

elle 褒められ美髪 の秘訣 elle

- ◎土台から作る本物の美髪
- ◎乾かすだけでサラッとまとまる艶髪
- ◎嬉しくて思わず触りたくなるような髪
- ◎家族や友人、同僚からも褒められる髪
- ◎気分が上がり毎日がワクワクする髪



【著者】

Hair&Resort O'Leo 代表

濱田和幸



【目次】

【Chapter1】 自己紹介と僕の想い

【Chapter2】 復元との出会い

【Chapter3】 褒められ美髪になるための心構え

【Chapter4】 4大ホームケア実践編

【Chapter5】 ヘアケア商品に惑わされるな！

【Chapter6】 トリートメントの不都合な真実

【Chapter7】 まとめ

🌀 【Chapter 1】 自己紹介と僕の想い 🌀

初めまして。

オレオの代表兼、毛髪構造復元士（ヘアニスト）の濱田和幸です。

この度は、e-Book「褒められ美髪の実訣」をダウンロードしていただきありがとうございます。

この書籍であなたの髪が「褒められ美髪」になるきっかけになれば幸いです。

それでは本題に入る前に、まずは私の自己紹介と想いをお伝えしていきます。

【美容師としての経歴】

- ◎高校卒業後、個人サロンに就職し基礎を学ぶ
- ◎通信教育で働きながら美容学校に入学 & 卒業
- ◎美容師免許取得と同時にスタイリストデビュー
- ◎7年間お世話になったサロンを退職
- ◎大手のサロンに転職し、トップスタイリストとして月間200名を担当
- ◎2015年 Hair&Resort O'Leo を開業
- ◎2017年 復元と出会い、資格取得の勉強スタート
- ◎2019年 復元・髪質改善専門サロンへ方向転換
- ◎年間約1000人以上の方に通っていただく人気サロンに成長



僕は18歳から美容師の道に進み、現在34歳になるので16年間美容の仕事に携わってきました。

その中で復元と出会い、僕的美容師人生が大きく変わったように

「復元をして本当に良かった。」

とお客様一人一人に思っていただけでと幸いです。

家族を大切にするため、
実家の店舗兼住宅だった理容室を改装し、
半個室空間でマンツーマン施術を専門とした美容室を経営しています。

僕自身は特にたくさんの店舗拡大は目指しておりません。

髪の毛に悩みで本当に困っている方一人一人と向き合い、
しっかりと効果を感じていただきながらも、

「仕事だけでなくプライベートも充実した生活を送りたい。」

「自分が幸せでないと人を幸せに出来ない。」

「自分だけでなくお客様もハッピーな関係性。」

「仕事もプライベートも全力で取り組む。」

「お客様に嘘をつかず真摯に向き合う。」

そんな事を思いながら日々奮闘しております。

「仕事もプライベートも全力で。」それが私のモットーです。



サロン経営は僕にぴったりの仕事となりました。

僕は26歳で結婚し、27歳でオレオをオープンさせたものの、
当時4歳の息子がおりながら、実は31歳で離婚しています。
(簡単に言うと、性格の不一致です。)

お店もオープン当初から経営がうまくいった訳ではなく、
休みも週一で贅沢な暮らしは全然させてあげれていませんでした。

そして離婚して人生の崖っぷちの時、一人で経営していたので

「すべては自分次第で変われる。」

という事を改めて実感し、お客様に喜んでもらいながらも

「自分の人生も充実させる働き方にしないと！」と思い立ち

- ◎完全予約制
- ◎月に2回の日曜休み(月8日休み)
- ◎エイジングケアに特化
- ◎復元・髪質改善専門サロン
- ◎1日最大3名様限定
- ◎オーダーメイドのマンツーマン施術



という経営方法に改善していきました。

そして、僕自身、2020年に再婚し大好きな妻と新たな人生を歩む覚悟をし、
過ちを繰り返さないよう、仕事もプライベートも満喫しています。

また、小学生になった大好きな息子とは月に1度、

「美容師だから。」

と勝手に諦めていた日曜日にお休みをいただいて楽しく遊んでいます。

年間約1000人以上の方に喜んでいただいています。



オレオに通う事で、

- ◎髪の毛がボロボロだったのが改善されてキレイになった。
- ◎まとまりやすく、お手入れが断然楽になった。
- ◎納得のいく説明で安心して施術を任せられるようになった。
- ◎髪がキレイになると、周りから褒められるようになった。
- ◎自分に自信が持てるようになり、髪を触るのが楽しみになった。
- ◎変化がわかるので、ホームケアが楽しくなってきた。

