

めさせ、モテ髪男子!?

男のヘアケア基礎知識



バレンタインデーを目前にして、髪型など見た目が気になる男性も少なくないのでは?そこで、今回は男性のヘアケアについてご紹介します。

メンズヘアケア商品については、ドラッグユタカのビューティスタッフへご相談下さい。

正しい髪の洗い方

洗髪はヘアケアの基本です。頭皮が良い状態でないと健康な髪は生えません。シャンプーで髪の毛をただ洗うだけではなく、頭皮を清潔にして健康な髪の毛が育つ環境を整えましょう。

-  髪を濡らす前にブラッシングしておく。
-  お湯でしっかり髪と地肌を濡らしてから、シャンプーをつける。
-  指の腹で揉むように、髪と頭皮をじっくり洗った後、シャンプーをしっかりとすすぐ。
-  髪にリンスやコンディショナーなどをなじませ、すすぐ。

ブラシで頭皮マッサージ

ブラシを使用すると手では落としきれない頭皮の毛穴汚れをすっきり落としてくれるのでおすすめです。また、マッサージ効果により頭皮の血行を促進して、頭皮を健康な状態にしてくれます。

健康な髪のための頭皮マッサージ

頭皮のマッサージは、地肌の血行を促進させます。朝晩2回、3~5分くらいかけて行うのが良いでしょう。抜け毛が気になる人はヘアトニックや育毛剤と併用して行うと効果的です。

-  5本の指で頭の後ろ側をつまむように下から上へ揉む。
-  生え際から頭頂部にむかって、円を描くように揉みほぐす。
-  両手で頭をつまみあげるように圧迫する。
-  5本の指を軽く曲げた状態で、頭全体をリズムカルに軽くたたく。

力を入れ過ぎると髪や頭皮を傷めてしまうことがあります。爪を立てないように指の腹を使用して、気持ちがいい程度にマッサージするようにしましょう。マッサージを続けることにより頭皮がつかめそうなくらい柔らかくなるのが理想的です。

男の頭皮ケア

やさしく洗いながら、加齢臭やいやなニオイを抑え、すこやかな頭皮へ整えます。頭皮のタイプに合わせて選べる2タイプ。



リガオス 薬用頭皮ケア
①シャンプー ②チャージャー
オイリースキン/ドライスキン 450ml 各3,675円

フケやかゆみを防ぐ

毛穴に詰まった皮脂を落として、育毛剤の浸透を助けるシャンプーと、心地よい爽快感のリンス。超爽快タイプのエクストラクールもあります。



花王 サクセス
①薬用シャンプー レギュラー/エクストラクール 本体 420ml
W/リンス成分配合/W/リンス成分配合エクストラクール 本体 380ml
②リンス 髪サラッと/ボリュームアップ 本体 420ml 各798円

頭皮にやさしく、気持ちいい!

髪を洗いながらマッサージで血行促進効果のある洗浄ブラシ。指では落としにくい頭皮の毛穴汚れもしっかり落とします。



花王 サクセス
頭皮洗浄ブラシ
ふつう/やわらかめ
1個 各698円

強く、太く、発毛

有効成分「ミノキシジル」を配合した男性用発毛剤。壮年性脱毛症における発毛や育毛及び脱毛の進行予防に効果を発揮します。

大正製薬 第1類医薬品※
リアップX5 60ml 7,400円

