

気をつけて!

髪がダメージを受けていると “老けた印象”に…

一般的な
「**老け見えパーツ**」



実は/
髪も年齢を感じやすい
ポイント!!



髪のエイジングサイン 「老けて見える髪」ってどんな髪?

1

ハリ・コシがない

- ☑ 根元がペタツとなる
- ☑ 夕方までスタイリングをキープできない
- ☑ 髪を結んだ跡がなかなかとれない

2

ツヤがない

- ☑ 天使の輪がない
- ☑ 枝毛が目立つ
- ☑ 切れ毛が多い

3

まとまりがない

- ☑ 毛先が絡まる
- ☑ 毛先がひろがる
- ☑ 服を脱いだ時に静電気でひろがる

エイジングサインの悪化に **STOP**

髪のハリ・コシ・ツヤ不足、ひろがりといった「エイジングサイン」は、日々のダメージの積み重ねによって悪化・加速してしまいます。ダメージの原因を知り、しっかりと対策をとることが、若々しい印象キープにつながります。



NEXT ダメージを食い止めて、若々しい印象をキープ!

1 摩擦によるダメージ

◀ P. 6

2 日光によるダメージ

◀ P. 7

3 ホームケアによるダメージ

◀ P. 8

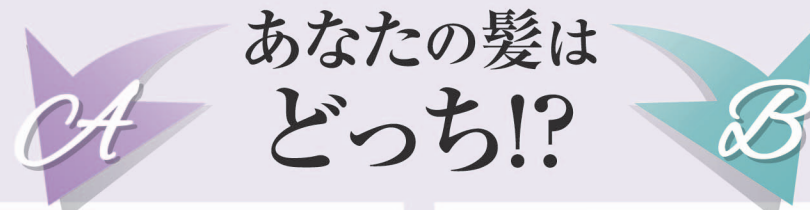
4 熱によるダメージ

◀ P. 10

見逃さないで! エイジングサイン & ダメージ

今、髪に必要なケア

髪が見た目年齢にどれだけ影響を与えるか、意識されたことはありますか?
下のイラストと写真を見比べてください。さて、どちらが若々しく見えますか…?



パサついて広がりやすい髪



まとまってツヤのある髪



CHECK! 髪は印象を大きく左右する!

長さのあるヘアスタイルの場合、髪全体の量が多く、顔まわりを占める髪の割合が大きいため、見た目の印象を大きく左右する重要な要素になります。

2 日光によるダメージ

Q. なぜダメージが起こるの？



紫外線による過乾燥

アミノ酸の結合で形成される髪。紫外線はアミノ酸を分解するので、髪はダメージを受け、パサつきや切れ毛などを引き起こすことも。

紫外線による色素の光分解

紫外線は髪のメラニン色素やカラー剤の染料を分解。褪色が進んでしまいます。

パサつく…



老け見えSTOPメソッド ダメージケアと予防を同時に

＼お家で／

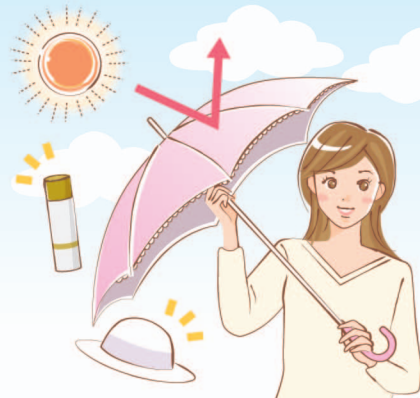
UVケア成分が配合されたヘアケア製品を選ぶ



シャンプーやスタイリング剤など毎日使うアイテムは、成分に注目！「UVケア成分」がプラスされたものを選びましょう。

＼外出時は／

日傘などで髪の紫外線対策を



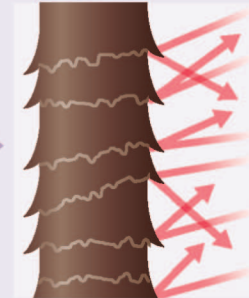
ダメージを受けた後のケアはもちろん、まずはダメージを受けないことが基本。日傘や帽子、UVカットスプレーなどで日差しを避けましょう。

