서러울 중요한 부위다. 특히 기온이 떨어지면 쉽게 체하고 소화 잘 되지 않거나 수족냉증 등 순환 장애가 있는 사람이라면 등 관리는 선택이 아닌 필수. 수많은 신경을 통해 심장이나 위 등 여러 장기와 밀접하게 연결돼 있기 때문이다. 외부적으로는 팔과 어깨, 옆구리, 엉덩이와 바로 연결되기 때문에 등 근육을 키우면 상체의 유연성과 가동성이 향상되는 효과도 있다.



#### 등 근육을 키우기 좋은, 벤트 오버 리치 투스카이 (Bent over Reach to Sky)

- 1 허리를 곧게 편 상태로 상체를 숙여 몸을 기억(7)자 형태로 만든다. 팔을 곧게 늘어뜨리고 양손을 모은다.
- 2 몸통, 특히 배에 힘을 준 상태로 오른팔과 몸통을 오른쪽으로 최대한 높이 회전하며 올린다. 이때 허체는 최대한 움직이거나 돌아가지 않게 한다.
- 3 최고 지점에서 잠시 멈춘 다음, 시작 자세로 돌아가 반대 팔과 반대 방향으로 같은 동작을 실시한다.



# MISSION 9

## 전신운동으로 코어를 잡아라

운동 전후 온몸에 바르는 보디 모이스처라이저

워부터)

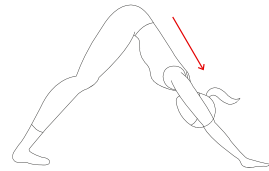
**프리메라 망고버터 컴포팅 바디로션** 인도 자우이 지역 소녀들의 사랑과 희망의 메시지를 담은 'Let's Love' 캠페인 리미티드 에디션. 망고씨 버터와 호호버씨 오일의 풍부한 보습력으로 피부를 매끈하고 윤기 있게 가꿔준다. 380ml, 3만2천원.

**헤라 얼반 로즈 퍼퓸드 바디로션** 향긋한 장미 향이 지친 심신을 깨워 에너지를 채워주는 실기한 질감의 바디로션. 250ml, 5만원.

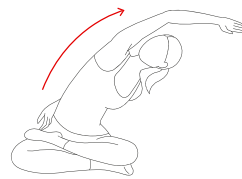
**헤라 더 시그니처 퍼퓸드 바디 누드 로션** 단 한 번의 터치로도 완벽하게 스며들고 피부를 부드럽게 감싸 마치 아무것도 바르지 않은 듯한 3초 코팅 로션. 200ml, 6만5천원.

**설화수 바디로션 백은향** 은은한 매화꽃 향기가 기분을 맑게 해주고, 몸을 부드럽게 감싸 피부에 보습, 탄력, 윤기를 선사한다. 250ml, 6만원.

코어(core), 사전적으로는 몸의 중심부라는 의미로 눈에는 보이지 않지만 우리 몸의 무게중심이 되는 부위를 뜻한다. 허리와 배, 골반, 엉덩이 등을 지탱해주는 동시에 이들이 움직일 수 있게 하는 거대한 힘을 가진 근육, 그러므로 코어가 바로 서야 몸의 중심이 바로 잡힌다. 흔히 '복부=코어'라고 생각하는데, 이는 사실이 아니다. 코어를 이루는 주요 골격근은 척추기립근, 복횡근, 내복사근, 외복사근, 복직근 등이 있으며, 이는 위에서 말한 모든 부위에 넓게 퍼져 있다. 이것이 바로 코어 강화를 위해 복근 운동이 아닌 전신운동이 필요한 까닭이다.



**코어의 힘을 키우기 좋은 요가 동작 1**  
무릎과 발등을 골반 너비로 벌리고 무릎을 꿇은 채 바닥에 앉는다. 양손은 손가락을 넓게 벌린 상태로 어깨너비로 바닥을 짚어 몸을 디근(D)자 형태로 만든다. 발끝을 세워 무릎을 틀어 올리며 엉덩이뼈와 발꿈치를 높이 들었다가 뒤꿈치로 바닥을 누르며 체중을 하체 쪽으로 옮긴다. 호흡을 편안히 하며 약 1분간 버틴다.



**코어의 힘을 키우기 좋은 요가 동작 2**  
책상다리로 바닥에 앉은 자세에서 위에 올린 다리 쪽 팔은 등 뒤로 보내 몸을 감싸고, 아래 다리 쪽 팔은 머리 위로 쪽 뺀 뒤 허리를 살짝 옆으로 기울여 손끝까지 힘을 보낸다는 느낌으로 스트레칭한다.



전 동작에서 뒤쪽으로 보냈던 팔을 다시 한 번 뒤쪽으로 보내면서 그 방향으로 상체를 비트는. 반대쪽 팔은 무릎 위에 살포시 올려둔다. 천천히 원래 자세로 돌아와 양다리의 위치를 바꿔 같은 동작을 반대쪽으로 다시 실시한다.

# MISSION 10

## 결을 가꿔라

모든 피부 손질의 기본은 '부드러움'이다. 피부의 거친 정도는 피부결에 달려 있는데, 부드러운 피부를 위해서는 각질 제거가 필수다. 그렇다고 '이타리 타월'로 살갓을 박박 문지르라는 말은 아니다. 피부의 각질층을 모두 벗겨내 피부가 금세 벌겋게 달아오르지 모르니 절대 피할 것. 자극 없이 묵은 각질만 제거하는 프리메라 페이스셜 마일드 필링 같은 전용 제품을 사용해 주 1회 정도 관리한다. 각질 제거 후 클렌징하며 가볍게 마사지를 하면 림프생에 저류되어 있는 림프액과 노폐물을 배출할 수 있어 더욱 효과적이다. 평소 사용하지 않는 얼굴 근육에 자극을 주어 근육이 처지거나 늘어지는 것도 예방할 수 있다.



**프리메라 페이스셜 마일드 필링**  
부드럽고 투명한 젤 타입의 순한 각질 제거제. 물기가 없는 깨끗한 얼굴에 고루 펴 바르고, 30초 정도 마사지한 뒤 물로 씻어낸다. 150ml, 3만원.

**설화수 진설크림**  
적층의 강인한 생명력을 그대로 담은 쫄득한 질감의 안티에이징 크림. 깊은 주름을 완화하고 피부 탄력과 윤기를 개선한다. 60ml, 47만원.



손가락에 힘을 빼고 살살 문지른다는 기본으로 얼굴 중심에서 바깥쪽을 향해 마사지한다.



수직 방향으로 마사지할 때는 피부를 끌어올리듯 아래에서 위쪽으로 터치한다.



MODEL: RA JI WON, HAIR: LEE HYE YOUNG, MAKEUP: JO A RUM, PAIEK CHANG HOON, ILLUSTRATION: KIM YAE EUN, STYLING: PARK MI KYUNG

# 시트 마스크 집중 탐구

모든 시트 마스크가 좋다는 편견은 버리길. 내 피부에 맞는 시트 마스크는 따로 있다.

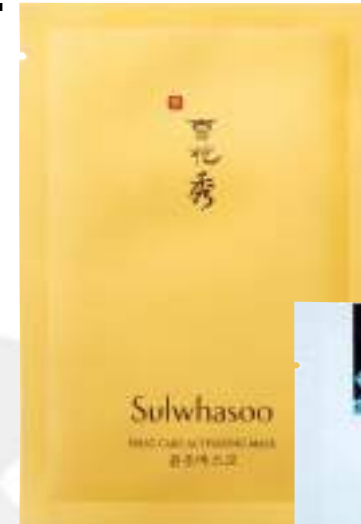
photographer AHN JIN HO  
editor JUNG AH RYEON

피부 균형 개선 ★★★★★

for 영양 가득한 피부

설화수 윤조마스크.  
23g×5매, 6만원.

“시트 한 장에 윤조에센스 3분의 1병의 유효 성분을 담아 피부에 풍부한 영양을 공급한다. 은은한 허브 향이 나 마스크를 붙이고 있는 동안 아로마테라피를 받는 듯한 기분이 든다.”



