

美容師が教える

ヘアケア

Q & A

知ってるだけで得をする
髪で思い通りの自分に

お客様からの髪の疑問
全てまとめました

- ✔ シリコンって悪いの??
- ✔ カラーで痒みが出たら??
- ✔ 痛まないアイロンの仕方は??
- ✔ トリートメントってどのくらい流せばいい??

美容師が教える
ヘアケアQ & A

お客様からの髪の疑問
全てまとめました。



著者
川合 じん

青森県青森市在住
艶髪特化美容師



@natural_kawai

- ・ 1991年埼玉県さいたま市 出生
- ・ 2012年山野美容専門学校卒業
- ・ 2012年関東大手有名サロン就職
- ・ トップデザイナー、副店長経験、年間指名1719名
- ・ 2020年Natural青森新町店 勤務

はじめに

髪のこと、悩みや疑問はありますか？

『そんなに悩んでいないけど少しはあるかな』という方や『すごく悩んでいる』という方など、いろんな方がいらっしゃると思います。

僕は美容師をしていますが、お客様から髪についてご質問をいただくことも多いです。

そして、お客様からは・・・

【髪がキレイになった時】

【髪の悩みがなくなった時】

すごく嬉しそうな笑顔をいただきます。

それが本当に幸せて、美容師になってよかったと、心から感じます。

そのことから・・・

はじめに

「少しでもこの幸せをお返ししたい」

「少しでも多くの人役に立ちたい」

そんな思いから本書を書かせていただきました。

『髪のこと、気になるけどなかなか聞けない。』

『綺麗になりたいけど、どうしたらいいかわからない』

そんなあなたのお役に立てれば幸いです。



知っていれば得をする

～はじめに～

もしも「キレイな髪になる方法」がすごくお金と時間がかかるものだとしたらどう思うでしょうか？

確かに美容は、お金と時間をかけることで、どんどんキレイになれます。

ですが、「すごくお金がかかる方法」や「美容師にしかできないような難しいテクニック」、「時間がかかること」などでは、なかなか続かないことも多いです。

僕だったら、とてもじゃないけど続かない・・・

なので本書では・・・

「知ってるだけで得すること」「髪の疑問の解消」を簡単に誰でもできる内容をイメージしながらできる限り多く紹介したいと思います。

世の中には、有益な情報がたくさんあり、ヘアケアのこともいろんな人が発信してくれています。

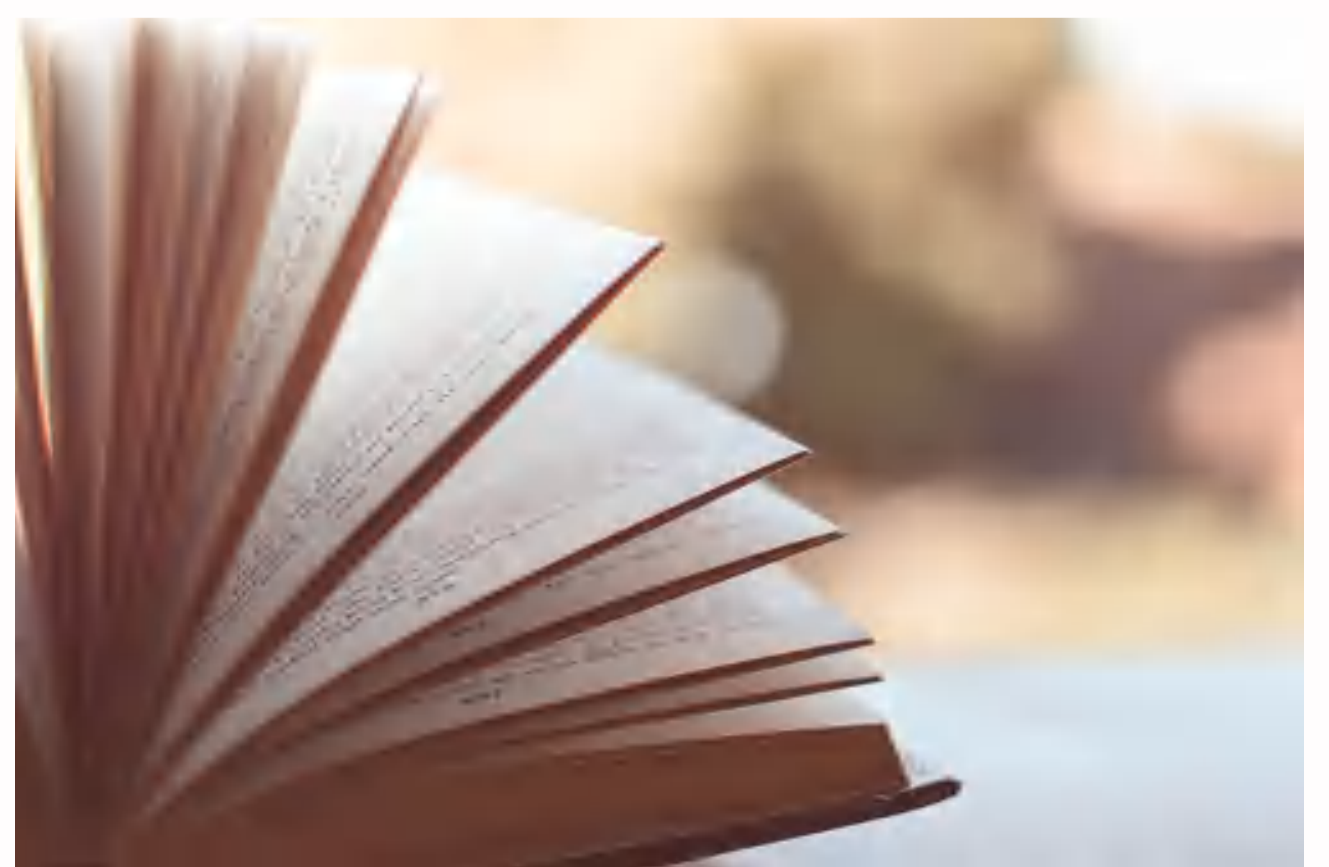
ですが、あまりに情報がありすぎて、『何を参考にしたらいいかわからない』『調べるのが面倒』というお声も多いです。

そんな髪についてのことが、1つにまとまっていたら
「きっと役に立てるんじゃないかな！！」と思い本書を書かせていただきました。

「すべてちゃんとしなきゃ！」とは、思わないでください
いね。

僕も、自分の髪を「全部完璧にケアする」なんてことは無理です。

この内容をなんとなく見たら、そっとしまっておいて、何か疑問に思った時に、また取り出してきてもらえたら嬉しいです。



～目次～

01. シャンプーの疑問



- シャンプーで大事なことは？
- 髪は毎日洗った方がいいの？
- 朝シャンと夜シャンはどっちがいいの？
- シャンプーは何度もしていいの？
- よく言われるシリコンって悪いの？
- いろんなシャンプーを使い分けてもいいの？

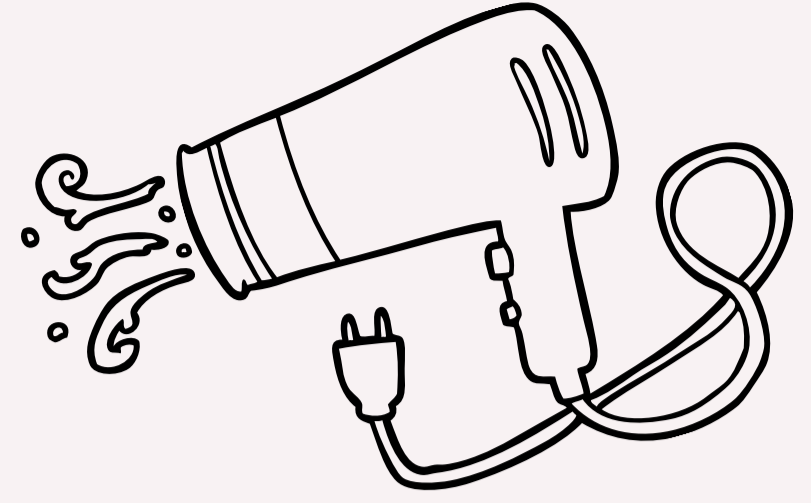
02. トリートメントの疑問



- リンス・コンディショナー・トリートメントってどう違うの？
- トリートメントってどのくらい流していいの？
- トリートメントの一番効果的な使い方は？
- オイルの使うタイミングは？
- 美容室のトリートメントってどう使うの？
- 洗い流さないトリートメントはオイル・ミルクどっちがいいの？

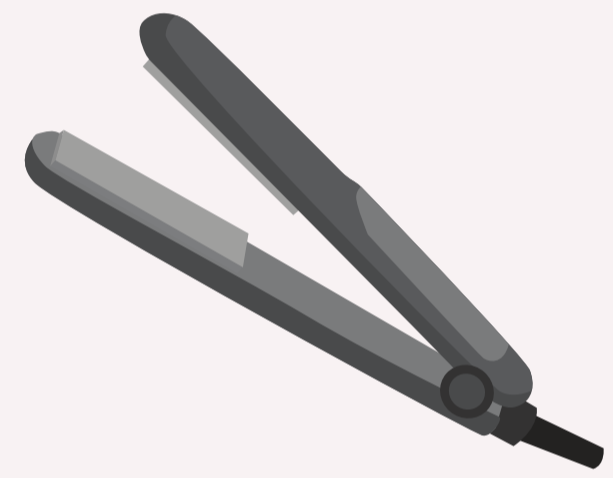
03. ドライヤーの疑問

- 自然乾燥は傷むの？
- 冷風ってなんのため？
- 面倒な時はどうしたらいい？
- マイナスイオンって意味ある？
- ドライヤーって髪は傷む？
- 高価なドライヤーってやっぱりいいの？



04. ヘアアイロンの疑問

- 温度は何度くらいがいい？
- なるべく傷ませない方法①
- なるべく傷ませない方法②
- 少し濡れた髪に使っても平気？
- 火傷を防ぐ方法ってある？



05. 頭皮ケアの疑問

- 頭皮トラブルはどうして起こるの？
- 濡れた髪は頭皮に悪いの？
- ワックスってよくないの？
- 髪の状態も頭皮は関係してる？
- 頭皮ケアって何すればいい？



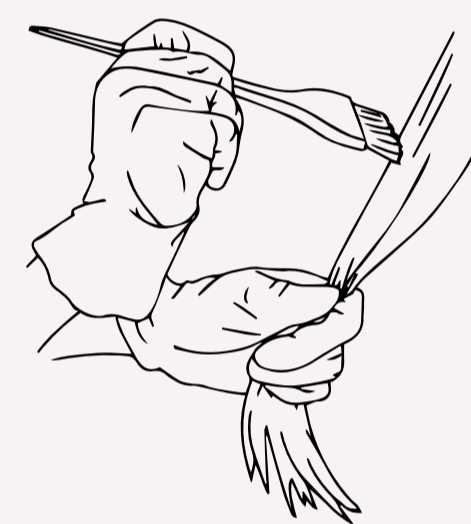
06. 白髪の問題

- 白髪は抜いてもいい？
- ストレスで白髪が増えるって本当？
- ワカメは髪にいいの？
- どうして白髪になるの？
- 髪が硬いと白髪になる？



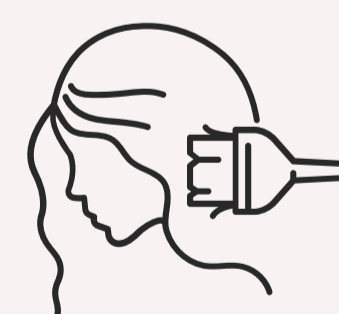
07. ヘアカラーの問題

- 色もちをよくするには？
- 黒染めをすると明るくならないの？
- カラーとパーマは一緒にできる？
- 傷んだ髪はなんで色もち悪いの？
- カラーで頭皮が染みる・・・
- カラーで痒くなったら？



08. 白髪染めの問題

- 白髪染め明るくなる人とならない人の違いは？
- 白髪染めの普通のカラーの違いは？
- カラートリートメントって悪いの？
- 白髪を染める目安は？
- 白髪染めって頭皮によくないって本当？
- 市販の白髪染めってなんでダメなの？

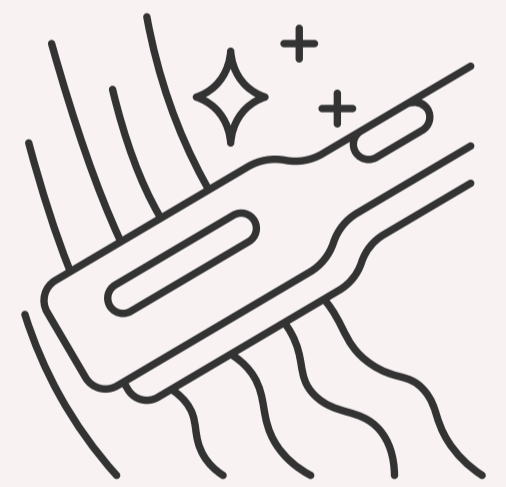




09. パーマの疑問

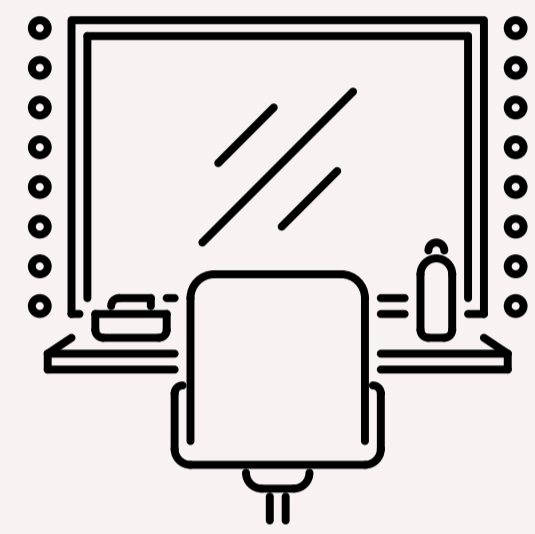
- アイロンで巻いたみたいなパーマはできる？
- 縮毛矯正してるけどパーマできる？
- ゆるいパーマをしっかりとかけたい・・・
- いろんな種類があってわからない・・・
- パーマのあとシャンプーはしていいの？

10. 縮毛矯正の疑問



- ブリーチしてるけど縮毛矯正できる？
- 縮毛矯正のモチは美容師の技術？
それともホームヘア？
- すぐうねりが戻るのはなんで？
- 長持ちさせる方法は？
- 縮毛矯正とストレートパーマって何が違うの？

11. 美容室の疑問



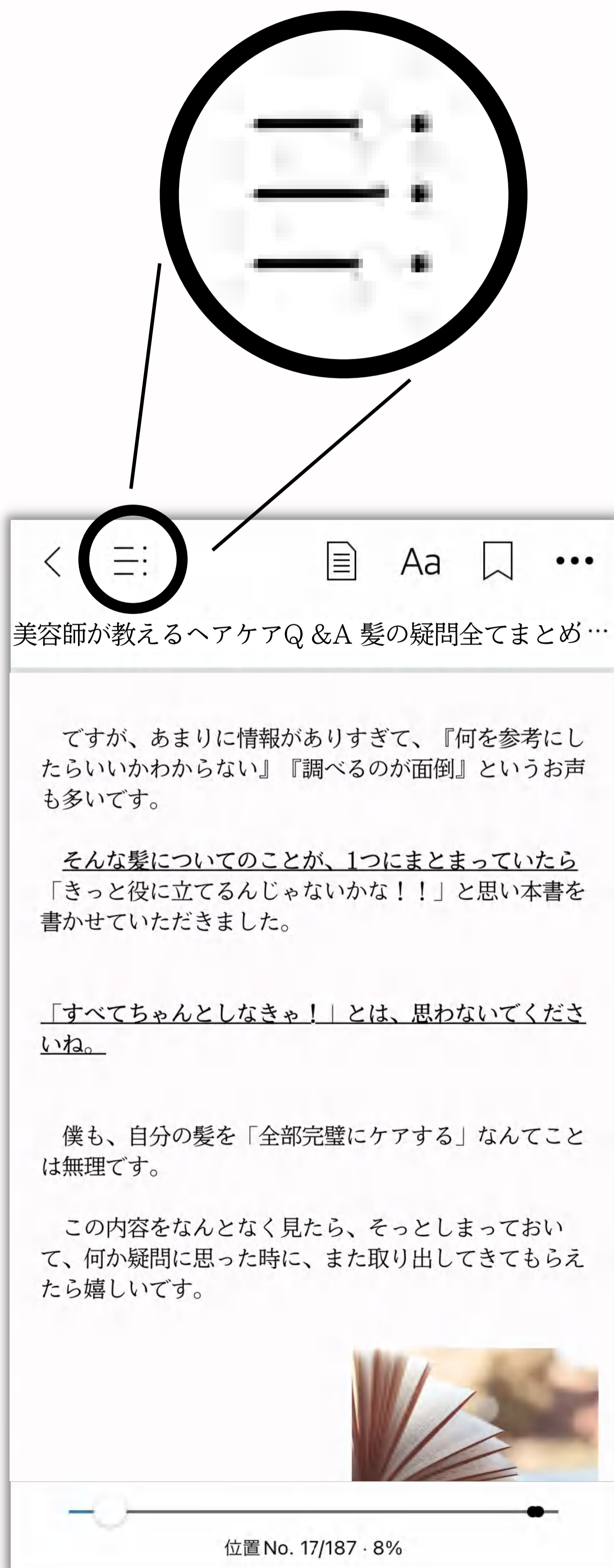
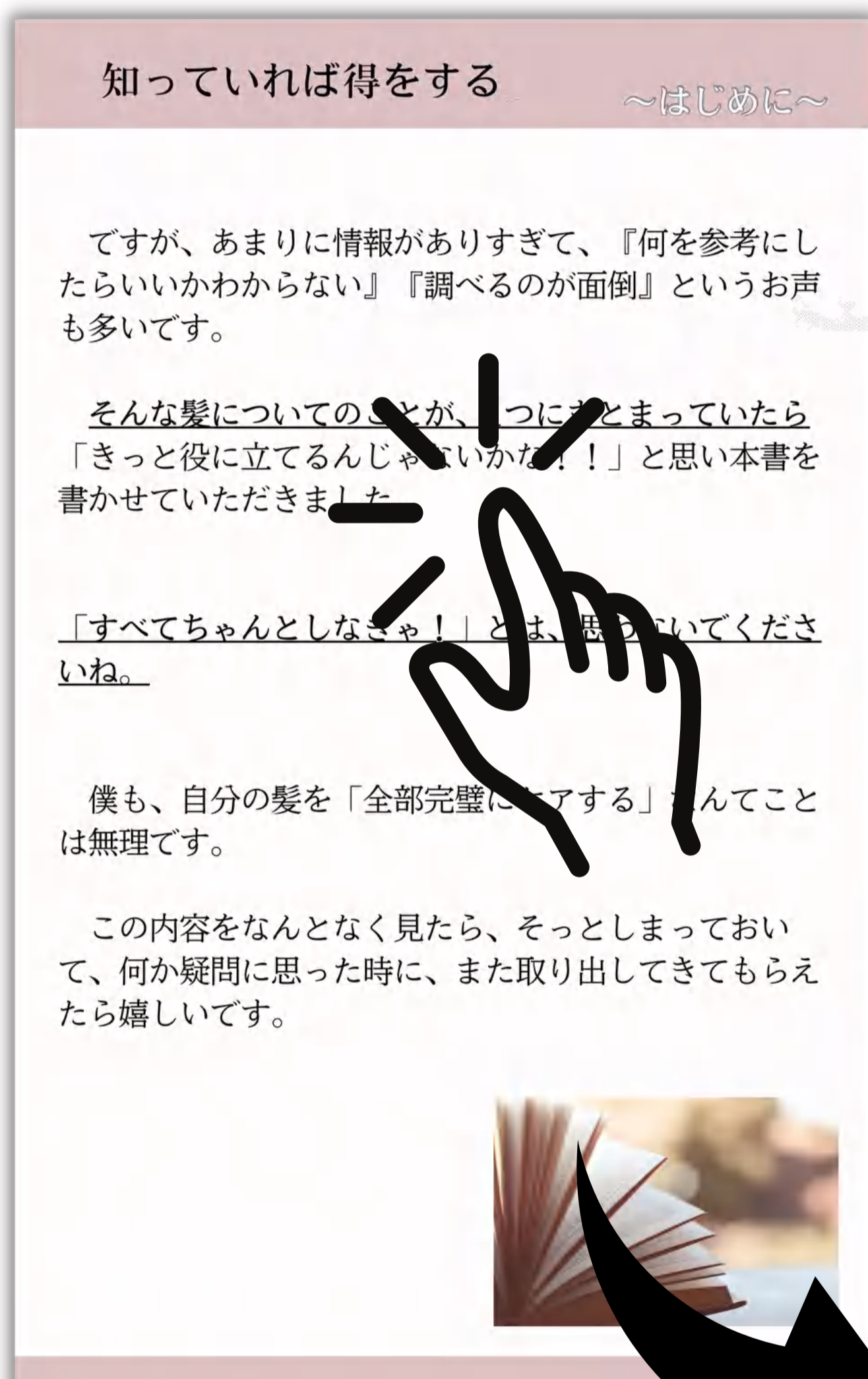
- やってもらってる時気をつけることってある？
- 自分で前髪を切ってもいい？
- 洋服のセンスってみてる？
- 希望の髪型をうまく言えない・・・
- 雑誌についた髪って取った方がいい？
- 勧められた商品は買わないと嫌な客？
- シャンプーでは首に力入れた方がいいの？
- 無駄な話をしたくない時は？
- 鏡を見て話すべき？それとも振り向いた方がいい？
- 美容室に行く前はシャンプーしておいた方がいい？

目次活用方法【操作方法】

～はじめに～

① 画面をタップ

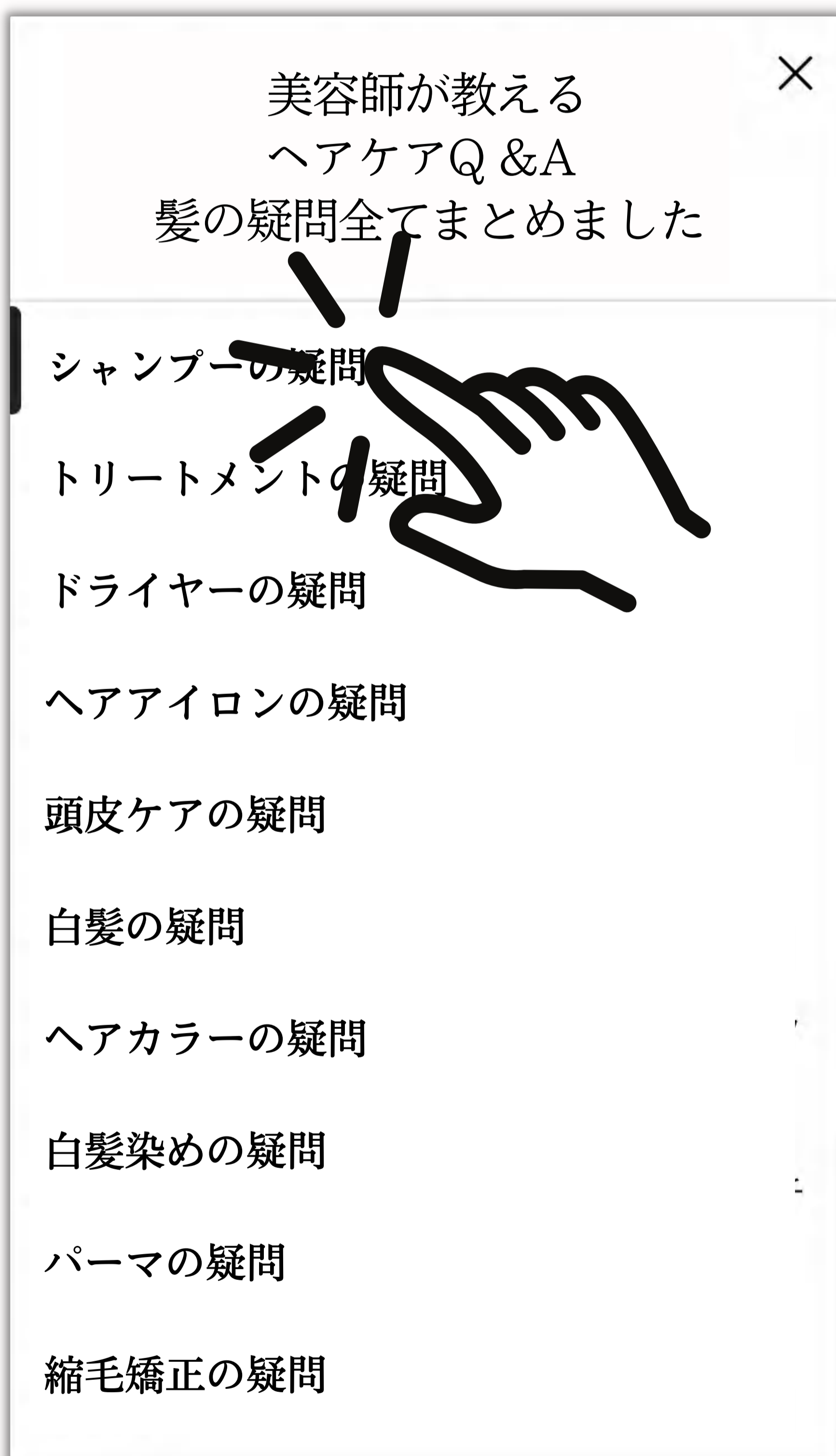
② 3本線をタップ



目次活用方法【操作方法】

～はじめに～

③ 見たい目次をタップすることで、選択したページにジャンプします。





01.

