

女磨きに妥協は禁物。
先生、綺麗な方法
教えてください!

美人塾

～目指せ!なんぶ美人～

講習10

目指すは素肌美人ならぬ素爪美人!

素爪美人への3ステップ

ネイルケアと聞くと複雑な手順があるのかと思っていたら案外簡単で、これなら続けられそう! ケアは爪が柔らかくなっているお風呂上がりに行うのがベストです

削る (ファイリング)



爪の形を整える時は爪切りではなく「やすり」を使い、爪の中心に向かって一方方向に削る。面倒だという人は爪切りで端から細かく切り、仕上げにやすりを使えばOK

POINT 爪は3枚の層でできていて、爪切りでパチパチと切ると圧力がかかり、二枚爪の原因になることもあるので要注意

擦る (甘皮ケア)



3週間に1度くらいのペースで、甘皮周りの白くなった不要な角質「ルースキューティクル」を取り除く。濡らせたガーゼを指に巻き付け、くるくると円を描くように擦る

POINT やり過ぎは負担がかかるのでNG。細かい部分の作業は初心者だとトラブルの原因になる為、気になる場合はネイルサロンへ

塗る (保湿)



ハンドクリームや爪専用のオイル (キューティクルオイル・1,000円前後) で、爪周り (生え際) 等、気になる部分をこまめに保湿する。甘皮ケア後の保湿も忘れずに!

POINT 寒くなると皮膚の水分が少なくなり、乾燥が原因で爪が硬くなり割れやすくなったり、ささくれ等に繋がるので保湿が大切

だらしのない爪、なんとかしくなくてはならない仕事をしていると、目に留まったポロポロの爪。これは女としてどうなのか?とふと思う。ファッション誌に載っているようなキラキラのネイルアートをしてみたいと思うけど、仕事をしているとそうもいかないし...という訳で、きれいな自爪を目指すことに!

だらしのない爪、なんとかしくなくてはならない仕事をしていると、目に留まったポロポロの爪。これは女としてどうなのか?とふと思う。ファッション誌に載っているようなキラキラのネイルアートをしてみたいと思うけど、仕事をしているとそうもいかないし...という訳で、きれいな自爪を目指すことに!



講師
カラフルネイルサロン さくら野八戸店
中村誓子 先生

Profile

親しみやすく、相談しやすい雰囲気の中村さん。ネイリストになったのは悩みだった深爪をネイルケアで克服できたのがきっかけです

ケアを侮っては
いけません!

「肌の手入れを怠るとトラブルの原因や化粧乗りが悪くなるように、爪もケアをしないと折れやすくなったり二枚爪の原因になりますよ」と中村さん。ネイルケアはきれいの為だけではなく、爪のトラブルを防ぐ上でも重要なんですね。

今回はケアメニューの「ファイリング (形を整える) + 甘皮処理 (余分な角質取り) + パッフィン (爪磨き) (2205円・所要時間約90分) を体験させてもらった。ネイルサロンはネイルアートを施術する所というイメージがあり、今まで利用したことがなかったが、実はケアのみで来店する人も多いのだそう。施術後はマニキュアを塗らなくても輝きのある健康的な爪に変身しました。



きれいに整えられた艶のある爪に!



生え際は角質で白くなり、長さも形もバラバラだった爪...

きれいな爪で
気分もウキウキ♪

煌びやかなネイルアートではないけれど、ケア後のピカピカで整った爪は、見る度に気分もあがります。また、何人かの人に爪を褒められることも! 意外と人から見られていい場所だと分かれ、指先まで気を抜けないということを実感しました。

今まで自分の爪を人に見せたくないくらい男爪がコンプレックスだったけれど、ケアを続けていれば爪の形がきれいになることも教えてもらい、望みがでてきました(長期戦になりそうですが...)! また、毎冬の悩みであったささくれも日頃のケアで防げるとのこと。

これから継続して「削る」・「擦る」・「塗る」のケアを行い、素爪美人を目指します!



爪のきれいは
ネイルアートだけに
あらず



取材協力
カラフルネイルサロン さくら野八戸店
八戸市三日町13さくら野百貨店1F / 店休日はさくら野と同じ
10:00~19:00(最終受付はメニューにより要相談)
※予約優先 / ☎0178-22-4411