피부 진정 ★★★★★

for 자극 없이 편안한 피부

프리메라 씨드 앤 스프라우트 에너지 마스크로터스.  
20ml×5매, 1만원.

“표백을 하지 않은 순면 시트라 자극이 적고, 발아 새싹 성분을 함유해 스트레스와 외부 자극으로 민감해진 피부를 진정시켜준다. 피부가 예민해 시트 마스크를 사용하기 망설여진다면 이 제품을 추천한다.”



보습력 ★★★★★

for 수분 충전으로 촉촉한 피부

헤라 히아루로닉 마스크.  
26ml×6매, 3만원.

“고농축 히알루론산이 피부 깊숙이 수분을 채워준다. 마스크를 떼어내도 촉촉함이 그대로 유지돼 건조했던 피부가 오아시스를 만난 듯 물광 피부로 거듭난다.”



탄력 강화 ★★★★★

for 탄력 넘치는 피부

설화수 자음생 마스크.  
18g×5매, 12만원.

“인산 성분이 농축된 자음생 크림의 크리미한 텍스처가 피부에 녹아들며 탄력과 윤기를 선사한다. 얼굴 굴곡을 따라 빈틈없이 밀착해 관리에 소홀하기 쉬운 부분까지 케어할 수 있는 것이 장점이다.”



PHOTOGRAPHY: JEON YEONG WOO (제웅)



#프리메라  
#피부 장벽 강화  
#깊은 보습



@\_flowercrush\_  
겨울철 보습 아이템으로 선택한 프리메라 워터리 인텐시브 크림. 발림성 좋고, 바르고 나면 끈적임 없이 뽀송뽀송. 수분감도 오래 유지되어 좋아요.



@rim1678  
민스텔 중 하나! 텍스처에서부터 수분감이 느껴지는 게 요즘 같은 날씨에 딱이에요. 너무 가볍거나 무겁지 않아서 good! 부드럽게 발리고 흡수도 빨라요. 피부가 땅기는 증상이 없어져서 더욱 만족스러워요.

프리메라  
알파인 베리 워터리 인텐시브 크림  
50ml, 3만7천원.

## 생생한 제품 평가

프리메라 알파인 베리 워터리 인텐시브 크림을 사용해본 품평단 10인의 솔직한 후기.

@ines\_ej

찬 바람에 피부가 쉽게 갈라지고 메말라 겨울이 무섭지만 오늘은 오 수분 크림 덕에 촉촉한 피부를 유지했어요.  
고마워 #프리메라  
#워터리인텐시브크림



@iam\_maldi

찬 바람에 상해가는 피부를 위해 발라보세요. 롤링할수록 촉촉해져요!  
겨울엔 프리메라.



@haninalda

피부에 바른 후 끈적이지 않고 두껍게 발리지 않아 좋아요.  
지금 이 순간 피부에 수분이 부족하다 싶을 때 바로 수분 긴급 조치!



@stick2mee

피부가 건조했는데 #프리메라 #워터리인텐시브크림 쓰면서 촉촉하게 회복 중! 끈적이지 않고 수분감이 오래가는 데다 순해서 피부가 좋아지는 게 느껴질 정도예요.



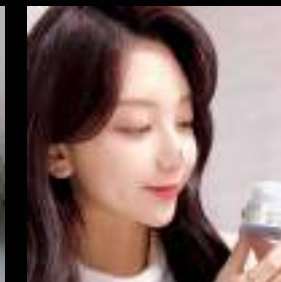
@heavenpark

겨울철 푸석하고 거칠거칠한 피부가 고민이라면? #프리메라 #워터리인텐시브크림 이 해결사! 바르자마자 즉각 충전되는 강력한 수분력을 느낄 수 있을 거예요.



@1213.ming

피부도 추운지 수분 크림을 듬뿍 바르고 나가도 화장이 퍼서 고민이었는데, 프리메라 워터리 인텐시브 크림 덕에 해결했어요. 오일리하지도 않고 속에서부터 끈득하게 보습해주는 느낌이라 추천해요.



@newstar92

오늘부터 겨울맞이 #진한보습 #수분크림 으로 바꿨어요. 밤 제형으로 피부 속 깊이 녹아들어 촉촉함을 더해줘 겨울 수분 크림으로 추천해요.



@aromieunsun

알파인 베리 씨앗이 담겨 순하면서도 에너지가 느껴지는 크림. 히터에서 나오는 열기 때문인지 피부가 텅텅하고, 열이 올라올 때가 많았는데 시원하고 촉촉한 크림이 피부 속까지 수분감을 단단하게 채워줘 피부결이 오랜 시간 건강하게 유지돼요.

photographer AHN JIN HO  
editor JUNG AH RYEON



# 홀꺼풀 vs 쌍꺼풀, 같은 컬러 다르게 쓰기

어울리지 않는다고 아이 메이크업을 포기했던 사람이라면 주목!

눈매에 딱 맞게 시즌 잇 컬러인 블루와 로즈 브라운 색도 바르는 법을 전수한다.

## BLUE for SINGLE EYELID

홀꺼풀 눈은 눈꺼풀이 안으로 말려 들어가기 때문에 블루처럼 과감한 컬러를 부담 없이 바를 수 있다. 눈을 떴을 때 아이라인처럼 색도가 보이는 정도까지 블루색도를 과감하게 바르는 것이 포인트. 실버 같은 포인트 컬러를 눈두덩에 발라두기  
티가 잘 나지 않으므로 아랫눈썹 라인에 발라 아이 메이크업에 예지를 더해보자.



- step 1** 헤라 색도 듀오 글리터이호 중 핑키 블루 컬러를 그라데이션하지 않고 눈보다 길게 해서 과감하게 바른다.
- step 2** 글리터를 눈두덩에 바를 경우 눈이 부어 보일 수 있으므로 엘리먼트 라이트를 눈머리부터 아랫눈썹 라인에 발라 포인트를 준다.
- step 3** 아이라인은 생략하고 마스크라를 듬뿍 바르거나 속눈썹을 붙여 또렷한 눈매를 연출한다.



photographer PARK HYUN JIN  
editor CHOI HYANG JIN

## BLUE for DOUBLE EYELID

쌍꺼풀 진 눈은 대부분 크고 화려해 보이지만, 눈꼬리 부분이 짧고 동그란 눈매의 경우 스모키 메이크업을 하거나 블루 같은 과감한 컬러를 바르면 자칫 과해 보일 수 있다. 그러므로 짙은 색 색도를 바르고 싶다면 면적을 최소화하고, 컬러의 뉘앙스만 풍기도록 연출하는 것이 이상적이다.



- step 1** 엘리먼트 라이트를 눈두덩의 눈동자 윗부분에 중점적으로 발라 퍼뜨린다.
- step 2** 핑키 블루 컬러를 아이라인을 따라 얇게 발라 아이라인을 그린 것처럼 연출한다.
- step 3** 포인트 컬러를 라이너처럼 얇게 연출할 경우 자칫 눈이 작아 보일 수 있으므로 속눈썹을 부러로 여러 번 집어 확실한 컬러링 효과를 주고, 롱래시 마스크라를 듬뿍 발라 마무리한다.

헤라 색도 듀오  
글리터이호  
화려한 핑키 블루 컬러와 눈매에 포인트를 줄 수 있는 실버 베이스의 엘리먼트 라이트로 구성된 아이색도 듀오. 중요한 날 메이크업을 할 때 좋은 컬러다. 3.3g, 3만5천원.





## ROSE BROWN for SINGLE EYELID

흘꺼풀 눈에 로즈 핑크처럼 밝은색 색도를 바르면 자칫 눈이 부어 보이기 쉽다. 밝은색은 베이스와 아랫눈썹 라인으로 활용해 분위기만 내고, 브라운처럼 짙은 색 색도를 두껍게 덧발라 그라데이션하는 것이 포인트. 눈꼬리를 중심으로 위와 아래 라인을 자연스럽게 연결해야 눈이 크고 길어 보이는 효과를 얻을 수 있다.