【シャンプーの疑問】

- シャンプーで大事なことは？
- 髪は毎日洗った方がいいの？
- 朝シャンと夜シャンはどっちがいいの？
- シャンプーは何度もしていいの？
- よく言われるシリコンって悪いの？
- いろんなシャンプーを使い分けてもいいの？

【さらに詳しく・・・】
シャンプーの選び方

シャンプーで大事なことは？

【シャンプーの疑問】

1990年設立

一番大事なのは、
シャンプーで洗う前のすすぎ。

シャンプーは当たり前のことだからこそ、意外に思い込んでしまっていることは多いです。

お客様からも「いろんなことがあるけど何を一番気をつければいいのか？」と聞かれることも多いですが、

僕が思う一番大事なことは
「シャンプー前のすすぎ」です。



シャンプーで大事なことは？

実は、汚れを落とすのはシャンプーよりお湯が重要な役割になり、お湯だけでも汚れの7割から8割を落とすことができるのです。

なので、お湯で7割から8割の汚れを落とし、お湯では落ちない【余分な油分】だけををシャンプーで落とすイメージが大切です。

お湯で汚れを落とすことで、泡立ちも良くなり、シャンプーの摩擦でのダメージもなくなり、使ってるシャンプーの栄養も髪に入りやすくなります。

シャンプー剤をつける前に
お湯で汚れを落とすと・・・

- 泡立ちが良くなる！！
- シャンプーの摩擦がなくなりダメージを防げる！
- シャンプーの栄養が入りやすくなる！

シャンプーで大事なことは？

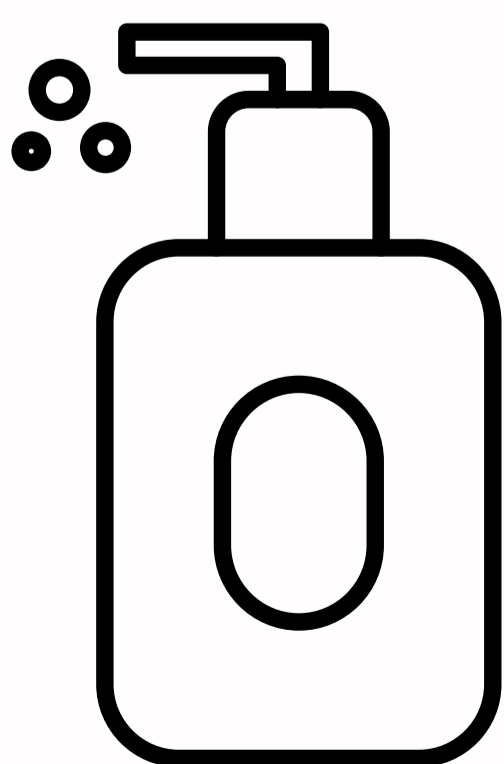
また、「ブラッシングしてからシャンプーした方がいい」というのがありますが、これも同じ理由で、「シャンプーをする前に汚れを落としておく」という効果があります。

なので、【お湯だけでしっかり汚れを落とす！！】
【お湯で落ちない油分だけシャンプー剤で落とす】

というイメージが大切です。



まずはシャワーだけで汚れをしっかり流そう！！



その後にシャンプーを使うよ。

髪は毎日洗った方がいいの？

【シャンプーの疑問】

1990年設立

はい。理想は毎日シャンプーすることを
オススメします。

つい面倒な時は「1日くらい洗わなくてもいいかな」と思うこともあるかもしれませんが。ちなみに僕は美容師になる前はそんな時もよくありました。

ですが、シャンプーは毎日が理想です。

その理由は、頭には鼻の頭の2倍、皮脂が出ることにあります。

頭皮は、鼻の頭の2倍
皮脂が出るって！



髪は毎日洗った方がいいの？

油分が毛穴を詰まらせてしまうと、髪も痩せてしまいますし、抜け毛やうねりの原因にもなってしまいます。

なので、「毎日シャンプー」は頭皮のためにとっても大事です。健康な頭皮になることで、本来のツヤのある健康な髪を目指してみてください。



また、「洗いすぎると乾燥しすぎるかも・・・」とご相談いただくこともあります。

シャンプーの洗浄力が強いものだったりすると、乾燥しやすい髪の方はパサパサするのが気になることも、、、

そんな時は、シャンプーの前に髪に普通のトリートメント（コンディショナー）をつけてから、そのままシャンプーしてみてください。

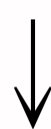
髪は毎日洗った方がいいの？



シャンプーするとキシキシ、ゴワゴワするときは・・・



シャンプー前に
トリートメントで髪の毛先を守る



流さずにシャンプー



流して再びトリートメント



これを乾燥が気になる日だけやってみてください。

※毎日、必要ありません。

髪は毎日洗った方がいいの？

頭皮のためには毎日シャンプーは必須です。

ですが、髪のためには「毎日シャンプー」は必ずしも良いわけではないので、この方法なら

- 髪はトリートメントでシャンプーから守る
- 頭皮はしっかり洗う

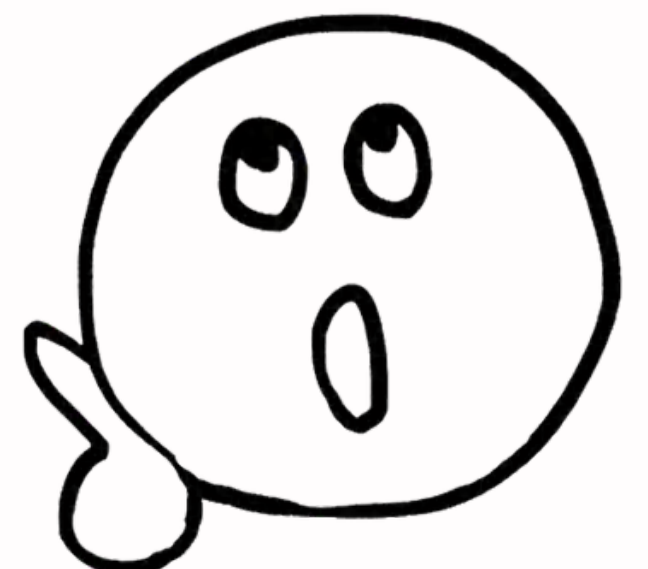
この2つが叶います。

髪の乾燥が気になる日には、この方法を試してみてください。

『豆知識』

海外は、毎日洗わない前提で
シャンプー剤の洗浄力が強いけど

日本は、毎日洗う前提で
シャンプー剤も作られてるよ



朝シャンと夜シャンはどっちがいいの？

【シャンプーの疑問】

1990年設立

夜にシャンプーするのが一番オススメです。

これは、髪のためというより頭皮のためです。

夜寝ている間が、頭皮の代謝も良くなり健康な髪が生えてくるのですが、そんな時に、皮脂や埃で汚れていると正しい代謝が起きなくなってしまう。

例えば、お化粧品をしたまま寝てしまうと朝の肌のコンディションは悪くなりますが、これと同じで、頭皮もシャンプーしないで寝てしまうと、コンディションが悪くなるのです。

頭皮は「夜」が大事なのに
皮脂が詰まったままだと
大変なことに！！



朝シャンと夜シャンはどっちがいいの？



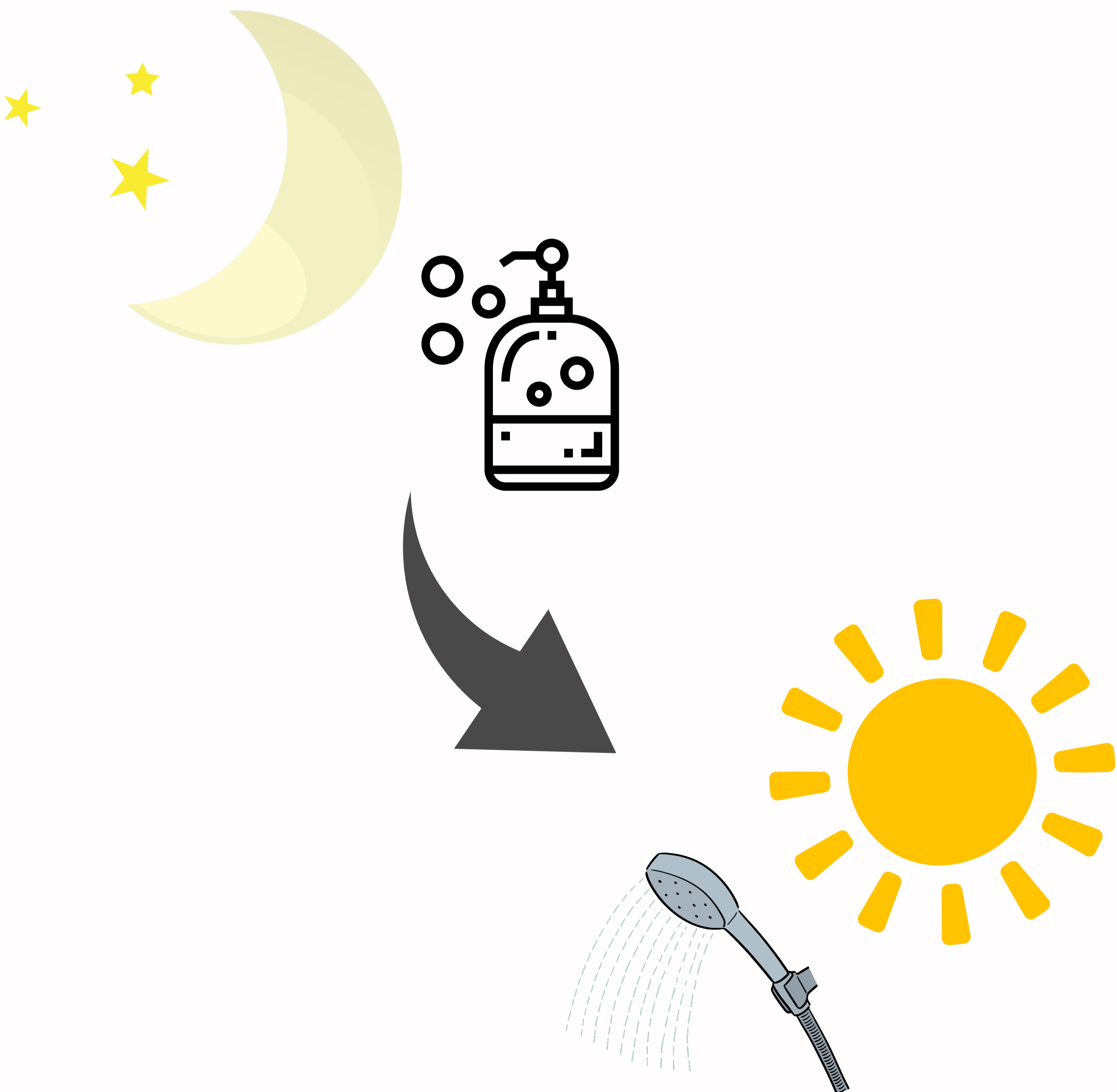
もしも・・・

「朝寝癖を治したい」

「まとまらないから朝洗いたい」

という場合は、

【夜にシャンプーして】 【朝はシャワーのお湯で濡らすだけ】 という方法がおすすめです。



シャンプーは何度もしていいの？

【シャンプーの疑問】

1990年設立

ほとんどの場合は、何回しても大丈夫です。

シャンプーの効果は、汚れがある程度ない時に最大の効果を発揮し、使うトリートメントの浸透率も上がります。

なので、汚れが気になるときは、2度洗いもおすすめです。

汚れが気になるときは・・・

1回目は軽く泡立ててすぐ流す

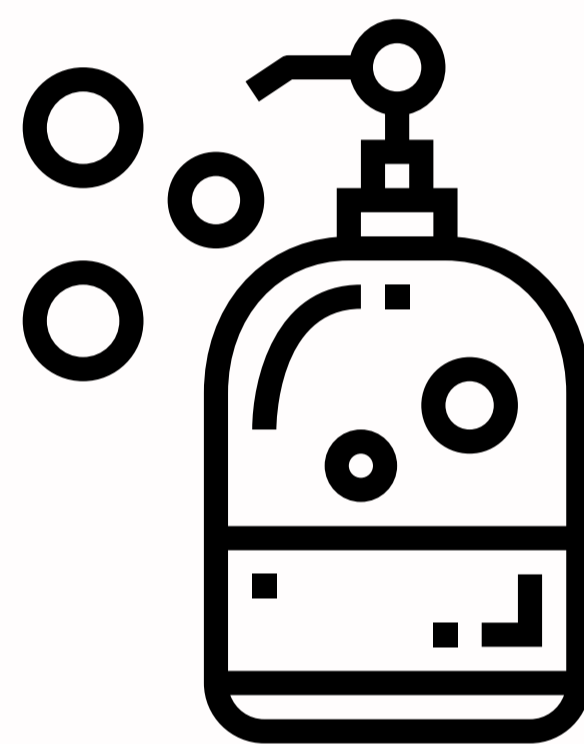


2回目にしっかり洗う

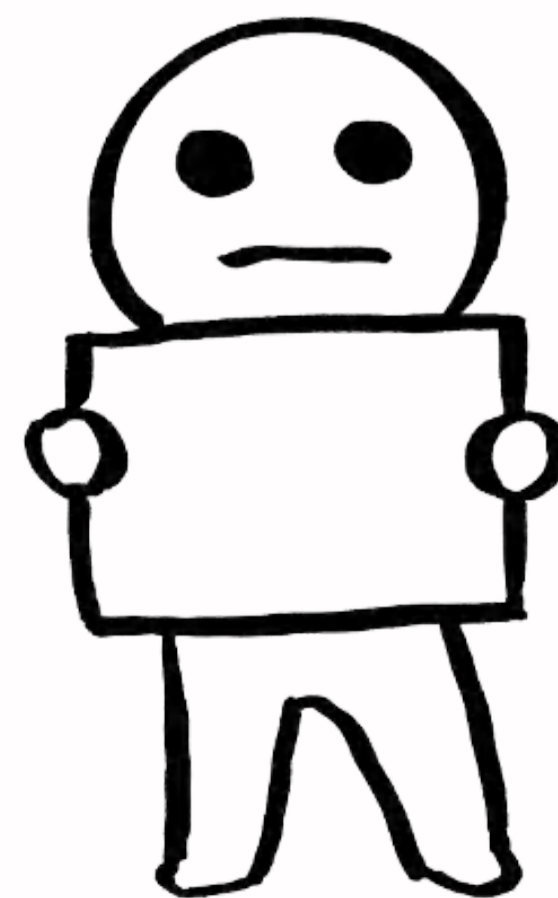
シャンプーは何度もしてもいいの？

※ただし、洗浄力の強いもので繰り返し洗うのは乾燥にもなってしまいます。

なので、「泡立ちが悪いな～」と思ったら2回洗い、
「乾燥が気になるな～」という時は、1回にしておきま
しょう。



また、カラーやパーマをできるだけ
持続させたい時は、1日に何度も洗
うのはおすすめてできません。



よく言われるシリコンって悪いの？

【シャンプーの疑問】

1990年設立

いいえ、シリコンが悪いわけではありません。
ですが、ノンシリコンシャンプーには
良いものが多いです。

以前、ノンシリコンシャンプーは流行りました。

シリコンとは「手触りをよくするコーティング」の効果があり、髪をツルっとさせてくれて、肌にも優しいものです。

ただ、【毛穴が詰まってしまう】という理由で悪いとされていました。

ですが、個人的にはあまり関係ないと考えています。

専門家の方からの情報にも「シリコンで毛穴が詰まっても頭皮のターンオーバーでカバーできる」「シリコンは人の肌に害がない」とされています。

よく言われるシリコンって悪いの？

では、なぜ悪役なのか??というと、

答えは単純で、「美容室ではシリコン入りのシャンプーを使わないから」です。

その理由は、カラーやパーマの反応に影響が出るから使用しないのですが、自宅でのシャンプーには『シリコン』の有無で何かが変わることはありません。

なのでシリコンが入ったシャンプーは悪ではないのです。

美容室で使うものは
全てノンシリコン！！

でも、「シリコンがない」＝「いいもの」
という意味ではないんです！



よく言われるシリコンって悪いの？

ノンシリコンシャンプーは、良いシャンプーであることが多いです。

ノンシリコンシャンプーはシリコンがないことで、洗いあがりゴワゴワしやすいため、手触りが良くなる栄養はたっぷり入っています。

なので、シリコンが入っていないから「いいシャンプー」なのではなく

栄養がたっぷりだから「いいシャンプー」なんです。

※ノンシリコンでもシリコン入りでもOKです。
シャンプーは栄養にこだわってみましょう。



いろいろなシャンプーを 使い分けてもいいの？

【シャンプーの疑問】

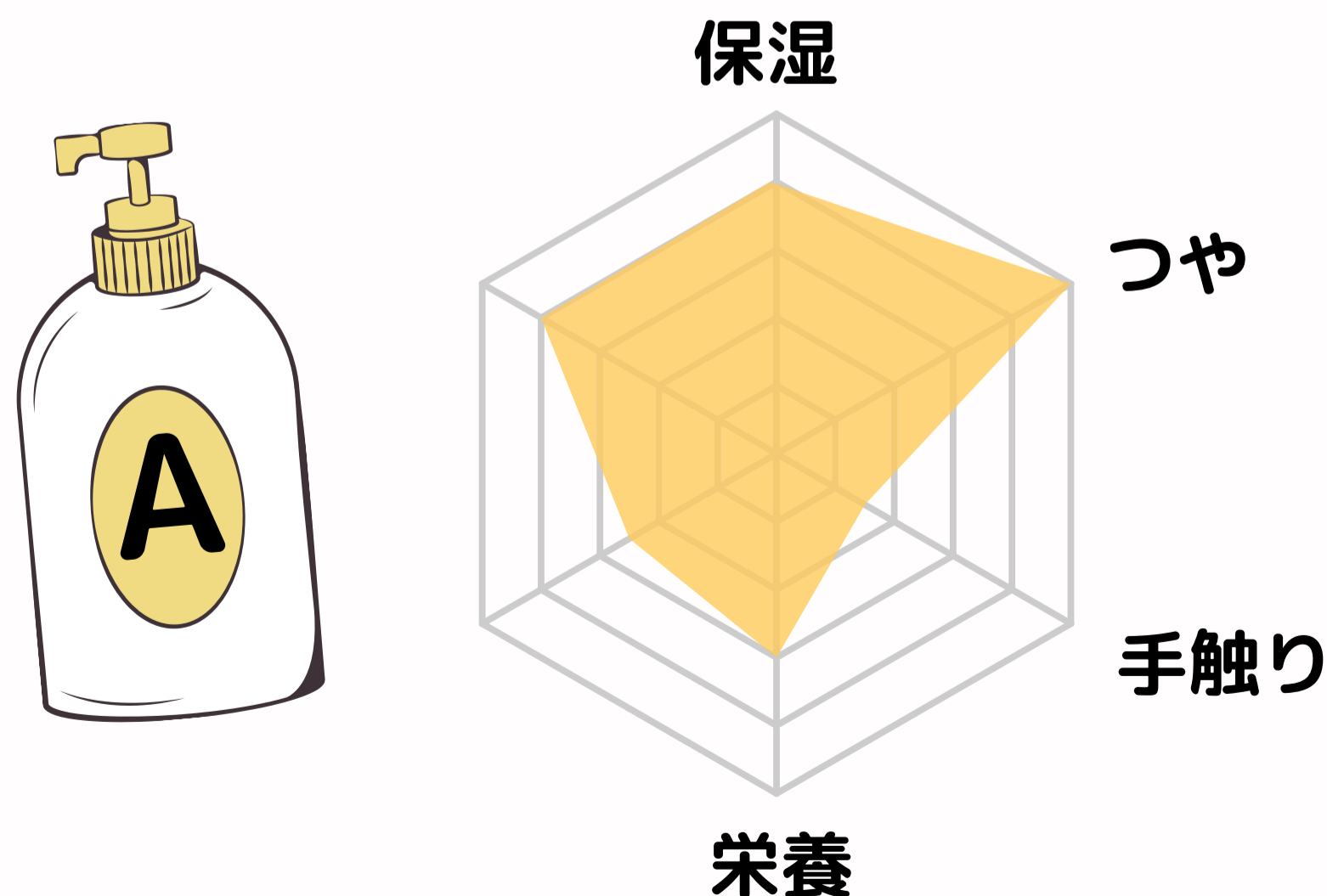
1990年設立

これはいろいろな考え方がありますが
僕はいいと思っています！！

シャンプーの効果はそれぞれで、使うものによって大きく変わります。

例えば

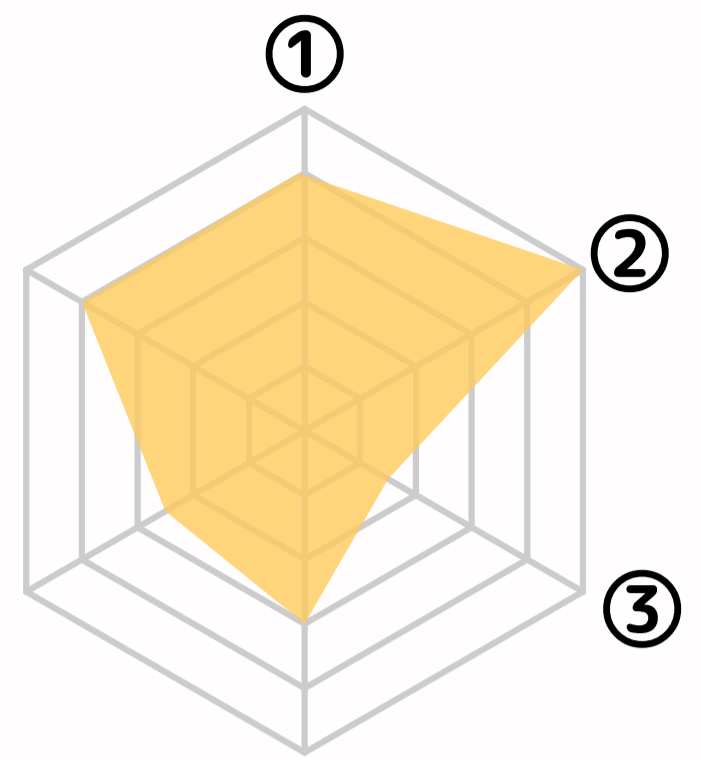
Aのシャンプー効果効能が、下の円グラフのようになっているとします。



いろいろなシャンプーを 使い分けてもいいの？

使い続けると

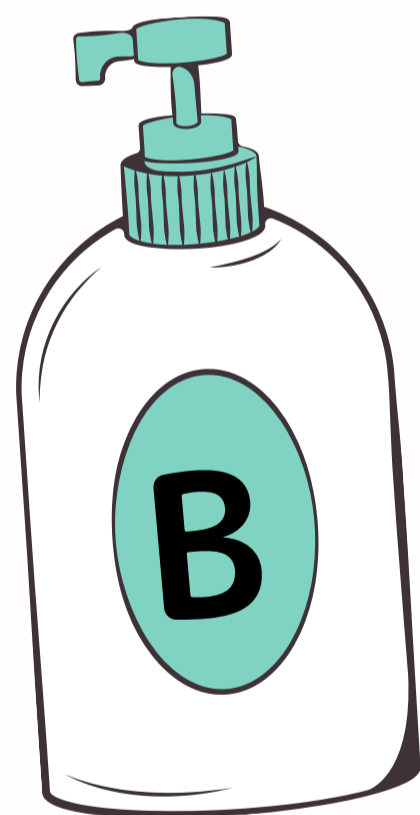
- ①の栄養が十分になり
- ③の栄養は少し足りなくなる



すると、「使い始めはすごくよかったけど」
「なんか最近あまり感じない・・・」

と感じることがあります。

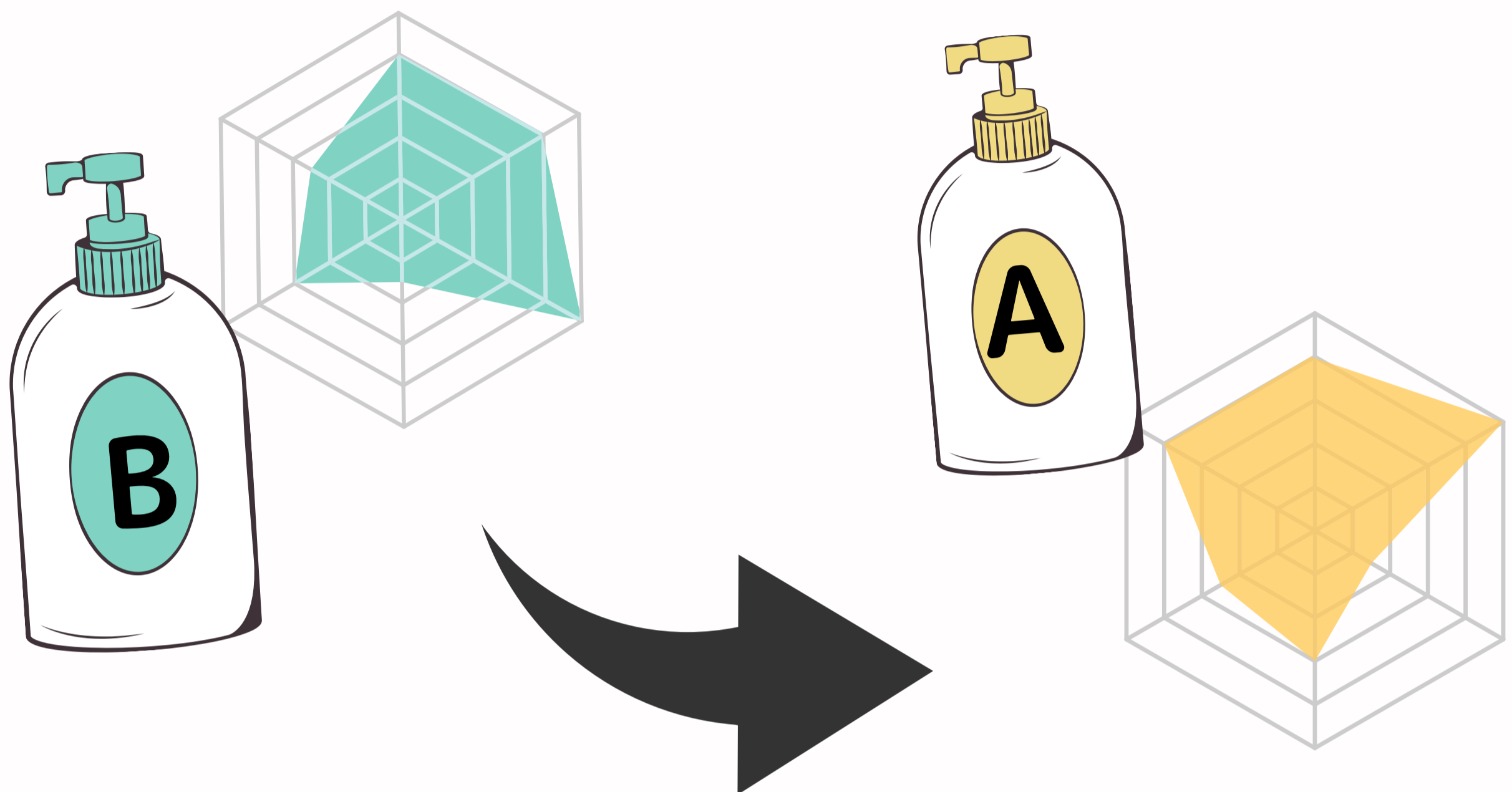
そこで「Bのシャンプー」で例えば下のような効能の
シャンプーを使うと・・・



今まで使っていたAのシャンプーより「いいシャンプー」
と感じることがあります。

いろいろなシャンプーを 使い分けてもいいの？

ですが、これも続けていくうちに良さを感じにくくなるので、良さを感じにくくなったらAに戻すとまた良さを感じます。



なのでその時の気分に合わせて2、3ヶ月おきに変えるのもオススメです。

大事なのは使った時にあなたが良さを感ずるか？を日
安にしてみてください。

【さらに詳しく・・・】 シャンプーの選び方

【誰もが憧れるツヤのある美しい髪・・・】

そんな髪のためのケアで、シャンプー選びはとても重要です。

『シャンプーにもいろいろあってわからない。』
『自分に合うシャンプーは何だろう？』

そんなお悩みを解決するために、シャンプーの細かい解説とともに、髪質に合ったシャンプーの選び方をご紹介します。



界面活性剤って何？

界面活性剤とは、シャンプーに使われている洗浄成分です。その成分によって、しっかり汚れを落とすのか、優しく洗うのかがわかります。

髪にいい成分はアミノ酸系と石鹼系のシャンプーで『頭皮をケアしてしっかり洗うなら石鹼系』『髪をまもり、栄養補給するならアミノ酸系』というイメージで選ぶことがオススメです。

その中で

- 頭皮を労わるシャンプー
- カラーの色持ちをよくするシャンプー
- 髪のダメージをケアするシャンプー
- 髪をしっとりまとまりやすくするシャンプー
- ボリュームを出すシャンプー

など、いろいろな効果のシャンプーがあります。

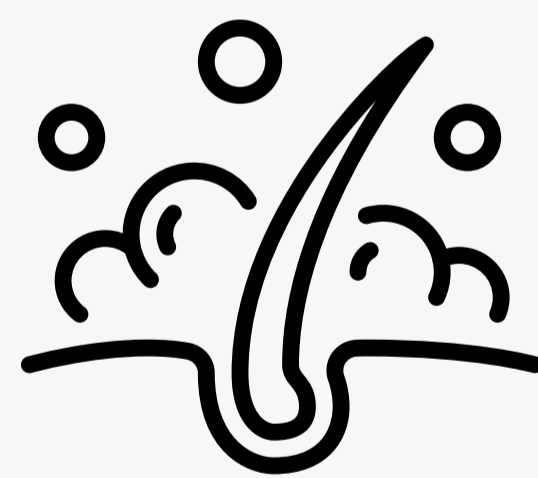


シャンプーで髪や頭皮の汚れを落とすためには、「油分」を「水」に溶かし込んで落とすのですが、水と油は互いに混ざりにくいいため水ですすぐだけでは落ちません。これを解決したのが”界面活性剤”です。

界面活性剤は、油となじみやすい部分(親油部)と水となじみやすい部分(親水部)を併せ持ち合わせているので、これを使い汚れを浮かせて綺麗にしてくれます。

例えば、油で汚れた食器を水ですすいでも落ちにくいですが、洗剤を使っていくことで綺麗に落とすことができます。これと同じように、頭皮の油分を除去してくれるのが界面活性剤です。

水(湯)だけでは洗い流しにくい、皮脂や脂肪酸などの油性の汚れをとらえ、洗い流しやすくします。



なので、シャンプーの効果で一番重要なのが、油を浮かせてくれる『界面活性剤』です。

界面活性剤は、シャンプーに必ず入ってる成分の種類ですので害のないものを選んでいただければ幸いです。

どんなものを選べばいい？

シャンプーに配合されている界面活性剤の種類は大きく分けて「アミノ酸系」「石けん系」「高級アルコール系」の3種類あります。

基本的には、この3種類を理解すればOKです。

アミノ酸系

アミノ酸系は、頭皮に優しく髪と同じ弱酸性なので、肌が弱い方やアレルギー体質の方でも安心して使用でき、刺激が少ないことが特徴です。

適度な洗浄力で髪と地肌の潤いを守りながら洗浄できます。洗い上がりは潤いと自然なツヤのあるしなやかな洗い上がりです。

主にダメージケア、カラーの色持ち、パーマの持ち、保湿の効果のシャンプーはこのシャンプーです。泡立ちはあまりよくないですが、髪に栄養を入れるのがメインになっているので、

『栄養たっぷり、洗浄弱く』というイメージです。

例：ココイルグルタミン酸TEA、
ラウロイルメチルアラニンNaなど。

石けん系

石けん系は、人体への安全性が高いですが、少しギシギシします。（泡立ちがいい・すすぎやすい）洗浄成分で適度な洗浄力ですっきりと洗えます。

余分なものを除去してくれるので、トリートメントの入りをよくしてくれます。また頭皮の毛穴をきれいにしたり、しっかりとした泡立ちで優しく洗い上げます。

『肌や髪に優しく、しっかり洗える』
というイメージです。

例：ラウレス-○カルボン酸Na(ラウレス-○酢酸Na)
※○には数字が入ります。

高級アルコール系

高級アルコール系の界面活性剤が配合されているシャンプーは、泡立ちが良く、洗っている感じは一番感じますが、洗浄力が強い為、頭皮への刺激も強くなります。

市販品はすべてこの成分で
『安い、泡立ちや使用感もいい』ですが
体に悪いというデメリット。

例：ラウリル硫酸Na・ラウレス硫酸Naなど、

アミノ酸系がおすすめの方

主にオススメな方は

- カラーやパーマをしている方
- 髪の毛のダメージが気になる方
- 髪の毛の乾燥が気になる方
- 頭皮の油分が少ない方
- 髪が広がる方

オススメできない方は

- 頭皮の油分が多い方。
- スタイリング剤を使う方
- タンパク質でアレルギーのある方
- 髪がペタッとしやすい方

メリット

- 髪に栄養を与えながらシャンプーできる
- 適度な洗浄力で、必要な油分を髪や頭皮に残してくれる
- 広がる髪の毛が落ち着く

石けん系がオススメな方

主にオススメな方は

- 頭皮がべたつく方
- 髪をふんわりしたい方
- 抜け毛薄毛に悩む方
- スタイリング剤を使う方
- 頭皮のかゆみがある方

オススメできない方は

- 髪が絡まりやすい人
- 乾燥肌の人
- カラーやパーマをしている人
- ロングヘアで髪をしっとりまとめたい女性

メリット

- 洗い上がりがすっきり
- 髪にハリ・コシが生まれる

自分に合ったシャンプーを

シャンプーに迷ったらパッケージの裏を見てみましょう。

- ・髪を労わって栄養を補給したい方は

ココイルグルタミン酸TEA、
ラウロイルメチルアラニンNaなどのアミノ酸系

- ・頭皮を労わり、しっかり洗浄したい方は

ラウレス-〇カルボン酸Na(ラウレス-〇酢酸Na)
などの石けん系

- ・そして髪を綺麗にするなら

ラウリル硫酸Na・ラウレス硫酸Naなど、成分名に硫酸と入る高級アルコール系は避けましょう。

季節やその時の状態によっても変わるので、自分のなりたいイメージに合わせてシャンプーを選んで理想の髪を目指してください。



02.