1 摩擦によるダメージ

Q. なぜダメージが起こるの？



ブラッシング・ブロー・シャンプー&トリートメント中に、髪と髪が擦れてキューティクルが損傷・剥離する



髪表面が整わず、光をうまく反射できない

ツヤがない…



老け見えSTOPメソッド 摩擦をトコトン抑えたケアを

1 ブラッシングは毛先→根元の順で



①→②の順にやさしく絡まりをほぐしましょう

2 シャンプーは濃密な泡で



髪につける前にしっかり泡立てましょう！

3 トリートメントはもみ込むようになじませる



エイジングケア*に特化したタイプが◎

4 タオルドライはおさえるように



ゴシゴシするのはNG！

※年齢によるお手入れ

3 間違ったホームケアによるダメージ

老け見え **STOP** メソッド 髪にやさしく&清潔さをキープ

髪にやさしい成分を配合したヘアケア製品を



シャンプーなど毎日使うヘアケア製品は、髪へのダメージの少ないものや、髪にやさしい成分のものを選ぶようにしましょう。

シャンプーの方法を見直す

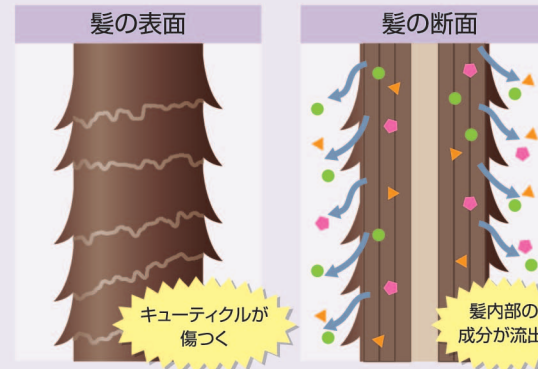


シャンプーは、予洗い+本洗いの「2シャン」がおすすめ。予洗いでは、ホコリや皮脂汚れを落とし、本洗いで頭皮をしっかりと洗い上げましょう。頭皮環境を清潔に保つことが、健康で美しい髪の成長につながります。

また爪を立てずに、指の腹を使ってやさしく洗うことも大切です。

Q. なぜダメージが起こるの？

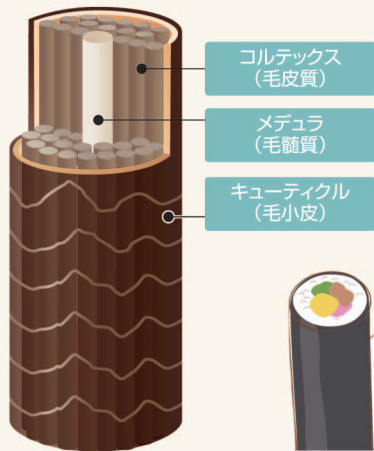
原因 1 シャンプー
洗浄成分に注目!



シャンプーに含まれている洗浄成分によっては、髪に与えるダメージが大きいものがあります。そのため、キューティクルの損傷やタンパク質の流出を招くことも。



Column まるで巻き寿司?! 髪のしくみ



髪の内側に存在するコルテックスの主成分は、タンパク質。一般的なトリートメントは、この層の補修を行う役割を果たしています。健康的な髪ほどコルテックスが密に詰まり、外側のキューティクルが整っています。

マメ知識 髪の「色」を決めるのは?

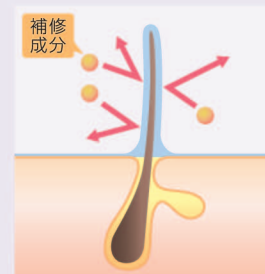
髪表面のキューティクルは、実は無色透明。髪の色を決めるのは、髪内部にあるコルテックスの色素量です。

髪ってまるで巻き寿司みたい! 内側の酢飯をギュッと詰めて、厚い海苔で巻くと、硬くてしっかりとした巻き寿司になりますよね!



原因 2 トリートメント

補修成分が入りにくくなることも



コーティング作用の強すぎるトリートメントを使うと、浸透させたい補修成分が髪内部に入りにくくなってしまいます。

原因 3 洗い方

残留した汚れで頭皮環境が悪化



例えば ネイルが気になって、頭皮までしっかり洗っていない

間違った洗髪方法を続けていると、頭皮に汚れが残留してしまい、健康な髪が育ちにくくなるおそれがあります。

まだ大丈夫？
もう遅い？ 気になるはじめドキ！

エイジングケア* いつからはじめればいいのか？

ここまででお伝えした通り、毎日のヘアケアの中にダメージにつながる要素はたくさん潜んでいます。そのため、若々しい髪を保つためにまず大切なのは、「ダメージを与えないようにする」ことです。

シャンプー・トリートメント、ドライヤーなどを正しく使ったり、日中の紫外線対策を徹底したりと、日々のケアの中でダメージ対策をしっかり行うことは、エイジングケア*にもつながる美髪の第一歩です。

その上で、年齢による髪の変化を感じはじめたら、その影響を最小限に抑えられるよう、より上質なヘアケアアイテムを選んでエイジングケア*をはじめましょう。

「エイジングケア*は〇歳から」という決まりはありません。

自分自身が必要だと感じた瞬間から
スタートするものです。



*年齢によるお手入れ

4 熱によるダメージ

Q. なぜダメージが起こるの？

髪のタンパク質変性



生卵に熱を加えると…？

固まる！

同じことが
髪にも起こる？！

卵を焼いたりゆでたりすると固まりますよね。これは、熱を加えることによって卵のタンパク質の性質が変わって起こるもの。髪の主成分もタンパク質です。ドライヤーやヘアアイロンで熱を加えると、卵と同じように髪も硬化してしまいダメージにつながるのです。

毎日のヘアドライヤーが
ダメージを招く？！



老け見え **STOP** メソッド 適切なアイテム選び&正しい使い方を

なるべく負担のない
使い方を！



ドライヤー

乾かしすぎてオーバードライにならないよう、「地肌」に近づけすぎないこと、「同じ箇所」に長時間あて続けられないこと」を心がけましょう。



ドライヤーの使い方については、P.12~「ヘアケアお悩み相談室」でさらに詳しく解説します！



ヘアアイロン

なるべく低めの温度設定で、傷みやすい毛先から巻かないようにしましょう。

ドライヤーは温度より
風量重視で！

オーバードライを防ぐためには、素早く乾かすことが大事。そのためには、温風の熱が高いものよりも風量が多いドライヤーがおすすめです。



PICK UP!

最近では、髪を乾かすだけでなく、遠赤外線効果など「+αの機能」を持つドライヤーも登場しています！