- step 1** 헤라 색도 듀오 섀틴 16호 중 레이다 모브 컬러를 아이홀에 넓게 펴 바른다.
- step 2** 로즈 브라운 컬러를 눈을 뜰 때 라인이 보이는 위치까지 바르고, 눈 아래 삼각존까지 넓게 바른다.
- step 3** 무거운 마스카라는 속눈썹이 처져 흘꺼풀 눈이 답답해 보일 수 있으므로 가벼운 마스카라를 바르고, 뒤쪽 속눈썹에 한 번 더 터치해 눈매가 시원해 보이게 마무리하자.



## ROSE BROWN for DOUBLE EYELID

흘꺼풀 눈은 눈 윗부분에 아이색도를 길고 두껍게 발라 눈매의 장점을 부각시켰다면, 쌍꺼풀 진 눈은 눈두덩 가운데 부분을 강조해 눈이 더욱 크고 선명해 보이도록 연출하는 것이 좋다. 단, 아이라인을 눈보다 길게 그려야 눈매가 짧아 보이지 않는다.



- step 1** 레이다 모브 컬러를 아이홀에 넓게 바른다. 아랫눈썹 라인에도 가볍게 발라 음영을 준다.
- step 2** 로즈 브라운 컬러를 쌍꺼풀 라인 안쪽에 듬뿍 바르고, 레이다 모브 컬러와 경계가 생기지 않도록 그라데이션한다. 삼각존은 너무 넓지 않게 채운다.
- step 3** 점막을 따라 아이라인을 그리고, 눈꼬리 부분을 따라 일자 형태로 빼 마무리한다.

헤라 색도 듀오 섀틴 16호. 평상시에 활용하기 좋은 은은한 로즈 핑크 컬러의 레이다 모브와 눈매를 또렷하게 강조해줄 브라운 컬러의 로즈 브라운으로 구성된 2색 아이색도 유행을 타지 않는 컬러라 데일리 아이템으로 적합하다. 3.3g, 3만5천원.

PHOTOGRAPHY: AHN JIN HO(레브), MODEL: KIM A HYUN, PEI CHEN, MAKE UP: CHO AREUM, BAEK CHANG HUN, HAIR: PARK CHANG DAE, STYLING: PARK MI KYUNG

# 유튜버, 나도 시작할 수 있을까?

마흔을 훌쩍 넘긴 나이에 유튜버에 도전해 남들과 다른 인생 후반전을 펼치고 있는 4명의 크리에이터를 만났다.

**<이양지TV> 이양지**  
우리나라에 최초로 매크로바이오틱을 소개한 이양지 요리연구가는 약 1년 반 전, 유튜브 채널을 개설했다. 19년 동안 요리연구가로 활동하며 쌓은 노하우를 바탕으로 쉽고 예쁘게 완성할 수 있는 매크로바이오틱 레시피를 공개한다.



## <이양지TV>는 어떤 채널인가?

최근 4~5년 사이 건강식에 관심이 많아졌어요. 가공식품이 늘어나면서 음식의 질이 나빠졌기 때문이죠. 자연과 동떨어진 생활에 불편을 느끼고, 이게 악화되면 병이 되니까요. 매일 몸이 찝뚱하거나 피곤이 풀리지 않고, 소화가 잘 되지 않는 불편한 증상이 점차 심해지면서 먹거리를 바꾸려는 이들이 크게 늘어났죠. 이 덕분에 제 채널도 함께 관심을 받고 있어요.

**유튜버의 시작은?** 오랫동안 쿠킹 클래스를 진행했어요. 하고 싶은 요리가 너무 많아 클래스로는 해소가 되지 않더라고요. 더불어 더 많은 사람이 매크로바이오틱을 알게 됐으면 좋겠다고 생각했어요. 몸에 이로운 음식도 얼마든지 쉽고 간편하고 예쁘게 만들어 즐길 수 있는걸요.

**어려움은 없었나?** 촬영이나 편집 모두 1인 교습으로 배웠어요. 첫 촬영은 쿠킹 스튜디오 직원과 둘이 우여곡절 끝에 완성했죠. 수업을 진행하면서 유튜버 촬영과 편집까지 하러니 점점 힘에 부치더라고요. 결국 지금은 전문가와 함께 작업하고 있습니다.

**가장 큰 애정을 주는 구독자는?** 40~50대 분들이 많이 봐주세요. 건강한 음식이



이제 유튜버는 젊은 세대만 한다는 선입견은 버려야 할 듯하다. 앱 리테일 분석 서비스업체 와이즈앱이 지난 8월 발표한 국내 안드로이드 스마트폰 사용자 현황에 따르면 전 세대가 가장 많이 이용하는 앱이 유튜브다. 그렇다면 유튜브를 가장 많이 이용하는 연령층은 어느 세대일까? 정답은 50대 이상이다. 이쯤 되니 황혼이 유튜버 시장의 중요한 소비층으로 부상한 건 물론, 중년 크리에이터의 활약이 눈에 띄게 늘어나도 전혀 이상할 것이 없다. 1인 미디어 세상에 쏟아지고 있는 4050 유튜버. 40~50대야말로 유튜버하기 딱 좋은 나이이다.

라 만들기 어려울 줄 알았는데, 따라 하기 쉽고 완성 요리가 예쁘다는 이야기를 많이 해주시죠. 채널을 오픈할 당시, 구독자 수는 신경 쓰지 않기로 했어요. 숫자에 연연하면 스트레스를 받고 힘들더라고요. 내가 좋아하는 것을 알리기 위해 즐기면서 영상을 업로드했더니 구독자 수나 조회 수는 어느 순간 늘어있더라고요.

**<이양지TV>의 가장 큰 매력은?** 다른 채널에서 배울 수 없는 특화된 레시피! <이양지TV>에서는 제철 재료로 만든 건강한 식단과 메뉴를 볼 수 있죠.

**가장 애정이 가는 영상은?** '아이도 잘 먹는 된장국 끓이기'예요. 아들과 함께 촬영해 특히 기억에 남죠. 마흔셋 나이에 낳아서 지금 여덟살 된 아들인데, 아이와 함께 밥을 짓고 찌개도 끓였더니 촬영한다기보다는 함께 즐거운 시간을 보낸 기분이 들더군요.

**콘텐츠 기획에 대해 조언한다면?** 저는 영상 콘셉트를 잡을 때 계절에 맞는 식재료를 선정하고, 그 재료로 할 수 있는 요리를 고민해요. 그러다 보면 항상 제가 먹고 싶은

요리로 결정하게 되죠. 꾸준히 콘텐츠를 만들다 보면 사람들이 관심 있어 할 만한 소재가 무엇인지 보여요. 하지만 저는 본인이 좋아하는 소재를 선택하는 것이 궁극적으로 더 나은 방향이라고 믿고 있어요. 좋아하는 걸 공유하고 전달하다 보면 어느새 더 열심히 잘하고 있을 테니까요.

## <Hong's MakeuPlay>

**홍현정**  
메이크업 아티스트  
홍현정은 잡지나 광고 업계에서 20여년간 활동한 베테랑이다. 굵직한 셀럽들의 메이크업을 담당해온 그녀가 최근 유튜브 채널 <Hong's MakeuPlay>를 통해 셀럽들의 메이크업 GRWM 영상을 올리며 구독자 수 8만 명을 기록했다.



**유튜버로 변신한 이유는?** 오래전부터 메이크업을 가르치는 쪽으로 전향하고 싶다는 생각을 했어요. 교단에 서는 것도 괜찮겠다 싶었고요. 그런데 세상이 바뀐 거예요. 누군가를 가르치거나 노하우를 나누고 싶다고 해서 굳이 학교라는 장소에 연연할 필요가 없겠다고요. 그래서 유튜버를 시작하게 되었습니다.

**마음가짐의 변화가 있었나?** 채널을 만들 때부터 채널의 흥망성쇠는 그다지 신경 쓰지 않았어요. <Hong's MakeuPlay>가 구독자 1백만 명의 유튜브 채널이 될 거라고 생각하지 않아요. 이 채널만의 마니아가 생긴다면 그것으로 온전히 만족하죠. 저는 이 유튜브 채널을 통해 '건강하고 아름답고 내추럴합시다'란 메시지를 전달하고 싶어요. 이 채널을 사랑하는 사람들이 모이고, 그 안에서 제가 강한 신뢰를 얻고, 궁극적으로 구매로 이어지는 견고한 관계를 오랫동안 유지하고 싶어요.