【トリートメント の疑問】

- リンス・コンディショナー・トリートメントってどう違うの？
- トリートメントってどのくらい流していいの？
- トリートメントの一番効果的な使い方は？
- オイルの使うタイミングは？
- 美容室のトリートメントってどう使うの？
- 洗い流さないトリートメントは
オイル・ミルクどっちがいいの？

【さらに詳しく…】

洗い流さないトリートメントの使い方

リンス・コンディショナー

・トリートメントってどう違うの??

【トリートメントーの疑問】

1990年設立

この違いに明確な決まりはありません。

お風呂場でシャンプーの後にするものには、

- ・リンス
- ・コンディショナー
- ・トリートメント

と種類がありますが、実は作ったメーカーが名前を付けてるだけで、これらの違いに決まりはありません。

なので、「トリートメントだから〇〇」
「コンディショナーだから〇〇」

などのことはないので、あまり気にしなくて大丈夫です。



リンス・コンディショナー

・トリートメントってどう違うの??

ですが、どれを使うか迷うこともあると思いますので
ある程度目安を紹介します。

リンス

→髪の表面をコーティング

コンディショナー

→少し内部補給とコーティング

トリートメント

→内部補修

このようなイメージです。

なので、リンスとトリートメントの2つを使うとしたら、
トリートメント→リンスの順番がおすすめです。

※製造メーカーによって変わりますので、商品の使い方の説明を守ることを優先してください。

トリートメントって どのくらい流していいの？

【トリートメントーの疑問】

1990年設立

ぬるぬるがなくなって
キシキシしないくらいをイメージして。

せっかくトリートメントしたのに、流してしまうのは
勿体無いというお声もあります。

でも、残しすぎると乾きにくくなる・・・

なので、流す目安としては、ぬるぬるがなくなってキシキシしないくらいを目安にしてみてください。



トリートメントって どのくらい流していいの？

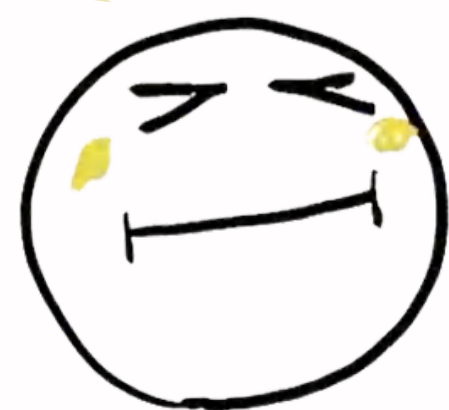
また、意外に注意したいのが、トリートメントを流した後、体についてしまうことです。

髪の毛のトリートメントを流すと、必ず体にもトリートメントがついてしまいます。

これを放っておくとニキビの原因にもなるので、髪を流した後は体もしっかり流すようにしてみてください。

髪は、ヌルヌルしないくらい流して、キシキシしないくらいは残してね

また背中にトリートメントのヌルヌルが残らないように注意して



トリートメントの 一番効果的な使い方は？

【トリートメントーの疑問】

1990年設立

『しっかり髪に馴染ませること』が
一番効果的です。

トリートメントの使い方には、

- 時間を置く
- たっぷりつける
- 蒸しタオルをする

など、いろんな方法がありどれも効果的ですが、
一番効果が出る方法は『しっかり髪に馴染ませること』
です。



トリートメントの 一番効果的な使い方は？

髪は10万本あり、一本一本完璧にトリートメントをつけるのは不可能に近いです。

それをただつけただけで、時間をおいたり、蒸しタオルをしたりしてもそこまで効果を感じにくいので、いろいろやるよりもできる限り一本一本にしっかりつけるほうが断然効果が上がります。

なので、余裕があれば、

「トリートメントをつける前」に目の荒いクシでとかす



「つけた後も」目の荒いクシでとかす

これをやってみてください。

これだけでも、今までのトリートメントが何倍もいいものに感じるはずですよ。

オイルの使うタイミングは？

【トリートメントの疑問】

1990年設立

洗い流さないトリートメントの使うタイミングは
ドライヤー前が理想です。

洗い流さないトリートメントには、いろいろなものがありますが、基本的には、熱から髪を守る役割がメインになります。

なので、濡れている髪につけてからドライヤーをすることで乾燥を防いでサラサラ艶々な髪に導きます。



オイルの使うタイミングは？

ただ、オイルも種類によっては「スタイリング用」の物もあります。

「スタイリング用」の物は、乾いた髪にワックスの代わりに使うイメージで使用してみてください。

洗い流さないトリートメント



ドライヤー前

スタイリング用オイル



乾いた髪

美容室のトリートメントってどう違う？

【トリートメントーの疑問】

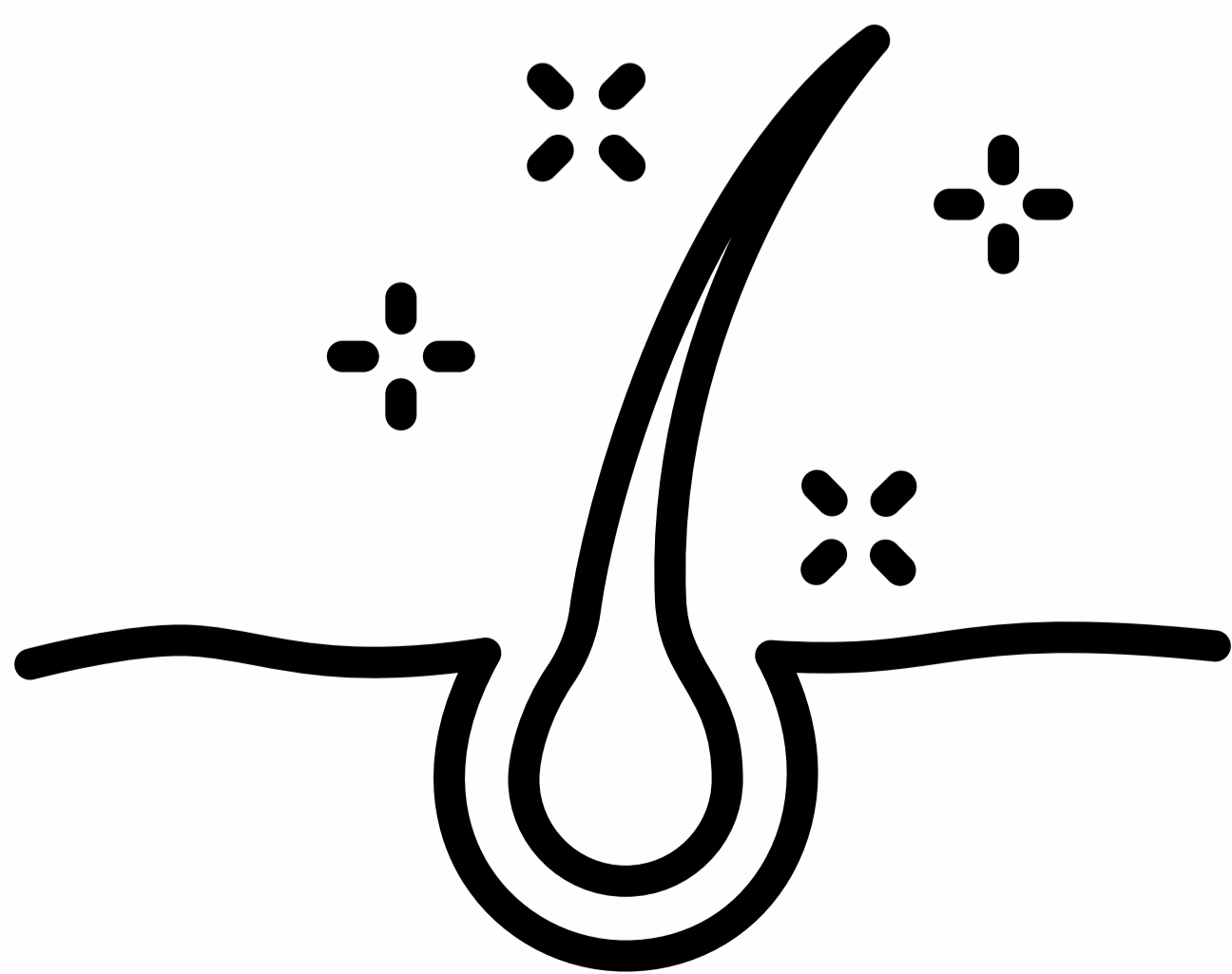
1990年設立

美容室のトリートメントは補修力が違います。

自宅でできるケアと美容室でのケアの大きな違いは「髪の中まで補修できるか？」が大きく違います。

トリートメントは、意外に髪の中まで栄養が入っていかず、ほとんどが表面についてしまいます。

なのでどんなにいいトリートメントを使っても、補修力はほとんどありません。



美容室のトリートメントってどう違う？

ですが、美容室のトリートメントは、髪の内側に栄養を届けるので、自宅のトリートメントよりも髪の補修に効果的です。

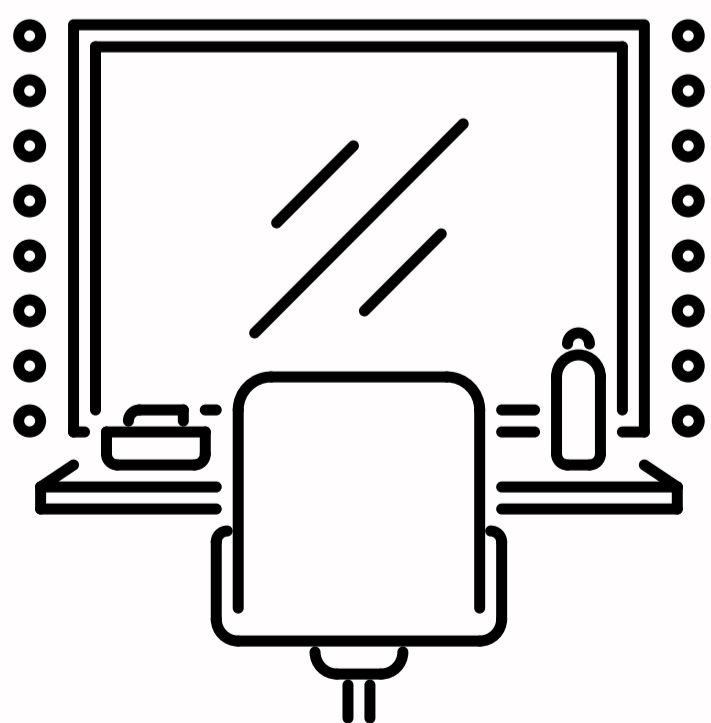
なので、一番効果的なケア方法としては・・・

美容室で髪の中を補修



自宅で髪の表面を守る

このことで、効果がさらに持続してくれます。



洗い流さないトリートメントは オイル・ミルクどっちがいいの？

【トリートメントーの疑問】

1990年設立

どのような髪になりたいか？
で選んでみてください。

このご質問はすごく多く、どちらを選ぶべきか迷うことも多いと思います。

乾かす前につけるトリートメントには、いろんなタイプがあり、製品によって変わりますが、大まかな考え方は・・・



オイルはコーティングをして
つやを出してくれる！



ミルクは保湿して
柔らかくしてくれる

というイメージです。

洗い流さないトリートメントは オイル・ミルクどっちがいいの？

なので・・・



つやがほしい時は
オイル

乾燥が気になる時は
ミルク



このイメージで使い分けるのがおすすめです。

【さらに詳しく・・・】 洗い流さないトリートメントの 使い方

「髪を綺麗にしたい」、「まとまる髪になりたい」、そんなときに洗い流さないトリートメントはとても重要です。

そんな洗い流さないトリートメントにも使い方ひとつで効果が大きく変わってきますが、髪を保護し、まとまりやすくしてくれますし、ドライヤーや、アイロンの熱から髪を守り、コーティングすることで、保湿とツヤを与えてくれます。

なので、今回は効果的な5つの使い方を解説いたしますので、ぜひお試しください。

1. ドライヤー前に濡れた髪に
2. アイロン前の保護に
3. ドライヤー後の毛先に
4. スタイリング剤に混ぜて
5. 寝癖直しに

1 ドライヤー前に濡れた髪に

この方法が一番基本的な使い方になります。

髪は濡れているときはとても弱っている状態です。キューティクルが広がって栄養が出ていきやすい状態であることと、摩擦や引っ張ることにより大きな髪のダメージにつながります。

なので、洗い流さないトリートメントをつけることで、ドライヤーの熱や乾かす時の摩擦から髪を守ってくれます。



2 アイロン前の髪のプロテクトに

アイロンは髪に大きな負担を与えてしまいます。

髪は熱を加えることで「タンパク変成」というものを起こし、髪の中の成分が固まり、見えない空洞ができてしまうのです。

「タンパク変成」とは、卵に例えると、フライパンで生卵を熱すると、固まり、目玉焼きになる原理ですが、これと同じことが髪に起こり、ダメージホールという髪の空洞ができて髪の栄養が、どんどん出て行ってしまいます。

これを、洗い流さないトリートメントをつけることで起こりにくくしてくれます。



3 ドライヤー後の毛先に

ドライヤーの後の毛先につけるのも有効です。

広がりやすい髪の毛先をまとめてくれて、乾燥を防いでくれるのと、髪の中の水分バランスを整えてくれるので、ドライヤーで乾かした形を長持ちさせてくれます。

乾かした後でも、髪に水分が残っていた時にそのまま放置していくと、髪の中の水分が余分に出ていってしまいますので、洗い流さないトリートメントをつけることで、これを予防してくれます。

注意点としては洗い流さないトリートメントは、髪の表面に余分に残らないようになっているので、時間が経つと揮発していくためスタイリング剤のようなキープ力はありません。



4 スタイリング剤に混ぜて

ワックス単体だと髪に馴染みにくく、べたついてしまう時に、ワックスと洗い流さないトリートメントを混ぜる方法はとてもオススメです。

洗い流さないトリートメントを混ぜることで、髪全体になじみやすくなり、ワックス特融のべたつきを軽減してくれて、トリートメントでは出せないキープ力を髪に与えることができます。

朝のスタイリングでワックスをつけるときには是非やってみてください。

ワックスの強さによって混ぜる割合は変わりますが、1対1ぐらいの割合か、2対1のでワックス多めにするのがマストです。



5 寝癖直しに

この場合は、ミストタイプのトリートメントがオススメです。

クリームやオイルだと、髪につきすぎて、べたつく危険がありますが、ミストタイプのトリートメントは、その心配はありません。

髪と同じタンパク質でできているので、水で寝癖を直す代わりにトリートメントを使うと髪に栄養補給もできて一石二鳥です。



03.

【ドライヤーの疑問】

- 自然乾燥は傷むの？
- 冷風ってなんのため？
- 面倒な時はどうしたらいい？
- マイナスイオンって意味ある？
- ドライヤーって髪は傷む？
- 高価なドライヤーってやっぱりいいの？

【さらに詳しく…】

つむじ割れを直すドライヤー方法

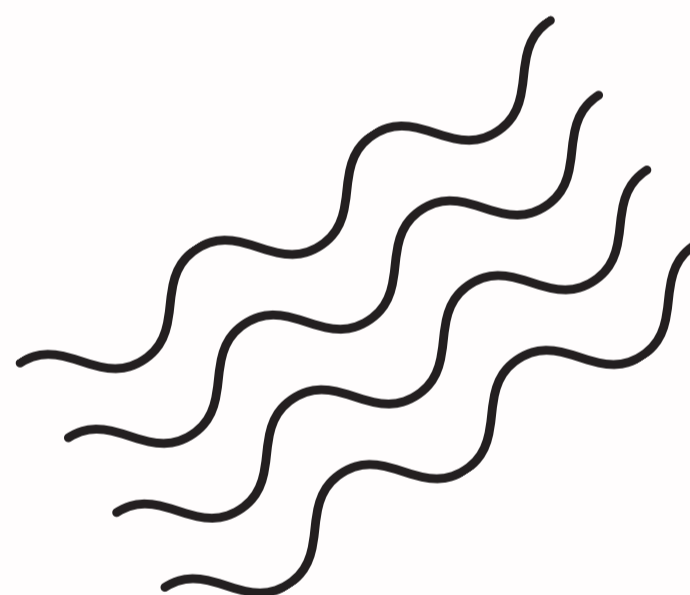
自然乾燥は傷むの？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

髪をドライヤーで乾かさずに自然乾燥は
髪が傷むわけではありません。

ただ、自然乾燥にしてしまうと髪が乾燥してパサつき
やすくなったり、うねりになったりしてしまいます。

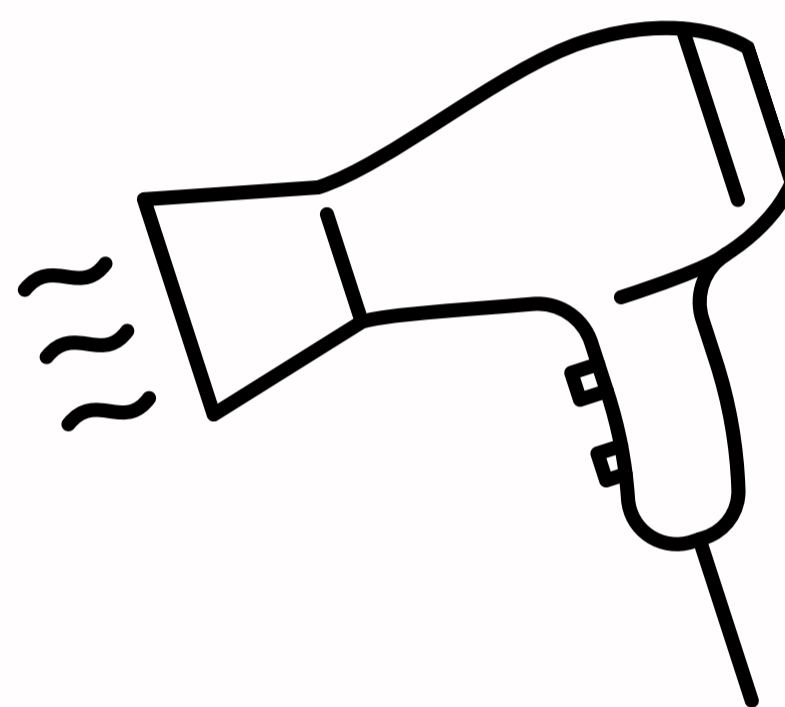


例えば、お顔で言うと、洗顔後に化粧水もつけずに放
っておくと顔がパリパリになりますが、これと同じく髪
の自然乾燥することで余分に水分が持っていかれてしま
いパサパサになってしまうのです。

自然乾燥は傷むの？

加えて、濡れた髪は刺激を受けやすくデリケートな状態で、髪が濡れたまま寝てしまうと枕の摩擦などでダメージしてしまいます。

なので、お風呂上がりには髪をしっかりと乾かすこと大事です。



自然乾燥で髪は傷むわけではないけど・・・

傷みにつながる原因になるのと、
乾燥とうねりの原因になるよ。



冷風ってなんのため？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

最後に使用することで
髪につやが出ます。

どのドライヤーにも大体ついている機能の1つが「冷風」です。

これは、通常ほとんど使うことがないものですが、最適な使い方は、ドライヤーで乾かして一番最後に使うと髪につやが出ます。



冷風ってなんのため？

1990年設立

髪は、温まって冷めた時に形がつくので、乾かして熱を持った髪を冷風で冷やすことで髪の表面が引き締まりつやが出るのです。

ですが、乾かしている途中に使ってもあまり効果がないので、一番最後に使うのがおすすめです。

温風と冷風を交互にする方法もあるけど・・・

おすすめは最後まで使う方が、乾かす時間の短縮になります。



面倒な時はどうしたらいい？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

少し自然乾燥を頼る裏技があります。

ドライヤーで乾かした方が理想ですが、どうしても面倒な時は・・・

頭皮だけ乾かして



洗い流さないトリートメントをつけて



自然乾燥



寝る前にもう一度30秒ほどドライヤー

この方法がおすすめです。



面倒な時はどうしたらいい？

1990年設立

しっかり乾かさなかった髪は、乾燥してパサパサになってしまいますが、洗い流さないトリートメントをたっぷりつけることで、乾燥をある程度防ぐことができます。

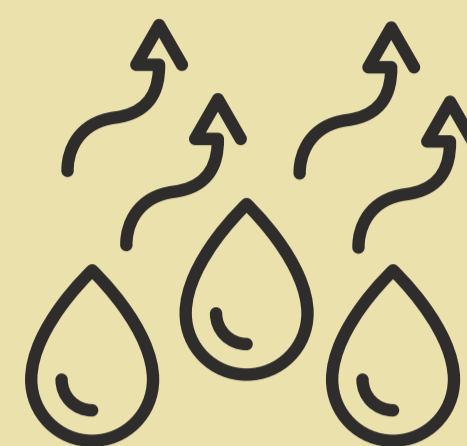
そして、濡れている髪が枕で擦れたりするとダメージになってしまうので、ほぼ自然乾燥で乾いた最後に少しだけドライヤーをすることで、髪が完全に乾いて、寝癖もつきにくいですし、ダメージも防げます。

夏の暑い日やどうしても面倒な時は、試してみてください。

面倒な時はどうしたらいい？

しっかり乾かさなかった髪は・・・

乾燥してパサパサ！！



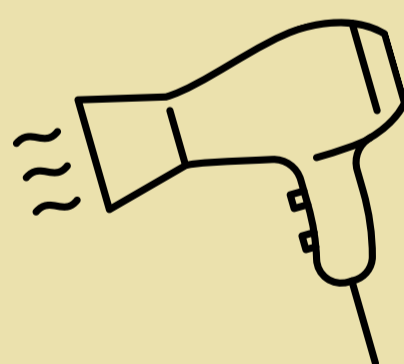
だから・・・

洗い流さないトリートメントをたっぷりつける！！

濡れた髪で寝てしまうと・・・



濡れた髪はデリケートだから枕で擦れてダメージに！！



だから・・・

寝る前に30秒ドライヤーでしっかり乾かす！！

この方法なら「お風呂上がりのドライヤー」を手抜きしつつ、ダメージも乾燥も防げます。

マイナスイオンって意味ある？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

はい！効果はあります。

マイナスイオンドライヤーは、一番ポピュラーな機能です。マイナスイオンとは、空気中の電子を帯びた分子なのですが、

効果として

- ・美肌
- ・消臭
- ・美髪
- ・血行促進

などの効果があります。

イメージとしては「風のビタミン」です。
機能がついている場合は、ぜひ使っておきましょう。

ドライヤーって髪は傷む？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

ドライヤーでは
ほとんど痛みません。

ドライヤーの熱でのダメージはよく言われますが、
実はほとんどダメージはありません。

ドライヤーの温度は、60℃から80℃ほどなので、濡れ
ている髪に使う範囲ではダメージにならないのです。

ですが、乾いた髪に当たり続けるとダメージになるので
表面などの乾きやすい部分は注意が必要です。



ドライヤーって髪は傷む？

1990年設立

髪の負担を防ぐためには乾かす時に内側の根本から乾かし、最後に表面を乾かすようにしましょう。

特に、一番乾きにくい後ろの髪を乾かしてから前の髪を乾かすのがオススメです。

例えば・・・おすすめの乾かす順番は

①うねりやすい前髪



②乾きにくい襟足



③最後に顔まわり、表面

高価なドライヤーってやっぱりいいの？

【ドライヤーの疑問】

1990年設立

使うとやはり違いはあります。
ですが・・・

僕も、職業柄たくさんさんのドライヤーを使いましたが、
高額なドライヤーは使ってみると確かにいいです。

ツヤもまとまりも手触りも全然違います！！

ですが、どんなにいいドライヤーも、髪を乾かすもの
なので、補修力はトリートメントに劣ります。

個人的な考えとしては、まずはドライヤーよりトリ
ートメントにこだわるのがおすすすめです。



高価なドライヤーってやっぱりいいの？

1990年設立

毎日使う物だからこそ、ドライヤーを替えることは、確かに効果があります。

ですが、他のヘアケアが万全でない時にドライヤーだけ替えても「あまり効果を感じなかった」というお声も多いです。

ドライヤーをこだわる前に、シャンプー、トリートメント、アウトバスを先にこだわる方が効果を感じやすいので、まずはここからやってみることがおすすめです。

色々こだわってさらによくしたいときにドライヤーを替えるとすごく効果を実感できます。

高価なドライヤーはすごくいいけど、
せっかくなら・・・

まず、トリートメントなどのヘアケアを先に
こだわった方が、より実感できるよ。



【さらに詳しく・・・】

つむじ割れを直すドライヤー方法

つむじの割れを気になったことのある人も多いと思います。つむじが割れてしまうとせっかくの素敵なスタイルもいまいち綺麗に見えません。

ですが・・・

- 朝起きると枕でつぶれてしまっている
- 髪が伸びると生え癖が出て割れてしまう

そんな悩みを抱えた方も多いのではないのでしょうか？

割れてしまったつむじを直す簡単な方法でオススメの方法が3つありますので紹介させていただきます。

- つむじの周りをしっかり濡らす
- つむじの生え癖と反対方向にドライヤーをかける
- 後ろに持ってくる毛の位置を少し前にする

つむじの直し方 パート1 『つむじ周りをしっかり濡らす』

朝起きて、「つむじが割れてしまった」という場合は、つむじの周りをしっかり濡らしていきましょう。

髪は乾いたまま、ドライヤーをしても、クシを通して、なかなか直りません。ですが、しっかりと水分を含むと簡単に直ってくれるのです。



ポイントは、手を濡らしてから、つむじ周りをこするようにして濡らしていきます。

この時、根本を濡らすことが何より重要です。

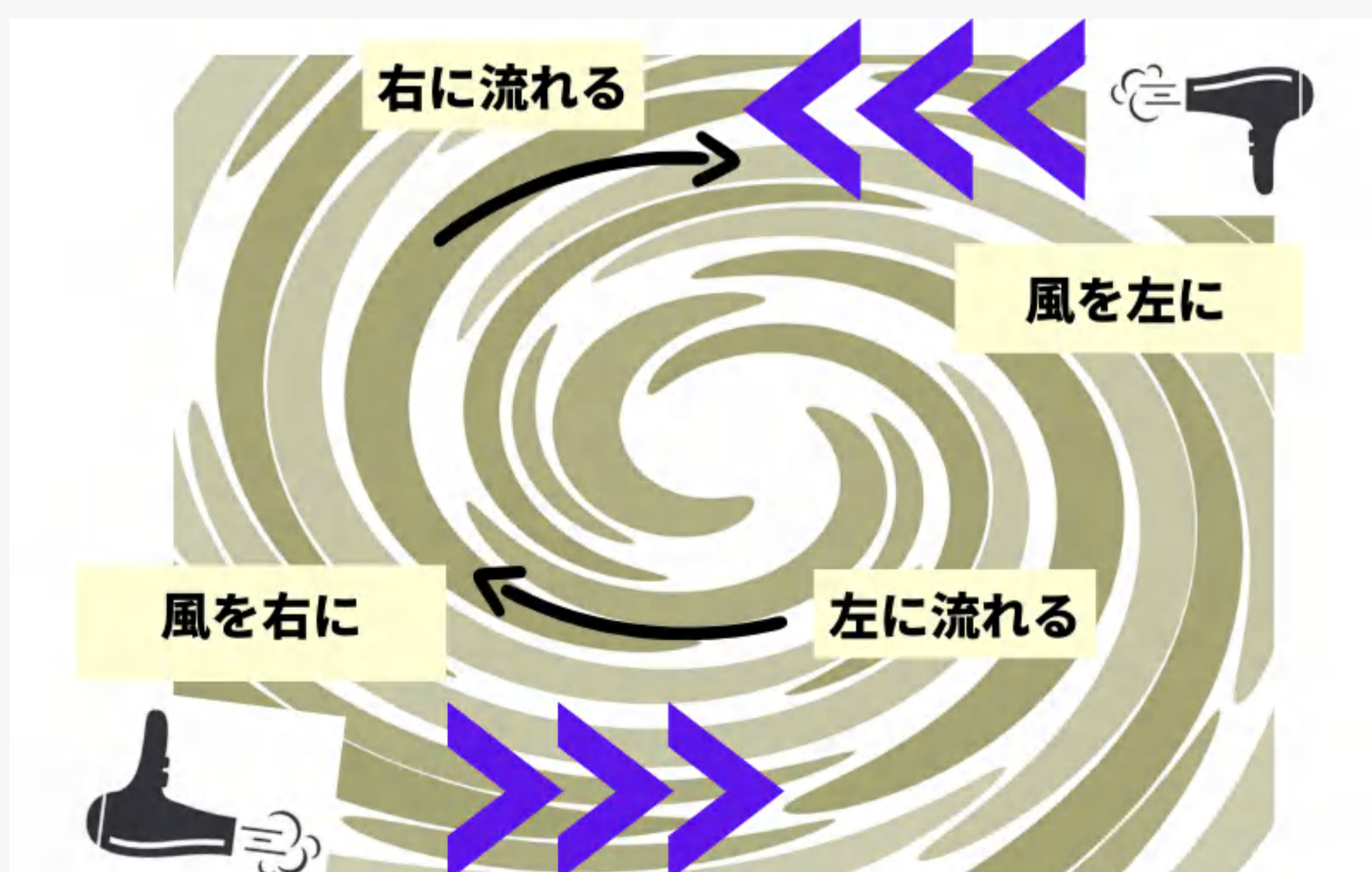
髪の間や、毛先を濡らしてもなかなか治らないので、割れてしまっている周辺の根本をしっかりと濡らしていきましょう。

