HALF TIME

連載

FACE TO FACE

Dr. N. Furuyama

ドクター古山のルックスアップ講座

「顔立ちは親から受け継ぐものだが、顔つきは自分で作るもの」。ドクター古山が常に口にしている金言だ。それでは男前な顔つきを作り上げるためには、いや作れないまでも改善するためにはどのような策があるのか？今回からドクターに10の質問を投げかけ、そのアンサーをお届けする。

ドクター古山に聞きたい！「男前」に改善するための「内・外・心」

第1回

いわゆるイケメンでなくても、人をひきつける顔、信用される顔、愛される顔というものが確かに存在する。顔の美しさを長年研究し続けてきた古山理事長は、この“好まれる顔”の特長をどのように

Q 誰からも愛される男の顔ってどんな顔ですか？

とらえているのだろうか。

「事細かに解説すると話が長くなくなってしまうので、象徴的な例を一つ挙げましょう。幼稚園と介護施設で同じ時間過ごしたとすると、幼稚園で過ごす方が時間が短く感じるし、楽しいと感じるものです。これは何が違うかというと、生きるエネルギーがにじみ出ているか否かの違いです。誤解のないように補足すると、ご年配の方でもエネルギッシュな方はたくさんいらっしゃいますし、人生の先輩方と過ごすことで生きる力を与えていただけることもよくあります。**個体のエネルギーが高いほど、周囲の人を元気にするし、心地よい印象を与える**、ということです。人間は加齢とともにエネルギーは減りますし、機能も落ちていきます。しかし生活習慣を見直し、老化のスピードを減速させる努力をすることで、年齢によるマイナスはカバーできます。

加齢に負けない覚悟と、努力に支えられた資格を持つ人の表情が、人気者の顔ということができるでしょう」

ミスタープロ野球こと故・長嶋茂雄さんは、現役時代から監督時代、そして病に倒れた後の姿まで、多くの人々に愛された。

「長嶋さんが取り組まれていたリハビリがどれだけ苦しいものであるか、医療関係者は知っています。長嶋さんはそんな辛さを微塵も見せず、いつも周囲に気遣いを見せ、みんなが期待するような晴れやかな表情をされていました。まさに**覚悟と資格を持った人物**だったと思います」

人から愛される顔の原則はつかめた。それを実現することは容易くはないだろうが、一歩でも近づくための秘訣やコツはあるのだろうか？

「以前、弊誌の小野里編集長が『筋肉は年をとっても鍛えられるけど、顔は鍛えられないんですよね』とおっしゃっていたのが非常に印象的で、私なりの表現で伝えられることがないか考えてきました。その後美容医療界のエビデンスと実績が積み上げられたことで、確信をもってこう言えるようになりました。**休めて起きていることは、顔でも起きると。**習慣的に筋トレすることで筋肉の衰えを防ぐことができるように、加齢に伴う容姿の衰えも工夫によってスモールチェンジさせることが可能なのです。諦めなくてもいい、ということを知ることが最初の一歩。小きな一歩ですが大きな前進です。身体機能は使わなければ加速度的に低下してしまいますが、使うことで機能を維持し、場合によっては時間を逆戻りさせることもできます。顔つきや表情も同じです。笑顔を絶やさず、いつも背すじを伸ばして歩く。知的好奇心を持ち続けて、探求心や記憶力、分析力を養う。不平不満ばかり抱えないで、楽しいこと、面白いこと、人の役に立つことを考える。添加物が少ない体によい食品を選び、バランスの取れた食事をする。こういうことが、誰もから愛される顔を育てることに結びつくのだと思います」

A 生きるエネルギーに満ちた表情は人の心をひきつけます。

ひとつひとつ見ていけば、これらを継続することが大切だと分かってくる。前向きにひとつずつクリアしていくことが、遠回りのようで実は一番の近道なのだろう。最後に、応用編として、ドクターから上級者のテクニックを教授していただいた。

「年を取ると、顔が薄くなる、んです。それで生気のない、疲れた印象を与えてしまいます。対策として、**白髪が増えたら濃い色に染めてみる、髭をたくわえてほうれい線や口元の緩みをカバーする**、という方法があります。また、自分の容姿を客観視することも大切です。若い時は、『男目線でカッコいいオトコ』を目指していたと思いますが、ある年齢以上になったら、**『女性目線で好感を持たれるオトコ』**とはどのようなものか考えるのも良いのではないでしょうか。ぜひこれはアンケートを取ってお調べいただきたいテーマですね」

誰からも愛される顔としてあい浮かぶのが長嶋茂雄氏の笑顔。病の後遺症に屈せず、公の場でも可能な限り出席していたミスターの姿は、“覚悟と資格を持った男”そのものだった

世界のトップが語る ドクター古山の魅力

アムステルダムを拠点として活躍し、ユーロ圏全体から尊敬を集めている形成外科医アリ・パイレイヤシュ博士(Dr. Ali Pirayesh)は、古山理事長と友情と信頼で結びついている。「古山先生と出会ったのは4年前です。AMWC JAPANに出席したとき初めてお目にかかりました。すぐに意気投合し、お互いの知見を交換するなど交流が始まりました」。アリ氏は、海外のセミナー会場を歩いているとすぐに各国のドクターたちに囲まれ挨拶をされたり質問責めに合うほどの名声を得ているが、その彼から見ても古山理事長のレベルの高さは突出していると語る。

「古山先生が提唱されている“内・外・心”というコンセプトは、オランダ人の私の心にも響く、核心を突いたものだと思います。常に最新の知見に触れ、己のレベルを高めようとする向学心にも頭が下がります。また、美容医療の専門家としての美的感覚、さらにアート全般に対する知識の広さとセンスの良さにも感心させられています。古山先生と一緒にブレインストーミングし、2020年代を象徴する美容医療のアイディアとして生まれたのが「BONSAI AESTHETIC」です。盆栽はヨーロッパでも高級な趣味として知られています。「BONSAI AESTHETIC」は日本人ならではの細やかなセンスと、自由が丘クリニックのクオリティを一言で表現できるネーミングだと思います」（次回につづく）

ドクター古山とドクター・アリは、東京とアムステルダムの2つの都市から美容医療界をけん引する2トップ的存在。アリ氏は大の日本ファンで特にニセコスキー場のパウダースノーがお気に入り。アムステルダムのご自宅はファン・ゴッホ美術館から徒歩数分なのだそうだ

取材協力：自由が丘クリニック tel. 0800・808・8200 https://jiyugaokaclinic.com/