**구독자에 변화가 있다면?** 메이크업 콘텐츠라 처음에는 20~30대 구독자가 많았어요. 굉장히 좋은 구독자 층이죠. 그런데 근래 40~50대가 많이 유입되고 있어요. 제 또래가 제 채널에 모이는 건데, 그분들은 <Hong's MakeuPlay>를 메이크업 채널로만 생각하지 않더라고요. 갱년기를 지나면서 거치는 생각이나 고민들, 삶에 관해 이야기를 나누고 싶어 하는 마음을 담은 댓글이 많아요. 저 역시 꼭 메이크업에 관한 이야기만 기대하지 않아요. 구독자들이 일상적인 이야기를 나누고 싶어 한다는 느낌을 많이 받았어요.

**인기가 많았던 영상은?** 셀럽이 함께한 영상이 조회 수가 높는데, 최근에 셀럽이 큰 주목을 받은 콘텐츠가 있어요. 'Do & Don't' 시리즈인데, 얼굴을 반씩 나눠 나눠야 할 메이크업과 따라 하면 좋은 메이크업을 동시에 보여줘요. 이 정도로 반응이 좋은 줄은 생각도 못 했죠. 개인적으로 힘든 시기에 제작한 영상인데, 제게 큰 선물이 되었어요.



photographer PARK JONG WON  
editor KIM AE RIM(CONTENT ME)

**아쉬운 부분은 없나?** 콘텐츠를 만들다 보면 조회 수 면에서 아쉬운 부분이 생겨요. 구독자는 대부분 눈으로 봤을 때 효과가 즉각 나타나는 요소를 좋아하거든요. 예를 들면 'Do & Don't' 시리즈 안에도 피부 표현에 관한 이야기가 있고, 아이새도나 블러셔 등 메이크업 포인트에 관한 내용이 있어요. 무조건 후자가 조회 수가 높아요. 보다 근본적이거나 철학을 담은 이야기보다 가시적으로 효과가 있거나 보기에 예쁜 콘텐츠가 인기가 좋을 때는 많이 아쉬워요.

**유튜버를 꿈꾸는 이들에게 한마디.** 당장 시작하세요. 할까 말까 고민 중이라면 무조건 하세요. 사람들과 공유할 콘텐츠가 있다면 걱정은 뒤로 미루고 일단 시작해보면 좋을 것 같아요. 잘 안 되면 그때 그만둬도 늦지 않으니까요. 특히 40~50대는 대부분 자기만의 전문 분야가 있어요. 젊은 크리에이터가 갖지 못한 장점이지요. 또 중·장년층은 유연성과 연륜이 있기 때문에 콘텐츠 안에서 더 빛날 수 있어요.

**크리에이터로서 목표는?** 제가 추구하는 메이크업과 라이프스타일 철학을 담은 브랜드를 만들고 싶어요. 사람들이 메이크업을 많이 견어냈으면 좋겠어요. 자신의 민낯과 진짜 얼굴, 본모습을 좀 더 자신 있게 드러내길 바라요. 각자의 매력을 돋보이게 하는 개성을 찾는 메이크업 노하우가 필요할 테죠. 더불어 오프라인에서도 강연하고 싶어요. 누군가를 가르치고 싶은 꿈은 계속 키워나갈 거예요. 지금의 유튜버 채널 운영은 또 하나의 과정일 수 있으니까요.



**<뽀따TV>의 시작은?** <언니의 독설>의 저자 김미경 강사가 친언니예요. 언니의 권유로 <김미경TV>에 출연해 40~50대를 위한 동안 메이크업을 선보인 적이 있는데, 생각지도 못한 큰 관심을 받았죠. 대부분의 뷰티 가이드는 아직까지 젊은 층 위주로 만들어져요. 하지만 20~30대와 중·장년층의 피부는 젊은 세대와 완전히 다르잖아요. 젊은 크리에이터의 콘텐츠로는 제 때래 구독자들이 정보를 얻기 힘들 거라고 생각했어요. 기초 관리부터 마사지, 메이크업까지 중·장년층을 위한 가이드를 제가 만들어보기로 결심했죠.

**시작할 때의 마음가짐은?** 사명감이 컸어요. 1명이 보더라도 메시지를 전달할 수 있는 크리에이터가 되고 싶었거든요. 40~60대는 갱년기를 겪는 나이예요. 이때는 미모나 건강을 잃는다는 생각에 의기소침한 분들이 주위에 많아요. 하지만 저는 이 시기야말로 더 멋진 기회가 될 수 있다고 믿도록 동기부여를 해주고 싶었어요. 진정성이 느껴졌는지 단순히 메이크업 노하우가 궁금해 영상을 본 분들이 나중에는 자신을 가꿀 줄 알게 되고, 자신감이 생기면서 자존감도 높아졌다고 해요. 제 채널 덕분에 워킹 우먼으로 복귀했다는 분도 있었어요.

**중·장년층 유튜버의 장점은?** 저는 선교 단체에서 사역을 한 경험도 있고, 옷을 제작해 판매하기도 했어요. 피부 관리실을 운영하기도 했고요. 이런 수많은 경험의 집합체인 제 인생이 모두 콘텐츠가 되더라고요. 살아온 세월이 길수록 콘텐츠 기획 면에서는 더 유리해요. 살아온 경험이 곧 콘텐츠입니다.

**가장 애정이 가는 영상은?** '갱년기를 다스리는 마음 마사지' 편이요. 갱년기의 가장 큰 문제는 지친 마음이에요. 누군가와 소통하며 마음 마사지를 받으면 동기부여가 돼 앞으로 나아갈 힘을 얻을 수 있죠.

**콘텐츠를 선정하는 방식은?** 이전에는 내게 양식이 되는지, 유익한지를 따졌다면 이제는 무엇을 경험하든 어떤 걸 나누고 어떻게 전달하는 게 좋을지 고민해요. 우리 나이의 사람들이 가장 못하는 걸 파고들면 조회 수를 높일 수 있어요. 예를 들어 40대 이상 여성이 어려워하는 헤어 스타일링을 간단하게 소개한 콘텐츠만 해도 조회 수가 2백만 회가 넘었어요.

**중·장년 유튜버 꿈나무들에게 한마디.** 내가 할 수 있을지, 잘할지 고민하지 말고 자신감을 갖고 부딪혀 보세요. 유튜브 채널 운영을 고려하는 분이라면 이미 무엇인가 사람들에게 전달하고 싶은 게 마음속에 있을 거예요. 자신을 과소평가하지 마세요.



**<뽀따TV> 김보연**  
김보연은 '얼굴도 마음도 예뻐지는 뽀따TV'라는 채널 슬로건을 사람으로 구현해 놓은 듯한 모습이다. 53세라는 나이가 무색할 정도의 긍정 에너지와 텐션으로 푹푹 뭉친 그녀가 16만 명 구독자의 몸과 마음을 도닥여준다.



**유튜버를 꿈꾸게 된 계기는?** 유튜브를 달고 살았어요. ASMR, 먹방 콘텐츠를 보여 대리 만족을 얻곤 했죠. 어느 날 읽고 있던 책에서 한 문장을 발견했어요. '좋아하는 걸 할 때 소비자의 마음 대신 생산자의 마음을 가져라'라는 문장이었죠. '나도 유튜브 콘텐츠를 만들어보면 어떨까' 생각했어요. 진입 장벽이 있는 것도 아니고, 돈이 드는 것도 아니잖아요. 나도 이렇게 하루 종일 유튜브 동영상을 보는데, 내 콘텐츠를 봐주는 사람도 있지 않을까 생각하면서요.

