

カサつき、バサつき、
ゴワゴワ感を治す方法
傷んだ髪を改善する事と
毛髪変形（ビビリ毛）の修正は別物です

しなやかな髪に
内野 信一



目次：

1、ヘアケア、これを理解できれば綺麗な髪になれます。

傷んだ髪を改善する事と、ビビリなどの毛髪変形の修正は別物。

2、スタイリングの極意

あなたはパーマかけていますか？スタイリングはうまくいきますか？

3、悪循環からの脱却

4、より低ダメージでより綺麗に・・・

5、美容室帰りの髪がきれい

髪をきれいにするためのドライヤーのかけ方
—最後に・・・



1、ヘアケア、これを理解できれば綺麗な髪になれます。

『ビビリができました、補修剤を付ければ治りますか？』

『髪がビビリになりましたフィルアップローションが良さそうなので購入しました。使用して1週間ですが効果を感じません、朝からまだチリチリがひどいです』

髪を丈夫にしていき健全な状態を作っていく事、これは補修剤の仕事です。ヘアケアの基本でしょう。

しかし・・・

ボサボサチリチリ毛は毛髪変形これを修正するのは

●美容室で、縮毛矯正でビビリ修正をする。

または、

●自分でビビリ状態が目立たないように、修正ブロー(アイロン)をしないといけません。

そのためには、そのままの髪でやれるものではないですね、髪をしなやかにして(保湿コントロール)すべりを良くして適切なタイミングでブロー、または低温のアイロンを使用して綺麗にする。

これが「自分でできるビビリ毛修正」もちろん毎日しないといけません。

傷んだ髪を改善する事と、ビビリなどの毛髪変形の修正は別物です。

しかし初めての方は・・・ビビリ毛になった、すぐにビビリを修正したい、初めて当店の記事を読み補修剤は良さそう予算も限られているし「まずはフィルアップローションを買おう」お気持ち分かります。

大事ですから、もう1度言います。

↓

補修剤はビビリ毛を修正するものではありません、毛髪強度を上げ健全な髪に近づけるためのものです。それとビビリ修正するテクニックは別物です。

この両方を的確にやる事で髪を傷める事無くビビリ修正をしやすくする、良いコンディションに保つ。髪の状態を理解して、その状態にあった剤を選択して、それをしっかり使いこなす(保湿度合い、タイミング)

剤に頼り切ってはだめです。理解して使いこなした時！
必ず効果は出ます。

あなたの悩みは必ず解決できますよ。

徐々に、その方法を解明していきます。付いて来てくださいね。

では次に行きましょう・・・



2、スタイリングの極意

あなたはパーマかけていますか？デジタルパーマですか？スタイリングはうまくいっていますか？

髪が傷んでいると・・・

これがうまくいかない（泣）乾かすとただのバサバサ、カー

ルも出ない、「は～、何のためにパーマかけたんだろ
う????」そんなに感じた事ありませんか？

『乾かすだけで思い通りのスタイル!』

なんて、美容室の宣伝文句、嘘っぱちです。

お～っと、過激でした。

髪が傷んでいなければ、本当にきれいになります。

でも、髪が傷んでいると、そのままでは綺麗なスタイリングは無理、やはり、カールアイロンなりで朝からスタイリングしないといけない。これが現実です。

縮毛矯正で失敗、やはり乾かすと、ジリジリボサボサ現象が出ます。この場合もそれなりにしっかりブローなりアイロンなどでスタイリングが必要になるかもしれません。傷む事覚悟で、高温アイロン使っている、まさに悪循環、でも分かっちゃいるけど、そうしないといけない現実があるという事です。ね。

ではどうしたら良いのでしょうか。その前に、実際の質問、声を見てみましょう。

質問：

＞毎日アイロンやコテを使います。傷むのが嫌でデジパーをかけたのですが広がるだけでウェーブは出ず、収拾がつかない状態・・・

さらに、こんなお声も

＞髪の毛は相当傷んでおり、矯正かけたくてもかけられないと言われたりしておりました！なので高温のストレートアイロンが毎日必需品だけど、これでは髪にも良くないけど、コテを使わないと出掛ける事も出来ない状態でした！

けれど、説明書に書かれた通りやってみたら、今まで高温じゃないとダメだった髪が100℃以下でもまとまり良くなってきました！乾燥もしてバザバサの髪が、しっとりしていて！