など嬉しいご報告を多数いただいております。

オレオでは髪がキレイになった更にその先を見据えて
お客様の輝かしい人生のサポートが出来れば幸いだと常に考えています。

1人1人のお客様と全力で向き合い、
しっかりとサポートさせていただきまますので僕にお任せくださいね。



【Chapter 2】復元との出会い



それは、

昔から担当させていただいていた

1人のお客様とのこんな会話から始まりました。

「なんだか最近髪の毛が細くなって傷んだ気がする」

ホームケアや施術は一切変えていないのに僕は、

「なんでだろう？」



と思い、色々なトリートメントや薬剤を取り寄せて
テストしてみましたが、なかなか改善しませんでした。

そこで諦めの悪い僕は更に調査と勉強を重ね復元と出会い、
知識と技術を学び、ヘアニストという資格までとりました。

復元のおかげで学んだのが、
簡単に言うところの5つでした。

- ①髪は35歳でピークを迎える（細くなっていく）
- ②そもそも傷ませない予防施術が大事
- ③施術前にトリートメント（ダメージ抑制）
- ④キューティクルを守る & 再形成
- ⑤本当に正しいホームケア知識

今思えば美容師として、
流行りや髪型やバランス、似合わせなど「デザインの勉強」は
たくさんしてきましたが、

「傷ませない」

「髪をキレイにする」

という勉強はしてきませんでした。

これは、どの美容師に対してもあるあるですが、
先輩から聞いたヘアケア知識を
そのまま丸パクリで自分の知識にしていたし、
それが当たり前でした。

ですが、

これでは加齢に伴う髪質の変化には対応出来ず
本当に正しいヘアケア知識が
身につくわけがありませんよね。

なので僕は先行投資をして、現代の最新理論を
「毛髪構造機構研究会」の杉山博士（教授）から直接学びました。

その甲斐もあって、

先程のお客様も復元の施術とホームケアを変えた事で
若い頃のようなキレイな髪に戻り、
とても喜んでいただけました。

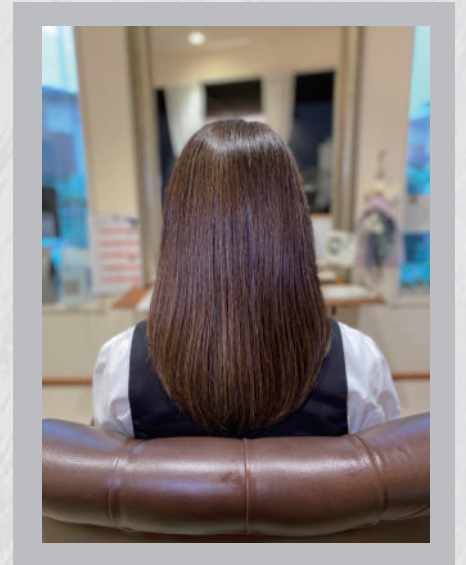
僕自身もとても嬉しかったのと同時に、

「こんな悩みを持っている人はもっと多いのでは？」

と思い、そんな方のために復元を広めて

「もっと自分の髪に自信を持ってもらおう！」

と決意した事から今のオレオがあります。



そもそも復元って何なの？聞いたことないけど・・・



復元はこんな人にオススメです。

- うねりやクセがあり、艶がなくパサつく。
- 年齢と共に髪が細くなり、まとまらない。
- 髪が傷んでどうしようもなくなってしまった。
- 頭頂部の立ち上がりが弱くなってきた。
- 髪に本当に良い事がしたい。

さらに、

復元の特徴を5つのまとめて簡単にお伝えすると、

- ◎特殊なシャンプー & トリートメント（復元剤）
- ◎復元 IR（美容機器）で遠赤外線放射
- ◎内部補修（土台作り）
- ◎キューティクルを復元（特許技術）
- ◎頭皮のクリーン洗浄

これらの最新の美容技術をフルに活用した
「髪が傷む前の状態に近づける」特許技術が復元です。

また、カラーやストレートなどの
「施術前」に復元を行う事でダメージを
圧倒的に少なく抑える事が可能となりました。

専門知識や資格が必要な上、導入費用や時間、コストがかかるため
どこのサロンでも出来る訳ではありませんが効果は絶大です。

◎1度で劇的に改善されたい方は、
「復元」×「ストレート」（緩いうねりやクセにも対応）

○定期的なメンテナンスで根本改善されたい方は、
「復元」×「ヘアエステ（トリートメント）」

がオススメです。

特に1番人気のストレートはあまりクセがない方でも、うねりをとるだけで、

- ◎手触りや質感の向上
- ◎見た目の艶が倍増
- ◎アイロンやブローが不要
- ◎まるで自分の髪じゃないように生まれ変わる
- ◎自分に自信がつく
- ◎周りから若く見られて褒められる
- ◎ダメージはほぼ感じない
- ◎極端に真っ直ぐやペタンコにもなり過ぎない

こんなふうになめちゃくちゃ良い事尽くしですので、是非1度はお試しく下さいね。



elle 【Chapter 3】 美髪にするための心構え elle

美髪にする具体的な方法をお伝えする前に、
まずお約束していただきたい事が5つございます。

それは、

- ①【施術で傷ませない】
- ②【ホームケアで傷ませない】
- ③【髪のクセやうねりの改善】
- ④【正しいヘアケア知識を身につける】
- ⑤【上記を守って半年以上は必ず継続する】