**콘텐츠에 대한 고민은 없나?** 채널을 오픈하고 3~4개월 동안은 구독자가 1천 명도 되지 않았어요. 지난 9월 이후 2개월 만에 급속도로 성장한 거죠. 신의 한 수라고 할 영상이 있었어요. '레틴 A'라는 안티에이징 크림과 '들기름 팩' 영상이에요. 이 영상을 올린 후 구독자가 1천 명을 넘더니 일주일 만에 1만 명으로 늘었어요. 짧은 시간에 인기를 얻어서

그러지 콘텐츠마다 조회 수에 편차가 있는 편이라 요즘은 안정화할 방향을 많이 고민하고 있죠. 그동안은 40대 구독자가 많았는데, '블랙 헤드 제거' 영상 이후로 20대 구독자도 늘었어요. 이 일을 계기로 뷰티는 나이나 성별과 무관하다는 걸 알게 됐죠. 구독자 중 남성의 비율도 생각보다 높아요. 지금은 콘텐츠별로 어떤 구독자가 관심을 보이는지 조사하고 실험해보는 단계인 것 같아요.

**<데일리미라클>의 강점은?** 주변에서 신뢰가 간다는 말을 많이 해주세요. 제가 호기심이 많아 자료 조사를 철저히 하는데, 이를 이해하기 쉽도록 자세하게 설명하죠. '레틴A' 역시 이미 잘 알려진 크림인데, 저는 의학 전문 서적에서 효능을 발췌하는 등 세세한 부분까지 신경을 썼어요. 또 댓글로 질문이 올라오면 자세하게 설명



해요. 사이트를 찾아서 링크해두기도 하고요. 60대 어르신은 댓글 대신 SNS 메시지를 보내셨어요. 본인이 인터넷을 이용할 줄 모르니 제품을 대신 주문해줄 수 없느냐는 내용이었죠. (웃음) 바로 주문해드렸어요.

**조회 수를 높이는 노하우가 있다면?** 시대가 원하고, 사람들이 필요로 하는 걸 공략해야죠. 자신이 좋아하는 것을 시대도 원할 경우가 최상이고요. 논란의 여지가 있는 소재를 다루면 순식간에 핫해질 때가 있어요. 다만 반드시 먼저 경험해봐야 해요. 논란을 낳을 만한 소재는 유튜버에게 필요악이에요. 하지만 이를 잘 공략한다면 조회 수를 높이는 방법이 되기도 합니다. 초창기에는 맞추덕도 많이 하고 댓글도 열심히 달아야 해요. 다른 크리에이터와 소통하는 거죠. 그 후에 어느 정도 구독자를 확보하면 그때부터는 자신의 콘텐츠를 개발하는 데 초점을 맞추세요.

**40대 이상 유튜버의 장점은?** 세대 간 공통 화두가 있잖아요. 안티에이징, 채테크, 자녀 교육 이 세 가지 주제는 중·장년층 사이에서 빼놓을 수 없는 이야기예요. 많은 사람이 이런 이야기를 듣고 싶어 하는데, 정작 콘텐츠는 없는 편이죠. 그렇다고

20대가 하는 이야기를 들을 수는 없잖아요. 같은 세대가 공감할 수 있는 주제를 찾아서 개성을 조금 더한다면 이를 소비할 독자가 넘친다는 이야기예요. 게다가 중·장년층 구독자들은 광고를 잘 스킵하지 않아서 높은 광고 수익도 낼 수 있어요.

**마지막으로 한마디.** 저 역시 별 생각 없이 유튜버를 시작했어요. 일단 시작하세요. 하다가 안 되면 그만두면 돼요. 손해 본 거라고는 투자한 시간 정도일 테니까요. 가까운 미래에 문자메시지나 메일 대신 유튜브로 소통하는 시대가 올 것 같아요. 일단 뛰어드세요. 스트레스를 받으면 언제든 그만두겠다는 가벼운 마음으로. 하지만 열정과 노력은 반드시 갖추세요. 그러면 바라는 만큼 성장할 거예요. **ID**

MAKEUP: HANA, HAIR: JO SO HEE, STYLING: KIM JAE KYUNG



COMING SOON!

RETINOL FOR WRINKLE  
RETINOL  
0.1%

# 주름보다 강한, “슈퍼 레티놀”

수많은 안티에이징 성분 중 단 하나만 꼽으라면 두말없이 레티놀. 그중에서도 아이오페의 레티놀 화장품은 단연 국내 최고다.

세라마이드, 히알루론산, 펩타이드, 시카 등 화장품에 들어가는 성분에도 유행이 있다. 최근 피부 민감증을 호소하는 사람이 늘어나며, 피부 진정과 장벽 강화에 도움을 주는 병풍 추출물인 센텔라아시ати카, 일명 시카 성분이나 세라마이드가 인기를 끌고 있지만, 훨씬 오래 전부터 지금까지 꾸준히 사랑받는 성분은 따로 있다. 바로 레티놀. 많은 연구 기관이 인정한 안티에이징 성분인 동시에 주름 개선 기능성 원료의 기준이라고 불린다.

주름개선에 확실한 효과가 있다고 알려져 있지만, 레티놀 성분은 빛, 열, 산소에 쉽게 파괴되는 까다로운 성분이며 아무나 안정화 할 수 없는 숙제가 있었다. 국내 레티놀 연구에 한 우물만 판 브랜드가 아이오페이다. 1994년부터 시작된 레티놀 안정화에 대한 연구, 25건의 국내 특허 출원 20건의 등록, 22건의 해외특허(14건의 등록), 10건의 SCI 논문 발표, 17건의 국제 학술 회의 발표, 6건의 대외 수상과 500건의 피부친화 성분 평가, 67건의 피부 친화성 평가 보고 기록을 보유하고 있는 아이오페 레티놀이 또 한번 진화된 10세대 버전을 제안한다.

아이오페는 1997년 국내 최초로 레티놀 안정화에 성공해 레티놀 2500이라는 획기적인 상품을 내놓았다. 결과는 예상대로 폭발적이었다. 아이오페 레티놀 2500은 불타나게 팔려나갔고, 1996년에 론칭한 브랜드를 최고 자리에 올려놓았으며, 지금까지 쿠션과 함께 아이오페를 대표하는 제품 자리를 고수하고 있다. 하지만 아이오페는 여기에 안주하지 않고, 더 획기적이고 효과적인 제품을 만들기 위한 노력을 계속했다.

photographer AHN JIN HO  
editor CHOI HYANG JIN

## IOPE HISTORY

### 1st GENERATION 1997 레티놀 2500

국내 최초 순수 레티놀 안정화

### 2nd GENERATION 1998 레티놀 2500 인텐시브

레티놀 안정성을 개선시킨 SWLC(Super Wide Liquid Crystalline System) 기술로 피부 흡수력과 효능을 강화

### 3rd GENERATION 2002 레티놀 2500 이노베이션

독창적으로 개발한 레티놀 안정화 공법인 LASS(Liquia-Crystal Accociation Stabilization System) 기술로 피부 친화력 향상

### 4th GENERATION 2005 레티놀 TX

레티놀과 식물성 펩타이드가 결합한 RETINOTOX™

### 5th GENERATION 2009 레티놀 NX 딥 링클 코렉터

깊은 주름은 물론 보이지 않는 잠재 주름까지 케어

### 6th GENERATION 2011 레티놀TX인텐시브

업그레이드 된 레티노톡스™로 멀티 주름개선 효과

### 7th GENERATION 2012 레티놀 에이지 코렉터

레티노제닉™으로 피부 노화의 핵심 징후인 다섯 가지 주름을 케어

### 8th GENERATION 2015 바이오 레티놀

바이오-레티노제닉™이 피부 콜라겐의 활성스위치를 켜, 팔자주름까지 개선

### 9th GENERATION 2017 에이지 코렉터

R.2500™이 피부 콜라겐 스프링을 집중 강화하여 팔자, 눈 밑 주름까지 개선

### 10th GENERATION 2020 레티놀 포 링클

업그레이드된 안정화 기술력과 기존 대비 고품량 레티놀의 확실한 주름 개선 효과

### 원조의 힘

레티놀 화장품의 원조이자 25년의 레티놀 전문가답게 다시 한번 아이오페가 야심차게 내놓은 10번째 제품 레티놀 포 링클은 최상의 퀄리티를 자랑한다. 성분과 기술, 효능은 말할 것도 없고 패키지 또한 포함해 화장품을 이루는 작은 부분까지 성분 안정화를 위해 고심한 흔적이 역력하다.