ボサボサジリジリになった髪をヘアケア剤だけで綺麗にスタイリングする事は難しいのが現実です。またパーマかけ直しても髪が傷んでいたら髪に腰はなく弾力がある綺麗なウェーブも出てくれない。もっとひどいとパーマもかからなくなります。

だとすれば傷めないで綺麗にスタイリングできるような方法を知る事が、最も大事な事です。



3、悪循環からの脱却

そこで、その悪循環から脱却する術を伝授します。それはいかに簡単に安全にスタイリングができるか、アイロン使う場合でも低温で、しっかりスタイリングができる事、上記のお客様の声にもあるように「説明書に書かれた通りやってみたら、今まで高温じゃないとダメだった髪が100℃以下でもまとまり良くなってきました！乾燥もしてバザバサの髪が、しっとりしていて！」

そのポイントは、

保湿、しなやかさ、保護、この3つです。

水分を持っている状態は、髪は柔らかく自由に動きます。

それから完全に乾く瞬間にスタイリングが決まります。

ボサボサもビビリ毛も、ある意味綺麗なストレート状態にスタイリングする事。もちろんカール状態にスタイリングするのも同じ理屈です。朝からでもバサバサに乾燥していたら、

必ず軽く霧吹きして水分を与えましょう。それからスタイリングです。

さらにポイントは・・・

朝からでも水(水道水)で濡らして、ブロー、アイロンの流れの方、もしあなたの髪が傷んでいるのなら残念ですが、これも間違い。

なぜなら、傷んでいる髪は水分保持力が弱いという事、艶やか、しなやかを保つ適正水分量を、すぐにオーバーして乾燥過多になるという事です。スタイリングしている段階で乾きすぎて綺麗に仕上がらないバサバサになってしまう。そのためには水ではなく、保湿コントロールできるCMCプロが必要、さらに保護しなやかさを保つために感触良化剤保護剤リッチシルキージェル、これらが活躍するのです。適正な水分量を保持できる状態で、しっかりスタイリング、これが髪をきれいにするコツなのですね。



4、より低ダメージでより綺麗に・・・

具体的には、朝からでも乾いた髪に、CMC プロを霧吹きしてよく馴染ませ湿します。ある程度乾かしてから保湿保護剤を擦り込みます。それからブロー仕上げです。

この際ドライヤーによる仕上げの場合は初めに8割乾かしてからのリッチシルキージェルそれから仕上げといった感じですが、

アイロンで仕上げる場合は、湿り気があると返って髪を傷める原因にもなります。もう少し乾かして、できればブロー後の仕上げとして、再度、薄く保護剤リッチシルキージェルを付け、そしてアイロン仕上げをしてください。

今まで以上にしなやかさを感じるし、低温でも、より綺麗にできます。これで傷みにくいスタイリングが可能です。もちろん艶感も違いますし、持ちも違ってきます。長い目で見ると髪の健康は全く違ってきます。

1年後、綺麗な髪になっているか？

今以上傷んだ髪で悩んでいるか？

それは基本的なヘアケアの知識で変わります。

次はさらに、プロがプロである所以、知っていそうで知らない

ドライヤーの使い方を解説しましょう。



5、美容室帰りの髪がきれい

そこには、こんなプロの知識テクニックがあったのですね、これってあなたの髪をもっときれいにするために必要な知識です。

髪をきれいにするためのドライヤーのかけ方

まず、洗髪後にドライヤーをかける時には、事前にしっかりとタオルで水気をとっておくといいでしょう。

その後にドライヤーをかけますが、傷んでいる毛先は水分が抜けやすく乾きやすいので、根本から乾かしていきます。毛先は当然お決まりの [CMC プロ](#) あまりドライヤーは近づけすぎず、10cm は離すこと。また、風をあてる方向は上から下へが基本ですが、髪を浮かせるように地肌、根元を先に乾かすイメージ。

さらに上記でも触れましたが、特に縮毛矯正などで髪の傷みが激しく腰がなくなっている場合（トロ毛部分）（特に顔周りなど）そのまま自然乾燥すると髪に腰がない為、自分でまっすぐになりきれません（縮毛矯正で本当はまっすぐに形作られてはいても）シャンプー後は必ず、自然乾燥ではなく軽くブローするようにしましょう。（ここ大事）

自然乾燥では、もやもや髪がそのまま乾きビビリ毛まっすぐ
らです。髪に力がないので、まっすぐになる手助けをする感
じです。指で軽く挟んでまっすぐしながら乾かします。一旦
綺麗にストレートになると、そのまま綺麗が保てます。