という事です。

美髪にするためには美容室で出来る事だけでは限られているので、
必ずお客様のご協力も必要となってきます。

そのため、一緒に美髪を創り上げるパートナーとしてサポートさせていただけると幸いです。

それでは、1つずつ解説していきます。

①施術で傷ませない

まず1つ目は、

「施術で徹底的に傷ませない」という事です。

美容室では

パーマやカラー、縮毛矯正などの施術を行う際には、
どうしてもダメージをしてしまいます。

多少のダメージは仕方がないのですが、
防げるダメージは出来るだけ抑えてあげることが重要です。

そこで、オレオの場合は一般的な美容室と違い、
パーマやカラーなどの施術に入る前に先に土台作りを行い、
傷みにくい状態を作ります。

●一般的な美容室●

施術→トリートメント

◎オレオ◎

土台作り（クレンジング＋トリートメント）→施術

※一般的な美容室に行かれる場合は、前日にトリートメントで補強して
傷みにくい状態を作っておきましょう。

カラーは、キューティクルを復元してから染める事で
ダメージを抑えるだけでなく、色もちも良くなります。

そのため、頻繁に全体染めをしなくても
綺麗な髪色をキープしやすくなります。

パーマや縮毛矯正も土台作りをする事で
2～3ヶ月に1回かけてた方でも半年間キープしやすくなります。

毎月美容室に行かれる方は年間12回。

2ヶ月に1回行かれる方は年間6回。

3ヶ月に1回いかれる方は年間4回。

「どこの美容室」で

「どんな施術」をするか

で髪の毛は本当に変わってきます。
傷ませない美容室選びを心がけましょう。

②ホームケアで傷ませない

実は知らず知らずのうちにホームケアで
傷ませてしまっている方は9割を超えていると言われています。

毎日の積み重ねが半年後の髪の毛を劇的に変化させる事が出来ますので、
今一度ホームケアを見直しましょう。

特に自分で染めるなどすると、色のムラはもちろんですが、
縮毛矯正のかかりムラや、特に髪の毛のダメージ大きすぎます。

そのため、自宅では出来るだけ傷ませる行為は控えて
美容室でプロに任せましょう。

また、ホームケアで傷ませる原因としては、

- ◎熱
- ◎紫外線
- ◎摩擦
- ◎薬剤

の4つがありますので、注意しましょう。
詳しくは後ほどお伝えいたします。

③髪のクセやうねりを改善

髪の毛は年齢と共に細く柔らかくなってしまいます。

そのため、昔はクセがなかった方でも
段々とクセやうねりが出てくる事が多いのです。

また、クセやうねりが出ると、ストレートな髪と比べて光が均一に当たらず、
艶が出にくくなってしまいます。

だからと言って

毎日高温のアイロンやドライヤーでブローをしていると、
髪の毛はどんどんボロボロになってしまうので注意が必要です。

そんな方の改善策となるのが、ストレート（縮毛矯正）です。

ストレート（縮毛矯正）と聞くと、
ぺたんこや、まっすぐになり過ぎる
などマイナスなイメージを持たれている方も多いと思います。

ですが、オレオの進化系ストレート（縮毛矯正）は、

- ◎ペタンコにならない。
- ◎真っ直ぐ過ぎず自然な仕上がり。
- ◎手触りが抜群に良くなる。
- ◎艶が信じられない程出る。
- ◎アイロンがいらなくなる。
- ◎半年に1回のスパンでかければOK。