먼저 업그레이드된 기술로 역대 고품량 (0.1%, 0.3%)의 레티놀을 안정화 할 수 있었다. 이 함량은 또한 아이오페 랩의 전문 연구 끝에 찾은 비밀의 숫자이다. 개봉 전까지 산소에 최대한 노출되지 않도록 산소 차단 튜브를 개발했다. 역대 고품량 레티놀 성분 함유로 확실한 주름개선 효과는 물론, 펩타이드 5종 콤플렉스 추가로 안티에이징 효과까지 선사한다.

어느 날 갑자기 드러나는 주름. 간과하긴 쉽지만 일단 나타나면 심각한 고민으로 이어지는 주름에 응급책이 아닌, 피부에 근본적인 해결책을 제시한 아이오페 레티놀 포 링클이 주름 개선 카테고리에서 새로운 기준을 제시한다. **IOPE**

EDITOR: CHOI HYANG JIN, PHOTOGRAPHY: WWW.IMAXTREE.COM



# 향의 깊이를 더하는 향수 활용법

지금껏 향수를 뿌리기만 했다면 이제 입어야 할 때.

구달 파리 향수로 향의 깊이를 더하는 5가지 방법.



**1 미니 향수를 휴대해 24시간 향기롭게**  
미니 향수를 가지고 다니며 중간중간 향을 덧입어보자. 아침에 뿌린 향이 거의 다 날아가고 몸에 남아 있지 않은 점심시간 직후에 뿌리면 향수를 처음 뿌렸을 때 느낌을 재현할 수 있다. 요즘처럼 추운 날씨에 체온이 낮아지고 피부가 건조할 때는 향의 지속력이 떨어져 미니 향수가 더욱 빛을 발한다.



구달 파리 페누드 스와레오드 퍼플 휴대하기 좋은 미니 사이즈 향수로 보라색 품종이 달려 있어 패셔너블하다. 달콤한 향이 온종일 기분 좋게 만든다. 30ml, 11만원.

**2 헤어 미스트로, 때로는 에센셜 오일로**  
머리를 감고 마지막으로 헹굴 때 세면대에 물을 받아 향수를 몇 방울 떨어뜨리면 헤어 미스트를 뿌린 듯 향긋한 향이 오래 지속된다. 또 반신욕을 할 때 욕조에 향수를 두세 방울 떨어뜨리면 에센셜 오일 못지않은 기분 전환 효과를 볼 수 있다.

구달 파리 썬피드 웨리오드 두왈렛 아닉 구달이 딸 까밀 구달의 스무 살을 기념해 만든 향. 달콤하면서도 머스키한 향이 사랑스러운 기운을 불어넣어준다. 100ml, 19만8천원.

**4 옷에도 향을 입혀 지속력 업!**  
옷을 세탁할 때 물에 향수를 한두 방울 섞으면 향이 은은하게 퍼진다. 스팀 다리미를 사용할 때 다리미 물통에 향수를 한두 방울 섞는 것도 옷에 향을 입히는 좋은 방법이다. 옷에 향이 베어 향의 지속력이 높아진다.

photographer AHN JIN HO  
editor JUNG AH RYEON



**3 방향제로 변신**  
유리컵이나 접시에 물을 담고 향수를 몇 방울 떨어뜨려 신발장이나 옷장 안에 넣어두면 신발이나 옷에서 나는 퀴퀴한 냄새가 사라진다. 오드 투왈렛처럼 향이 가벼운 향수는 룸 프레시너로 활용하기 좋다.

구달 파리 영 마뎀 도하주오드 두왈렛 이른 아침 정원을 산책하는 듯한 기분을 선사하는 화이트 플라워 향. 룸 프레시너로 사용하면 매일 아침을 싱그럽게 맞을 수 있다. 50ml, 15만8천원.



**5 시향지를 지갑에 쏙!**  
시향지에 향수를 뿌려 지갑에 넣어보길. 지갑을 열 때마다 코끝에 닿는 향에 기분이 좋아질 것이다. 시향지가 없으면 명함에 뿌려도 좋다. 당신이 특별한 사람으로 기억될지 모른다.



# 오늘부터 케어푸드

각종 성인병 유발하는 대사질환을 예방하는 케어푸드의 마법을 경험할 시간.

editor JUNG AH RYEON

누구나 건강의 중요성을 알기에 늘 지키려고 노력하지만, 우리 몸은 수시로 건강 적신호를 울린다. 오래 자고 아침에 일어나도 몸이 찌뿌둥하고 충분히 쉬어도 여전히 피로하다. 바쁜 현대인이라면 누구나 공감할 터. 제 때 밥을 먹지 못하고, 먹는다 해도 영양소 균형은 고려하지 않은 음식으로 끼니를 때우는 것은 물론, 부족한 수면과 온갖 스트레스에 시달리기 일쑤이니 어찌 보면 당연한 일. 잘못된 생활 습관이 반복되면 대사증후군으로 이어지고, 심할 경우에는 당뇨병·고혈압·심혈관 질환·비만 등 성인병을 유발할 수 있다. 그러므로 자신의 생활을 들여다보고 내 몸에 필요한 영양 성분을 섭취해 병을 예방하는 '케어'가 중요하다.

현대그린푸드에서 운영하는 그리팅 케어푸드 연구소는 현대인의 대사질환을 예방하는 방법으로, 내 몸을 위한 건강한 식사인 '케어푸드'를 제시한다. 케어푸드는 단순히 건강에 좋은 식품이 아니라 과학적이고 체계적으로 설계한 건강 식단을 이룬다. 친환경 또는 질환별로 효능이 있는 식약재를 바탕으로 맞춤 영양 설계를 해 균형을 갖춘 건 물론이고 화학조미료를 사용하지 않는다. 그리팅 케어푸드 연구소 박주연 상무는 케어푸드는 과학적인 영양 케어로 대사질환을 개선할 수 있어 현대인에게 필요한 건강 솔루션이라고 설명한다. 케어푸드는 현재 세계적으로 주목받는 분야다. 초고령화 사회에 진입한 일본에서는 소화 장애가 있는 노인 계층을 위한 음식부터 염분이나 탄수화물을 제한한 케어푸드 배달 서비스가 등장했다. 미국에서는 아동·성인 돌봄 급식 프로그램 CACFP(The Child and Adult Care Food Program)를 운영해 저소득층에 과일과 채소를 포함한 식사를 제공하고 있다. 2020년 봄, 우리나라에서도 그리팅 케어푸드 연구소와 아모레퍼시픽이 함께 출시하는 케어푸드를 아모레퍼시픽 카운셀러를 통해 만날 수 있다. **1D**



## 그리팅 케어푸드 연구소가 제안하는 건강 관련 고민별 식사법과 건강 레시피

### 혈당 수치가 높아 저당식을 먹어야 한다면? 탄수화물을 줄여라!

과다한 탄수화물 섭취는 금물! 균형 있는 영양 섭취로 혈당 수치를 안정화할 필요가 있다.



### 닭살 토마토소스짬

**재료**(4인분 기준) 닭 안심 230g, 양파 1/2개, 주키니 호박 1/2개, 당근 1/3개, 대파 1/3대, 셀러리 1/3대, 토마토 페이스트 1큰술, 토마토 튀레 2큰술, 생수 55ml, 소금·후추·올리고당·바질·레드 페퍼 약간씩  
**만드는 법**  
1 닭 안심은 깨끗이 씻은 후 꼭꼭 썰기 해 소금과 후추를 뿌리고 1시간 동안 재운다.  
2 양파, 당근, 호박을 꼭꼭 썰기 한다.  
3 대파는 3cm 길이로 썰고, 마늘은 편을 썬다.  
4 소스용 셀러리를 다져둔다.  
5 팬에 기름을 두르고 달군 다음, 마늘과 셀러리를 넣고 1분간 볶아 향을 낸다.  
6 재워놓은 닭 안심을 팬에 올리고 4분간 노릇하게 볶는다.  
7 ⑥에 토마토 페이스트, 토마토 튀레, 레드 페퍼, 바질, 파슬리 가루를 넣고 1분 30초간 볶는다.  
8 ⑦에 호박, 가지, 양파, 대파를 넣고 1분 30초~2분간 볶다가 물과 올리고당을 넣고 4분 더 조리한다.

