

# ホホバ 頒布会便り



発行  
毎月一回  
(株)アイリス

九月となりました。夏の間溜まった疲れがドツと出て、体調を崩しがちなこの時季は、身体だけでなく、抜け毛や切れ毛等、髪が増える季節でもあります。しっかりとお手入れして秋の髪を守りましょう。

## 髪のダメージは 秋に表れる？

夏が終わり、朝夕は過ごしやす季節となりますが、気付いたら髪がパサついたり、抜け毛がひどい、等といった事はありませんか？

夏の間、お肌や体調管理に手一杯になっていて、髪にまで手が回らず、秋にドツと表れたダメージにあわて



てしまう方が多いこの季節、しっかりとお手入れして、秋の髪を艶やかに保ちましょう。

## 秋は抜け毛が 増える季節

元々、春先や秋口等、季節の変わり目は抜け毛が増えて来る時季ですから、気にしすぎる事はありません。

しかし、正常な生え変わりのための抜け毛か、頭皮や髪のトラブルによる抜け毛かを知っておく事は重要です。

この時季の自然な抜け毛の場合、一日に50本〜100本くらいは正常範囲です。しかし、成長途中の短い髪が多く抜ける場合は、注意しましょう。

## 髪のトラブル 悪化する前に

髪のトラブルは、お肌とは違って、自然に回復する事はありません。一度傷んでしまった髪は、そのままにしておくと、枝毛や切れ毛、髪の水分量が不足してパサつく、等のトラブルがどんどん進んでいってしまいます。

ダメージの進行を止めツヤやハリを取り戻すお手入れをしましょう。

# 秋は髪の毛のダメージ回復を

夏のトラブルによる髪の毛のダメージは、この時期に、早めにケアする事が重要です。

お肌と違い、自然回復できない髪は、正しいお手入れでダメージを最小限にとどめ、ハリ・コシを取戻して、健康な髪の毛の成長を促しましょう。

## ◆紫外線のダメージ

夏の紫外線や強い日差しに晒された髪は、乾燥してキューティクルが開き、そこから髪の毛のたんぱく質等が失われていきます。

まずはキューティクルを整える為、トリートメントで髪をしつかりと補修して、ダメージを食い止める事が重要です。

## ◆毛穴・血行不良ダメージ

シャンプーのすすぎ残しや、汗や皮脂、トリートメントや整髪料などで、毛穴が詰まった状態になると、血行が悪くなって、必要な酸素や栄養が行き渡らず、脱毛の原因になってしまったり、新しく生えて来る髪が細く弱くなってしまいます。

## ◆摩擦等のダメージ

髪の毛の長い方は、暑い季節、髪を

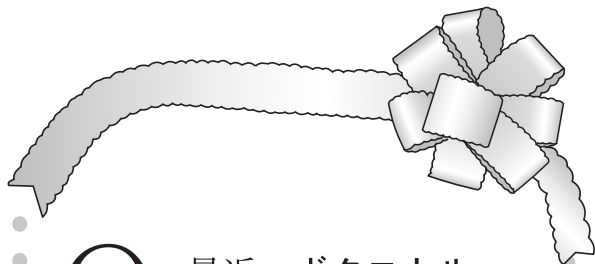


結んでおく事が多くなりますが、それが切れ毛の原因になってしまったり、あまりきつく結んでいると、毛根が常に引っ張られて、地肌のストレスとなる事も。

正しい洗髪で  
ダメージ回復を

## ◆地肌を洗って薄毛予防

シャンプーをする際に注意したい



**Q** 最近、ボタニカル、という言葉をよく聞くのですが、あまり良く意味がわかりません。漠然と、「自然な」とか、「植物性」とかのイメージで、肌や髪に良さそうな感じがしますが、少し前に良く聞いたオーガニック、とはどう違うのでしょうか。正しくはどんな意味なのでしょうか？



**A** いつもありがとうございます。ご質問のボタニカルについては、おっしゃる通り、植物性又は植物由来全般の事。オーガニックは、3年以上化学肥料や農薬を使わない畑で作られた野菜や植物、そこから添加物を使わずに作られた植物オイル等の事。条件の厳密なオーガニックと違い、ボタニカルは、細かな規定はありません。

↙  
のは、髪よりも地肌をしつかりと洗い、充分すすぐという事。

地肌がきちんと洗えていなかったり、すすぎが充分でない事が髪トラブルを招きます。

シャンプー前にしっかりとすすぎ洗いをし、シャンプーは直接髪に付けず、手の平で先に軽く泡立ててから地肌を洗う習慣をつけましょう。その後、すすぎは入念に。また、トリートメントは毛先側半分くらいに付け、地肌や根元近

くには付けない様にして、毛穴詰まりを防ぎ、すすぎは、トリートメントのぬるぬる感が、スルスルした感じに変わればOKです。

タオルで髪を挟み、ポンポン叩く様に水分を吸い取ります。



◆自然乾燥せずにきちんとドライヤーを

シャンプー後、ドライヤーの熱が髪に良くないからと、自然乾燥するのは、おすすめしません。

髪のキューティクルは、濡れている時は、無防備で傷つきやすくなっていますから、そのまま寝てしまうと、枕との摩擦でダメージが。同じ場所に長く当てず、斜め上の方向からドライヤーを当て、きちんと乾かしてから眠りましょう。