水スプレーなどを使っても効果的ですし、手を濡らしてこするのでもOKです。

つむじの直し方 パート2

『生え癖と反対方向にドライヤーを当てる』

なかなか治りにくいつむじの場合は『生え癖が強い』場合が多いです。そんなときは生え癖に逆らったドライヤーで根本を起こすことが重要になります。



つむじの流れは右回りの場合と左回りの場合がありますが、場所によってつぶれてしまう方向があります。自分では確認しにくいので、美容師さんか家族に見てもらいましょう。

毛流れに逆らったドライヤーをすることで、根本が立ちあがり割れにくくなってくれますので、朝の寝癖直しや夜の乾かしの時に意識してみましよう。

時計回りのつむじの場合

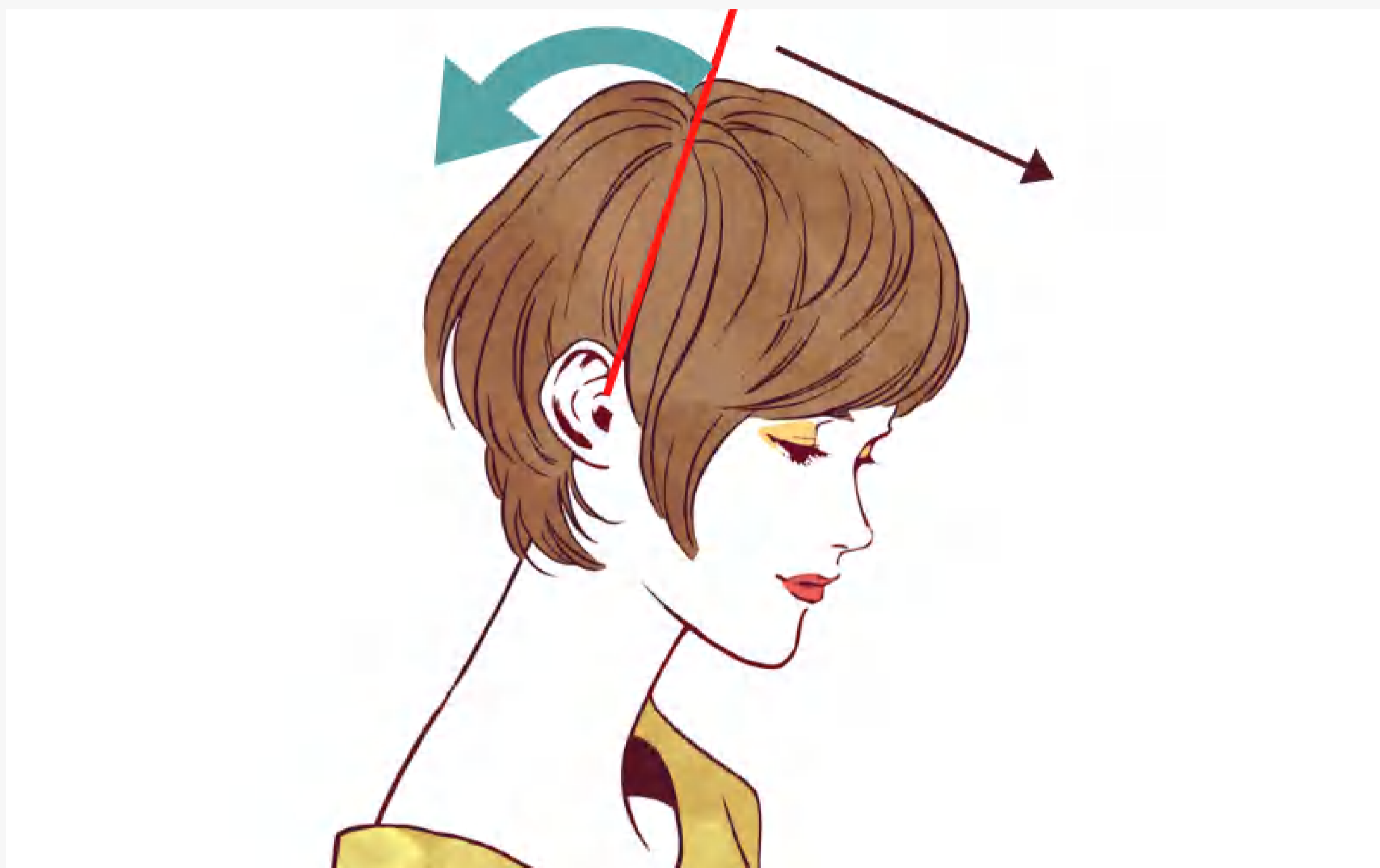


つむじの直し方 パート3 『少し前の毛を後ろに流す』

少しわかりにくいですが、スタイルのポイントをずらす方法です。

そのまま、生え癖のままだと「つむじの位置」が前後の分け目になることが多いです。

そんなときに、ほとんどの場合割れてしまうので、つむじより前の毛を後ろにもっていきます。



図のように、耳の位置を目安に後ろに毛を流すイメージです。耳より前の毛をもっていき過ぎてしまうと前髪が薄く感じてしまうので耳の位置を目安にしていきましょう。

これも乾いた状態では変えることが難しいので、根本を濡らしてからドライヤーで作ることが大切です。



04.

【ヘアアイロンの疑問】

- 温度は何度くらいがいい？
- なるべく傷ませない方法①
- なるべく傷ませない方法②
- 少し濡れた髪に使っても平気？
- 火傷を防ぐ方法ってある？

【さらに詳しく…】

ヘアアイロンの注意点『タンパク変性って何？』

温度は何度くらいがいい？

【ヘアアイロンの疑問】

1990年設立

理想は・・・
低ければ低いほどいいです。
でも・・・

ヘアアイロンを使うことで、髪が高温になるほど、髪の負担が大きくなるので、低い温度で使うほど髪に負担は少なくなります。

ですが、必ずしも、アイロンの設定温度を低くしたことで傷みにくくなるわけではありません。

例えば・・・
140度ですごくしっかりアイロンをするよりも
180度でサラッとあてる方が、髪は傷みません。



温度は何度くらいがいい？

実は、大事なのはアイロンの温度よりも当てた後の髪の毛の温度が重要です。

1990年設立

例えば・・・

120°Cでじっくり力強くアイロンを使った場合、ゆっくり当てたことで髪の毛の温度も120°C近く上がりますし、力強く当てたことで摩擦や刺激も強くなります。

反対に、180°Cのアイロンで素早く弱い力でアイロンを使った場合は、髪の毛の温度はそこまで高い温度にならずに優しく当てることで、刺激も摩擦も少なくなります。

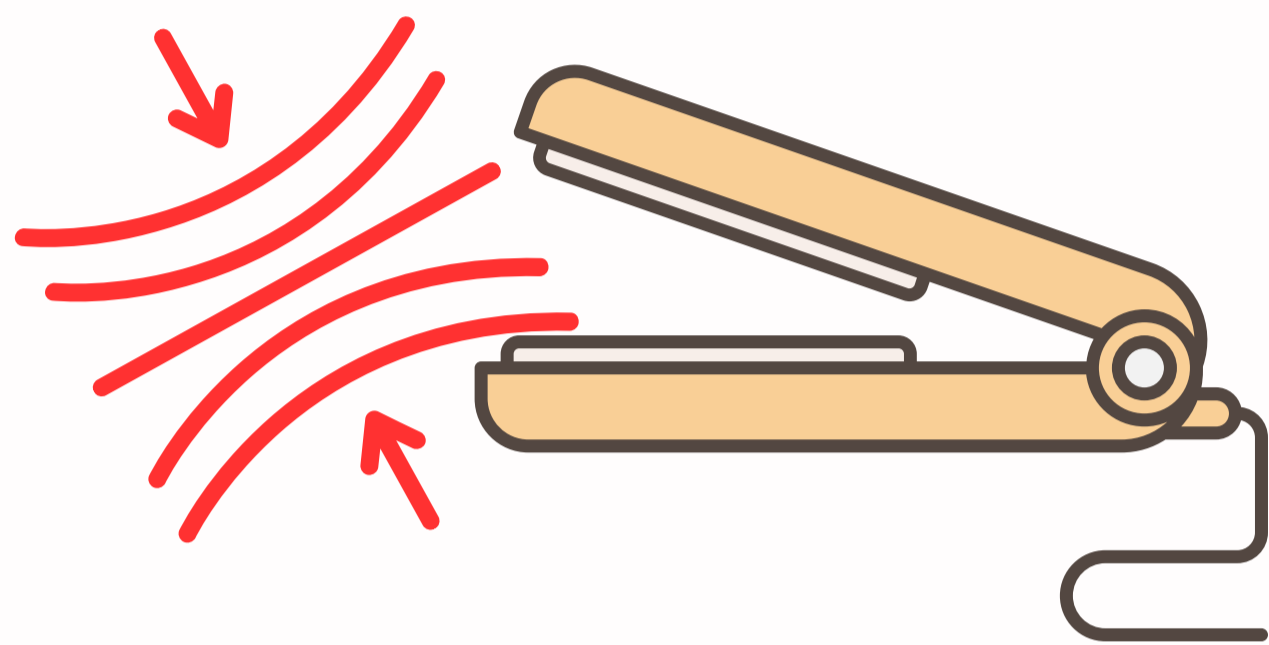
このように、髪の毛の負担を少なくするためにはアイロンの温度ではなく、髪の毛の温度が熱くなりすぎないくらいを目指しましょう。

理想はアイロン直後の髪の毛を触っても平気なくらいです。

温度は何度くらいがいい？

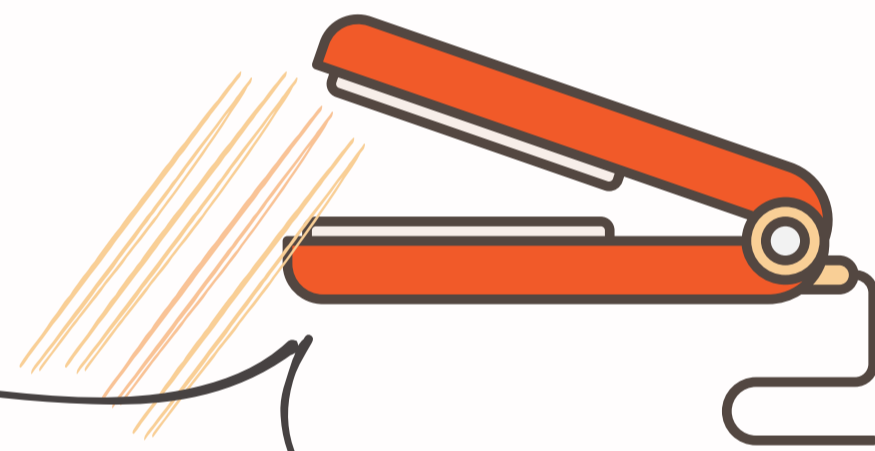
1990年設立

低い温度で力強くじっくりアイロンを使った場合・・・



髪も熱くなり、
摩擦と熱で傷む！！

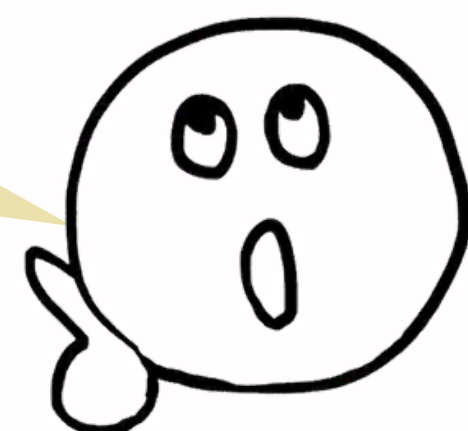
高い温度で弱い力でさらっとアイロンを使った場合・・・



髪の温度はそこまで高い温度にならずに
刺激も摩擦も少なくなる！

アイロンの温度よりも、
髪の温度が大事！！！！

理想はアイロン直後の髪を触っても
平気なくらいです。



なるべく傷ませない方法①

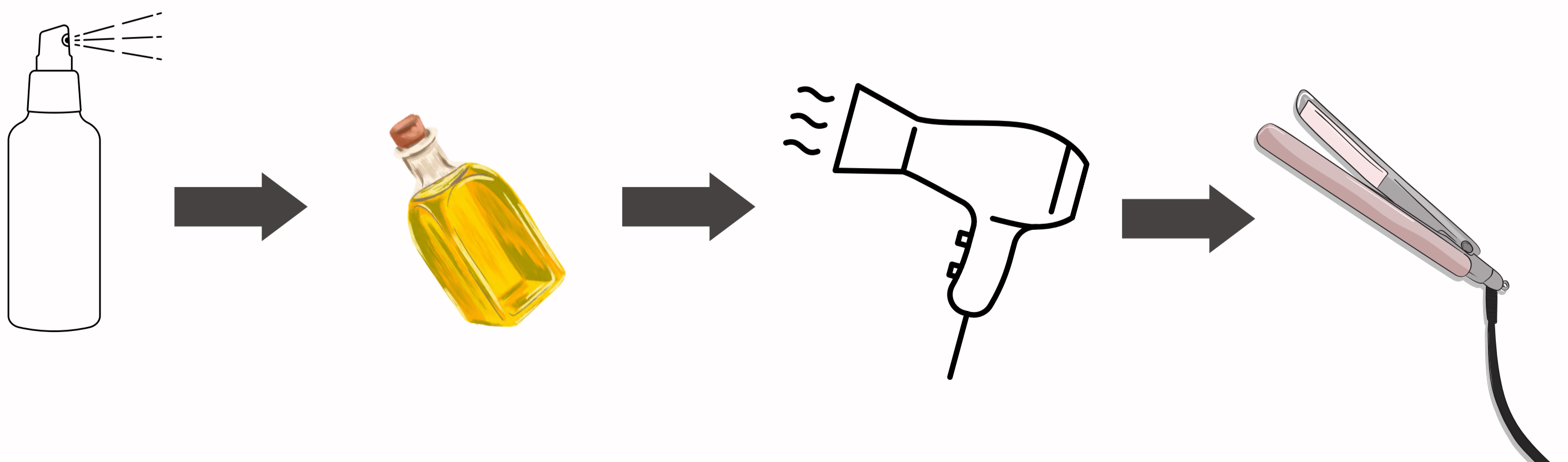
【ヘアアイロンの疑問】

1990年設立

できるだけダメージを抑えて
ヘアアイロンをするには
準備で防ぐことができます。

準備で防ぐ方法は

- ・少し濡らす
- ・トリートメントで保護
- ・ドライヤーで乾かして
- ・アイロンをする



なるべく傷ませない方法①

1990年設立

ヘアアイロンは、髪的水分を飛ばすことで形を作ります。

このとき、乾燥しすぎた状態だと、無理やりの高温が必要になるので、髪はすごく傷んでしまいます。

なので、まず髪の中に水分を戻してからアイロンを使用することで、余分なダメージを抑えてくれます。

※「ジュュー」と言わないように、髪表面を乾かしてからアイロンを試してみてください。

イメージとしては、【朝起きた時の髪の状態】から【お風呂上がりにドライヤーで髪を乾かしてすぐの状態】と同じ状況を作ることが理想です。



なるべく傷ませない方法②

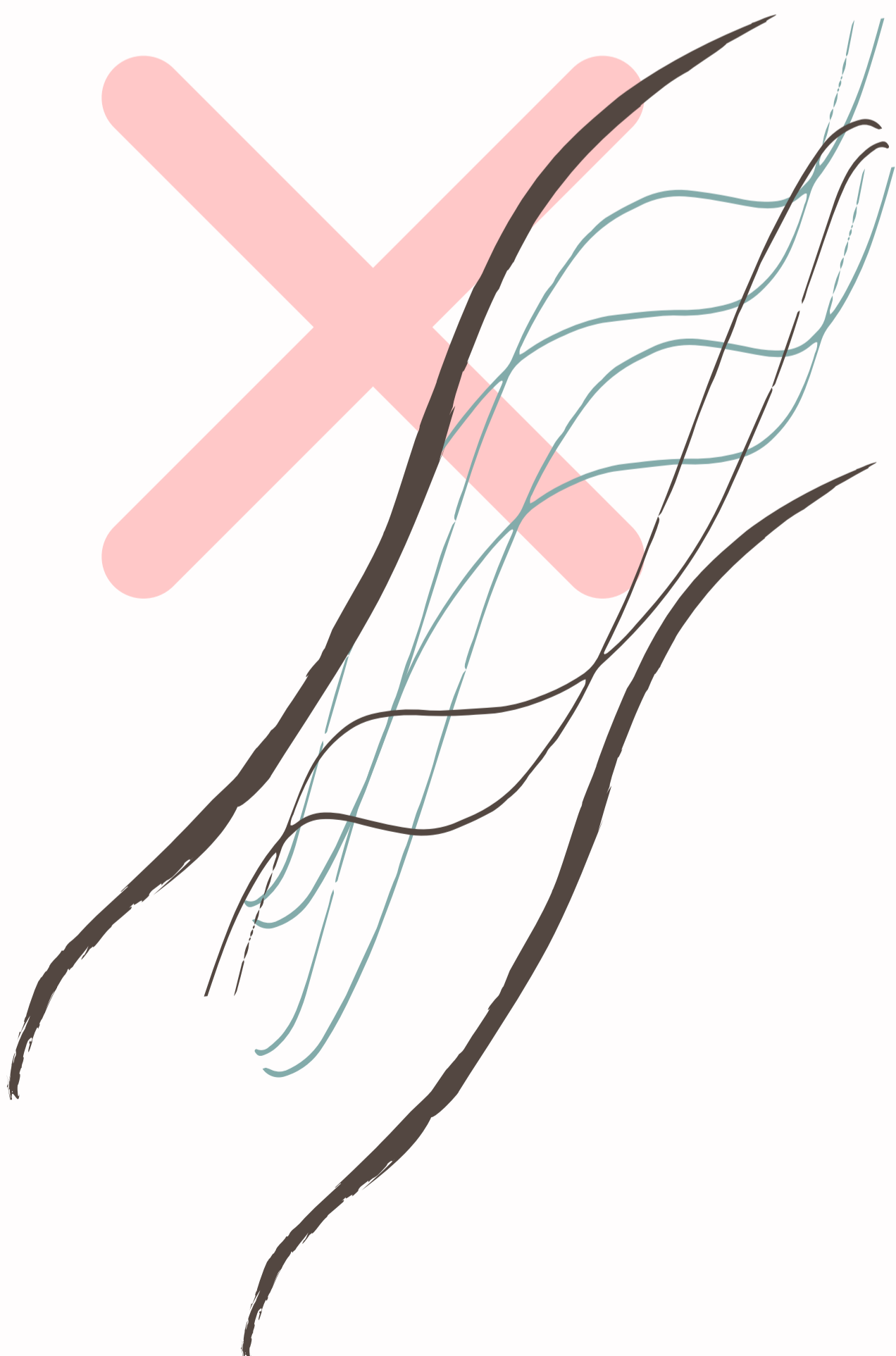
【ヘアアイロンの疑問】

1990年設立

できるだけダメージを
抑えてヘアアイロンをするには
使い方も大切です。

使い方で防ぐ方法は

「毛束を少なくする」こと

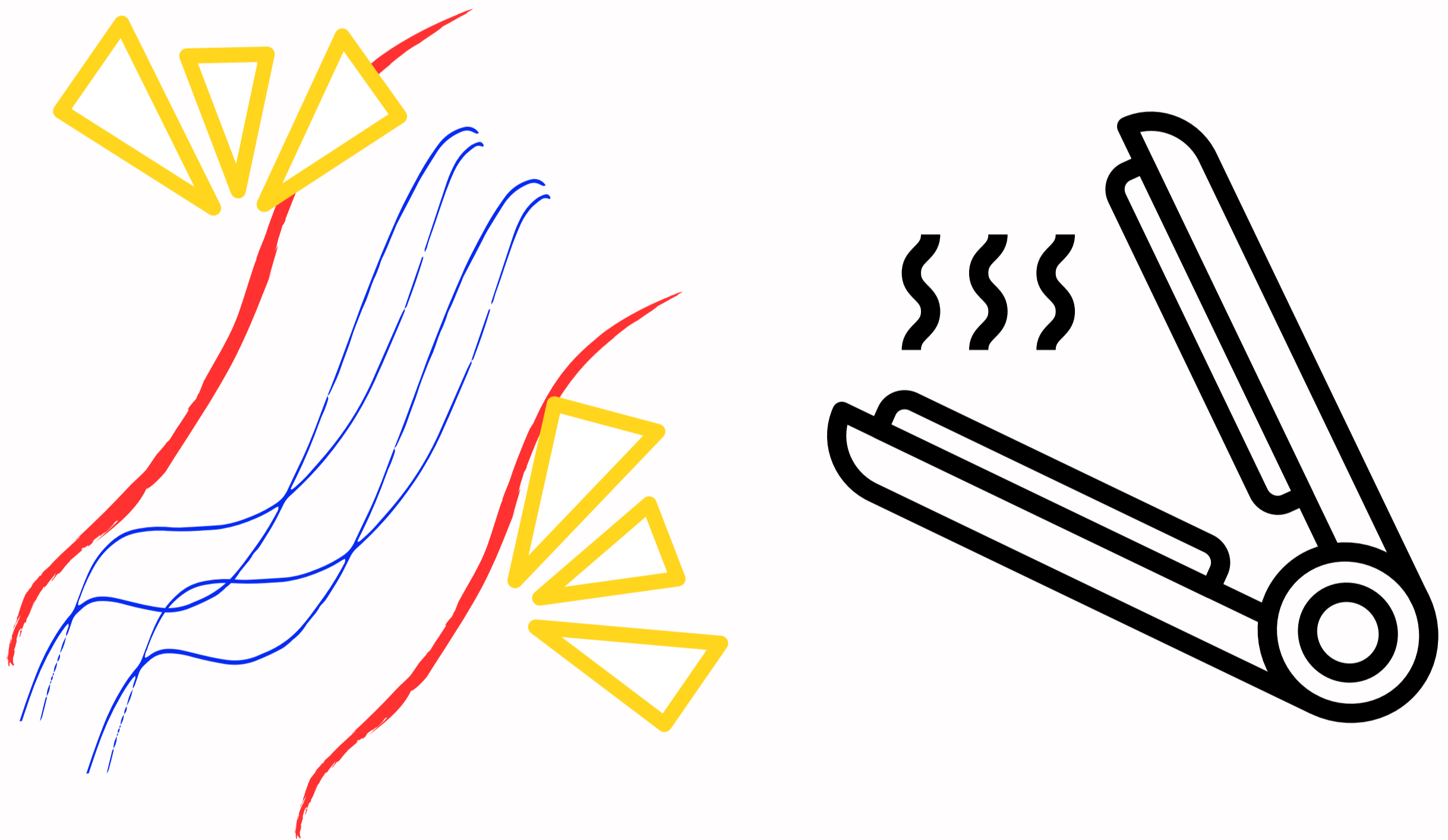


なるべく傷ませない方法②

1990年設立

たくさん毛束を取ってしまうと【表面が高温になり中まで熱がいかない】ということが起こります。

このことで、形がつきにくくなり、さらに高温にするか、長くあてることになり、すごくダメージしてしまいます。



なので、できるだけ少ない毛束で素早く当てるのが大切です。

少し濡れた髪に使っても平気？

【ヘアアイロンの疑問】

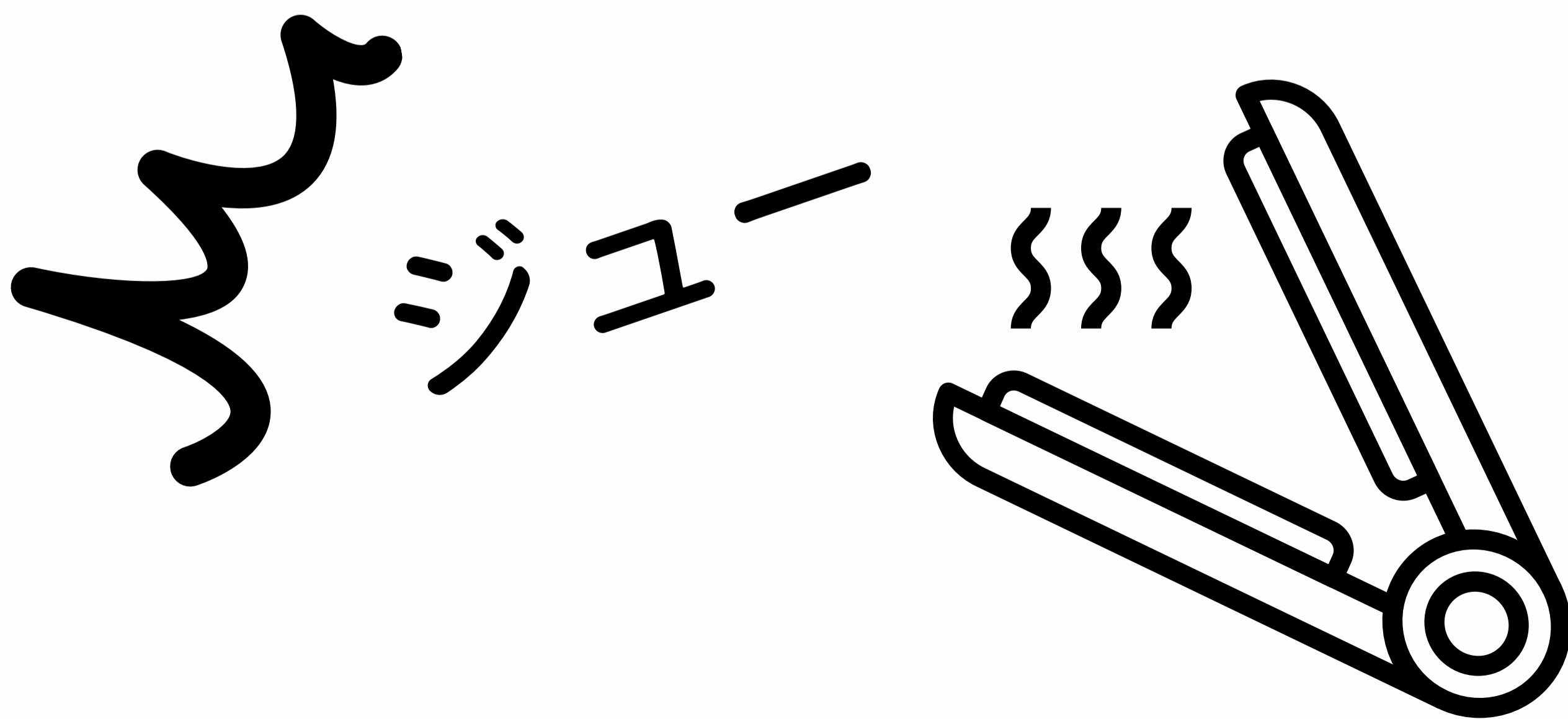
1990年設立

濡れた髪に使うのは危険です。

濡れた髪にヘアアイロンを使うと、ほとんどの場合でダメージになってしまいます。

濡れた髪に高温のアイロンが当たることで一気に髪の中の水分が飛び出すと髪を表面を傷つけてしまいます。

そのサインがジューと音がするときです。



少し濡れた髪に使っても平気？

1990年設立

なので、目安としては、音の出ないくらいは乾かしてからアイロンを使うようにしましょう。

※煙がうっすらでるのは正常です。
また、見た目は乾いていて、触ると少ししっとりするくらいは問題ありません。



火傷を防ぐ方法ってある？

【ヘアアイロンの疑問】

1990年設立

顔から離すのがコツです。
電源をつけずに練習してみてください。

「ヘアアイロンで火傷してしまった」というお話は意外に多いです。

そのほとんどは、首周りや額です。

しっかり形をつけようとするほど、顔に近くなって肌にアイロンを当ててしまうことが多いので、顔から離すようにしてアイロンをする練習をしてみてください。

前髪は少し下を向きながら、
首周りは頭を傾けながら

常にアイロンを下にして、頭を傾けつつ使うことで火傷を防げます。

【さらに詳しく・・・】

ヘアアイロンの注意点 『タンパク変性って何？』

ヘアアイロンを使うときに特に注意したい点が『タンパク変性』です。

『タンパク変性』とは、髪の毛のタンパク質が硬く固まってしまいう現象です。

髪の毛のほとんどは『タンパク質』でできていて、このタンパク質は、熱を加えると、固まってしまいます。固まることで、髪の毛の空洞ができ、栄養が外に出やすくなったり、髪にハリコシがなくなってしまいますが、

このような現象を『タンパク変性』といいます。

『タンパク変性』で

- 髪の毛のパサつき
- 髪の毛の広がりが
- 髪の毛のごわつき

などの悩みにつながってしまうのです。

アイロンなどの熱によるタンパク変性

『タンパク変性』は、熱によるものが一番大きな原因です。

例えば、生卵をフライパンで熱すると、目玉焼きになります。卵のタンパク質のドロットした液体に近い状態が、熱を加えることで、白く固まっています。そして、一度固まってしまうと、冷やしても、何をしても元の状態には戻りません。

これと同じようなことが、髪にも起こっているのが『タンパク変性』です。

『タンパク変性』を起こす温度は諸説ありますが、基本的には最低40℃ほどで起こり始めるといわれています。

ですが、髪に影響の出やすい『タンパク変性』は、

【乾いた髪の状態では130℃】

【濡れた髪の状態では60℃】

とされていますので、できるだけアイロンの温度は高くしすぎないのが大切です。

ただ、髪に当てた瞬間にアイロンの温度が50℃ほど下がってくれるので、アイロンの設定温度を180℃で短時間かつ少ない毛束でアイロンをすることで、このタンパク変性を少しでも減らすことができます。

200℃以上のアイロン

アイロンの設定が200℃にできるものもありますが非常に危険です。髪の温度が200℃になると確実に髪の内部が壊れていきます。

髪の内部が壊れると中の繊維が切れて、隙間が生まれ、髪のハリがなくなってしまう。この繊維は、パーマなどをかけるときに作用するので、これが切れていると、パーマや縮毛矯正はかかりません。

アイロンの設定が180℃でも、髪に当て続けると同じ状態になるので、温度が上がらない為に『トリートメントでの保護』と『低い温度で当てる時間を短く』が重要になります。



髪の毛の温度が160°C以上になると・・・

髪の毛の表面のキューティクルが非常に弱ってきます。

この状態になって、髪の毛の形がつきやすくなってくれるのですが、弱った状態で、引っ張ったり、こすったりすると、キューティクルが剥がれてしまうので、優しくアイロンをしていきましょう。

強く引っ張ることで、髪の毛のバネが壊れてしまうと、元に戻らずうねりにつながってしまいます。

髪の毛の温度が100°C以上になると・・・

100°C以上の繰り返しで、髪の毛の表面のキューティクルが固まり、空洞が生まれていきます。この空洞が、栄養の流失を招いてしまい、髪の毛のダメージにつながります。

ドライヤーの風の温度も約100°Cですが、濡れた髪の毛の同じ場所に当て続けても、髪の毛は40°Cから60°Cほどにしかならないので、ドライヤーの熱はほとんどダメージ要因にはなりにくいです。

乾いた髪に当て続けると髪も100℃を超えてしまうので、ダメージになります。洗い流さないトリートメントで保護して、乾いた髪に当て続けないようにすれば、ドライヤーでのダメージは、ほぼ大丈夫です。

アイロンの注意点

ドライヤーでは、ほとんど『タンパク変性』を防ぐことができますが、ヘアアイロンでは、抑制できても防ぐことはできません。

どんなに頑張っても100℃の状態で行く『髪の空洞化』や、160℃の状態で行く『キューティクルの弱り』は防げません。

なので、アイロンを使う場合は、栄養補給と、コーティングで、少しでも髪をケアしていくことが重要になります。

また、『200℃以上や、180℃の繰り返し』で行く、髪の内部のタンパク変性をさせないために、

- 低温でのアイロン(180℃以下)
- 少ない毛束で、短い時間

を意識していきましょう！



05.

