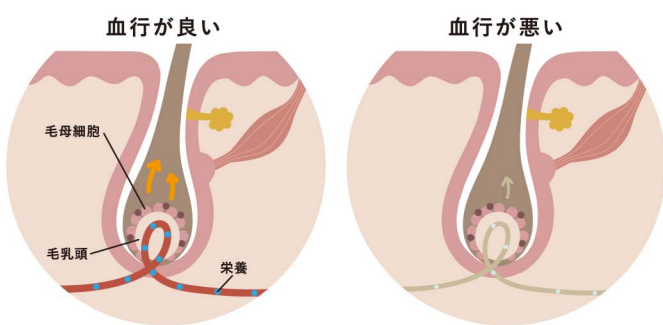


本来の美しさは、
根元で決まる！

髪ツヤは、頭皮から。

気温も少しずつ下がりはじめ、“秋”を感じられる季節になってきました。しかし、夏の強い紫外線や汗・皮脂の分泌によってダメージを受けた頭皮は内部に炎症や乾燥を引き起こしている可能性が。この時期は「夏の蓄積ダメージ」と「秋の乾燥環境」の二重のストレスにさらされるため、非常にデリケートな状態にあります。早めのケアが、秋冬の抜け毛・乾燥・かゆみを防ぐカギ。肌と同じように、頭皮にも「夏のアフターケア」を始めてみましょう。

夏終わりの頭皮状態は
とても深刻です！



Check!

血行不良のサイン

- ☒ 頭皮が硬くなる(触ると張っている、弾力がない)
- ☒ 抜け毛が増える
- ☒ 髪の毛のハリコシ・ツヤがなくなる
- ☒ フケやかゆみが出やすい

冷房による冷え

夏場は室内外の温度差が激しく、冷房の効いた環境に長時間いることで体が冷えます。特に頭や首まわりが冷えると、頭皮の毛細血管が収縮し、血行が悪くなります。



夏バテによる自律神経の乱れ

高温多湿による疲れや睡眠不足、食欲不振が続くと、自律神経が乱れやすくなります。これにより血管の収縮・拡張のコントロールが乱れ、末端(頭皮など)への血流が低下します。



紫外線ダメージの蓄積

夏に強く浴びた紫外線は、頭皮の細胞をじわじわと傷つけます。これにより慢性的な炎症や代謝の低下を引き起こし、血流を悪くする原因にもなります。



頭皮の血行促進は、頭皮のうるおいや
髪の毛のツヤにもつながります！

Let's 頭皮マッサージ♪



STEP 1



頭皮用美容液をなじませる

頭皮用美容液を適量塗布し、指の腹でやさしく全体にいきわたらせるようになじませましょう。



STEP 2



側頭部、耳まわり

側頭部を3段に分けて耳の上あたりから頭頂部に向かって順番にマッサージします。



STEP 3



後頭部、前頭部

後頭部の次は前頭部です。左右を3段ずつに分け、おでこ側から頭頂部に向かって同時にマッサージします。



STEP 4



頭皮全体

最後に、頭全体に軽く刺激を与えます。左右の5指でトントンと頭皮を弾き、たたくようにして刺激を与えて終了です。

ポイント！

力を入れすぎず、
毎日続けることが
大切です！

※画像・イラストはすべてイメージです

ADJUVANT

CORPORATE SITE
www.adjuvant.co.jp

