

DAILY WASH

毎日の洗うケアこそ見直すべき



シャンプーは38度のぬるめのお湯で流す

「お湯が熱過ぎるとキューティクルが開いて栄養分が出ていってしまい、ダメージやドライヘアの原因になるとわれています。ベストなのは少しぬるめの38度」(美香)。「洗う前にブラッシングをして汚れを落としましょう。シャンプーの残留を防ぐため、すすぎを念入りに行うのもマスト。頭皮を洗うつもりで」(shuco)



「毎日の洗髪に最適。キューティクルの表面を整え、滑らかな髪へ修復してくれる」(美香)。ORGANIC WAY リビルディングヘアバス(シャンプー) 240mL ¥3,600、同ヘアマスク 150mL ¥3,400(共にアラミック)

紫外線対策も洗うケアで叶えられる

顔に比べると、3倍以上の日光を浴びているといわれるのが髪。特に夏場は、多量の紫外線によるダメージでパサつきやすい危険な状態……。屋外にいるときは日傘や帽子でなるべく髪をガードするのはもちろんのこと、毎日使う“シャンコン”を、深刻なダメージから補修してくれるものに切り替えるのも手！

大豆由来の脂質を含むリペア成分を従来品の3倍配合してパワーアップ。さらに髪を輝かせるひまわりオイルもプラス！ファイブハーブスリペアリングシャンプー 300mL、同リペアリングコンディショナー 250mL 各¥2,600(共にロクシタンジャパン・8/29発売)



いざとなったらオイル頼み。どんな髪でも瞬時にツヤめく

髪の調子はイマイチだけど、今すぐツヤツヤに見せたい……そんなときの救世主といえばヘアオイル！「保湿力の高いオイルをつけるのが早い。髪をツヤでコーティングしてくれるので、2~3プッシュ分なじませればどんなコンディションのときも救われます」(中島)。お守り感覚で常備を。

4.「カメリアオイルを筆頭にツヤ髪に導く成分がたくさん！どんな髪質にも使える万能オイル」(中島)。CH ユイル クロノロジスト 120mL ¥5,500(ケラスターゼ)、5.モリンガなど4種の植物オイルをブレンド。日中のツヤ足しにもお役立ち。シスレー ヘア リチュアル プレシャス ヘアケアオイル 100mL ¥10,600(シスレージャパン)



トリートメントはコームでなじませるのが正解

傷んでパサつく髪の修復手段としても、ツヤをキープするためのメンテナンスとしても欠かせないのがトリートメント。「ヘアマスクでもコンディショナーでも、手でつけた後はやや目の細かいコームで髪全体をとかすようにして、よくなじませて。このステップを加えるだけで仕上がりが全然変わります！」(中島)



1.モリンガ油を配合。特別髪を輝かせたい日用。ダヴィネス サークルクロニクルズ スポットライト サークル 50mL ¥1,000(コンフォートジャパン)、2.アウトバス仕様。椿オイルを均一に浸透させてツヤ髪に。エッセンス アブソリュ ナイト セラム 100mL ¥3,000(シュウウエムラアート オブヘア)、3.「光を美しく反射するドラマティックな髪になる」(中島)。マスク クロマティック 200mL ¥5,000(ケラスターゼ)

擦っちゃダメ！プレスするようにタオルドライ

タオルドライ後は高保湿ミストを。こちらはドライヤーの熱で髪を補修する効果が高まるタイプ。スティーブンノル プレミアムスリークハイドロリニューミスト 250mL ¥1,300 ※編集部調べ(コーセー)

髪の水分蒸発を防ぐため、またドライヤーの熱を髪に当てる時間を減らすため、洗髪後は即タオルドライを。「オススメは蒸したタオルで拭くこと。乾いたタオルでもOKですが、摩擦のないように、そして新生毛を抜かないように、優しく髪をプレスするつもりで拭いて」(shuco)

ドライシャンプーで3Dヘアを保つのもキー

このシーズン、気をつけたいのは汗や皮脂で髪がボリュームダウンしてしまうこと。メリハリのないベタンコ頭だとツヤ感を演出しにくくなるのに加え、顔までのっぺりした印象に見えるからご用心！しゅっとスプレーするだけで洗いたてのような立体感とフレッシュな輝きが蘇るドライシャンプーを味方したい。

6.油分をしっかり取り込む皮脂吸収パウダーを含有。つけた瞬間からサラリ！プレイリスト スプレードライヤー 120g ¥2,000 ※編集部調べ(資生堂インターナショナル)、7.爽やかなハーブの香りに癒やされる。髪にさり気なくツヤを宿す美容成分も！サボリーノ 髪を洗いますプレー 100g ¥1,200(BCL)

