

# <今夏も猛暑予想、気になる頭皮のニオイをどうする？> 髪に重要な頭皮ケアを毛髪診断士®が解説

～セルフチェックで頭皮のタイプを確認～

**Point1 暑い夏に特に注意！頭皮のニオイの原因とは？**

**Point2 頭皮ケアに重要、タイプ別シャンプーの選び方を毛髪診断士指導講師が解説**

**Point3 頭皮のニオイを防ぐにはシャンプー後の行動も大切に**

毛髪・美容・健康・医療のウェルネス事業をグローバル展開する株式会社アデランス（本社：東京都品川区、代表取締役社長 鈴木 洋昌）は、頭皮のニオイが気になってくる夏に向けて、自分でできる頭皮タイプのチェック方法と対処法についてご紹介します。

※毛髪診断士®は公益社団法人日本毛髪科学協会の登録商標です

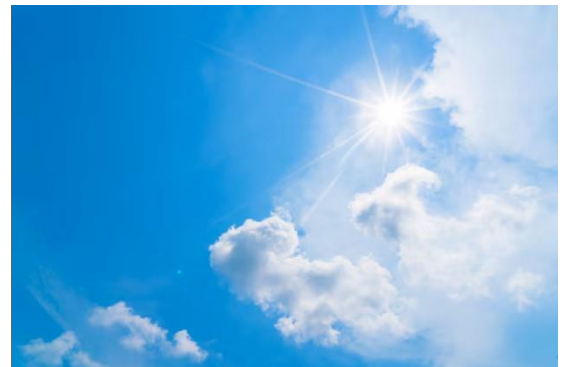
## ■ 暑い夏に特に注意！頭皮のニオイの原因とは？

今年も猛暑日が増えると予想されている夏に向けて、気になるのは汗やニオイ。身体だけではなく、頭皮のニオイが気になる方も多いのではないのでしょうか。

暑い夏、汗や皮脂によって頭皮は脂っぽくなりがちに。頭皮は、身体中で最も皮脂腺が多い部位で、顔のTゾーンと比べても約2倍もの皮脂腺があります。皮脂は細菌の好物で、繁殖のためのエサになります。頭皮のニオイは、細菌が繁殖することが大きな原因となって発生するため、暑さはニオイの大敵です。

また、頭皮にあるフケも要注意です。フケは、頭皮の角質細胞がはがれ落ちたもので古い角質といえます。それ自体にニオイはありませんが、皮脂や汗、ホコリが混ざっているため細菌の栄養分となり、フケによって栄養をとった細菌はさらに繁殖、皮脂を分解し、ニオイの元となってしまいます。

他にも、頭皮にはたくさんの毛穴があり、そこに汗や皮脂などの老廃物、フケ、さらには整髪料などが詰まってしまうことなど、ニオイの原因に繋がるものが多くあります。



## ■ 頭皮ケアに重要、タイプ別シャンプーの選び方を毛髪診断士指導講師が解説

シャンプーは髪を洗うのではなく、頭皮を洗うことが本来の目的です。頭皮は新陳代謝と皮脂分泌が活発なため、頭皮を清潔に保つことがヘアケアにもつながり、重要です。まず、自分の頭皮が脂性肌か乾性肌かを知り、自分に合うシャンプーを選ぶことから始まります。シャンプーは、アミノ酸系、高級アルコール系、石けん系の3種類に分類されます。シャンプー後、頭皮が乾燥せず、ベタつきもないニュートラルな状態になるかどうかで判断し、自分の地肌や髪質に合うシャンプーを選びましょう。

洗い残しやすすぎ残しがあると、毛穴や頭皮に残った皮脂やシャンプー剤が老廃物と相まって、雑菌の繁殖につながりかねませんので、時間をかけて行いましょう。特に夏場、朝シャンをする方は手短に済ませてしまいがちな方も少なくないようですので、気を付けましょう。



## 毛髪診断士指導講師がアドバイス！自分の頭皮タイプに合ったシャンプーの選び方

近年、ドラッグストアでもたくさんのシャンプーが並んでいて、「毎日使うものなのに、どれを選べばいいのか分からない」という方も多いと思います。そこで肌のタイプ別に、向いているシャンプーを解説します。