【頭皮ケアの疑問】

- 頭皮トラブルはどうして起こるの？
- 濡れた髪は頭皮に悪いの？
- ワックスってよくないの？
- 髪の状態も頭皮は関係してる？
- 頭皮ケアって何すればいい？

【さらに詳しく…】

頭皮の硬さをチェック！ 正しいケアと改善方法

頭皮トラブルはどうして起こるの？

【頭皮ケアの疑問】

1990年設立

頭皮のバランスが崩れた時に
起こります。

頭皮トラブルを防ぐカギは、「皮脂」「常在菌（マラセチア菌）」「肌質」の3つの関わりにあります。

これらのバランスが崩れることにより、さまざまな頭皮トラブルを引き寄せやすくなります。



このトラブルにより頭皮のターンオーバー（代謝）が乱れることで起こります。

なので、保湿を洗浄を大事にし、生活習慣を見直すことが大切です。

濡れた髪は頭皮に悪いの？

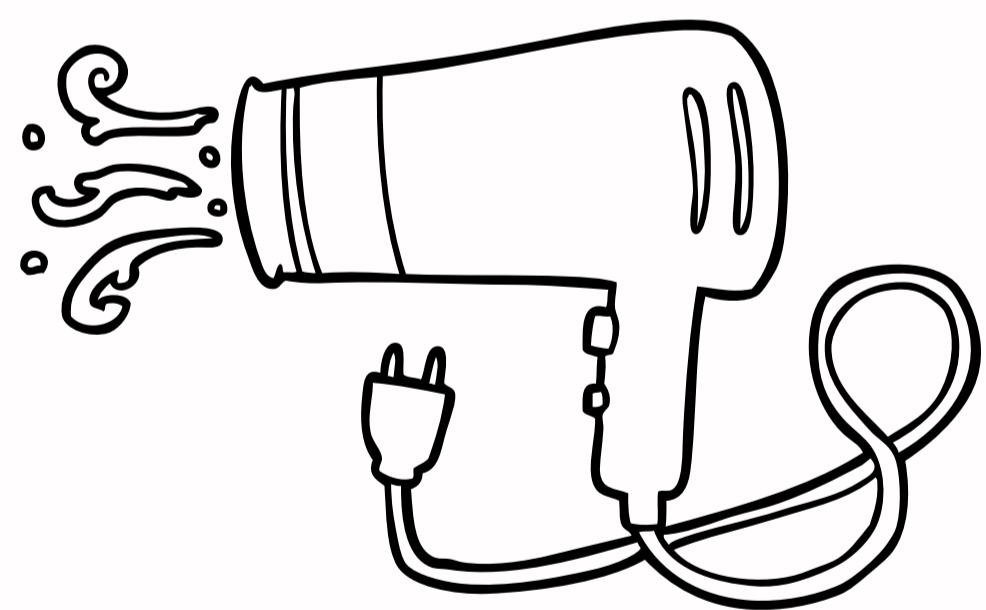
【頭皮ケアの疑問】

1990年設立

はい。濡れたままは避けましょう。

頭髮の毛を濡れたまま放置することが頭皮に与える最大の問題は、「菌」に関するものです。

頭皮には普段から多くの菌が存在していて、普段は無害なのですが、マラセチア菌のように皮脂や汗などの分泌物を餌(えさ)に急激に増殖するものもあります。



濡れたままの髪を放置するとマラセチア菌などの菌が繁殖し痒みや乾燥、ふけの原因にもなってしまいます。

なので、頭皮のためには必ずドライヤーでしっかり乾かし、濡れたままになることを避けておいてください。

ワックスってよくないの？

【頭皮ケアの疑問】

1990年設立

きちんと洗えていれば
問題ありません。

ワックスは髪につくものなので、頭皮に影響することはあまり考えられません。

ですが、スタイリング剤の油分が髪につくことで

- 泡立ちが悪くなったり
- 汚れが落ちにくくなったり

などのことがあるので、シャンプー前にお湯でしっかり流してからしっかり泡立てて洗うことが大切です。



髪の状態も頭皮は関係してる？

【頭皮ケアの疑問】

1990年設立

はい、大きく関係します。

頭皮が乾燥すると、自然に行き渡るはずの、うるおいや皮脂が不足し、守る機能が低下します。

それだけでなく、空気の乾燥や紫外線などからダメージを受けやすくなり、髪がパサつきがちになることがあります。

そして何よりも、頭皮の皮脂分泌量は、顔の肌の約2倍とも言われてるのですが、このことで皮脂が多くなりすぎると、うるおいと皮脂のバランスがくずれ、過剰に分泌された皮脂が髪に付着します。

そこに汗やほこりなどが混ざることによって髪がべたつき、ハリやボリューム不足につながることもあります。

髪の状態も頭皮環境が関係してる？

1990年設立

そして、毛穴が詰まったりすると次に生まれる髪が歪んで生えることがあります、円形の毛穴からはえた髪は綺麗な丸の形なので癖がない髪でも、毛穴が塞がり楕円の毛穴になっていた場合、楕円の髪が生えるのでうねりのある髪になります。

なので、今後の髪のためにも髪の土台からキレイを意識していきましょう。

綺麗な髪は
綺麗な頭皮「土台」から生まれるよ



頭皮ケアって何すればいい？

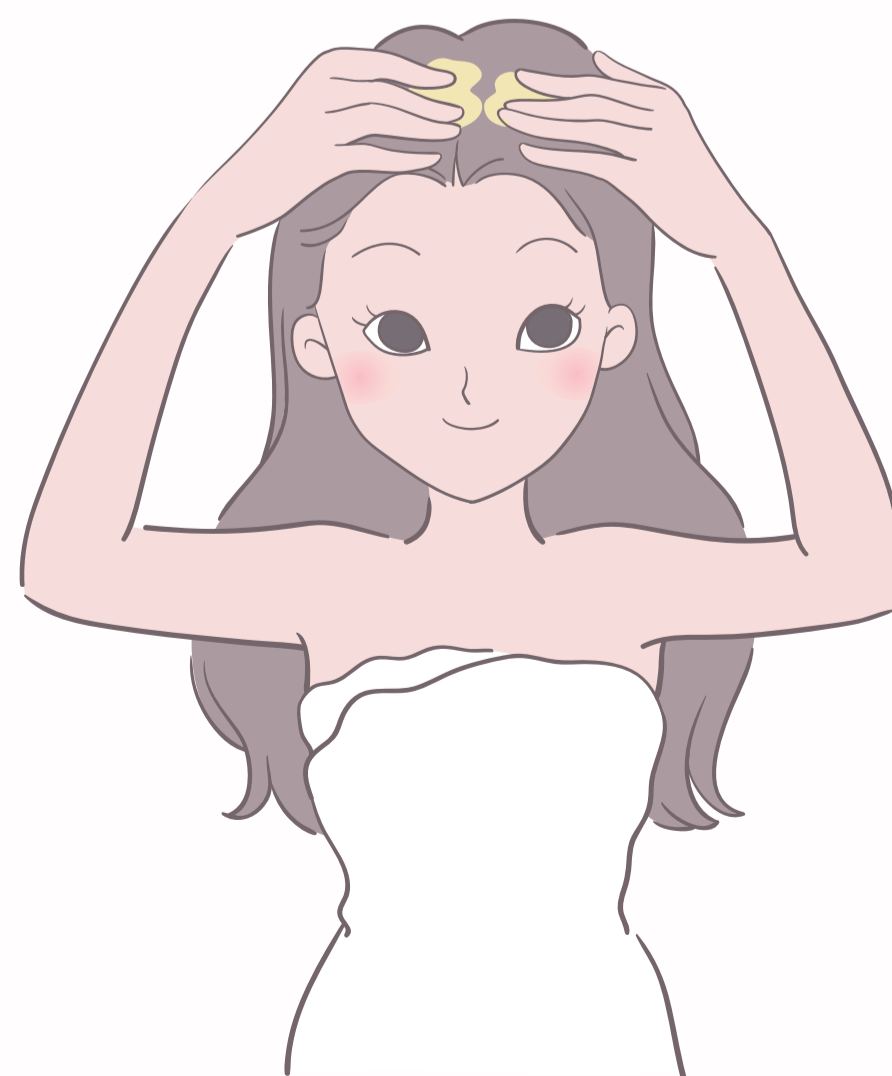
【頭皮ケアの疑問】

1990年設立

一番は清潔に保ち、
マッサージをすることが最適です。

正しいシャンプーの方法でしっかり泡立てて洗い、
頭皮を動かすイメージで、マッサージをしていきましょう。

頭皮の栄養のエッセンスなどを使うのも1つですが、
それよりも、基本のケアをしっかり行い、それでもさらに
ケアしたい場合にエッセンスなどを使うことがおすすめ
です。



【さらに詳しく・・・】

頭皮の硬さをチェック！ 正しいケアと改善方法

頭皮は、毛髪の土台になる部分なので、きれいを保つことで美髪につながります。

なので、美髪を叶えるために、自分の今の頭皮の状態が分かるセルフチェック方法から、頭皮を健やかに保つためのケア方法までをご紹介します。



頭皮の硬さをチェック

まずは自分の頭皮が硬いのか、柔らかいのかチェックしてみましょう。

【簡単チェック方法】

指の腹を使って頭皮をガシッと掴んだら、軽く動かしてみましょう。（片手でも両手でもOK!）

このとき、頭皮がカチカチに硬いと動かしにくく、反対に柔らかすぎるとブヨブヨとした感触になります。

理想は「おでこと同じくらいの硬さ」です。



頭皮が動きにくい人は・・・

頭皮が硬くなってしまっています。

原因として、「目の疲れ」「同じ姿勢で作業をして体が凝ってしまう」「身体の冷え」「頭皮への紫外線ダメージ」が考えられます。

なので、できる限りの休息と、たまに頭皮マッサージをして、血流を良くしていきましょう。

頭皮がブヨブヨした人は・・・

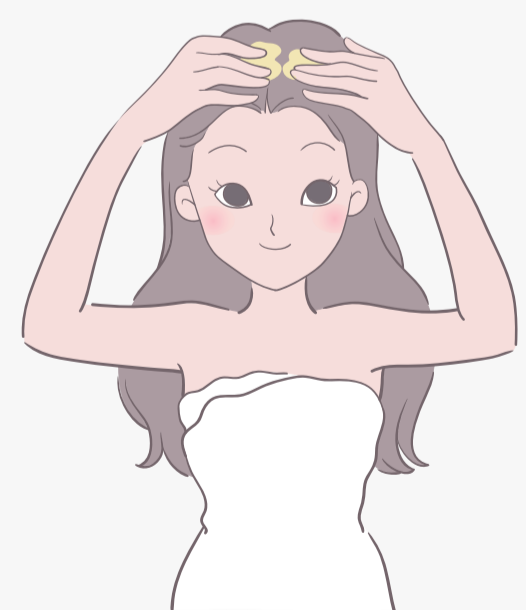
頭皮が柔らかい状態です。

柔らかいのは、良いことのように思えますが、この状態では、頭皮のむくみが原因の場合があります。

疲労や血行が悪くなることで、頭皮の新陳代謝がスムーズにできなくなり、余分な水分や老廃物が滞ってしまいます。毛髪への栄養が届きにくいため、こちらも薄毛や抜け毛の心配が出てきます。

日々のケア

頭皮は、硬くても柔らかくてもよくありません。そんな頭皮を健康に保つための3つの方法を紹介いたします。



ブラッシング

ブラッシングは髪をとかす目的だけでなく、頭皮の血行を良くしてくれる効果も期待できます。

もちろん強くやりすぎると毛根を痛めてしまうので、マッサージするように、滑らせながらブラッシングするよう心がけましょう。



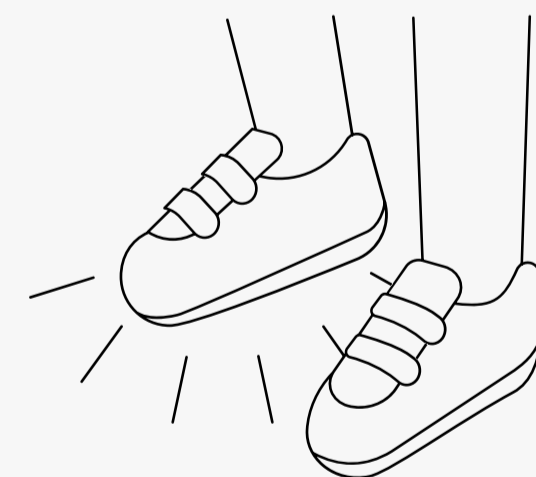
シャンプー

毎日しっかりシャンプーしていても汚れが残っていたりして毛穴が詰まってしまう。しっかりお湯で流してから、しっかり泡立てて、しっかり流しましょう。



生活習慣

適度な運動が大切です。



血行をよくし頭皮だけでなく身体を健やかに保つため、ウォーキングやストレッチなど、自分に無理のない範囲で体を動かして血流アップを目指しましょう。

また栄養ももちろん大切なので、過度のダイエットや偏った食生活は改めましょう。



06.

【白髪の問題】

- 白髪は抜いてもいい？
- ストレスで白髪が増えるって本当？
- ワカメは髪にいいの？
- どうして白髪になるの？
- 髪が硬いと白髪になる？

【さらに詳しく…】

妊娠後の急な白髪が増加！原因と対策

白髪は抜いてもいい？

【白髪の疑問】

1990年設立

抜くのは危険です。

無理に抜くと毛根に傷が付きますし、将来の薄毛の原因にもなります。

染めたり、根元からカットしたりしましょう。

ひとつの毛穴から毛は2～3本生えていますが、1本抜くと毛根にダメージを与えてしまい、他の2本に悪影響を与える場合もあるので注意してください。

ストレスで白髪が増えるってホント？

【白髪の疑問】

1990年設立

白髪だけでなく
様々な毛髪トラブルの原因に。

強いストレスやショックがあると、健康に影響が出ることはありますが、頭皮も同じで、毛細血管の血流に影響が出ることがあります。

その影響が頭皮の血行に及ぶと、毛根やメラノサイト（色素形成細胞）の働きが阻害され、白髪や円形脱毛症、薄毛といった毛髪のトラブルにつながると考えられています。

ただ、強いストレスがあったからといって、一夜にして髪が真っ白になるということはありません。

というのも、頭皮の外に髪が生え出てきたときには、髪の色はすでに決まっており、そのあと変わることはないからです。

ワカメは髪にいいの？

【白髪の問題】

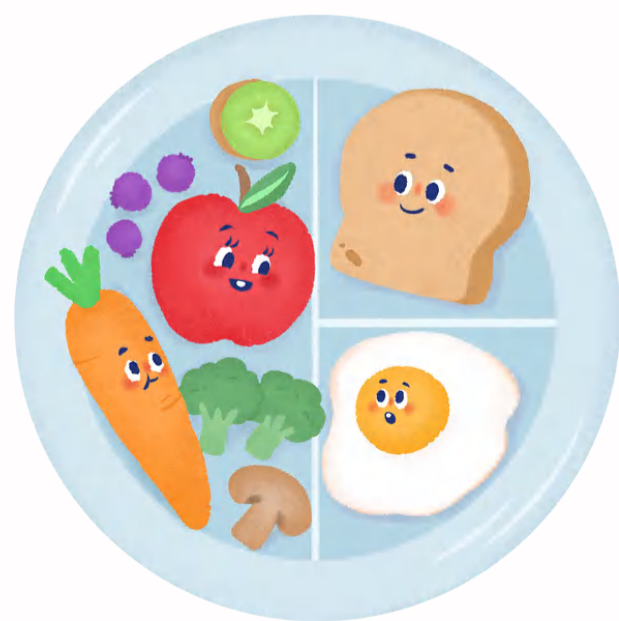
1990年設立

その因果関係は、
ないといわれています。

わかめの黒っぽくふさふさした形状から、昔の人がそう言ったのだと思います。

わかめのミネラル分が髪に良いことは確かですが、これだけを食べていれば髪が黒くてしっかりした髪が生えるわけではありません。

大事ななのは、バランスのいい食事と休息です。



どうして白髪になるの？

【白髪の疑問】

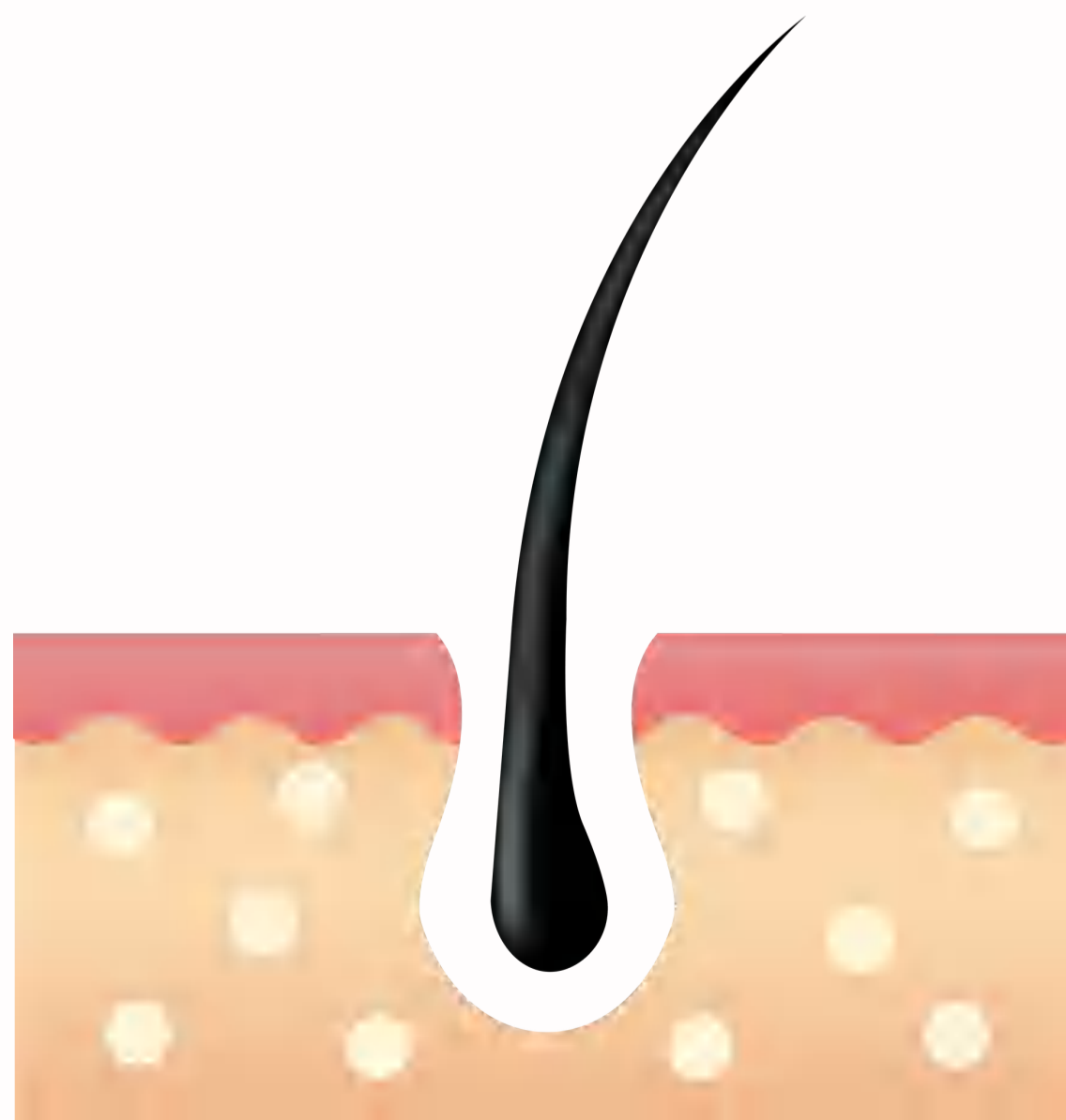
1990年設立

髪の色素を作る細胞が
働かなくなるから。

髪が作られるとき、一緒に色も作られます。

ですが、遺伝や栄養不足、ストレスで色を作る細胞が働かなくなり、最初はだんだんキラキラした茶色っぽい毛に、そして白い毛が生えるようになります。

ほとんどの原因は年齢によるものですが、ストレスや栄養が原因の場合は、その原因がなくなることで白髪の改善にも繋がります。



どうして白髪になるの？

1990年設立

一般的には、白髪が増えてくるのは35歳前後とされていますが、最近では20代後半くらいから白髪で悩む人が多く、ここ10年は特に若白髪で悩む方も増えています。

白髪の原因はさまざまですが、加齢以外が原因のストレス、生活習慣などでの白髪は、ケアをすることで戻る可能性があります。

なので、早いうちから白髪が出てしまったら、頭皮ケアや栄養バランス、休息をこころがけてみてください。

加齢以外の原因の白髪は
原因を解決すれば治るよ！



髪が硬いと白髪になる？

【白髪の疑問】

1990年設立

髪質は関係ないとされています。

一般的に浸透している印象ですが、白髪は【髪質とは関係ない】というのが事実です。

ネコっ毛でも白髪に悩む人もいれば、硬い髪質で白髪がほとんどない人も。

ただ、硬い髪のほうが白髪が目につきやすい傾向にはあるかもしれません。

毛量が多くて硬い髪質の人は、ネコっ毛の人に比べてボリューム感を感じるなので、薄毛になりにくい印象もありますが、毛量を感じることで、白と黒とのコントラストにより“白髪が目立ちやすい”と感ずる場合があります。

【さらに詳しく・・・】

妊娠後の急な白髪増加！ 原因と対策

今までは、白髪が気になることはなかったのに、妊娠後気づくと『白髪が出てきていた』なんて人も多くいらっしゃいます。

この原因は

- ホルモンバランス
- 栄養バランス
- 疲れやストレス



によるものがほとんどです。

ですが安心してください。

妊娠中の原因で白髪になった髪は、時間が経つと元に戻る場合が多いです。

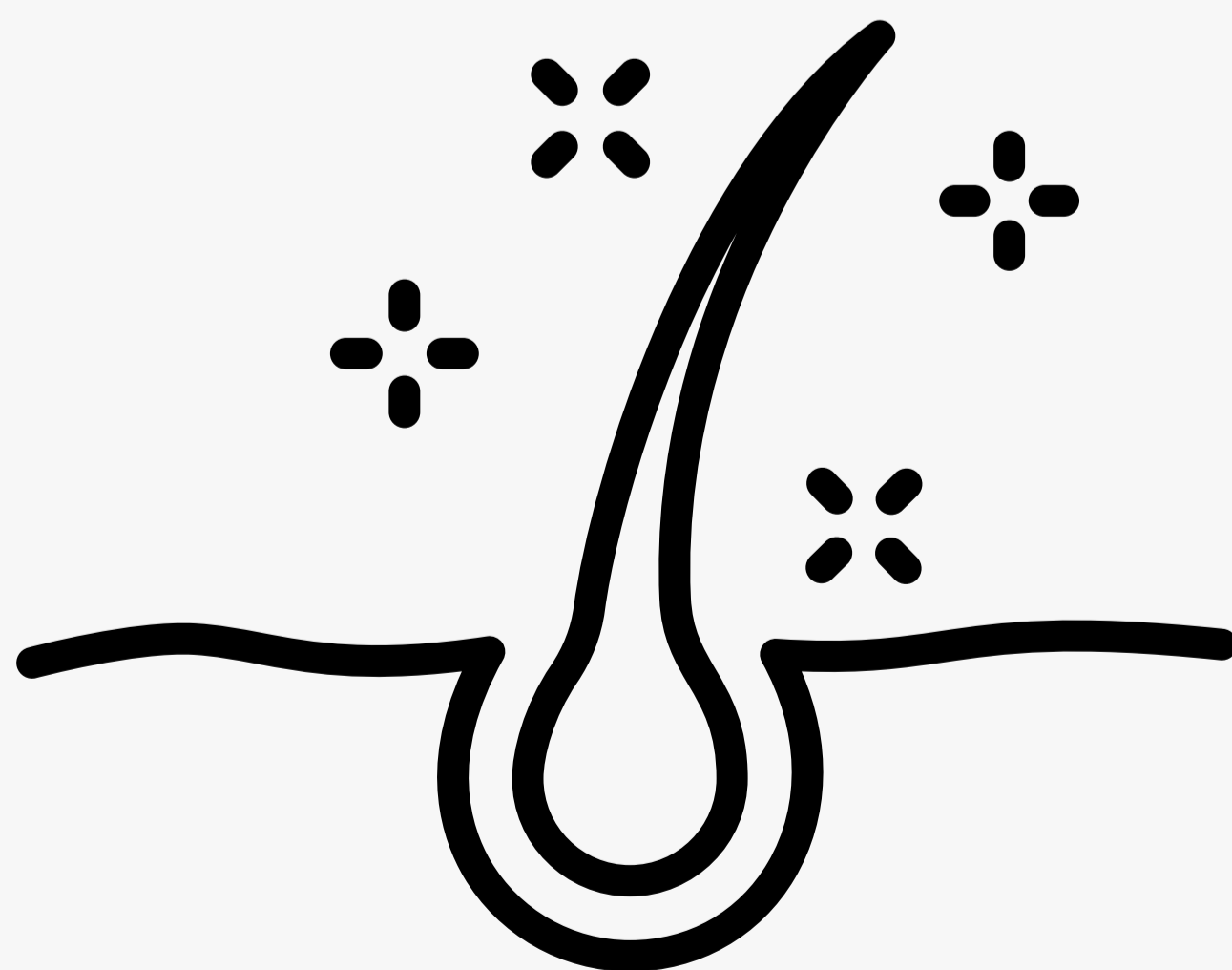
確実に全部の白髪がなくなるかは、状況によりますが、この理由で白髪になった髪は、元に戻り、黒髪になることが多いです。

妊娠中の白髪の原因

白髪メカニズムとしては、髪の色『メラニン』を作る細胞が正常に働かずに『メラニン』が作られなくなってしまうと、白髪になってしまいます。

毛根の細胞で『メラニン』が作られているので、白くなった髪が黒くなることはないのですが、再び髪が作られるときに『メラニン』が正常に作られれば、根本から黒い髪が生えてくるのです。

この『メラニン』が作られなくなってしまう原因が、【老化現象や細胞の死滅】であった場合は、再生することが難しいのですが【ホルモンバランスや栄養】が原因の場合は、栄養やホルモンが戻れば再び『メラニン』を生成してくれるのです。



白髪対策

妊娠が原因の白髪対策として一番の理想は、できる範囲での我慢です。

もちろんカラーをすることで解決できますが、そこまで気になっていない場合は

- ミネラルの補給
- 睡眠と休息
- 帽子やカラーファンデーションで隠す

などをやってみてください。

ミネラル補給

妊娠中にできる対策としては、ミネラルを補給することです。

栄養ドリンクやサプリメントもありますが、できるだけ豆類、海藻類、魚介類、肉類などでミネラルを補給していきましょう。

無理なく補給する場合は、お医者さんに使用を相談して、サプリメントで補給もオススメです。

睡眠と休息

これはどんなことにも大切です。

ストレスや疲労も体の不調につながり、間接的に白髪の原因になってしまうので、睡眠時間の確保と休息を心がけていきましょう。

なかなか難しい場合もありますが、周りの人に相談し協力してもらうことがオススメです。

帽子やカラーファンデーションで隠す

帽子などを被って隠すのもオススメです。

時間が経てば、色も戻ってくれる可能性が高いため、白髪をなるべく気にしないことも大切。

また、カラーファンデーションは髪や頭皮に負担もないので、出かける時に一時的に塗って隠すのも良い方法です。



07.

