

住まいのかわら版

Vol.10
2023年5月号

OGIKEN

＜発行＞

株式会社 荻野建築企画

戸田市上戸田1-1-17

TEL.048-445-5277

髪のお手入れで美髪を目指しましょう！

髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！
髪のお手入れで美髪を目指しましょう！

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよつと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「髪のお手入れ」です。

寒暖の差が激しく、紫外線もだんだん強くなる時期、髪のパサつきが気になりますね。普段のケアでキレイな髪を育みましょう。

予洗い&シャンプーで丁寧に汚れを落とす

シャンプー前にシャワーですすぐ、つまり予洗いすることで、汚れの大半は落ちると言われています。シャワーの水流を利用し、地肌をよくすすぎ、髪は優しくなでるように洗いまししょう。そもそもシャンプーは、地肌を洗うことが一番の目的。手で泡立ててから使いまししょう。髪で泡立てようとすると摩擦で髪が傷む一因に。シャンプーをそのまま地肌につけると、頭皮が乾燥する恐れがあり、湿疹やフケの原因になります。シャンプーを適量取ってお湯を少したらし、両手で空気を含ませるよう



髪に栄養を与え温&冷風で仕上げる！

に泡立ります。泡立ちが穏やかなタイプは、シャンプーとお湯をなじませてから使いまししょう。泡を頭に寄せたら、地肌を指の腹でやさしく、円を描くように洗います。耳の後ろや後頭部の首の付け根付近も丁寧に。ちなみに、パーマの後、1週間は特に髪をこすりすぎないように。パーマの形状記憶が落ちやすくなります。すすぎは念入りに。熱すぎると髪が傷むおそれがあるので、40度以下がおすすです。



洗髪前にはブラッシングをすることで、髪の絡まりを解消し、シャンプー時の摩擦を軽減したり、洗髪中に髪が引っかかって抜けることも防げます。

シャンプー後は、トリートメントを髪に栄養を与え、ダメージを補修してくれる効果が期待できます。トリートメントを適量取り、手で広げて毛先からつけます。説明書にあるとおりの時間を置くことで、成分が浸透しやすくなります。ここで、目の粗いコームで髪をとかすと、トリートメントが均一に広がります。また、指や手のひらで髪をよさんでやさしく撫でるよりに整えることで、なめらかな質感が期待できます。ちなみに、地肌に付けると、毛穴詰まりの原因になるのでご注意ください。最後にしっかりと流しましう。

コンディショナーは、髪の表面をコーティングし、キューティクルを保護してくれるものなので、髪の状態に



トリートメント時のスペシャルケアとして、蒸しタオルもおすすです！5～10分お風呂で温まりながら行うと良いですよ！

よって、トリートメントの後に使うのも良いですね。パサつきが気になる際の強い味方がヘアオイル。ドライヤーの熱からも守ってくれます。洗髪後、水気を十分に取ったら、適量を手に取り、手のひら全体に伸ばして毛先や襟足、髪の内側などにつけます。手に余ったら、髪全体につけましよう。



ヘアオイルは朝にもおすす！紫外線や乾燥から髪を守ってくれます。スタイリング剤代わりに使ってもOKです

頭の体操 間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみてね！

髪を乾かすときは、ドライヤーを10〜15センチほど離し、髪を持ち上げたまま。ドライヤーの熱が1ヶ所に留まらないよう、小刻みに振りながら、乾かしましよう。前髪など、毛量が少なめのところは、弱温風で乾かすと良いですよ。弱温風のまま、手ぐして髪を整えながら全体をさらに乾かし、仕上げに冷風をあてることで、キューティクルが引き締まり、まとまりも良くなります。

答えは裏面をみてね！