

40歳、今の私がいちばんキレイ!

「美スト」

September 9  
2012

齋藤 薫の読む美容液  
向井 理さん

be-story.jp

# 美ST

【特集①】

開幕! もう一度、化粧品のかで自己ベスト更新!

頑張れ40代!

「ゴスメオリンピック」  
2012



「ゆるくくろ美容」  
「真夏も余裕しやくしやく」  
「毎電しててもSTOP! お肌の熱射病」

【別冊第一付録】

「夏老けは医療で  
なかったことに」  
BOOK

【別冊第二付録】  
美魔女になれる通コス  
徹底調査

秋までに  
「レッツ美人!」  
BOOK



おかげさまで  
絶好調!  
デジタル通販マガジン  
「セレSTORY」  
第16弾!

秋の髪疲れはまともに受けた紫外線のせい

# 「頭皮が日焼けしちゃった」 どうしよう!

一年を通してUVケアするのはもはや常識。でも、頭皮はUV未体験という人がまだまだ多いのでは？ 夏の間は頭皮が浴びた紫外線は、秋の抜け毛やたるみをもたらす、いわば夏老けの盲点！ 最新頭皮ケア事情は進化しています。「もう日焼けしちゃった！」という人も、今からケアすれば間に合いますよ！

撮影／和佐田美奈子、中林 香、小林愛香、奥山崇樹  
ヘア・メイク／大山美智(里織さん分)、高梨 舞  
スタイリスト／加藤万紀子(里織さん分)  
取材／岡崎久美子、八尾美奈子、西岡直美  
デザイン／園分 陽

## 頭皮が日焼けすると、どうなるの？



紫外線ダメージを受けていない正常な頭皮の色は、白もしくは日焼けしていない肌の色に近い肌色で適度なうるおいと弾力があります。一方、紫外線を浴びた頭皮は茶褐色に変色し、乾燥して硬い状態に。

P.122 チュニック ¥14,700 (ハリス / ハリス銀座マロニエコート店) ネックレス ¥29,400 (ともにケンゴクマ プラス マユ / ヴァントームヤマタ) P.123 右・左・ブラウス ¥15,750 (ハリス / ハリス銀座マロニエコート店) ビアス ¥7,875 / プラス ヴァントーム / プラス ヴァントーム ジュイアール名古屋タカシマヤ店) 中・ワンピース ¥19,950 (ル シェルド / ハリス / ハリス銀座マロニエコート店) ビアス ¥35,700 (ヴァントーム青山 / ヴァントーム青山ブルミエール 伊勢丹新宿店)

# 「我流、頭皮UVケアで私の髪は「夏老け」ません!



シャンプー前に  
ハーブのヘアオイルで  
マッサージ

坂村かおるさん(45歳)  
美魔女1期生  
黒髪美女の名に恥じないよう、髪にはいつも気を使っていますが、ウォーキング時はサンバイザーなので、頭皮はお日直撃です。  
日焼けしたかと思った日は、ヘアオイルで入念マッサージ。頭皮が柔らかくなります。



新陳代謝を促すために  
重力に逆らって  
1日1回逆さまケア

山内有紀美さん(44歳)  
バイリンガルMC  
ガーデニングや犬のお散歩、子供のプールの付き添いなどで、つい頭皮が日焼けしてしまっています。  
ソファに横になったときに頭を逆さに。血が巡って頭がポカポカ。頭皮もほくれる感じ。

**あなたの頭皮ケアを診断**

「シャンプー前のマッサージは、頭皮の汚れを落としやすくし、やわらかく健やかに保ってくれます。ビタミンCケアをする場合は、果物ではなく成分入りプロダクトがオススメです」(中野先生)

**硬くなった頭皮は徹底マッサージでやわらかく**

日焼けから頭皮が乾燥して硬くなり、新陳代謝が悪くなると知り、シャンプー前のマッサージを始めました。ハーブのヘアオイルは優しい香りで癒やされます。リンスにビタミンCを投入した我流ケアも気に入っています。

**あなたの頭皮ケアを診断**

「逆さまになると頭皮の血行がよくなり新陳代謝もアップ。毎日の日課にするのはオススメです。マッサージアイテムはやはり頭皮用のものを使用したほうがいいですね。日焼けした時は優しく」(中野先生)

**増毛にもいいと聞いて毎日実践! 効果ありの予感**

以前、髪の毛がフサフサの60代の男性にお会いして、何をやってもダメだった薄毛が逆立ちケアで増毛したと聞き、日焼けすると硬くなるという頭皮にもいいかなと真似しています。毎日2分間頭を下にするだけなんです。



「ツバキウォーター ダメージケア」と「エルシエラハーブヘアオイル」を使っています。



引き締め効果を狙った紅茶リンス。その日の気分によってハーブティを使うことも。



リンスを溶かしたお湯にレモン汁をそのまま混ぜ合わせて。地肌も丹念にマッサージします。



髪のコンディションが悪いときは「アクアビジョンMIIDヘアパック」を使用。



レモンや紅茶入りのお手製リンスを頭皮にすり込むようにマッサージ。

お出かけのときには、日傘や帽子で極力頭皮が直接日光に当たらないように心がけて。



「インナーバランスミスト」の7番をスプレーすると、頭からゆったりとした気分に。



「pure soysuse」のトリートメント、「洗プレミアム」のシャンプー、ロクシタンのヘアコンディショナーを愛用。



お気に入りのボディ用の木製マッサージャーでテレビを見ながら、頭皮を軽くマッサージします。