【ヘアカラーの疑問】

- 色もちをよくするには？
- 黒染めをすると明るくならないの？
- カラーとパーマは一緒にできる？
- 傷んだ髪はなんで色もち悪いの？
- カラーで頭皮が染みる・・・
- カラーで痒くなったら？

【さらに詳しく・・・】

似合うヘアカラーの探し方！
パーソナルカラーの簡単診断法

色持ちをよくするには？

【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

自宅でできる簡単な方法を紹介します。

美容室でヘアカラーをした後、どのくらい色がキープしてくれるのかは、髪の状態や髪質で大きく変わってきます。

- 早い人で2週間
- 平均1か月弱

ブラウンカラーで髪のダメージが少ないと、毛先染めをほどんどしなくてもいい場合もあります。

この色持ちの差は【髪のダメージ】 【仕上がりの色】によって変わり、髪がダメージしているほど色落ちは早く、明るい淡いカラーほど色落ちが早いです。

一方、健康な髪で、ブラウンに近いほど色持ちがよくなります。

色持ちをよくするには？

1990年設立

もしも、1か月以内に色が落ちてしまう場合は、

- シャンプーの温度
- すぐに髪を乾かす
- 色持ちのいいシャンプーを使う



この3つの方法がおすすめです。

【まずは、シャワーの温度を約38度】

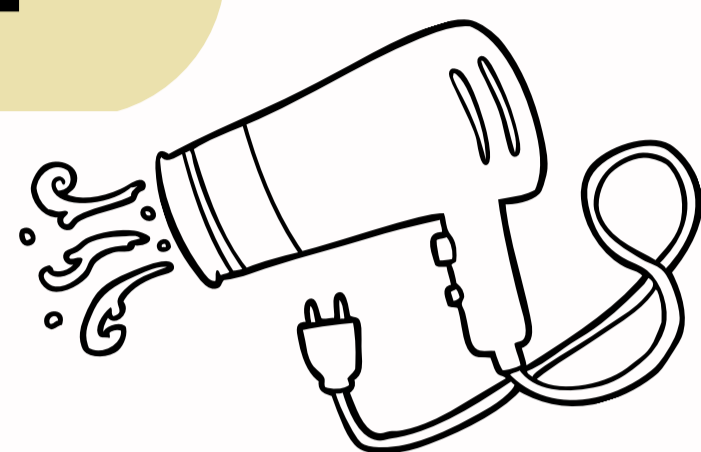
高い温度で洗うほど、色が落ちるのが早くなります。
なので冬場は要注意です。

風邪をひかないようにしながら低めの温度で洗いましょう。



色持ちをよくするには？

【髪の毛を濡れたままにしない】



髪が濡れているときが一番色落ちします。

なので、できるだけ髪の濡れている時間を短くすることも大切です。



【色持ちのいいシャンプーを使う】

シャンプーをするほど色は抜けていきます。この時使うシャンプー剤の洗浄力が強いほど、色の流出は早くなるので、少しでも色を長く持たせたい場合には『カラー用シャンプー』を使いましょう。

ちなみに、色もちをよくするシャンプーには「ヘマチン」というものが入っているよ



黒染めをすると明るくならないの？

【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

はい。

黒染め後には髪が明るくなりにくいです。

後々に明るくしたい場合は、黒染めすることは基本的にオススメ出来ません。

黒染めで色を入れた部分は、カラーの色素がたくさん入るので、後々明るくしにくくなり、美容室でカラーをした際にも希望の色になりにくくなります。

それだけでなく、例えば、明るいカラーを染めた時に、黒染めした履歴がある部分はあまり明るくならず、黒染めしていない地毛の部分だけ明るくなるので色ムラに仕上がってしまうのです。

黒染めをすると明るくならないの？

1990年設立

そこで、どうしてもカラーチェンジがしたい方にはブリーチ剤を使用することで、明るくすることは可能ですが、髪への負担も大きいことや、ムラになる可能性、色持ちの悪さ、色によってはキレイに発色する事が出来ない恐れがあります。

なので、美容師さんと今やりたい髪の色だけでなく、今後のイメージも相談してみてください。

後に明るくすると
このように黒染めの履歴がある部分だけ
暗く仕上がる事がほとんどです（；；）



カラーとパーマは一緒にできる？

【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

できれば避けましょう。

カラーとパーマの同時の施術は、施術前の髪の状態によって出来ない場合もありますが、実はパーマやカラーなどの薬剤の毛髪へのダメージは、そこまで変わりません。

ですが、仕上がりは変わります。

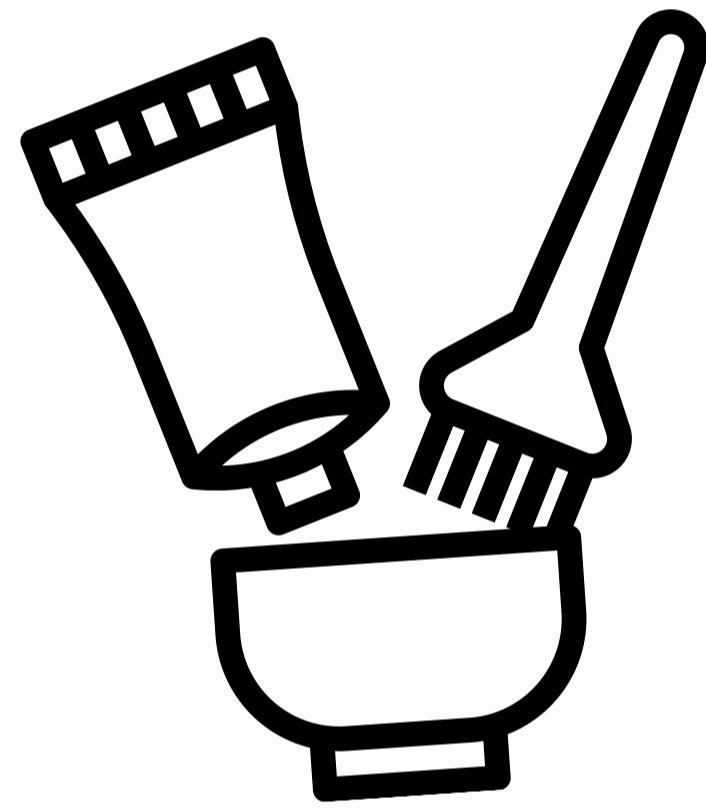
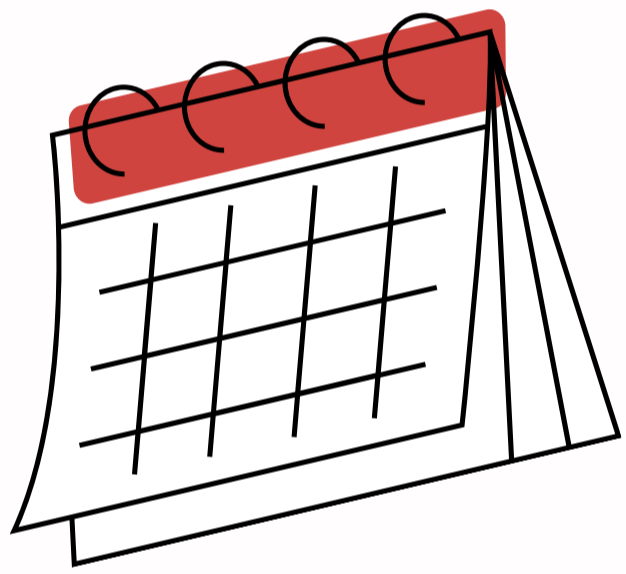
同時に施術することで、パーマが綺麗にかかりにくくなったり、カラーが綺麗に入りにくくなる可能性や、パーマの持ちが悪くなったり、カラーの色持ちが悪くなることもあります。

カラーとパーマは一緒にできる？

1990年設立

なので、髪の負担のためというより、仕上がりを綺麗にするために、別日に行うことがオススメです。

順番としては、通常なら、パーマをして1週間から2週間ほど経ってからカラーをするのが理想的です。



パーマとカラーの同時施術は、ダメージにはほとんど影響ないけど、仕上がりに影響があるよ！

でも、求める仕上がりによっては問題ないので、美容師さんに相談してみてくださいね。



傷んだ髪はなんで色もち悪いの？

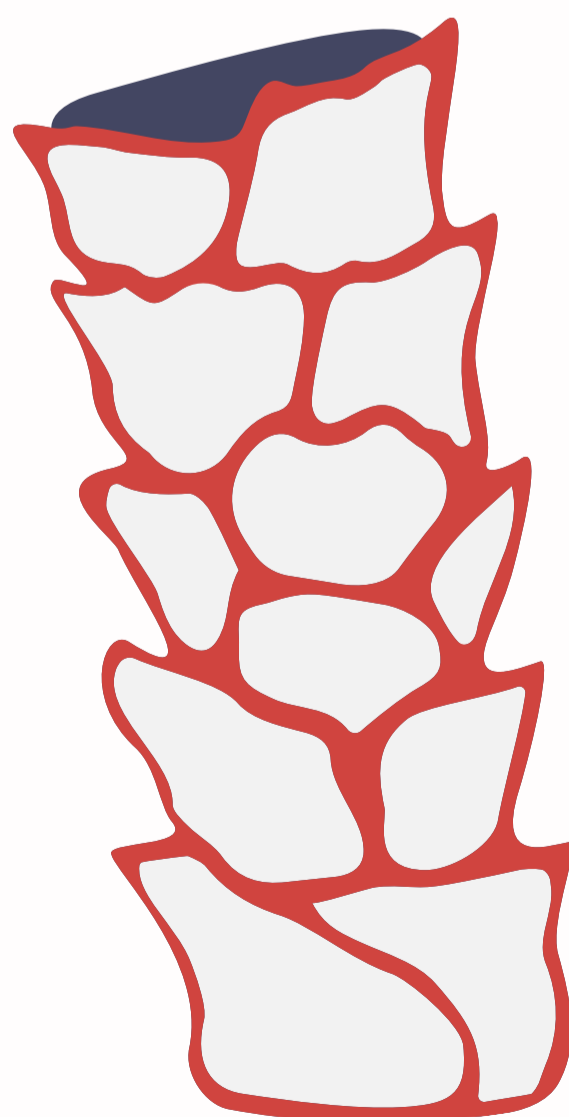
【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

髪を守るものがないから、、、

毛髪のダメージは、原因はたくさんありますが、特に美容室の施術を繰り返した髪ほど色落ちが早いです。

パーマやカラーを何度も繰り返している毛髪は、キューティクルと言われる髪の表面にある鱗が開いてしまっていて、毛の内部がカスカスになってしまいます。



傷んだ髪はなんで色もち悪いの？

1990年設立

その栄養分のない毛髪にカラーをしても、健康毛に比べ褪色が早く、すぐ元の色に戻ってしまいます。

カラーは髪を明るくするほど、この現象になりやすいので、明るい髪ほど色落ちも早くなると覚えておきましょう。



ハイトーンカラーや市販のカラー材を使うほど、色落ちしやすい髪になってしまう・・・

また、何度も毛先まで染めるとどんどん色落ちしやすい髪になってしまう・・・



カラーで頭皮が染みる・・・

【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

しみるのを防ぐ方法は
いくつかあります。

カラーはどうしても頭皮に負担を与えてしまうので、しみる可能性があります。

特に敏感な頭皮の人は、しみやすかったり、ひどいとやけどに近い状態になってしまいます。

そんなときに頭皮をカラーから守る方法が

- カラー前のシャンプーを控える
- 乾いたまま、来店後すぐにカラーする
- 頭皮の保護クリームをつける
- カラー剤を頭皮につけない

などの方法で、予防することができます。

カラーで頭皮がしみる

1990年設立

かゆみの場合はアレルギーの可能性がありますが、カラーしている最中にしみるだけの場合は、頭皮が敏感なだけでアレルギー反応ではないことが多いです。

ですが、アレルギー反応であれば、突然悪化し取り返しのつかないことになる可能性もありますので、心配な場合は病院に相談してみてください。

ハイトーンカラーや、白髪染めは頭皮に負担がかかりやすいので、カラーをするときは注意していきましょう。



カラーで痒くなったら？

【ヘアカラーの疑問】

1990年設立

アレルギーの場合は
カラーを避けましょう

アレルギー反応と『しみる』のでは、どちらの原因か判断しにくいことがあります。

もしアレルギー反応だった場合はヘアカラーをしてはいけません！！

アレルギーであった場合、無理なカラーは顔が腫れあがってしまったりと取り返しのつかない状態になってしまうので絶対にやめましょう。

疑いのある場合は、お医者さんに必ず相談してください。

カラーで痒くなったら？

1990年設立

【アレルギー反応の場合】

頭皮が赤くなったり、かぶれや痒みを伴います。カラー途中には感じにくく、カラー後、一日から三日ぐらいで反応が出るのはアレルギー反応です。

【アレルギーでない場合】

カラーしているときだけ、頭皮が熱く感じたり、ヒリヒリ感じたりします。

痒みやかぶれなどはなく、2. 3日後は特に問題ないときはアレルギーの可能性は低いです。

頭皮が乾燥していたり、頭皮が薄い人に起こりやすい現象です。

【さらに詳しく・・・】

似合うヘアカラーの探し方！ パーソナルカラーの簡単診断法

『パーソナルカラー』というものをご存じでしょうか？『パーソナルカラー』とは、その人が一番綺麗に見える色のことです。

この色を使うことで、肌が明るく見えたり、顔色が綺麗に見えたりと、自分に自信が持てます。

もちろん大前提としてヘアカラーでは、『好みの色を染める』ことが一番ですが、色に迷っているという人はこの『パーソナルカラー』を参考にしていきましょう。



自分に似合う色を診断する時は、

- 手の平の色
- 瞳の色



の2つで判断できます。

また、髪のもともとの色素を知ることで、長持ちする色を知ることができるので、自分に合う色を探していきましょう。

パーソナルカラーの種類

『パーソナルカラー』には4種類あります。

- スプリング(春)
- サマー(夏)
- オータム(秋)
- ウィンター(冬)

と季節の用語で分類され、いくつかの要素を持っている人が多いです。

スプリング(春)

スプリングのカラーが似合う人は、『明るく華やかなキュートな印象』です。少し薄いカラーが似合い、ピンク系やオレンジ系が似合います。

『かわいい雰囲気』に見えるものが似合う傾向にあるので、洋服やアクセサリーもフェミニンやキュートの要素を好む人に多いです。

髪型も、前髪を作ったり、ゆるふわのカールなどが似合うでしょう。ヘアカラーは、ピンク系や暖色カラーがオススメです。

サマー(夏)

サマーの雰囲気の人には、『少しエレガントで上品な雰囲気』です。薄いパステルカラーがよく似合い、水色や黄緑、ベージュなどのカラーが似合います。

うっすらとブルーがかかったカラーやホワイトを混ぜたようなカラーがファッションでもオススメです。長めの前髪で『シースルーバング』を作ったり、分け目は8対2で分けて大人っぽい雰囲気も似合います。

ヘアカラーは、淡い色合いを作ったり、アッシュ系やベージュ系がオススメです。

オータム(秋)

オータムの似合う人は、『大人っぽく落ち着いた印象』です。唇に赤身が少なくマットな肌でアース系のカラーが似合います。

ブラウンや、モスグリーン、ブロンズなどの色を使ったファッションがオススメ。

髪型は、前髪を作らないスタイルや、レイヤー『段』を入れた自然な動きのあるスタイルがオススメです。ヘアカラーでは、ダークトーンのカラーがよく似合います。

ウインター(冬)

ビビットカラーや無彩色の色が似合うのがウインタータイプです。『かっこいい雰囲気』や『モダン、クラシックイメージ』のカラーやファッションがオススメです。

個性的の印象もあるのが特徴で、ヘアカラーでは『バイオレット』『ワインレッド』『ブラック』などはっきりした色合いがオススメです。

またヘアスタイルは、センターパートや、レイヤーをあまり入れないスタイル、前下がりのスタイルがオススメです。

パーソナルカラー診断方法

パーソナルカラーは肌の色や目の色、骨格、唇の色、顔型など様々な要因から診断することができます。これを、より簡単に診断する方法として

- 手の色
- 瞳の色

の2つで大まかな判断が可能になります。

まず手のひらを見てみましょう。

手のひらを開いてみてください。

肌の色は、日に当たることで日焼けして色が変わっているため、手のひらがもともとの色を正確に判断できます。

この色が『ピンクがかっている人』と『黄色がかっている人』がいます。

『ピンクがかっている場合』は

うっすらとピンクだったり、色白だったりする場合です。この人は、『ブルーアンダーベース』と言って『ウインター』か『サマー』の要素があります。

よりピンクが強い場合は『ウインター』で、うっすらピンクの人は『サマー』であると言えます。

この場合は、主に寒色系のカラーが似合います。

『黄色がかかっている』場合は

『イエローアンダーベース』といいます。

この場合、『オータム』や『スプリング』の要素があります。より黄色が強い場合は『オータム』でうっすら黄色の場合は『スプリング』と言えます。

この場合は、主に暖色系のカラーが似合います。

次に瞳の色を見てみましょう。

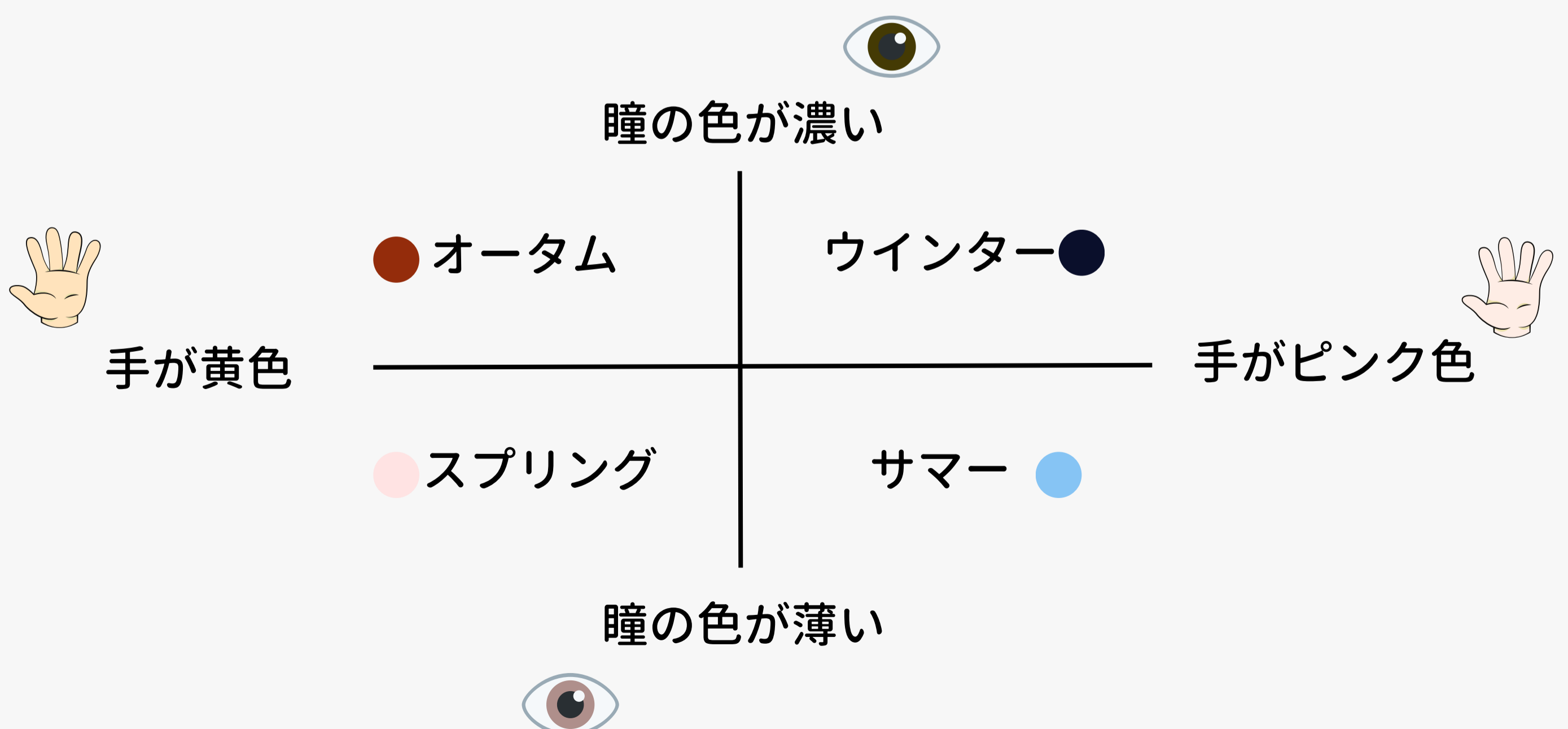
この時はなるべく、白色光の下で確認しましょう。

瞳の色が『薄い茶色』の場合と『濃い色』の場合があると思います。

『薄い茶色の場合』は『スプリング』か『サマー』です。手のひらの色がピンクで瞳が薄い色の場合は『サマー』になり、手のひらの色がイエローで瞳の色が薄いと『スプリング』です。

また、『濃い色の瞳』の場合は、『オータム』か『ウインター』です。

手のひらの色がピンクで、瞳が濃い色の場合は『ウインター』になり、手のひらの色がイエローで、瞳の色が濃いと『オータム』です。



似合うタイプは一つではない

パーソナルカラーは、一つだけではありません。サマーよりのウインター、オータムとサマーの組み合わせなど、様々なので、「絶対にこれでなくてはいけない」なんてことはありません。

一番似合う色は、どんな理論よりも「あなたが好きな色」です。

なので、あくまでも参考にとというイメージを忘れないようにしましょう。

また、髪の色は基本的にブラウンが混ざってくるので、100%パーソナルカラー通りにはなりません。

ですが、イメージのカラーを加えることで、より似合う色を楽しむことができます。





08.

【白髪染めの疑問】

- 白髪染めで明るくなる人とならない人の違いは？
- 白髪染めと普通のカラーの違いは？
- カラートリートメントって悪いの？
- 白髪を染める目安は？
- 白髪染めって頭皮によくないって本当？
- 市販の白髪染めってなんでダメなの？

【さらに詳しく…】

白髪染めでアレルギーになってしまったら!?

白髪染めで明るくなる人と ならない人の違いは？

【白髪染めの疑問】

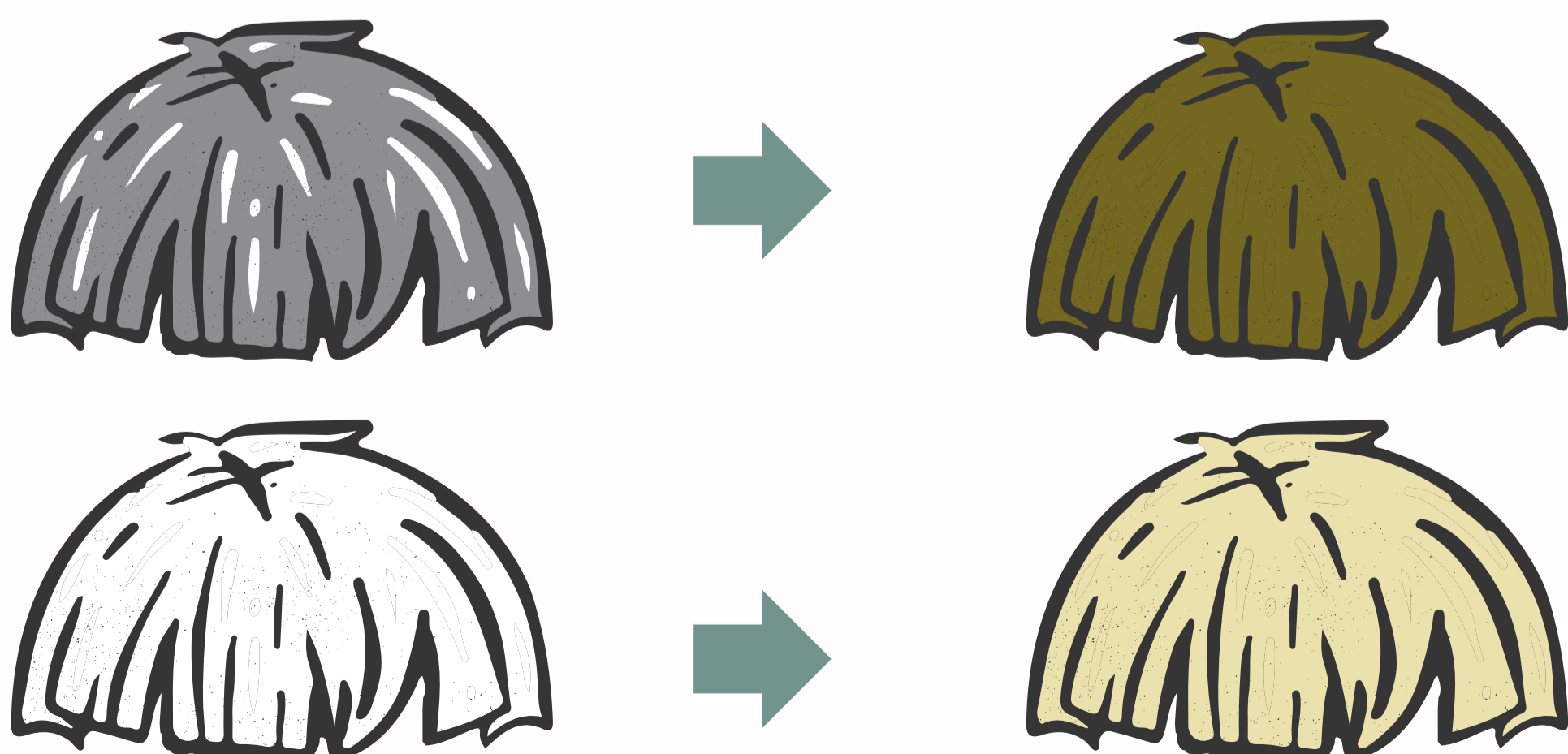
1990年設立

もともとの
白髪の量で変わります。

「明るく白髪を染めたい！」と思っても、思うように明るくならなかったり、美容師さんに無理だといわれてしまったことはないですか？

それはもともとの白髪の量でカラーの明るさの限界が決まってしまうからです。

白髪が多ければ多いほど、同じカラー剤でも、明るく染めることができ、白髪が少ないほど暗く仕上がってしまいます。



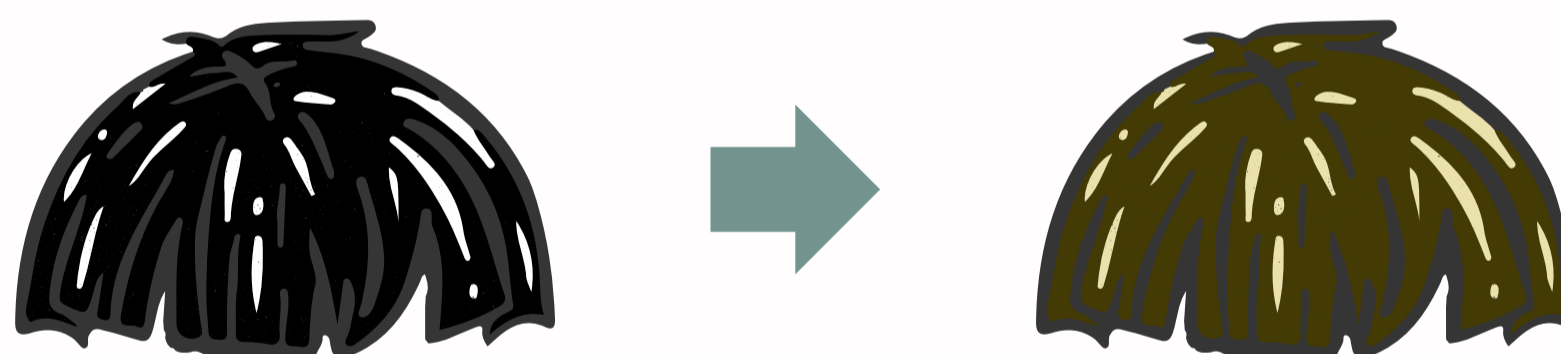
白髪染めで明るくなる人と ならない人の違いは？

これを解消するには、

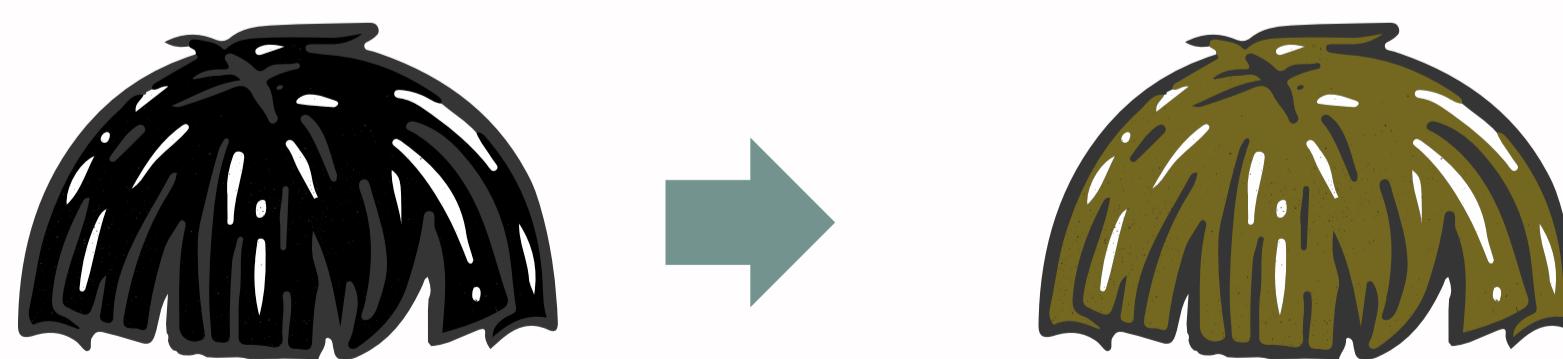
『もともとの髪の色を抜いてから白髪染めをする方法』



『部分的に明るくする方法』



『普通のカラーで明るくし白髪を目立たなくする方法』



があります。

白髪染めで明るくなる人と ならない人の違いは？

まだ白髪が少ないときに明るく染めようとした場合は、さまざまな方法がありますが、それぞれにメリット・デメリットがあり、

- 髪のダメージの可能性
- 白髪がしっかり染まらない可能性
- 色落ちが早い可能性

などがありますので、『なりたいイメージ』と『それをやったときのデメリット』を担当の美容師さんと相談してみてください。

「なりたいイメージ」と
「できる範囲」を相談してみて！



白髪染めと普通のカラーの違いは？

【白髪染めの疑問】

1990年設立

白髪染めと普通のカラーは目的が変わるので、
脱色力と染毛力が大きく変わります。

髪の色を染める時には、元々の髪の色を明るくする
「脱色力」と色を入れる「染毛力」が必要になります。

【脱色力とは・・・】

例えば、茶色の色にしたい場合・・・

元々の色が「黒」であれば、「黒」に「茶色」を乗せた
だけでは「黒」から色が変わりません。

なので、今までの「黒」の色を多少脱色して明るくする
必要があり、これを行うのが脱色力です。

白髪染めと普通のカラーの違いは？

【染毛力とは・・・】

脱色しただけであれば、希望の色にならないので、イメージの色を髪に入れていく力が「染毛力」です。

美容師が、この【脱色力】と【染毛力】のバランスを理想の色を叶えるために最適な方法で施術しているのですが、白髪に染める場合と、通常の髪に染める場合ではこのバランスが大きく変わってきます。