など、従来のデメリットを改善して
いいこと尽くめとなっております。

- クセやうねりが気になっている方
- 縮毛矯正の繰り返しで傷んでしまった方
- クセがキレイに伸びない方
- クセはあまりないが、アホ毛が多い方

こんな方はオレオの進化系ストレート（縮毛矯正）をお試しください。

④正しいヘアケア知識を身につける

正しいヘアケア知識を身につけることは、
髪の毛をキレイにしていく上では必須となります。

美意識が高すぎて、
「あれもこれもやり過ぎている」という方は非常に多いです。

せっかく気をつけて努力していても間違った方向に頑張っては
残念ながらあまり効果はありません。

せっかく頑張るなら、正しい方向性を学んで頑張りましょう。
そして、特に理解していただきたいのが、

【一貫性を持つ】という事。

例えば、
根本的に髪をキレイにしたいと思っているのに、
毎日仕事に出かける前に高温のアイロンを長時間
しては矛盾していますよね？

どうしてもアイロンをかけたいのであれば、

出来るだけ低温で頻度を減らし、
熱ダメージを保護するヘアケア商品
を使うなど工夫が必要です。

そのためにも、
本当に正しい知識を持って
一貫性を持ち、ケアしていく事で髪は変わります。

⑤上記を守って半年以上は必ず継続する

オレオにご来店される方の平均スパンは1~2か月です。

髪の毛は定期的にメンテナンスをする事でより綺麗に保つ事ができます。

美容室に来店する期間が2~3ヶ月ならまだしも半年や半年以上など
バラバラになってしまうと、自分のケアでは限界があります。

そのため、最低3ヶ月以内での来店を推奨しております。

定期的な来店サイクルを作り、大切な髪を守る習慣を身につけてくださいね。

また、髪の毛は1ヶ月で約1cmしか伸びません。

すべての髪が生え変わるには、長さにもよりますが、
女性だと最低でも2年~3年はかかります。(1年で約15cm)

なので、

まずは最初の目標を半年に設定し、そこから1年、2年と経過を見ていくと
変化を必ず実感していただけたらと思います。

【Chapter 4】 4 大ホームケア実践編

まず初めに結論から言うと4大ホームケアとは、

- ①ドライヤーやアイロンの熱ダメージ
- ②髪が濡れてる時の摩擦ダメージ
- ③日差しの紫外線ダメージ
- ④ホームカラーやの薬剤ダメージ

の4つになります。

根本的に髪を改善していくには、

ご自身の協力も必要不可欠になりますので

出来る事から一つずつ改善して行きましょうね。

①ドライヤーやアイロンの熱ダメージ

これが傷ませている原因としては、1番多いパターンです。

アイロンはたまにという方も多いですが、

ドライヤーはほぼ毎日使われると思います。

※自然乾燥されている方は摩擦ダメージの説明を熟読ください。

「毎日使うドライヤーで傷んでしまうなんて。。」

「アイロンは傷むと分かってはいたけど。。」

そんな方への対策は、



【お金をかけてもいい方】

①低温～中温のドライヤーを買う

(復元ドライヤーなど)

②熱ダメージを保護してくれるヘアケア商品を使う

※オイルはコーティングされてしまうためNGです。

【出来るだけお金をかけたくない方】

①ドライヤーは髪から20～30cm以上離し、振りながら乾かす

②小まめに冷風と切り替えながら乾かす(特に乾き過ぎには注意)

③アイロンの温度は140度以下

※どうしてもクセが強く伸びない方は根元だけ160度をサッと。

④アイロンは2秒以上同じところで止めない(何度も同じところをしない)

⑤極力アイロンは使わない

熱ダメージが蓄積されると、

どうしてもキューティクルが剥がれやすくなり、傷んでしまいます。

お家で自分の髪を守れるのは自分だけですので、

傷ませない習慣を作ってくださいね。

②髪が濡れている時の摩擦ダメージ

これも意外と知られていないのですが、

髪の毛が細い方は特に要注意です。



特に摩擦ダメージをうける代表的な5つのシーンはこちらです。

- 力任せにシャンプーする時
- タオルで髪をゴシゴシ拭く時
- 濡れてる時に雑にクシで梳かす時
- 濡れたまま長時間放置している時(30分以上)
- 濡れたまま寝てしまう時(半乾きも)

これらの濡れている時に出来るだけ丁寧に扱う事で摩擦ダメージを減らせますので今日からは是非実践してみてくださいね。

③日差しの紫外線ダメージ

紫外線は目に見えませんが、
確実に大切な髪のキューティクルを破壊してしまいます。

特に5月～9月の夏期に最も強くなるので注意が必要です。

【紫外線の種類】

◎UV-A

→対策 PA++++ など

太陽から届く紫外線のうち95%以上を占めています。

UV-Bほど有害ではないですが、

長時間浴びた場合の健康影響が懸念されています。

(窓ガラスや雲も透過して肌の奥まで届きます。)

◎UV-B→対策 SPF50+ など

残りの5%を占めていて、日焼けや皮膚がんの原因となります。

【紫外線が及ぼす髪への影響】

- キューティクルを破壊する
- カラーの色落ちが早くなる
- 乾燥してパサパサになる
- 毛髪強度が弱くなる

などの悪影響を与えますのでしっかり対策をしましょう。

【紫外線対策】

- ・日傘な帽子、サングラス
- ・UV カットスプレー

などで肌も大事ですが、髪のももしっかり守りましょう。

④ホームカラーや施術の薬剤ダメージ

先に言っておきますが、
ホームカラーは美容室のカラーの10倍傷みます。。

正直、これが1番傷むと言っても過言ではありません。

ホームカラー（自宅でのカラー）は、
サロンで染めるみたいに根元だけ分けて塗る事が非常に困難です。

しかもサロンで染める際には、
根元と毛先の既に染まっている部分の薬剤は分けるのが一般的です。

そのため、繰り返し染めていると気づけばポロポロになってしまいます。。
しかも傷むだけでなく、

- 色ムラが出来る
- パーマがきれいにかからなくなる
- ストレート（縮毛矯正）もキレイにかかりにくくなる
- 切れる恐れがあるため施術出来ない場合もある

などのデメリットもありますので、
ホントに10倍傷むと言っても過言でない位なので
極力やめましょう。

【それでもどうしてもやめられない方は】

- ・分け目と生え際の根元だけ指で塗る
- ・カラー専門店などでもいいので根元だけ染める
- ・誰かに分け目と生え際だけ塗ってもらう
- ・ホームカラーと1回おきにサロンで染める

など工夫が必要になります。



【Chapter 5】ヘアケア商品に惑わされる!