※いずれも頭皮の状態を確認し、痒みやかぶれといった症状を感じる場合などは医師に相談することをおすすめします

### < まずは頭皮の状態をセルフチェック！ >

#### ✓ オイリータイプチェック

- 冬でも歩いているだけで汗をかく
- あぶら取り紙が手放せない
- 頭皮がテカる
- 朝起きたら頭部分がベタついている
- 夕方になると髪のボリュームがなくなる
- 湿った大きめのフケがでることがある

#### ✓ 乾燥タイプチェック

- 春も肌が乾燥する
- アルコール消毒で赤くなる・痒くなる
- 年中アウトドアスポーツをする（紫外線を浴びる）
- 敏感肌
- 細かいフケがでる

・オイリータイプチェックでいずれかまたは複数当てはまった人は、オイリーな傾向があります。

「石けん系シャンプー」の使用がおすすめ。

泡立ちがよく、比較的高い洗浄力があります。頭皮がベタつきやすい人・脂分が多い人に適しています。夏場だけオイリーという人は、夏場だけシャンプーを「石けん系」に切り替えるのもあり。「石けん系シャンプー」は石けん成分がベースで、アルカリ性ですが刺激はそれほど強くなく、ヘアスタイリング剤などをよく使う人にもおすすめです。

オイリーだと感じながらも頭皮が敏感気味の方は、洗浄成分が「アミノ酸系」のものがおすすめです。マイルドな洗浄力なので、2度洗いに適しています。ニオイを取るには殺菌力のある「ピロクトンオラミン」配合のシャンプーも良いでしょう。メントール配合のシャンプーは爽快感が得られます。

・乾燥タイプチェックでいずれかまたは複数当てはまった人は、乾燥肌または敏感肌かもしれません。

「アミノ酸系シャンプー」の使用がおすすめ。

アミノ酸は髪を構築しているタンパク質の元となっており、それをベースとした洗浄成分は髪や頭皮への刺激が少なく、比較的洗浄力は弱いですが皮脂を取り過ぎず、髪と頭皮をいたわりたい人に適したシャンプーと言えます。ベタつかない、ニオイも気にならないという方にもおすすめです。

#### ● 頭皮にトラブルがあるときは

夏場は、汗や日焼けなどで継続的に頭皮が痒くなったり、荒れて頭皮が赤くなったりすることが起こりやすく、頭皮が敏感になっている可能性があります。メントール配合のものや洗浄力の強めな「石けん系」「高級アルコール系シャンプー」の使用は控え、低刺激な「弱酸性」のものを選択しましょう。頭皮をそっとしておこうと、シャンプーを1日おきや2日おきにすると、残留した皮脂や老廃物で頭皮環境が悪化することも考えられます。夏場はなるべくシャンプーは毎日行うことをおすすめします。

医薬部外品のシャンプーには、肌荒れ防止や炎症を抑える有効成分「グリチルリチン酸2K」が配合されているものが多くありますので、パッケージ裏面の成分表をチェックしましょう。なお、痒みや炎症が続く場合は、速やかに医師に診てもらいましょう。

## ■ 頭皮のニオイを防ぐにはシャンプー後の行動も大切に

### ・シャンプー後のすすぎ残しにも注意！十分に汚れとシャンプー剤を落とすことを意識して

シャンプー後に泡がすすぎ落とされた状態でも、まだ髪や頭皮にシャンプー剤や汚れの一部が残っていることがあります。その残留物が頭皮のニオイやかゆみの要因となることもありますので、隅々まで十分にすすぎ落とすことを意識しましょう。

### ・適切なタオルドライもニオイ対策には肝要！ドライヤーは早めに、頭部も乾かす意識で

衣類でも同じことが言えるように、生乾きの状態の頭皮は菌の温床になり得ます。そこで髪を乾かす際は頭皮が生乾きにならないように意識し、ドライヤーの前に、まず頭部に残った水滴をしっかりとタオルで吸収し、髪も優しくタオルで押さえます。こうすることで頭部と髪の過乾燥を防ぐことにもつながります。そして、ドライヤーをする際は、髪だけでなく、低温で頭部も乾かすように、ドライヤーを持った手を細かく振りながらまんべんなく風を当てていきましょう。