ですが、これを考えるのが美容師の仕事なので、「どちらがいいか？」については担当の美容師さんに相談してみてください。

【簡単にイメージすると・・・】

【普通のカラー】



色も明るさも自由だけど
白髪の色は変わらない

【白髪染め】



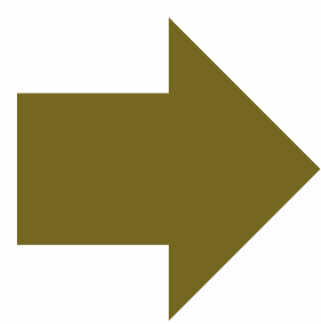
白髪がしっかり染まるけど
色合いや明るさに制限がある

白髪染めと普通のカラーの違いは？

また、全部白髪であれば、ただ色をしっかりと入れていけば、その入れる度合いで髪の色が自由にコントロールできますし、白髪が無ければ、普通のカラーで脱色の度合いで明るさを自由にコントロールできます。

ですが、ほとんどの場合が白髪と黒髪が混ざっていると思います。その場合は、白髪の量で明るさや染まり具合が変わってきます。

白髪の染毛力を高めれば高めるほど、黒い毛は色がほとんど変わりません。

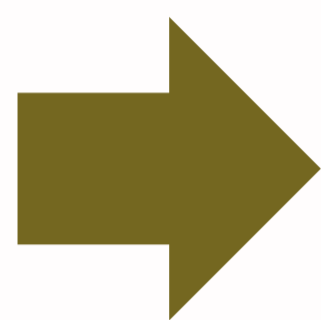


白髪をしっかりと
染めたいな

仕上がりは
暗くなるかも・・・

白髪染めと普通のカラーの違いは？

黒い毛を明るくしようとするれば、脱色力が強くなり
白い毛が染まらなくなってしまう。



明るく染めたいな・・・

白髪がちゃんと染まらないかも・・・

髪の白髪の量に合わせて、染毛力と脱色力のバランスを保つ必要があり、これを間違えてしまうと、キラキラした白髪が残ったり、もともとの白髪と黒髪だった毛の色の違いが残ってしまいます。

このように、白髪の量で「できる明るさ」が限られてしまうので、「なりたいイメージ」を担当の美容師さんに伝えて相談してみてください。

カラートリートメントって悪いの？

【白髪染めの疑問】

1990年設立

デメリットを理解して使えば
良いものです。

カラートリートメントは、自宅でできて尚且つ髪のだ
メージがないので、カラーをやめていきたい方にオスス
メです。

そして、決して悪いものではなく、デメリットを理解
して使えばすごくいいものです。

なのでそのデメリットを3つ紹介しますので「カラー
を続けようか」、「やめようか」迷う人は参考にしてみ
てください。

カラートリートメントって悪いの？

デメリット①【色持ちが悪い】

通常のカラーと違い、カラートリートメントは、髪の毛の表面に吸着するものなので、毎日のシャンプーで落ちてしまいます。

もともとは、ファッションのヘアカラーを長持ちさせるためのものが、白髪にも吸着するように改良されたものなので、髪にしっかり染まるものではないことが、デメリットのひとつです。

デメリット②【一回では、染まらない】

少しずつコーティングで染まるものなので、一回のトリートメントでは満足な仕上がりは難しいです。

毎日連続して使うことで、髪に色がついてくるので、最低でも1週間は使い続けましょう。

またカラーのように髪を明るくすることができないので、黒い髪はそのまま色が変わらず、白い毛の色が変わるイメージです。

カラートリートメントって悪いの？

デメリット③【美容室の施術と相性が悪い】

カラートリートメントは、髪の上に吸着しているの
で、美容室でのカラーやパーマをするときに薬剤の反応
に影響が出てしまい、思うような仕上がりにならない可
能性があります。

なので美容室でカラーやパーマをするときは、必ず美
容師さんに伝えるようにしましょう。

カラートリートメントをする場合は
美容室でのカラーをしないことがおすすめ！

カラートリートメントをしたり、カラーをした
りなど、いろいろすると色ムラになります。



白髪を染める目安は？

【白髪染めの疑問】

1990年設立

気になったタイミングが
オススメです。

白髪の量や生えてくる場所によっても異なりますので、ご自身で気になるタイミングがオススメです。

白髪が増えてくると、2週間で染める方もいらっしゃいますし、白髪が少ない方だと3ヶ月から4ヶ月で染める方もいらっしゃいます。

ただ、頻繁になるほど、髪のダメージにはつながりやすいので、毎回髪全体を染めるのではなく、毛先を染めずに、リタッチと言って新しく生えてきた部分だけを染める方法がオススメです。

白髪染めって 頭皮によくないって本当？

【白髪染めの疑問】

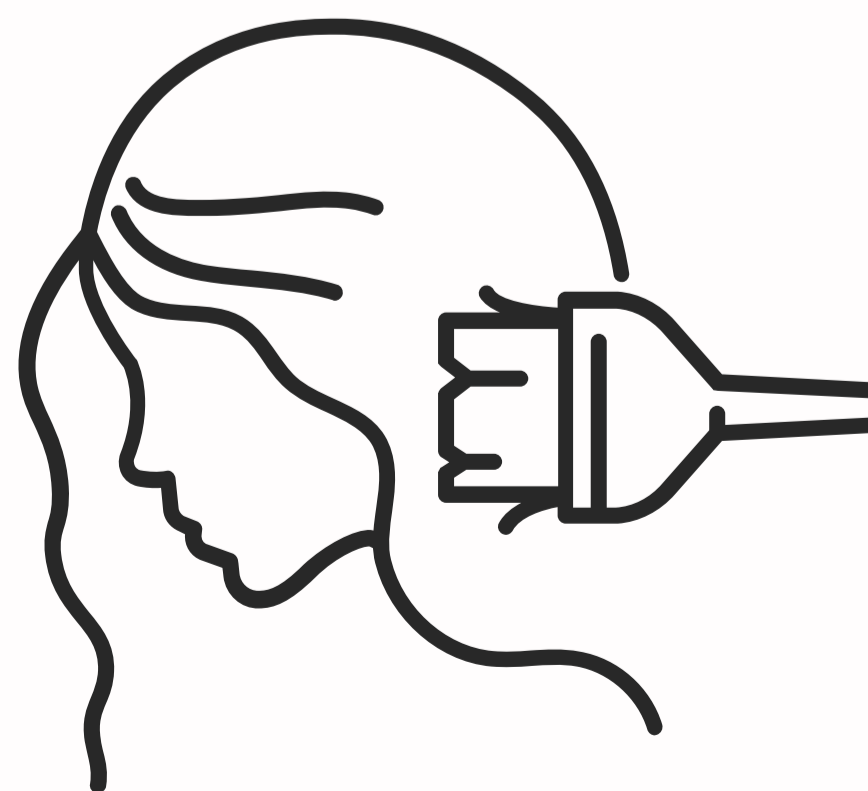
1990年設立

白髪染めが
特別に悪いということはありません。

白髪染めもカラーも薬剤を使用するので、頭皮にも髪にも負担があるのは事実です。

そして、白髪染めが原因で白髪が増えるという情報がありますが、白髪染めだけが特別悪いことはありません。

最近では低刺激なカラー材もありますので、不安に感じる場合は担当の美容師さんに相談してみてください。



市販の白髪染めって なんでダメなの？

【白髪染めの疑問】

1990年設立

髪ダメージが
大きくなってしまいます。

ヘアカラーでは、髪や頭皮に負担がかかってしまうのは事実で、もちろんそれは、美容室のカラーも同じことが言えますが、美容室のカラーはあらゆる方法で髪や頭皮の負担を最小限に抑えています。

ですが、市販のカラーは、髪や頭皮のダメージがそのままになり、非常に強い薬になっているのです。

これは、簡単に誰が塗っても染まるようにする為で、ケアにこだわればこだわるほど、カラーが染まりにくくなり、技術が必要になるので、市販のカラー材はどうしても「強い薬剤」になってしまうのです。

カラートリートメントって悪いの？

食品で例えると、インスタントラーメンは3分で作れる簡単な食事ですが、健康を考える人は避けると思います。一方、シェフが作るものや、主婦が手間暇かけてつくる料理は、手間もかかりますが、おいしくて栄養があります。

これと同じように、カラーでも手軽になればなるほど髪や頭皮に負担を与えてしまうのです。

なので、気になるけど美容室にいけない場合には「カラーファンデーション」や「カラーマスカラ」などを使うのがおすすめです

せっかく大事にしてきた髪だからこそ美容室で染めてほしいです。



【さらに詳しく・・・】

白髪染めで アレルギーになってしまったら！？

結論から言いますとアレルギーが出てしまったら、絶対にカラーをしてはいけません。

たとえ頭皮につかないように塗布しても、いくら保護しても、アレルギーの危険はなくなるので、カラーをやめて、カラートリートメント、ヘアマニキュア、ヘナなど、他の手段で白髪をカバーしていきましょう。

ですが、アレルギーと肌が弱いのは違うので、症状がどんな症状なのかでの正しい判断が大切です。

カラーでのアレルギー反応の種類

カラーをしてアレルギー反応が起こる場合でもいろいろな症状があります。

すぐに痒みになる場合、後から症状が出る場合、カラー中に頭皮がしみる場合と様々ですが、そんなアレルギーには3つのタイプに分けられます。

- アレルギー反応
- 非アレルギー反応
- 感覚刺激

アレルギー反応

美容室でカラーをした後に、半日から3日ほどで痒みが出てくる場合です。

湿疹や頭皮の赤み、かぶれなどを起こしてしまい、かゆくなる状態です。最悪の場合、突然ひどくなり、顔全体が腫れあがったりしてしまうので、この場合は絶対にカラーをしてはいけません。

すぐに病院に行って、頭皮をみてもらいましょう。

『我慢できるから大丈夫』と言ってカラーしてしまう人もいますが、かなり危険です。

非アレルギー反応

アレルギーではないという意味ではありません。この場合は、カラー中や1.2日後などに頭皮が炎症を起こすことで痒みになります。

湿疹や、赤くなったりする場合がありますが、アレルギー反応のようにひどくなるケースも多いです。

病院に相談して、カラーの使用をやめましょう。

【非アレルギー反応】とは、原因が直接のアレルギーではなく、カラーによる乾燥や刺激により、頭皮が弱って間接的にかぶれることを言います。

なので、間接的な原因が解消されれば、再びカラーができる場合もあるので、お医者さんからOKが出るのを待ちましょう。

また再びカラーができるようになっても頭皮の保護や、保湿でしっかり予防することが大切です。

感覚刺激

カラーしてる途中に頭皮がしみたり、ヒリヒリしたりする場合があります。

最悪の場合大きな炎症になったり、非アレルギー反応につながったりすることもあります。保護することで防ぐこともできます。

ですが、アレルギーと違いが判断しにくいのでパッチテストや、病院で診断してもらうことがオススメです。

刺激が原因だった場合は、頭皮につかないようにカラーしたり、保護剤で頭皮を守ったり、刺激成分を弱めたりと様々な対策が可能になります。

アレルギーを起こす原因

カラー剤でアレルギーを起こすほとんどの場合は『ジアミン』という成分が原因です。

この『ジアミン』は、すべてのカラー剤に入っていて、髪の色素として定着させるもので、このアレルギーを『ジアミンアレルギー』といますが、すべてのジアミンが危険ではなく、正確には『パナフェニレンジアミン』というものがアレルギーを起こしやすいものになります。

よく『アレルギー成分の入っていないカラー』というものがあるのはご存じでしょうか？

この場合でもジアミンは入っています。ですが、この『パナフェニレンジアミン』が入っていないので安全性が高いというものです。

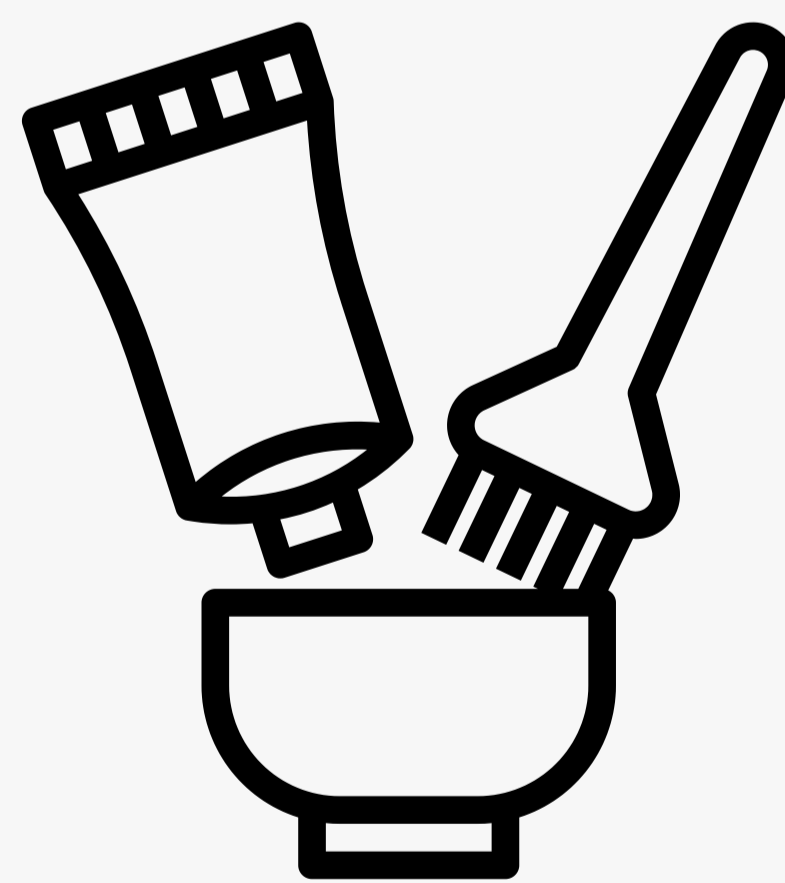
気をつけたい部分として、花粉症が『スギ、ヒノキ』のアレルギーだけでなく様々な植物の花粉でアレルギーを起こす人がいるように、『パナフェニレンジアミン』以外のジアミンで反応する場合も少なくないので、100%安心なカラーは存在しません。

痒みを予防するために

突然アレルギーが反応するようになったり、刺激を感じるようになったりしないために、予防することが大切です。

その方法として4つ紹介します。

- 頭皮の保護
- カラーの塗り方
- カラー剤の調合
- 頭皮の保湿



頭皮の保護

皮膚を通して薬剤が身体に入ることによってアレルギーにつながってきます。少しでもこれを無くすために、頭皮をしっかりと保護してからカラーをしましょう。

美容室によってカラー料金に保護が含まれている場合や、オプションのメニューになっている場合があるので確認してみましょう。

カラーの塗り方

美容師さんに相談すれば、頭皮になるべくつかないように塗ってくれます。そのように塗ると、根本の染まりが悪くなってしまうますが、カラーができなくなるよりはオススメな方法です。

カラー剤の調合

先ほどのパナフェニレンジアミンが入っていないカラー剤というのもあります。また、カラーで刺激を感じる場合は、カラー剤の『アルカリ』に頭皮が反応しています。このアルカリを少なくすることで頭皮の刺激が弱まり、炎症を予防してくれます。

頭皮の保湿

乾燥は様々なトラブルになるので、しっかりと保湿をしていきましょう。



09.

【パーマの疑問】

- アイロンで巻いたみたいなのパーマはできる？
- 縮毛矯正してるけどパーマできる？
- ゆるいパーマをしっかりかけたい…
- いろんな種類があってわからない…
- パーマのあとシャンプーはしていいの？

【さらに詳しく…】

パーマのスタイリング方法!スタイリング剤の選び方

アイロンで巻いたみたいなのパーマはできる？

【パーマの疑問】

1990年設立

綺麗になりやすい髪と
なりにくい髪があります。

パーマをかけてみたいと思ったときに、初めに知ってほしいことが、「スタイリングなしではアイロンで巻いたようにはかからない」「綺麗に出ない髪質もある」ということです。

以下の5つに当てはまる場合は、特にパーマが難しくなります。

【綺麗にパーマが出にくい髪質】

- ハイダメージの髪
- ブリーチをしているもしくはカラーを頻繁にしている
- 縮毛矯正をしている
- ロングの髪でゆるふわのパーマを希望している
- アイロンで巻くことが多い

アイロンで巻いたみたいなの パーマはできる？

パーマは、髪の状態によって大きく左右されることと、できる範囲も変わるので、しっかり相談することをオススメします。

美容師さんに『どんなパーマならかけれるか』を明確にしてもらってからパーマをするようにしましょう。

今の髪で、パーマのできる範囲がイメージに合えば、朝のスタイリングは楽になり、理想の仕上がりになります。

スタイル写真みたいなの仕上がりは、
基本的に「スタイリング」が必須だよ。

だから、美容師さんに
なりたいイメージを相談してみて



縮毛矯正してるけどパーマできる？

【パーマの疑問】

1990年設立

パーマをかけるのは
あまりおすすめできません。

デジタルパーマなどの方法でカールをつけることは可能ですが、ほとんどの場合、理想通りになることは少ないです。

どうしても縮毛矯正の「真っ直ぐになろうとする力」が邪魔して、パーマがかかりにくくなってしまいます。

そのため髪に負担のかかる施術になることが多く、狙い通りのカールがつかないことが多いのです。

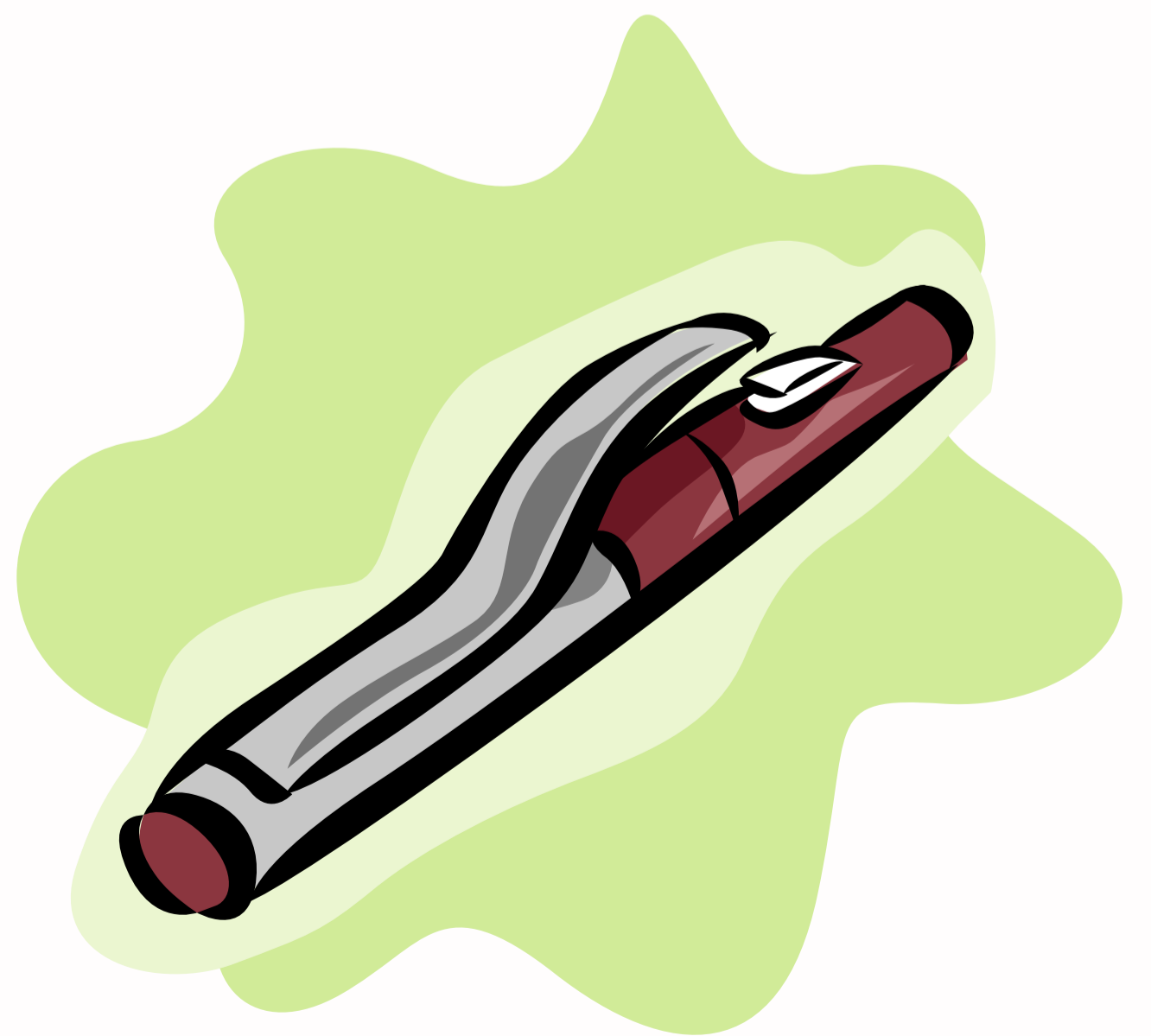


最悪の場合・・・
ただボワボワになるだけ・・・

縮毛矯正してるけどパーマできる？

縮毛矯正をしていて、カールが欲しい場合はヘアアイロンを使う方がずっとイメージのヘアスタイルを再現できるので、できればパーマではなく、ヘアアイロンでスタイリングをしていきましょう。

ただ、髪の状態によっては可能な場合もあるので、一度担当の美容師さんに相談してみることもおすすめです。



ゆるいパーマをしっかりとかけたい・・・

【パーマの疑問】

1990年設立

パーマを「しっかりとかける」のは
2つの方法があります。

「持ちがいいパーマでしっかりとかけたい！」
パーマをかけるなら、そう思う人も多く『緩いカールで
しっかりとかけたい』との声をよくお聞きします。

この「しっかりとかける」とは、美容師のイメージと一
般的なイメージは少し違い、基本的にアイロンで巻いた
ような大きいカールを「持ちが良い」「乾かすだけで簡
単に」というのは、パーマでは叶いません。

ですが、パーマをしっかりとかけるとは『強いパーマに
する方法』と『髪に定着させる方法』がありますので、
その2つを紹介します。

ゆるいパーマをしっかりとかけたい・・・

【強いパーマ】

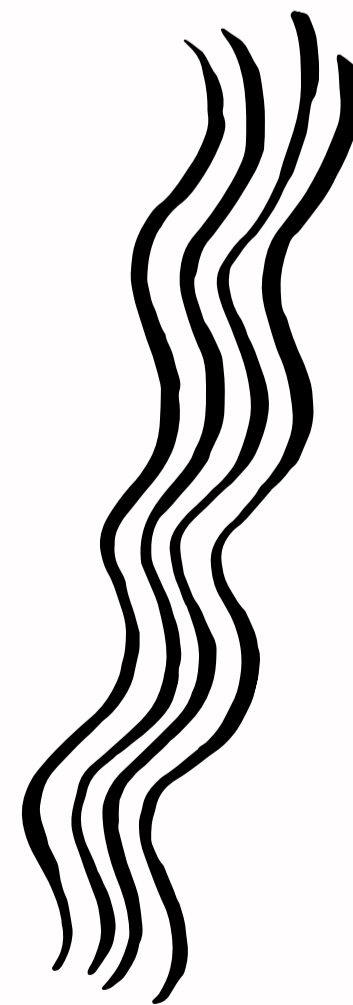
『強いパーマ』とは、薬を強くというものではありません。『ウェーブを強くする』ということです。

この場合は、乾かしてもカールが伸びにくかったり、時間が経ってもカールが残るのがメリットですが、左の仕上がりを求めるときは、ドライヤーで伸ばしながらスタイリングしなくてはなりません。