### 면역력이 약해 감기에 취약하다면? '피토케미컬'에 주목하라!

알록달록 색이 진한 채소와 과일에는 생체 방어력을 높이는 '피토케미컬'이 풍부해 면역력 강화에 좋다.



### 비트 생깃잎지

**재료**깃잎 한 묶음, 비트 1/4개, 양파 1/2개, 쪽파 50g, 당근 1/3개, 홍고추 1개, 올리고당 3큰술, 간장 6큰술, 액젓 1.5큰술, 다진 마늘 1큰술, 고춧가루 1큰술, 볶은 참깨 1작은술, 참기름 1작은술  
**만드는 법**  
1 비트와 양파, 당근, 쪽파를 채 썰고, 홍고추는 송송 썬다.  
2 다진 마늘, 간장, 올리고당, 참깨, 참기름, 고춧가루, 액젓을 섞어 양념장을 만든다.  
3 비트, 양파, 당근, 쪽파, 홍고추를 ②에 넣어 버무린다.  
4 씻어둔 깃잎에 커커이 양념장을 바른단다.

### 매일 샐러드 위주도 먹는데도

### 살이 빠지지 않는다면? 드레싱도 가법제!

마요네즈를 넣은 드레싱보다는 칼로리가 낮은 식초 베이스 드레싱을 선택하는 것이 좋다.



### 진피 레몬 드레싱

**재료**(2인분 기준) 말린 굴껍질 6g, 생수 40ml, 간장 4큰술, 액상 알룰로스 4큰술, 올리브유 3큰술, 사과 식초 2큰술, 레몬즙 2큰술  
**만드는 법**  
1 진피 1g당 물 20ml의 비율로 물을 붓고 데친 뒤, 믹서에 곱게 간다. 데친 물은 버리지 말고 돌 것.  
2 간장, 올리브유, 알룰로스를 섞은 뒤 곱게 간 진피와 진피 데친 물을 넣어 휘핑기로 섞는다.

## TIP

### 대사증후군 자가 진단 체크리스트

이 중 3개 이상에 해당한다면 대사증후군을 의심해야 한다.

- 허리둘레 - 남자 90cm, 여자 85cm 이상인 경우
- 중성지방 - 150mg/dl 이상인 경우
- 혈압 - 130mmHg/85mmHg 이상인 경우
- HDL 콜레스테롤 - 남자 40mg/dl, 여자 50mg/dl 미만인 경우
- 공복 혈당 - 100mg/dl 이상인 경우



# 새해, 새로운 나를 위한 명상 체험기

매년, 새로운 해를 맞이할 때마다 **거듭하던 결심과 실패의 반복을 멈추고,**

**온전히 나에 집중하기 위해 명상을 시작했다. 그러자 내 주변 세상이 바뀌기 시작했다.**

저곳저곳한 각종 회의, 알레르기 반응을 일으키게 하는 상사, 만원 대중교통에 시달리다 겨우 집에 다다른다. 아직 수요일, 내일 다시 오늘과 같은 하루를 반복해야 한다는 생각을 하면 그저 잠만 자고 싶다. 끼니를 대충 때우고 침대에 모로 누워 SNS에 접속한다. 이런저런 사람들의 그럴싸하게 편집된 일상을 해매고 나니 몰려오는 정신적 허기. 하루 24시간 내내 어느 시간이든 어느 곳이든 누구에게든 접촉할 수 있는 세상이지만, 아이러니하게도 자기 내면의 풍경과 대면하기는 어려워진 건 아닐까 하는 물음이 고개를 든다. 휴대폰을 끄고 자려고 들면 꼬리에 꼬리를 물고 떠오르는 쓸데없는 생각들. '아까 회의 때 B가 한 말은 알고 보면 나를 겨냥한 것이 아닐까?', '망할 놈의 남편은 왜 내 카톡에 답이 없지?', '엄마한테 전화 안 한 지 일주일이다 됐네!' 오늘 밤도 영친 실타래 같은 생각의 노예가 되어 하루를 마무리한다.

직장 생활 14년 차, 전에 없던 불면증이 생겼을 때 한 친구가 명상을 권했고, 내 생애 처음으로 명상 센터를 찾았다. 요가는 지난 10년간 내 일상의 가장 중요한 일과였지만 명상 수업은 처음이었다. 수카사나(책상다리 자세)로 색색의 담요 위에 등그렇게 둘러앉은 사람들 속에 한 자리를 차지하고 앉자 안내자가 편안한 목소리로 말했다. "코끝으로 들어오고 나가는 숨에 집중해봅시다. 억지로 깊거나 느리게 호흡하려고 하지 마세요. 그저 자연스러운 내 호흡을 관찰하세요." 만성비염으로 태양 경배 자세를 5회쯤 하고 나서야 겨우 실낱같은 숨이 비강을 스치는 나는 다른 사람들의 깊은 동굴 속에서 울리는 듯한 숨소리에 기가 죽었다. 우아하게 활 자세를 펼치는 수강생 옆에서 손도 잘 못 올리던 처음 요가원에 갔을 때처럼 말이다. 안내자는 무선 헤드폰을 나눠주며 쓰라고 했다. 다른 이들의 숨소리는 차단되었고, 헤드폰에서 흘러나오는 목소리에 집중하다 보니 현실계로 나 있던 문이 스르륵 닫히는 느낌이 들었다. 수천 년 전부터 내려온 명상이라는 인류 공동의 정신 수양 프로그램이 첨단 기기의 도움으로 주의가 산만한 현대인에게 무사히 안착하는 순간이었다.

때로는 누워서 명상을 했다. "자신이 누워 있는 바닥을 느껴봅시다. 바닥과 몸이 만나는 그 사이에 의식을 둡니다." '보디 스캔' 명상은 안내자가 말하는 신체 각 부위에 감각을 집중하는 명상법이다. "먼저 자신의 의식을 오른손으로 가져갑니다. 엄지손가락의 힘을 뺏니다. 집게손가락의 힘도 뺏니다. 가운데손가락이 이완됩니다. 약손가락, 새끼손가락, 오른쪽 손바닥, 손목..." 나중에는 내 몸이 투명하고 파란 바다



EDITOR: AHN DONG SUN(FREELANCER), PHOTOGRAPHY: WWW.GETTY IMAGE.COM

위에서 담겨 일렁이는 듯한 느낌이 들었다. 따뜻한 바닥 때문인지 한들 거리는 보드라운 담요 덕분인지 모르지만 '의식은 깨어 있되 깊은 이완'이라는 것을 해낸 것 같았다. 사바사나(송장 자세)로 성취감에 도취해 있으려니 강사의 음성이 들렸다. "이완의 느낌을 성취하려고 하지 마세요. 어떤 상태에 도달하려고 하지 않습니다. 그저 순간순간의 감각에 집중하고 거기 머물면 됩니다."

명상은 요가와도 수영이나 골프와도 달랐다. 애초에 명상이라는 행위를 신체 중심의 활동과 같은 영역으로 생각한 것이 잘못인지도 몰랐다. 명상하는 동안 나라는 그릇 안에 담긴 마음이 그대로 들여다보였고, 명상은 매우 간단하면서도 진도가 더했다. 그럼에도 어느 순간 의식하지 못한 사이 내 일상에 스며들었다. 요즘 나는 아침에 일어나자마자 그리고 잠들기 직전에 5분씩 명상을 한다. 휴대폰으로 타이머를 맞추거나 유튜브에서 명상 동영상을 틀어놓고 침대 아래 깔아놓은 요가 매트에서 침묵하며 한 자세로 가만히 있다. 역사학자 유발 하라리는 자신의 저서에서 명상하지 않았더라면 (세계적으로 베스트셀러가 된) 책들을 쓸 수 없었을 거라고 말한 적이 있다. 나도 명상을 하면 내가 이전보다 대단히 나은 인간이 될 줄 알았다. 하지만 명상을 시작한 이후로도 나는 담대한 현자의 마음을 갖추지는 못했다. 다만 무엇이든 맞아들일 수 있는 담담한 용기와 어떤 상황에서도 생을 즐길 수 있는 온은한 명량이 내 마음에 깃들고 있다. 결심과 실패를 반복했던 새해 다짐 대신, 지금의 나를 관찰하고 온전히 마주하는 명상을 시작해보는 건 어떨까? 이 글을 읽는 지금 이 순간, 이 자리에서 바로 시작할 수 있는 손쉬운 일이지만 그 결과는 창대할 것이다. **LD**

## TIP

명상 스페셜 클래스  
조금 특별한 명상 클래스를 소개한다.