これから以下の4つに分けて解説していきますね。

- ①シャンプーとトリートメントの選び方
- ②流さないトリートメントの真実
- ③正しいドライヤーの選び方
- ④正しいアイロンの選び方

結論から言うと、よく広告などで見かける

「ただ〇〇にするだけで」

など魔法のようなものは残念ながらありません。

クセが比較的にとまりやすいシャンプーやトリートメントはありますが、うねりが取れたりするものではありません。

とにかく美髪にするための基本は「傷ませない事」です。

これを基に商品選びをしていきましょう。

①シャンプーとトリートメントの選び方

まず1番悩まれている方が多いのが、
シャンプーとトリートメントだと思います。

これを大きく2つのジャンルに分けると、

【市販品】か【サロン専売品】があります。

それでは早速、メリットとデメリットをみていきましょう。

【市販品】

◎メリット◎

- ・安価で使いやすい
- ・薬局でいつでも手に入る

●デメリット●

- ・石油系（アルコール系）シャンプーが多い
- ・洗浄力が強すぎる（頭皮が乾燥）
- ・保湿成分が少ない
- ・広告費やパッケージにお金をかけている

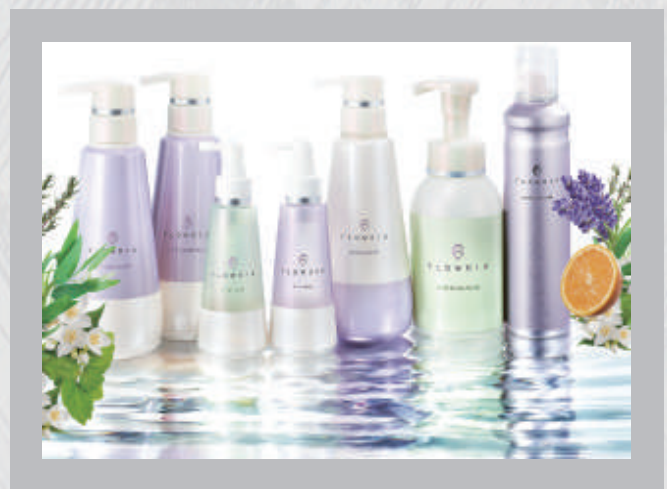
【サロン専売品】

◎メリット◎

- ・植物由来成分で構成
- ・洗浄しながら保湿もしてくれる
- ・髪の毛に本当にいいものが多い
- ・成分重視で質が高い

●デメリット●

- ・価格が高め
- ・サロンでしか手に入らない
- ・ネットにも出品される事もあるが偽物も多い



このような特徴がありますが、あくまでもシャンプーとトリートメントは美髪のための補助的な役割でしかありません。

※ただし、シリコンなどコーティング力の強すぎるものは施術の妨げになります。

【見分け方】

①成分表示

代表的なシリコンなどのコーティング剤の成分表示には、

- | | |
|--------------|----------|
| ・ジメチコン | ・コポリマー |
| ・ジメチコンコポリオール | ・シリカ |
| ・フェニルトリメチコン | ・アモジメチコン |
| ・シクロメチコン | ・シロキ |

などがありますので、裏の成分表示を確認するとわかりやすいと思います。

※シャンプーでは高級アルコールや石鹼系など「ラウレス硫酸 Na」や「ラウリス硫酸 Na」などの表記があるものは洗浄力が強すぎる場合があります。

②触ってみる

感覚の話になりますが、少量を手にとってハンドクリームのように馴染ませてみてください。

●コーティング多い商品●

いつまでもベタベタして石鹼で洗わないと気持ち悪い

◎コーティング少ない◎

手にスーっと馴染むもの

何種類かで比較するとわかりやすいと思いますので
自分が使っているものを確認してみてくださいね。

ちなみに僕のお勧めは、オレオでも取り扱っている

◎Reviii シャンプー & トリートメント (LOVREDO)

※ホームケア用の復元剤です。

・Flowdia シャンプー&トリートメント (DEMI)

※髪質に合わせて4タイプございます。

ですがそれよりも、

◎摩擦の少ない洗い方

◎スタイリング剤をつけた時は2回洗う

◎つけなくても2~3日に1度は2回洗う

◎シャンプーを泡立てた状態で2~3分おく

◎トリートメントをつけた状態で2~3分おく

などの「どの商品を使うか」よりも「どう洗うか」に気をつけた方が
傷ませないためには効果的ですので今日から実践してみてくださいね。

②流さないトリートメントの真実

洗い流さないトリートメントには、

【オイル】と【クリーム】の2種類が主流となっています。

使う目的としては、

- ◎ドライヤーの熱からの保護
- ◎枝毛のまとまり感 UP
- ◎手触りや質感向上
- ◎保湿や乾燥対策

が主な理由ではないでしょうか。

それでは、ここで質問です。

あなたは流さないトリートメントを

「いつ」つけていますか?? 乾かす前? 後?

実はこれ、乾かす前なら【クリーム】

乾かした後なら【オイル】が正解です。

どっちも使った方がいいという話ではなく、

◎乾燥やパサつきやすい髪ならクリーム

◎乾かした後の艶が欲しいならオイル

という基準で選ばれるといいです。

特に注意しないといけないのは、オイルを乾かす前につけると、

ダメージの保護になる一方で、

ドライヤーの熱で過度にコーティングされてしまいます。

先ほどお話した通り、髪の毛にとって

コーティングは出来るだけしない方がいいので

オレオではあまりオススメしておりません。



僕の個人的には髪質にもよりますが、

◎乾かした後なら【モロッカオイル】

◎半乾き時に【LOUVREDO ヒートガード（フォームタイプ）】

◎濡れてる時は【ニゼルブリーチケアセラム（ハイダメージ）】

を推奨しておりますので、

ご来店いただいた方には詳しくご説明させていただきます。

③正しいドライヤーの選び方

これはズバリ温度です。

一般的なドライヤーの温度は110～120度とされています。

そのため、ほとんどのドライヤーは熱いので
「振りながら使っている」
と思います。



特に乾かしきる瞬間が高熱がだと髪は傷み、パサパサになってしまいます。

なので、そもそもの温度が低い低温～中温である60～80度のドライヤーを
振らずに使用した方が髪は圧倒的に傷みません。

それを可能にしているドライヤーが僕がオススメしている、
「復元ドライヤー」です。

温度が低いだけでなく、

遠赤外線 × マイナス電子の岩盤浴のような風で

髪にも体にも優しい国産ドライヤー。

TV やメディアでも数え切れないくらいに紹介されて一躍話題になっています。

ですが、2万円台と高価なものにはなるのでなかなか手が出ない方は、他社でも温度を低くしてるドライヤーもあるので、そちらを選ばれるといいと思います。

毎日のドライヤーを変えると本当に髪は変わりますので、是非タイミングの合う方はチャレンジしてみてくださいね。

④正しいアイロンの選び方

正直に言うと、自分ではあまり使って欲しくないです。。

なぜならほとんど方が、やり過ぎてしまうから。。

アイロンは非常に高温で200度くらいになるものも多いです。

そんな高温のアイロンを長時間、定期的に使っていると髪はボロボロになってしまいます。

某メーカーのアイロンは、
「このアイロンは180度でも傷みません」

と豪語していますが、他のアイロンに比べて

「傷みにくい」

というだけで、決して傷まないわけではありません。



わかりやすく例えるなら、

「180度の熱湯に手を入れても火傷しませんよ」

といっているようなものです。

高価なアイロンを使っても、先程の例でいうとせいぜい

「薄手のゴム手袋をつけて熱湯に入れる」程度の緩和です。

なので、どうしてもアイロンを使いたいという方の注意点は、

◎温度は基本 120～140 度

◎クセが強い方は根元のみ 160 度

◎かける前に少し水分を与える（与えすぎも NG）

◎2 秒以上同じところで止めない

◎何度も同じところをかけない

◎熱ダメージを保護するスタイリング剤をつけて使用する。

※推奨はコーティングしないで保護する LOVREDO のヒートガードです。

これに気をつけるようにしましょう。

最後にもう一度言いますが、自宅でのアイロンは絶対に薦めておりません。

アイロンかける位なら、一度オレオの次世代ストレート（縮毛矯正）をお試しください。

ダメージを極限まで抑えて

見た目も手触りも格段に向上しますし、

なによりお手入れが乾かすだけで OK になります。

本当に正しいヘアケア知識をつけることで、髪は劇的に変化していきます。

商品に頼り過ぎるのではなく、あくまで

「傷ませないための補助役」

くらいの認識にして、お手入れ方法を変えていきましょう。

【出来るだけお金をかけたくない方】

少しの手間と意識を変えて、

傷ませないお手入れ方法を身につけましょう。

【お金をかけてもいい方】

手間や時間を省くために傷ませない道具や商品に頼る。

というのも一つの選択肢です。

傷ませない施術 × 傷ませないホームケア = 美髪

この方程式を守り、

あなたも美髪を手に入れてくださいね。



【Chapter 6】トリートメントの不都合な真実



今回のお話は美容師ですら根本的にはき違えている方も多いため、是非頭に入れておいてください。

せっかくなら意味のあるトリートメントで髪を綺麗にしましょう。