## ◎ 頭皮のニオイは毛穴からケア！頭皮をキレイにケアするおすすめの商品を紹介

### ・マイクロ濃密泡で頭皮を洗う電動シャンプーブラシ

#### ■『AWANIST（アワニスト）』

マイクロサイズの濃密泡を自動で作ることができる『AWANIST』は、毎日のシャンプーを贅沢な頭皮ケアに変える電動シャンプーブラシです。シャンプーしながら使用するため、洗う意識が薄れがちな“頭皮の洗浄”もしっかり行うことができます。健やかな髪を保つうえで重要なキメ細かな“泡”は、毛穴に詰まった皮脂や老廃物を浮きあがらせて、汚れを落としやすくします。手では作りにくい濃密泡を15秒（最も細かな泡が作れる時間）で生成できます。サロンでのシャンプー時間（約3分）をイメージした、3分間のバイブレーションモードを搭載しており、バイブレーションモードでブラシを地肌にあてて、滑らせるようにゆっくりと頭皮全体を洗うことで、心地よく細部の汚れを落とします。頭皮全体を洗った後、お好みの時間、泡を乗せたまま“泡パック”をすると頭部が保湿され、心地よいリラックスタイムを過ごすことができます。



税込価格：32,780円

公式通販サイト：<https://www.aderans-shop.jp/shop/pages/awanist.aspx>

#### <開発担当者おすすめポイント>

##### 毛髪診断士® 飯野 貴子（いいの たかこ）

健康な頭皮のためには、洗顔と同じように過剰な摩擦は避けたいところです。AWANISTを使えば、過剰に手を大きく動かしたり、指に余計な力を入れたりせずに頭皮をいたわりながら洗うことができます。高低差のある29個の突起があるスカルプブラシは指先よりも細く、頭皮や毛穴周りにしっかり良質な泡を届けます。また泡立ても不十分だと、泡はつぶれやすくなりますが、AWANISTはきめの細かいマイクロサイズの泡で汚れを落とします。ぜひAWANISTで新感覚のシャンプー体験をお楽しみください。

#### <解説>

##### 毛髪診断士指導講師 伊藤 憲男（いとう としお）

内閣府認定公益社団法人日本毛髪科学協会最高位の認定資格「毛髪診断士指導講師」を保有。同協会会員を指導できるだけの毛髪と頭皮についての知識を修得し、さらに毛髪相談についての十分な経験を有すると同協会が認定した者に与えられる。1982年にアデランス入社後サロンで十数年にわたり技術者として勤務。その後本社勤務となり2011年より現在の研究開発室に着任。育毛関連商品の開発や研究成果の発信などを担当する傍ら、セミナーや、雑誌・TVなどマスメディアにも出演し、育毛の啓蒙活動を行っている。現在もヘアスタイリストとしてCMモデルのヘアスタイリングや一部のお客様の接客も行う。



## <ご参考>「ヘアリサーチ」で頭皮を確認！『60分MAX増毛※1体験キャンペーン』実施中

全国のアデランスサロンでは、8月31日（土）まで、『60分MAX増毛※1体験キャンペーン』を実施しています。本キャンペーンでは、初めに毛髪診断士※2による「ヘアリサーチ」を行います。髪のお悩みや普段の食生活、生活習慣などを伺った後、マイクロスコープで髪の密度や太さ、頭皮の毛穴の状態などをチェックし健康な髪のためのアドバイスをします。その後、お好みの毛材を60分間お取り付けいたします。

詳細は以下、特設サイトからご確認ください。

キャンペーンサイト <https://www.aderans.co.jp/mens/products/ad/campaign/24spring/>

※1 60分間で当社の技術を最大限活用し、増毛施術を行います。増毛の本数には個人差があり体験はお一人様、一回限りです

※2 予約状況などにより毛髪診断士®ではない者が行うことがあります



### Aderans News

## 紫外線が気になる季節も頭皮を健やかにー 全国のフオンテーヌショップで『スカルプケア キャンペーン』実施中

女性向けレディメイド・ウィッグ（既製品）ブランド「フオンテーヌ」、「スワニー by フオンテーヌ」、「ルネ オブ パリス by フオンテーