



ZACC DADA GUBI LIPPS U-REALM Belle AELIAT GARDEN Garland CANAAN Tierra

スウィートガールの間で今ホントに流行っているスタイル大発表!

夏のHITヘアBEST5



石原さとみ 石田ニコル 佐藤菜里 野崎晴香 森 絵梨佳 鈴木えみ ...etc.

スウィートガールのなりぎりコレクション

美女&イケメン美容師が提案! おしゃれな彼女と彼の「お似合いカップルヘア」

ゆる〜スラブ髪も心も癒り出す! ドラマティックな夏ヘア提案♡

カリスマ美容師プロデュース

TREND HAIR OF NEW SUMMER

Sample Book

Lesson 2

「がんばりすぎない!」が好感度UPのお約束

モテ♡巻きをマスター

作り込んだ髪よりもナチュラルな髪に男子は弱いもの。リラックス感をたっぷりと演出してくれる、2大モテ巻きの作り方をレクチャーします。



3

全て巻き終えたとこの状態
 手束を無造作に分け取りながら、アイロンに手で巻きつけてながら全体を巻くと、写真のようにランダムな動きが出現



2

襟足も忘れずに巻いて
 襟足の手束を細めに分け取ったら手前に引き出して、□と同じように手でアイロンに巻きつけていく。



1

モテ♡point
 手で巻きつけてランダムな動きに

毛束をアイロンに巻きつける
 毛束を細めに分け取り、根元を少し空けて手でアイロンに巻きつける。毛束が自然にねじれて動きがランダムに。



- a. 毛先まで潤うツヤのあるカールに。クレイツイオン回カールアイロン 26mm ¥8,500/クレイツ
- b. 猪毛とナイロン毛をミックスした髪を優しくとかせる。SP08/M BR ヘアブラシ ¥4,800/ヤネケ
- c. 自然な動きとツヤをプラス。ウエラ プロフェッショナル EIMI セルフデリライン ワックス HOLD2 80g ¥1,800/ウエラ



5

ワックスをつけて散らす
 指先にソフトワックスを取り、指つまみながら毛束をちらしてフワッとさせ、空気感をたっぷり引き出して。



4

モテ♡point
 ブラシでほぐすとフワフワに!

巻いた髪をブラシでとかす
 クッションブラシでとかして、巻いた髪をほぐしつつフワッとさせる。全体をサツとひとたきするようにとかして。

ひと手間加えて
髪をもっとキレイに

モテ♡髪をキープする5つの秘策

ヘアケアやスタイリングで髪をキレイにしたら、その美しさはずっとキープしたいところ。美髪マスターの角さんに、美しい髪をキープできる秘策を教えてくださいました。

秘策2

バランスのよい食生活で
髪を内側から元気に！

「ヘアケア剤で外側から髪をケアすることも大切ですが、髪を元から元気にするには、食事も大切なんです。髪の主成分となるたんぱく質を多く含む肉、魚、卵、大豆、牛乳などを積極的に摂取したり、髪の生成に必要なヨウ素を含む、わかめ、ひじき、昆布などの海藻類を食事に取り入れるのもおすすめ。色々な栄養素が互いに作用し合って体内に吸収されるので、一品に集中するのではなく、バランスよく食事する事を心がけましょう」



秘策1

キレイな素髪感を演出するには
保湿がいちばん

「髪は水分が失われると、くせが出やすくなったりキューティクルが剥がれやすくなったりと、様々なトラブルが出てくるため、髪の水分量をキープすることはとても大切なんです。それにはヘアオイルを使った保湿がおすすめ。髪を乾かす前につけるのはもちろん、日中バサつきが気になる前に毛先に塗布すると、乾燥から髪を守ることが出来ます。サラッとした軽めのオイルを少しだけつけるのならベタつきも気になりませんよ」



秘策4

髪がすくすく成長する
ゴールデンタイムには
質のよい睡眠を

「22時～2時はゴールデンタイムと呼ばれ、副交感神経が活発化して成長ホルモンが分泌されるため、髪の成長に最適な時間といわれます。その時間に睡眠を取りたいのですが、22時に就寝するのが難しい場合もありますよね。副交感神経が活発化するのにはリラックスした時なので、早めに就寝できない場合は、ぬるめのお風呂にたっぷり浸かったり、リラックスする香りをかいてみて、深い眠りにつくことで髪の成長が促されます」



秘策3

よい香りは
美髪の特効薬！
リラックス効果で
髪がみるみる健やかに！

「ストレスは万病の元、と言いますが、イライラしたり落ち込んでいると、血流が悪くなって頭皮に悪影響を及ぼすこともあります。香りには気分をリフレッシュ・リラックスさせてくれる効果があるため、気分がすぐれない時は、心を安定させる香りをかいてみましょう。オレンジやラベンダー、カモミールの香りには、ストレスを和らげ緊張をほぐす作用があるため、就寝前にかくことで深い眠りにつくことができ、健やかな髪が育まれます」



6つの花精油の香りが心身の疲れを整え、香りを吸い込みながらシャンプーすることで全身のバランスを整える。(右から)HANAオーガニック ビューリッシュシャンプー、同・トリートメント 各250ml ¥4,700 / ¥6,700

秘策5

髪の色がキレイだと
顔の印象が見違える！
カラーケアをお忘れなく！

「カラーリングは顔の印象を明るく見せたり、傷みをカバーする効果があるため、好感度をUPさせたい時におすすめ。ですが、色みが抜けて髪が黄色っぽくなっていたり根元が黒くなっていると清潔感がなくだらしない印象に見えるので、カラーリングをしたらキレイな色みはしっかりキープしたいところ。それには、専用のシャンプーでケアしたり、乾燥から髪を守るために保湿したり、褪色の原因となる紫外線から髪を守る事が大切です」



a. 体にも使えるスプレー。褪色の原因となる紫外線をブロック、ロレックをひきまなまよしUVケアシュー 80g ¥1,600 / モルトベネ b. カラー直後から1週間ケアで色もUP。(右から)プロマスターカラーケア スタイリッシュシャンプー 200ml ¥1,000、同・ヘアトリートメント 200g ¥1,600 (サロン専売品) / ホーユ c. コンディショナー不要なのに髪が滑らかに。サンター・デュ・シェッド クリームシャンプー 250g ¥5,000、大同

ここまで覚えれば完璧！
できることから始めて、
モチ髪を手に入れましょう