①トリートメントはただのコーティング

コーティング = 被膜（髪の表面を覆う）ことを指します。

早速ですが、コーティングのメリットとデメリットに分けて解説していきますね。

◎メリット◎

- ・見た目や手触りが良くなる
- ・髪を保湿できる
- ・髪の内部補修になる

●デメリット●

- ・髪の毛そのものは変わらない
- ・剥がれる時に健康なキューティクルを傷つける
- ・髪が空気と触れ合わなり、弾力がなくなる
- ・頭皮に薄い膜をはり、毛穴が詰まる



実は、

一般的なトリートメントは補修は出来ても修復は出来ません。

むしろ、

過度なトリートメントはかえって傷ませる場合もあります。

例えば、カラーをした後に過度なトリートメントを行うと、

薬剤の残留成分を閉じ込めてしまい中から傷ませてしまう原因にもなります。

なので、トリートメントをするならシリコンなどが過剰に入っていない、

出来るだけコーティング力の少ないものにしましょう。

②トリートメントでクセは伸びない

これは当たり前なのですが、

最近の美容業界では様々な新しいメニューが次々に登場しているので解説しておきます。

※類似メニューなども多いですが、基本や理論は変わりません。

美容室によってメニュー名や工程は異なりますが最近だと、

①酸熱トリートメント

②髪質改善トリートメント

③ヘアチューニング

などをちらほら耳にします。

これかほ緩いクセなら伸びると謳い

1~2ヶ月に1度はするように薦められているのですが、

ストレート剤が入っている場合が多いので頻繁に回数を重ねる毎に逆に傷んでしまいます。

※実際にそういう体験をされた方が多くご来店されています。



ストレートは基本的に半年に1度が目安で、どんなに早い方でも4ヶ月程度が無難です。

クセをとりたいなら、ストレート（縮毛矯正）をかけた方が圧倒的にキレイに伸びますし、傷みも少ないです。

特に最近のストレートは、昔のようにぺたんこになり過ぎないナチュラルなストレートヘアに仕上がります。

なので、クセが緩いうねり程度の方でもそんな次世代ストレートをすれば、手触りや質感も格段に向上します。

③復元は唯一無二のトリートメント

最後にオレオのメニューの

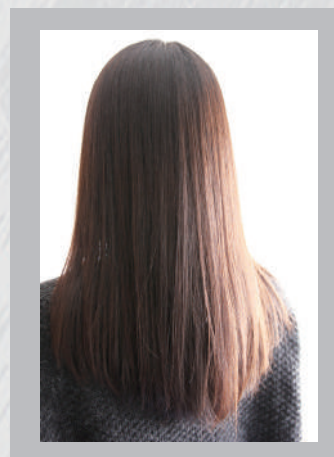
「毛髪復元ヘアエステ」

というトリートメントメニューについてお話をします。

先に言っておきますが、このメニューにはストレート剤は一切入っておりませんので傷まないのはもちろんですが、クセは伸びません。

ですが、

- ①根本的な土台作り（老廃物除去）
- ②毛髪内部の補修
- ③キューティクルの再形成
- ④頭皮保湿



などの効果があります。

このヘアエステで使う復元剤は、特許を取得しており
5大栄養素を含むだけでなく微弱な電気が発生するものになります。

繰り返し定着させる事で、

- ①傷む前の状態に近づける
- ②傷ませなければずっと髪に残る
- ③擬似キューティクルで毛髪強度が高まる
- ④手触りが軽くてふんわりサラサラに

など普通のトリートメントでは不可能な本当に髪に良い事ばかりです。

ですが、繰り返しお伝えすると、緩いクセでも伸ばしたい方は
ストレートメニューをお選びくださいね。

お家でも気軽に復元を体験されてみたい方は、前述しましたが、
LOVREDO の Reviii シャンプー&トリートメントをお試してください。

オレオの HP から LOVRE MAISON というサイトに登録する事で
購入可能です。

※店舗での受け渡しが困難な場合は、自宅に直送も可能です。(送料+500円)



【Chapter 7】まとめ



今回の e-Book 「褒められ美髪の実訣」をご拝読くださり、
ありがとうございました。

長かったとは思いますが、ここに記されていた事を守っていただく事で、
髪は本当に変わってきます。

今までどこの美容室に行っても綺麗にならなかったという方は、
ホームケアから見直してください。

それだけでも必ず変わりますので楽しみながらお手入れしましょうね。

①こんな方は是非ご相談ください

こんな悩みを抱えている方は是非1度、
僕に相談ください！

- ◎35歳を超え、髪が細くハリコシがなくなった。
- ◎髪が傷んでどうすればいいかわからない。
- ◎うねりがあって広がり、まとまらない。
- ◎艶がなく乾燥し、いつもパサパサしている。
- ◎ぺたんこは嫌だがクセは伸ばしたい。