さらにほぼスタイリング出来て、髪が乾いたら冷風に切り替
えます。冷風にすることで髪の開いていたキューティクルが
閉じて艶が出ます。上から下へ、根元から毛先へ風は当てま
しょう。

実際仕上げる場合は8割乾燥後、[リッチシルキージェル](#)を薄
く付けてブロー仕上げ、その後の冷風という流れになります。
す。

ドライヤーの事、簡単に書きましたが、補修剤保護剤と同時
にドライヤーまたはアイロン等ヘアケアグッズを上手に使
いこなす事も綺麗な髪の為には必要な知識テクニックです。



—最後に・・・

いかがでしたか？

髪をしなやかできれいにするコツは、水分（保湿）をコントロールする事が大事ですね。そのために特に CMC プロ、リッチシルキージェル を上手に活用しましょう。この記事内容は、私がいつも現場で傷んだ髪の方へ対処している方法と、全国からハイダメージでお悩みの方にアドバイスしている事などからの内容抜粋です。少しでもあなたのきれいな髪の為、お役に立てれば幸いです。

著者紹介

ヘアクリニック髪風船 店長：内野信一



美容サロン経営

30年で延べ3万5000人以上の縮毛矯正歴！

髪相談等、毎月600件以上の問い合わせ！

毎月10万回以上のアクセスを誇る

自社HP <http://www.kamifu-sen.com>

全国の強いクセ毛・損傷毛で悩んでいる方が訪れる事がその信頼性と実力を語る！！

しかし本当のヘアケアは美容室にあらず、ホームケアこそ最も大事が信念。そこでプロ用商材（サロンで使用している製品）を自宅で毎日使って頂き最高の結果を出してもらいたい、その為のアドバイスを中心に提供しています。

ケア剤提供 <http://kf-shop.ocnk.net/>

著書 [（電子書籍でアマゾンより出版）](#)

- セルフヘアケアの教科書
- 髪を綺麗にしていく為のヘアカラー読本
- プロが教えるホームケアテクニック



J.B.C ACADEMY

Beauty Clinic Artist

縮毛矯正、クリニカルヘアカラー、

ヘアエステ等のヘアクリニックサロン

アマゾンキンドルより電子書籍発売中

髪を綺麗にしていくための ヘアカラー読本

セルフヘアカラーのあなたへ、そうヘアカラーの技術はやさしい。しかし・・・

Kindle版
¥0 kindleunlimited

読み放題対象

このレポートを読んでもらえば、何が間違いで、どうすれば髪を傷めない綺麗なヘアカラーができるかわかります。もし今ヘアカラーに不満があるのならぜひしっかり読み込んでヘアカラーマイスターとなってください。



内野信一

髪を綺麗にしていくための ヘアカラー読本

ヘアカラーは理論です。
そう、ヘアカラーの技術は簡単!
しかし・・・

髪の傷み悩みを全て解決できる！状況に
応じた対応法があります。

セルフヘアケアの教科書

Kindle版
¥0 kindleunlimited

読み放題対象

基本的に傷んだ髪が元の髪に戻る事はありません。補修剤も、タンパク質だCMCだと言っていますが、やはり疑似成分に過ぎないのです。髪に完全同化する事はありません。その補修剤次第で、定着率はかなり違うので効果も違いますが、やはりシャンプーとともに抜け出し取れてしまいます。



内野信一

セルフヘアケアの教科書
髪の傷み悩みを全て解決できる！
状況に応じた対応法があります！

あなたはサロンケア派？ホームケア派？
これを理解できれば自宅で簡単に
理想のヘアケアが可能に！！
5000人超のイブニングで多くの人の相談を受ける
美容師のセルフケアとは・・・

ヘアケア最新レポート (E-book) はこちらから↓

髪風船出版 公式ダウンロードサイト

髪の状態に応じて問題解決いたします。必要なe-Bookをすぐにゲット！

ヘアクリニック 髪風船
e-Book

1回だけ使える LINE 友だち専用クーポンコード 1111

応援よろしくお願いします。



<https://www.facebook.com/kamifuusen/>



https://twitter.com/hair_clinic28

【お問合せ】質問はLineが簡単！

LINE Add Friends

※完全なヘアークリニック髪風船オリジナルヘアークリニックシステムです。

他での記載、使用を禁止します。

長崎県長崎市万屋町6-13花ノ木ビル2F

ヘアークリニック髪風船：内野信一