### 뮤지엄 산, 자이 요가 명상 클래스

안도 다다오가 설계한 뮤지엄 산의 한가운데에는 명상관이 자리 잡고 있다. 자이 요가는 이곳에서 특별한 명상 클래스를 진행한다. 최근에는 자비와 사랑에 초점을 둔 '자애 명상'을 매월 넷째 토요일마다 선보인다. 나 자신과의 관계는 물론, 타인이나 세상과의 관계에서 사랑과 선한 마음을 내는 명상을 체험할 수 있는 프로그램이다.  
문의 [www.jaiyoga.co.kr](http://www.jaiyoga.co.kr)



### 씨니요가 스튜디오

씨니요가 스튜디오에서는 히말라야 지역의 명상 도구인 '노래하는 그릇' 싱잉볼을 이용한 사운드힐링 클래스를 진행한다. 일곱 가지 금속을 조합해 만든 싱잉볼의 소리와 진동은 우리 몸속 깊숙한 곳까지 공명해 몸과 마음을 깊게 이완시키며 치유한다. 일주일에 두 번, 월요일 오후 10시, 목요일 오전 7시 30분에 정기적으로 클래스를 진행한다.  
문의 카카오톡 ID: [sunnyyogastudio](https://www.sunnyyogastudio.com)



### 리탐빌

도심에서 자연 속 명상을 체험할 수 있는 리탐빌. 리탐빌의 움직임은 명상은 절 체조를 하며 몸과 마음을 정화하는 프로그램이다. 몸 동작들을 취하며 과거에 대한 후회, 미래에 대한 두려움과 같은 부정적인 감정을 해소하는 데 효과적이다. 평일 오전 6시 45분과 오후 6시, 그리고 주말 오전 9시 15분에 진행되어 원하는 시간대에 방문하기에 좋다.  
문의 [www.ritamville.com](http://www.ritamville.com)





## 명절 후 즐기는 호캉스

설 연휴 끝에는 언제나 피로와 스트레스가 극에 달한다.

지친 심신을 달래줄 힐링 플레이스 4곳을 소개한다.

editor JUNG AH RYEON

명절 음식을 만들고, 가족과 친지를 모시느라 지친 몸과 마음을 다독이는데 스파만큼 좋은 게 없다. 서울 중심부에 위치한 롯데호텔서울에 머무르면 럭셔리 스파의 최고봉을 경험할 수 있다. 바로 '설화수 스파 II 패키지'. 서울 시내 스카이라인이 한눈에 들어오는 디럭스룸에서 편안하게 휴식을 취할 수 있는 것은 물론 설화수 스파 프로그램으로 힐링할 수 있다.

특히 설화수 스파에서 제공하는 운안 스페셜 케어는 70분간 노폐물을 정화하고 순환을 촉진해 얼굴과 몸의 균형을 회복시켜주어 명절 쇠느라 쌓인 피로를 풀기에 제격이다. 마음을 안정시켜주는 향 트리트먼트인 건포마찰을 시작으로 뭉친 등 근육을 풀어주고, 자음생에센스와 자음생크림을 사용해 피부의 건강까지 되찾아주는 토털 케어다.



**롯데호텔서울**  
추천 패키지: 설화수 스파 II 패키지  
비용: 59만8천원부터  
주소: 서울시 중구 을지로 30  
문의: 02-759-7311

고생하신 어머니를 위한 선물로 강원재 엠베서더 인천의 '효(孝) & 휴(休) 패키지'를 추천한다. 피로 해소에 도움을 주는 사해 소금 입욕제를 제공해 편백나무 욕조에서 목욕하며 힐링할 수 있다. 게다가 어머니한테 전하고 싶은 메시지를 감사장으로 만들어 전달해준다고 하니, 어머니에게 특별한 추억과 선물이 될 것이다.

**강원재 엠베서더 인천**  
추천 패키지: 효 & 휴 패키지  
비용: 23만원부터  
주소: 인천시 연수구 테크노파크로 200  
문의: 032-729-1101



**파라다이스호텔 부산**  
추천 패키지: 씨메르 패키지  
비용: 22만원부터  
주소: 부산시 해운대구 해운대해변로 296  
문의: 051-742-2121

심신에 누적된 피로를 단번에 풀어줄 파라다이스호텔 부산의 '씨메르 패키지'. 드넓은 해운대를 바라보면 온천에서 몸을 녹이는 기분은 그야말로 환상적이다. 그 옆에는 사우나까지 갖춰져 있어 연휴 내내 스트레스와 긴장으로 뭉쳐 있던 근육을 충분히 이완할 수 있다.

설 연휴 동안 제대로 잠을 이루지 못했다면 제주해비치 호텔앤드리조트에서 꿀 같은 휴식을 취해보길. 'Warm & Relax 패키지'는 딥슬립 필로 스프레이를 포함한 고급 수면 키트를 제공해 숙면을 취할 수 있다. 제주의 푸른 바다와 풍경을 바라보며 디저트 세트 또는 칵테일도 즐길 수 있어 제주에서 보내는 하룻밤이 더욱 달콤할 것이다. **10**

**해비치 호텔앤드리조트**  
추천 패키지: Warm & Relax 패키지  
비용: 26만2천원부터  
주소: 제주도 서귀포시 남원읍 원남로399번길  
문의: 064-780-8000





**BEST 4** 설 선물 아이템



왼쪽부터)  
 자음수 퍼펙팅 125ml  
 자음유역 퍼펙팅 125ml  
 자음수 퍼펙팅 15ml  
 자음유역 퍼펙팅 15ml  
 탄력영양크림 15ml  
 자음생크림 5ml로 구성.  
 12만원.

설화수 자음 2종 퍼펙팅 기획 세트 탄력 강화 제품군인 자음 라인을 다양하게 체험할 수 있는 기획 세트. 설화문화전 강주리 작가와 콜라보한 상자 안에 담겨있다.



셀 에센스 225ml  
 페이스 케어 코튼 90매로  
 구성. 7만5천원.

왼쪽부터)  
 보태니컬 수딩 토너 200ml  
 보태니컬 하이드레이팅  
 플루이드 160ml  
 보태니컬 수딩 토너 30ml  
 보태니컬 하이드레이팅  
 플루이드 30ml로 구성.  
 17만원.

아모레퍼시픽 보태니컬 에센셜 듀오 세트 왕대나무 수액을 가득 담아 꿈에 그리던 편안한 피부를 선사해주는 한정판 세트.



헤라 셀 에센스 대용량 피부를 항상 맑고 촉촉하게 유지해 피부 사막화를 막는 수분 충전 에센스인 헤라 셀 에센스를 대용량으로 만날 수 있는 기회.

# 명절을 위한 선물

새해를 맞아 소중한 마음을 전하는 설 선물 세트.

photographer AHN JIN HO  
 editor JUNG AH RYEON



왼쪽부터)  
 시그니아 크림 60ml  
 시그니아 워터 75ml  
 시그니아 에멀전 50ml  
 시그니아 세럼 10ml  
 시그니아 아이 트리트먼트  
 15ml로 구성. 30만원.

헤라 시그니아 크림 기획 세트 오랜 식물 줄기세포 연구 노하우를 담아 피부 그대로의 생명력을 불어넣어 건강하고 젊은 피부로 만들어주는 토탈안티에이징 라인.

# Sulwhasoo



마침내, 명작이 되다  
 설화수 진설명작



# HERA SIGNIA

시그니아 크림

3백만 개의 나르시스 스템코드™로 살아나는 강인한 피부 생명력

피부에 내장된 본연의 생명력을 깨우는 결정적 비밀, 나르시스 스템코드™  
50년의 심도 있는 셀 연구 노하우로 완성한 시그니아 크림이 당신의 피부를 분명하게 변화시킵니다.