そしてオレオでは、完全予約制のため
事前にメニューを決めていただき、時間枠をお取りしております。

下記を参考にして、
多く当てはまるものを選んでお問い合わせくださいね！

【毛髪復元ストレート】

- クセやうねりがあり、艶がなくまとまらない。
- クセはあまりないが、毛量と枝毛が多い。
- 他店で縮毛矯正をしたが、キレイに伸びない。
- ぺたんこにはしたくないが、クセを取りたい。
- 自然なサラサラにストレートにしたい。

※平均 4～6 ヶ月程度。



【毛髪復元うる艶カラー】

- 白髪を染めたいが、傷ませるのは嫌だ。
- 定期的なカラーで、どんどん傷んできた。
- 全体を染めても、すぐに色が抜けてしまう。
- 根元だけ染めて、毛先はケアしたい。
- 艶のある色にしたい。

※平均 1～2 ヶ月程度。



【毛髪復元ヘアエステ】

- 定期的なメンテナンスで根本改善したい。
- 手触りや質感を良くしてまとまりが欲しい。
- 髪の毛をリセットした土台作りがしたい。

※平均 1～2 ヶ月程度。



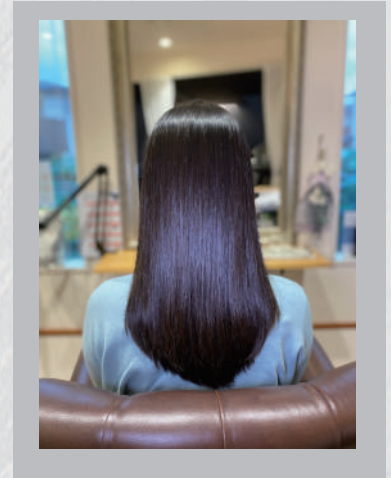
【遠方でご来店が困難な方】

- ①オレオのHP「復元ドライヤー」の記事から「LOUVRE MAISON」に登録
- ②「復元ドライヤー」「復元カールドライヤー」「Reviii」「ヒートガード」
などご購入。（オレオのHPからご登録する事で特別割引が受けれます）
- ③正しい使用方法でホームケアを実践して美髪に変身する。

②オレオに来店すると・・・

こんな未来をご提供させていただきます。

- ①つい触りたくなるような髪になれる。
- ②正しいヘアケアが身につき変化を楽しめる。
- ③髪のダメージを抑え、毎日のお手入れを楽に。
- ④周りから髪の毛を褒められるようになる。
- ⑤自分に自信が持てて、毎日が楽しくなる。



髪の毛をキレイにするのは
大変ですが、傷めるのは一瞬です。
美髪にするために、一緒に学びながら頑張りましょう。

③毛髪構造復元士（ヘアニスト）在籍の美髪カウンセリング

僕は、ヘアケアの専門知識と技術を習得し
毛髪構造復元士（ヘアニスト）という資格を保有しています。

年間1000人以上を美髪に導いている経験と知識をスタッフと共有し、
1人1人に合わせた診断とご提案をさせていただきます。

【初回限定】

- ①髪質診断
- ②マイクロスコープ頭皮診断
- ③立ち上がり & ダメージ診断
- ④キューティクル診断



上記の4つの診断から
あなたの髪を分析し、
現状から美髪への最短ルートを
ご提案させていただきますので楽しみにしててくださいね。

④オレオの美髪システム

- ◎完全予約貸切マンツーマン制（当日予約不可）
- ◎35歳以上のエイジングケアに特化
- ◎髪質改善・復元専門プライベートサロン
- ◎施術前に行う次世代トリートメント
- ◎ストレートヘア専門美容室

あなたの悩みを
お家でゆっくりと考えてご相談いただけるよう
ご来店前にWEBカウンセリングシートへのご記入をお願いしております。

気になる事は何でもいいので正直に答えてご相談くださいね。

まとめ

今までの話を全て要約すると、

【美髪への最短ルート】

- ①髪を本気でキレイにするための心構えを作る。
- ②4大ホームケア実践する。
- ③ヘアケア商品に惑わされない美髪知識を持つ。
- ④美容室で傷ませない施術をする。
- ⑤そもそも傷ませないのが本当に大事。

これらを守っていただくと、あなたの髪は必ずキレイになっていきます！
もしご来店いただけるなら僕が全力でサポートしますのでお任せくださいね！

わからない事があれば公式 LINE から予約だけでなく、
ご相談も出来ますので気軽にお問い合わせくださいね。

それでは、
長文にお付き合いいただき本当にありがとうございました。

あな髪が「褒められ美髪」になるのを心から願っております。



e-Book「褒められ美髪の実訣」 著者

Hair&Resort O'Leo代表 濱田和幸