また、カールが強くなることで、髪がダメージして見えてしまうことにもつながります。



弱いパーマ



強いパーマ

ゆるいパーマをしっかりとかけたい・・・

【髪に定着させる方法】

『髪に定着させる方法』は繰り返しパーマをすることで、長持ちしやすくする方法です。

緩めのパーマでも、繰り返しかけることで、髪に定着し『持ちのいいスタイリングしやすいパーマ』になります。

なので初めの1回目は、すぐにとれてしまうパーマですが、それを繰り返しかけることで髪のダメージを最小限にしながら、もちのいいパーマが叶います。



初めは、すぐにとれてしまう弱いパーマも
繰り返し何度もかけることで、「ゆるふわのパーマの形」でも
取れにくいパーマになる。

いろいろな種類があってわからない・・・

【パーマの疑問】

1990年設立

ほとんどは美容室が
独自につけている名前なので、
気にしなくて大丈夫です。

「ヘアスタイルを素敵にする為」、「スタイリングを簡単にする為」、「デザインを楽しむ為」とパーマには様々な利点があります。

ですが、そんなパーマにもいろいろな種類があり、美容室選びや、オーダーで迷ってしまうことも…

実は、パーマの種類はたくさんあるようですが、大きく分けると「普通のパーマ」と「デジタルパーマ」の2つなので、この2つを知っていれば大丈夫です。

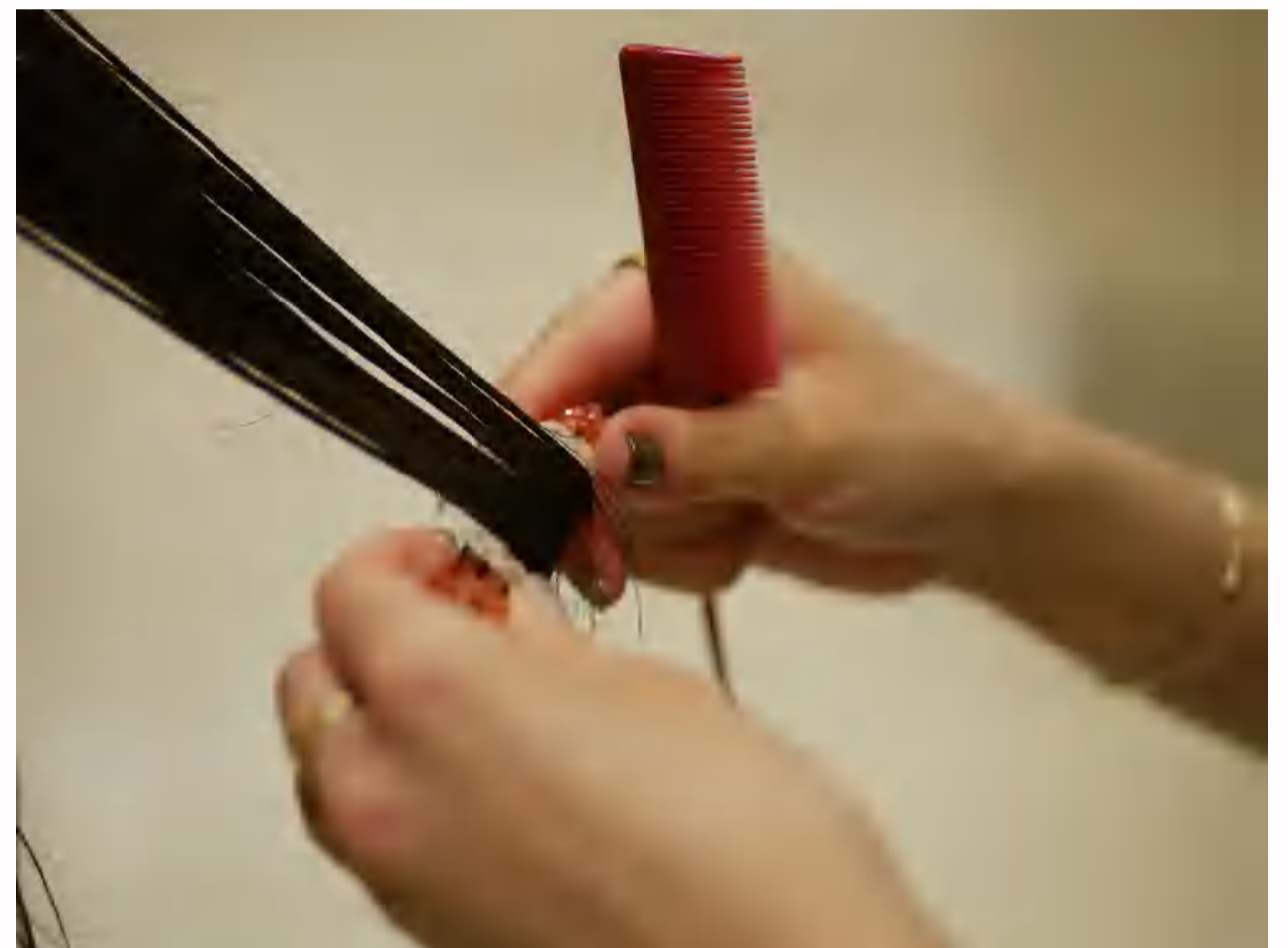
ほとんどは、美容室独自の名前のことが多いので、この2つのどちらのパーマをするか決めれば、後は美容師さんにお任せで大丈夫です。

いろいろな種類があってわからない・・・

「普通のパーマ」とは・・・

一般的なものでこれをお店によっては

- コスメパーマ
- クリープパーマ
- システインパーマ
- オイルパーマ
- ツヤパーマ
- 水パーマ



などの名前で表していることも多いです。

何が最適なのかは、希望する仕上がりや髪質によって変わり、美容師が実際に髪を見てみないとわかりません。

なので、深く考えずに行くお店の美容師さんに聞いてみるのがおすすめです。

いろいろな種類があってわからない・・・

「デジタルパーマ」とは・・・

特殊な機械を使うもので

- しっかりパーマがかかる
- 持ちがいい
- かかりにくい人も安心
- ロングの髪でもカールがダレない

などのメリットがあり、

- 根本にかからない
- 熱によるダメージ
- 髪が硬くなる
- 強い薬を使うことが多い
- 時間と料金がかかる

などのデメリットがあります。



いろいろな種類があってわからない・・・

基本的には、『どんな仕上がりにしたいのか』で方法が変わるので、担当の美容師さんに相談していきましょう。

『普通のパーマ』『デジタルパーマ』のどれを選ぶべきか、どんな種類の『普通のパーマ』をするべきかは、美容師でないと判断しにくいので、『どんなスタイルにしたいか』が非常に重要になってきます。

おススメは、はじめはまず『普通のパーマ』で予約しましょう。

もし『普通のパーマ』がかかりにくい場合は、美容師さんが他のものを勧めてくれるのでそこで初めて、考えてみることをオススメします。



パーマのあとシャンプーはしていいの？

【パーマの疑問】

1990年設立

なるべくなら24時間
置いていただいた方が持ちは良くなります。

パーマの場合は、髪に馴染むまで時間が少しかかる場合が多いので、かけた後、髪に馴染む前にシャンプーしてしまうと、パーマが取れやすくなることがあります。

なので、大体24時間置いていただければと思います。

ですが、かけたパーマや状態によっては変わる場合もありますので、施術した美容師さんに聞いてみるのが一番オススメです。



【さらに詳しく・・・】

パーマのスタイリング方法！ スタイリング剤の選び方

パーマをかけた後にスタイリングはとても重要です。なので、かけたパーマをより綺麗にするために、簡単に作る方法から、さらに綺麗にする方法をご紹介します。

基本的には、パーマのかけかたによって細かいスタイリング方法は変わってくるので、『担当してくれた美容師さん』に聞くのが一番です。

ですが、どんなスタイリング剤を選ぶべきかは、普段のお手入れによっても変わるので、基本の方法を2つのイメージを基に紹介していきます。

- 簡単で素早くスタイリングしたい。
- 綺麗にスタイリングしたい。

この2つのイメージでオススメのスタイリング方法が変わってきます。

簡単で素早くスタイリング

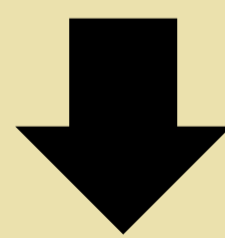
スタイリングに時間をかけたくなくて、簡単にスタイリングしたい場合は、『ムースでのスタイリング』がオススメです。

このスタイリングは、綺麗に作ることはできませんが、形やパーマの雰囲気を出すことができます。

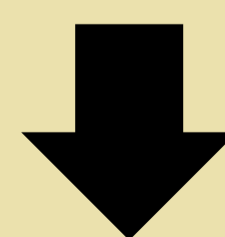
そして、どうしてもドライヤーで乾かすときにパーマは伸びてしまいやすいので、パーマに慣れていない時は、夜シャンプー後にあまりしっかり乾かさないと、いう方法が一番パーマが出しやすいです。

具体的な方法は・・・

根本をドライヤーで乾かす



毛先は、水分が残る状態で「洗い流さないトリートメント」をつけて自然乾燥



朝「ムース」でスタイリング

根本は濡れていると、形が綺麗にならないので、パーマが伸びない範囲で乾かし、毛先にドライヤーが当たったときにパーマが伸びそうなら、そこでドライヤーを止めます。

そして、『洗い流さないトリートメント』をしっかりつけましょう。自然乾燥することで、かけた通りにパーマが簡単に出てくれます。

ですが、髪は自然乾燥でパサつくので、トリートメントを必ずつけてください。

※デメリットとしては、ツヤは出にくいです。

綺麗にスタイリングしたい。

ある程度パーマに慣れていたり、綺麗にスタイリングしたい場合は『クリームや、トリートメントワックス』などがオススメです。

ポイントは、『べたつきの少ないもので、髪全体に馴染みやすいスタイリング材』です。

ワックスとトリートメントを手の中で混ぜるのもオススメです。

また、パーマを伸ばさないように乾かすポイントは【根本からしっかり乾かす】【毛先は優しく】の2つがあります。

【根本からしっかり乾かす】

この時はあまり丁寧さはいりません。『根本に風を当てる』を意識して乾かしましょう。


【毛先は優しく】

毛先を乾かすときにパーマが伸びてしまいます。ドライヤーの風を弱くしたり、引っ張らないように乾かしましょう。

手櫛をしっかり入れる



指の力を抜く



10.

【縮毛矯正の疑問】

- ブリーチしてるけど縮毛矯正できる？
- 縮毛矯正のモチは美容師の技術？
それともホームヘア？
- すぐうねりが戻るのはなんで？
- 長持ちさせる方法は？
- 縮毛矯正とストレートパーマって何が違うの？

【さらに詳しく…】

縮毛矯正を断る美容師の本当の理由

ブリーチしてるけど縮毛矯正できる？

【縮毛矯正の疑問】

1990年設立

ブリーチをしている場合は
基本的には縮毛矯正をしない方がいいです。

ブリーチ毛の場合、ほとんどが縮毛矯正を断られてしまいます。その理由は『チリチリな髪』になってしまうからです。



このような髪になってしまうと、どんなにトリートメントをしても元には戻りません。

ブリーチしてるけど縮毛矯正できる？

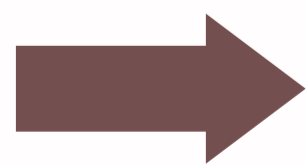
もしも、その時はチリチリにならなくても

- クセが残ったままだったり
- 余計にダメージしたり
- 時間が経ってからチリチリになってしまったり

などのことも少なくないので、ブリーチをしている場合、縮毛矯正はやめておきましょう。

ですが、今は縮毛矯正や髪質改善に特化した美容師さんやサロンもあります。

サロンの設備や薬剤、技術によっては、ブリーチした髪でもある程度綺麗に縮毛矯正が可能です。



ブリーチしてるけど縮毛矯正できる？

ただ、ダメージが進んでいると、縮毛矯正が得意な美容師やサロンで施術したとしても、うねりを伸ばすことができない場合もほとんどです。

なので、ブリーチをしてもうねりをなんとかしたい場合は、縮毛矯正に特化したサロンに相談してみてください。

縮毛矯正にこだわっているサロンも増えてい
るので、どうしてもうねりが気になる場合は

特化したサロンを探してみてください。



縮毛矯正のモチは美容師の技術？ それともホームヘア？

【縮毛矯正の疑問】

1990年設立

縮毛矯正を長持ちさせるには、
ホームケアではありません。
美容師の技術です。

縮毛矯正後の髪は、新しく生えてきた根本の部分にうねりがでてくるのですが、基本的に縮毛矯正はかけた部分は、まっすぐな状態が半永久的に続きます。



ホームケアは、手触りやツヤを維持する役割として重要になります。

縮毛矯正のモチは美容師の技術？ それともホームヘア？

ホームケアは

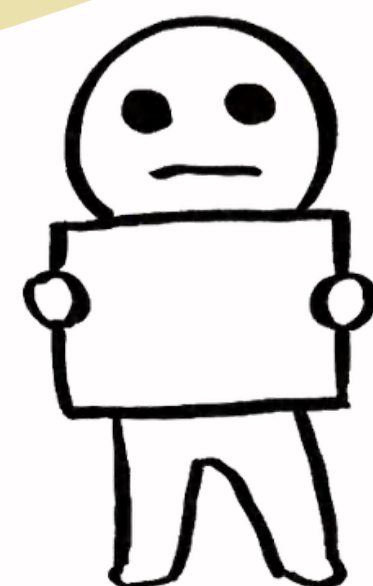
- キレイな髪を保つ
- 手触りをよくする
- ダメージを抑制

など、とても大切な役割があり、これを怠ってしまうと、手触りがざらざらしたり、ひっかかりが出たり、つやがなくなったりしてしまいます。

ダメージが原因で、うねって見えてしまうこともあるので、この場合はホームケアが原因です。

ですが、かけた部分のうねりが戻ってしまうのは、かける美容師の腕にかかっています。

手触りや艶を保つためにはホームケア
うねりが戻るのは、美容師の腕です。



すぐうねりが戻るのはなんで？

【縮毛矯正の疑問】

1990年設立

縮毛矯正の効きが悪いときに
うねりが戻ります。

縮毛矯正では

- 薬のおく時間が短かったり
- 髪質に対してパワーが弱かったり
- 熱処理が適切でなかったり

このような原因で、縮毛矯正をかけたとしても、そもそもうねりが伸びていないと2、3日でうねりも戻ってしまいます。

ですが、これは美容師の技術不足が原因ではなく、「しっかりかけることができないケース」であることが多いです。

すぐうねりが戻るのはなんで？

縮毛矯正は難しい技術で、薬が反応しすぎると傷んでしまいますし、薬の反応が弱いとクセが残ってしまうのです。

なので、僕ら美容師は、今現在の髪に最適な方法で施術を行いますが、ダメージが進んだ髪や、見た目より強い髪などはしっかり縮毛矯正を効かせることができず、うねりがすぐ戻る仕上がりになりやすいです。

- ブリーチをしている
- ホームカラーをしている
- カラーやパーマを繰り返している
- 縮毛矯正やデジタルパーマを繰り返している

などの場合は、キレイに縮毛矯正をすることが難しく、最悪の場合チリチリになってしまうこともあります。

なので、美容師さんが髪の負担を抑えようとするほど、縮毛矯正をしてもうねりが戻りやすいことがあります。

長持ちさせる方法は？

【縮毛矯正の疑問】

1990年設立

いくつかあるので
紹介します。

縮毛矯正は、くせに悩む方の強い味方です。

ツヤツヤでまとまる髪にしてくれる夢のようなメニューですが、一方で髪のダメージにもつながってしまうものでもあります。

ダメージになってしまおうと、2回3回と、どんどん仕上がりがキレイにならなくなってしまうこともあるのも事実です。

- 美容室での仕上がりを少しでも長く維持する為に
- キレイな縮毛矯正を今後もできるように
- 髪のダメージに悩まないように

縮毛矯正をかけた後のケアをご紹介します。

長持ちさせる方法は？

自宅でのケアのポイントは、

- シャンプーに注意する
- 縛ったり、耳にかけたりしない
- 濡れている時は優しく扱う
- ドライヤーでしっかり乾かす
- トリートメントを忘れずに

縮毛矯正はクセを伸ばしてキレイにしてくれるものですが、髪の変えることで髪に負担を与えてしまいます。

また、髪の栄養がキレイな縮毛矯正をかけるために必要で、健康な状態に近いほどキレイで持ちもいいです。

なので日々のケアを心がけていきましょう。



縮毛矯正とストレートパーマって 何が違うの？

【縮毛矯正の疑問】

1990年設立

うねりの伸び具合が変わってきます。

簡単に違いを説明すると、

縮毛矯正 = 薬剤とアイロンの熱で
髪のカセをなくし
しっかりとまっすぐにする方法

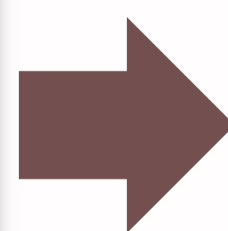
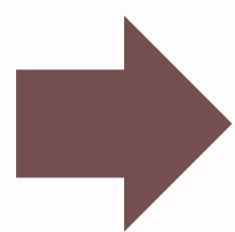
ストレートパーマ = 薬剤の力でカセを緩和し
もともとのうねりを
弱めてくれる方法

うねりが強い人は、縮毛矯正がオススメで自然にうねりを抑制してボリュームを抑えたい人は、ストレートパーマがオススメです。

縮毛矯正とストレートパーマって 何が違うの？

ただ、使う薬剤には大きな違いはないので、髪のパターンでは違いはありません。

また美容室によっても変わる部分ですので、行く美容室に問い合わせしてみてください。



【さらに詳しく・・・】

縮毛矯正を断る美容師の本当の理由

クセが気になって縮毛矯正をしたいと思っても美容師さんに「かけない方がいいよ」「今の髪では縮毛矯正はかけられない」など、断られてしまったり、否定されてしまったことがある方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

実際に、私の美容室にご来店いただくお客様もこのように断られてしまったお客様も非常に多いです。

これは、良い、悪いではなくその美容師さんなりに理由があります。

その理由は

「縮毛矯正の仕上がりでのデメリット」
「髪のダメージ」

の2つです。

縮毛矯正の仕上がりでのデメリット

仕上がりを理由に縮毛矯正をお勧めしない場合もあります。例えば・・・

- ペタッとしてボリュームがなくなってしまう
- シャキッとして不自然になってしまう
- 硬い質感になってしまう
- 真っ直ぐになりすぎてしまう

これらを理由に、縮毛矯正をためらうことは非常に多いです。

ですが、この場合は、しっかりとした知識と技術で克服することもできます。

薬剤の使い方やアイロンの手法などで仕上がりは調整できるので、縮毛矯正が得意な美容師さんや縮毛矯正をこだわっているサロンさんをお願いしましょう。

髪のパダメージが原因の場合

この場合は、どの美容室でも縮毛矯正がキレイにならないことが多いです。

- ブリーチをしている
- ホームカラーをしている
- カラーやパーマを繰り返している
- 縮毛矯正やデジタルパーマを繰り返している

などの場合、キレイに縮毛矯正をすることが難しく、最悪の場合チリチリになってしまうこともあります。

もちろん状態によってはダメージを抑えた方法でキレイにかけることもできますが、ダメージが進みすぎているとお勧めできない場合もございます。


縮毛矯正はとても難しい施術ですので、無理やりかけてしまうと取り返しのつかないことになるので注意していきましょう。

ほとんどの場合「仕上がりでのデメリット」は縮毛矯正の技術で克服できるものが多く、「髪のダメージ状況」ではやはりお勧めできないことも多いです。

どちらの場合もお客様の髪をキレイにするために僕ら美容師は本心でお答えしています。

なので、メリット、デメリットを含め担当の美容師さんと相談してみてください。





11.

【美容室の疑問】

- やってもらってる時気をつけることってある？
- 自分で前髪を切ってもいい？
- 洋服のセンスってみてる？
- 希望の髪型をうまく言えない・・・
- 雑誌についた髪って取った方がいい？
- 勧められた商品は買わないと嫌な客？
- シャンプーでは首に力入れた方がいいの？
- 無駄な話をしたくない時は？
- 鏡を見て話すべき？それとも振り向いた方がいい？
- 美容室に行く前はシャンプーしておいた方がいい？

やってもらってる時 気をつけることってある？

【美容室の疑問】

1990年設立

極端に頭を動かさない事です。

お気遣いすごく嬉しいです。

基本的に僕ら美容師は、お客様が過ごしやすいことを第一に考えているので、どんなことにも対応してくれると思いますが、強いていうなら、頭を極端に動かさない方が助かります。

特にカットの時は頭の形や生え癖など細かい部分を見ながら最適なカットデザインを作るようにしています。

なので、その時に頭の位置が頻繁に変わるとカットしにくく感じることはありますので、真っ直ぐにしていただけるとありがたいです。



自分で前髪を切ってもいい？

【美容室の疑問】

1990年設立

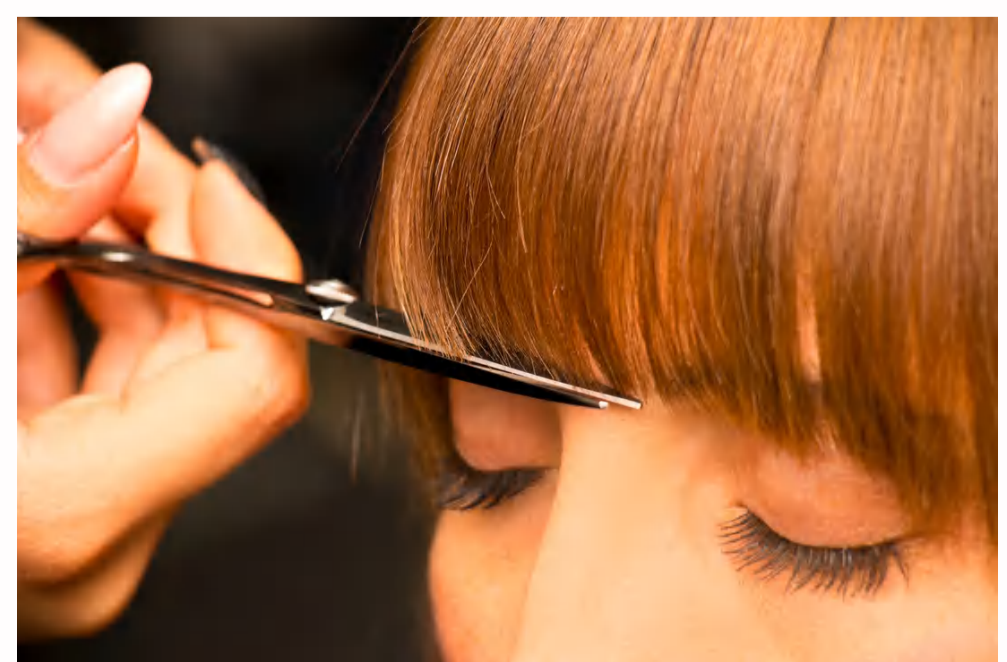
はい、基本的に問題ありません。

前髪をご自分でカットされている方は多く、皆様慎重に切って頂いてるので、ほぼ問題なく修正可能です。

前髪は、すぐに伸びてしまう部分なので、自分でハサミを入れることも少なくないと思います。

それを美容師が嫌に感じることはありませんので、ご安心ください。

形が崩れたとしても美容室で直すこともできます。切りすぎや、減らしすぎなどで修正できない範囲になることだけ避けていただきたいですが、皆様慎重に切って頂いてるので、基本的には問題ありません。



洋服のセンスってみてる？

【美容室の疑問】

1990年設立

センスは全く見ていませんが、ヘアスタイルやカラーを決める際に参考にすることは多いです。

お客様の服装に対して、センスの良し悪しを感じる美容師は、いないはずです。

ただ、「普段どんな服装をすることが多いのか？」はヘアスタイルやデザインに重要な部分なので、参考にさせていただくことは多いです。

なので理想は、いつもの服装で美容室に行くことですが、普段の服装やイメージに関しては会話の中でもわかるので、お好きな服装でサロンに行ってもらって大丈夫です。



希望の髪型をうまく言えない・・・

【美容室の疑問】

1990年設立

画像を3枚ほど
見せるのがおすすめです。

イメージを言葉だけで伝えるのは難しく、美容師同士
でさえ、言葉だけでは正確に伝わりません。

なので、イメージがある場合は写真を持参すると完璧に
伝わります。

ですが、見せる写真が1つだけだと、その写真から美容
師が思うイメージとお客様が思うイメージに相違が出る
ことがあります。

なので、なんとなく好みのイメージを3つほどあると、
担当の美容師もその3枚の写真から、

- ・好きなイメージ
- ・なりたいイメージ



などを正確に読み取ってくれるのでおすすめです。

雑誌についた髪って取った方がいい？

【美容室の疑問】

1990年設立

どの美容室でも同じだと思いますが、そのままにしていいただいて大丈夫です。

気にしていいただいてありがとうございます。

最近は雑誌もタブレット等で提供しているサロン様も多いですが、どちらの場合でも、美容室は必ず掃除をしています。

なので、毛くずで汚れてしまった場合も、お気になさらずそのままにしていいただいて構いません。



勧められた商品は買わないと嫌な客？

【美容室の疑問】

1990年設立

そんなことは絶対にはないです。

欲しくないものを無理に買う必要は絶対ありません。なので、美容師がする商品の提案は、1つの意見として参考にしてもらえれば嬉しいです。

美容師のプロの目から見た時に、髪の状態や目指す理想を叶えるための提案ですが、あくまでも僕ら美容師が勧めるのは、「あると理想」というものを紹介しています。

なので、買いたくない場合は「今回はやめておきます。」と伝えていただければと思いますし、本当に使ってみたいと感じていただいた時に購入していただく方が、僕らも嬉しいです。

シャンプーでは首に力入れた方がいいの？

【美容室の疑問】

1990年設立

力を抜いていただいで大丈夫です。

シャンプー中に首をグイッと持ち上げられた瞬間に、自分の首に力入れた方がいいのかな？と疑問に思ったことがあるというお声は意外に多いです。

僕も美容師になる前は、自分で頭を持ち上げたほうが洗いやすいだろうと思い、力をいれていました。

ですが、これは意外かもしれませんが、力を抜いていただいた方が美容師は圧倒的にやりやすいです。

首をシャワーで流す時に頭を不意グイッと持ち上げられてしまうと、シャワーヘッドが頭から離れてしまい、背中に水が入ってしまう可能性があります。

シャンプーも訓練されておりますので、美容師さんは片手で持ち上げられますので、ご安心くださいませ。

無駄な話をしたくない時は？

【美容室の疑問】

1990年設立

雑誌や携帯を見るのが一番オススメです。

美容師は、会話をしなきゃ！と思っている場合が多く、「少しでも楽しい時間を過ごしてほしい」「何気ない会話からその人のライフスタイルに合わせた提案をしたい」という思いから会話をすることが多いです。

ですが、会話をしたくない場合は、雑誌を読んだり、携帯を見たりして会話をしたくないことを美容師さんに悟ってもらうのがオススメです。

また、ネット予約時のメモ欄やアンケートなどで「静かに過ごしたい」と伝えるのもすごくいいです。

僕ら美容師は、居心地よく過ごしてもらえることが何よりなので、話したくない想いをさりげなく伝えてみてください。

鏡を見て話すべき？

それとも振り向いた方がいい？

【美容室の疑問】

1990年設立

鏡を見ていただければと思います。

とくに施術前のカウンセリングで、振り向いて話すべきか？鏡ごして話すべきか？迷うというお声もあります。

これは、どの美容師さんも鏡ごしに話しをするつもりでカウンセリングをしていると思います。

面と向かって話をして頂けることはとても嬉しいです。ただ、美容師は髪を見させていただきながら鏡ごしにお話しするイメージでカウンセリングをしているので、振り向いた場合には、お客様との顔の距離が近くなり、お互いに恥ずかしいかもしれません。

ぜひぜひ、鏡を見ていただければと思います。

美容室に行く前は シャンプーしておいた方がいい？

【美容室の疑問】

1990年設立

サロンでもシャンプーしますので、
どちらでも大丈夫です。

基本的には、施術に影響があれば、サロンに着いたあとにシャンプーをしてから施術に入りますし、影響がなければ、そのまま施術をすることもあります。

どのような状況でも僕ら美容師がお客様に合わせて最適な方法でさせていただきます。

美容室に行く前はシャンプーしていくかどうか・・・
が気になるときの「ネガティブ要素」としては

頭皮や汗の匂いが気になる・・・

というのがありますが、もし気になる場合はシャンプーしていくことをおすすめします。

美容室に行く前は シャンプーしておいた方がいい？

ですが、美容師はご来店いただいた時点でそこまで頭皮の匂いだったり汗は気にしない美容師が多いですし、僕は全然気にしません。

また、カラーリングをされる方では、シャンプーしてきてしまうと染みやすくなることもありますし、普段のスタイリングはどのようにされているか？をカウンセリングで見ることで、ヘアスタイルを決めていく上での参考になったりと、シャンプーをしないことでの利点もあります。

なので、お客様が一番「来店しやすい状態」を優先していただければ幸いです。



終わりに

終わりに

最後までご覧いただきありがとうございます。

あなたの疑問にあった内容は見つかりましたでしょうか？

ヘアケアの方法は様々なものがありますが、「全部完璧にしよう」という必要はありません。

ですが、ケアのこと髪のことを知るだけで、最小限の時間で最適なケアをすることができます。

なので本書を読んだ後は、そっとしまって何かの疑問に思った時にまた取り出していただけると幸いです。



なりたい自分になるために

1990年設立

お客様からお聞きする「褒められて嬉しい言葉」は「似合うね」って言われたときが一番嬉しいとよくお聞きします。

とくに髪を変えた時はこの言葉を言ってもらえると僕まで嬉しくなります。

似合うヘアスタイルはもちろんですが、どんなヘアスタイルも髪のキレイさは共通すると思っています。

今やりたい髪がなくても、理想のヘアのイメージがあってもキレイな髪でいることで「なりたい自分」を叶えてほしいです。

そのために、これからも美容師として、皆様の「綺麗」を作るお手伝いを「サロン」・「Instagram」・「本書」を通して続けていきます。



@natural_kawai

レビューのお願い

1990年設立

最後までお読みいただき、本当にありがとうございます。重ねて心より感謝申し上げます。

最後の最後にお願いがございました。大変恐縮ではございますが、もし本書が「参考になった」と感じていただけましたら、

あなたのご意見やご感想をレビューいただけると幸いです。例えば・・・

- 参考になったところ、よかったところ
- ここがもっと知りたい

など、あなたの貴重なご意見を聞かせていただければ幸いです。今後の活動の励みにさせていただきます。

カスタマーレビュー: ★★★★★

著者紹介

1990年設立

川合 じん

2023年4月11日発行

vol.004

この電子書籍の著作権はすべて著者「川合じん」に帰属します。本書の全部または一部を無断で複製・転載・配信・送信することを禁止します。
また、本書を第3者に譲渡することはできません。

【お問い合わせ】

メール：kawai146.20120222@gmail.com

電話：080-6673-0341

【著者プロフィール】

川合 じん

1990年設立

関東の大手企業に勤め、家庭事情で地方に移住、顧客「0」スタートで立て直した集客方法を発信し「美容師特化の集客教室」を運営

●集客教室実績

開始半年で受講生400人突破

●美容師経歴

・艶髪特化美容室勤務

-
- ・1991年埼玉県さいたま市 出生
 - ・2012年山野美容専門学校卒業
 - ・2012年関東大手有名サロン就職
 - ・トップデザイナー、副店長経験、年間指名1719名
 - ・2020年Natural青森新町店 勤務