

シャンプー 小ばなし

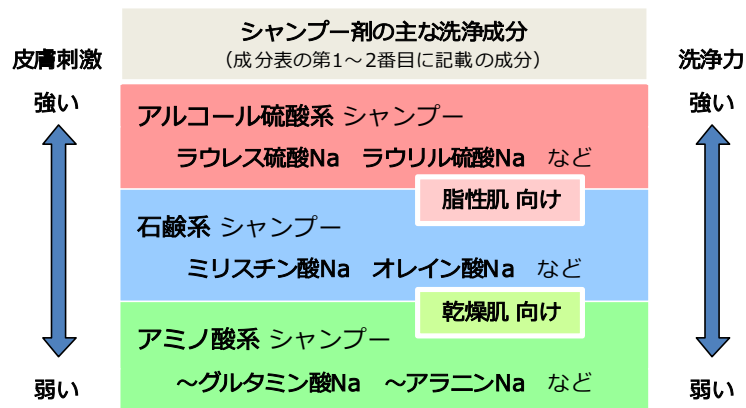


～子供のころからの頭皮ケア～

シャンプーはほぼ毎日一生続けるものです。お子さんには、お父さんお母さんと一緒に正しいシャンプーを身につけてもらい、頭皮、頭髪を健康に保ってほしいものです。ここでは年齢と肌タイプによるシャンプー剤の選び方、ご家庭で実践してほしいシャンプーの手順などを解説します。

-おもなシャンプー剤の種類と性質-

シャンプー剤の主な洗浄成分は界面活性剤で、洗浄力の強いアルコール系、低刺激のアミノ酸系など様々な種類があります。乾燥肌、脂性肌など、お肌によってそれぞれ求められる洗浄力が異なりますので、肌タイプに合ったシャンプー選びが必要です。



-シャンプー剤の構成成分-

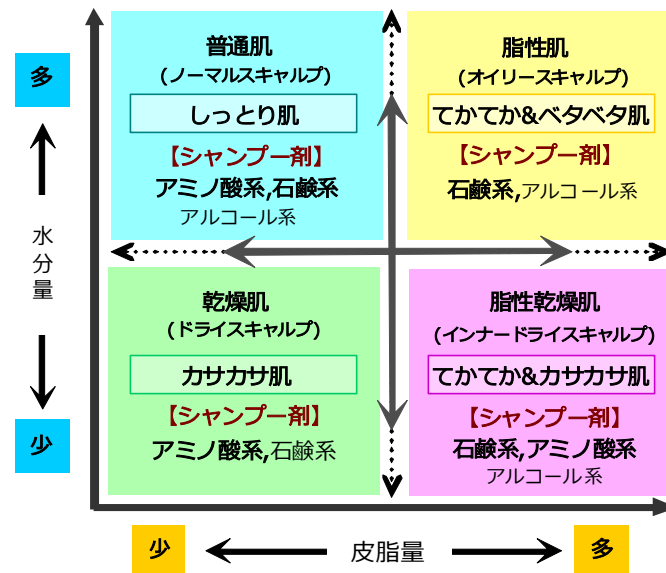
- 界面活性剤
 - コンディショニング剤
 - 保湿剤
 - 防腐・殺菌剤
 - 酸化防止剤
 - 香料
- など～



シャンプー剤は、界面活性剤のほか、指通りを良くするコンディショニング剤、潤いを与える保湿剤など、様々な成分からできていて、それらの成分の種類や、配合のバランスで、その個性が決まります。ボトル裏面にある成分表を読めば、どんな性質のシャンプー剤なのかを詳しく知ることができますが、最近のシャンプー剤は、消費者がより選びやすいように、**乾燥肌用**、**脂性肌用**、**赤ちゃん用**など、肌タイプ別の分かりやすい商品表示がされています。

-シャンプー選びに知っておきたいお肌の4タイプ-

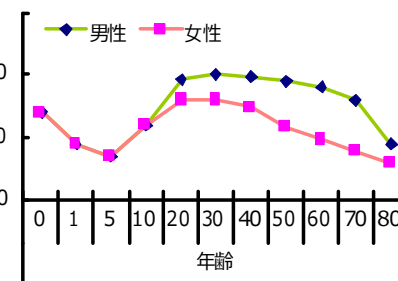
-肌タイプとおすすめのシャンプー剤グラフ-



-皮脂分泌量と年齢の関係-

皮脂分泌量は、新生児のころは多いものの、生後6か月ごろから減少し、5歳くらいでもっとも少なくなります。そして10歳前後に再び増え始め、男性は30歳代、女性は20歳代にピークをむかえます。小学生は、皮脂分泌量の少ない時期から多くなる時期まで広いゾーンがあります。低学年は「マイルド」、高学年は「サッパリ」など、頭皮タイプごとのケアをおすすめします。

-男性のピーク時を100とした時の皮脂量-



-シャンプーの手順-

正しいシャンプーのポイントは、裏面の『ひとりでシャンプーやってみよう!』をご覧ください。親子でシャンプーをマスターしましょう!



編集 埼玉県理容生活衛生同業組合 青年部
http://http://www.sairi.jp/
参考文献: 多数の編集者までお問い合わせください

ひとりでシャンプー やってみよう!



まずは かみのけを
よくぬらそう!
「どんぐりころころ」の1番を
2~3かい、うたいおわるまで
ぬらそうね!

かみのけが よ〜くぬれたら
てのひらにシャンプーをとろう。



それを手でよく
あわだててから
あたまに つけよう。



シャンプーをあたまについたら
よ〜く あわだててね。
あたまが あわでいっぱい
になったら さあ、
あたまを あらうよ!

おっと、そのまえに 手は
きょうりゅうのかたちにして!



ゆびの はら をつかって
あらうんだよ!



つめをたてずに
ま〜え、てっぺん、うしろ。
みみのうしろも。
みぎも ひだりも
よくあらおう!

ちゃんとあらえたら
シャワーでよく ながそうね。
こんどは「どんぐりころころ」の1番を
3~5かい、うたいおわるまで
すすいでね。
しっかりシャワーで あわとサヨウナラ!



タオルでふいて
ドライヤーでかわかしたら
はい、おわり。
ほら、ちゃんとできたね!

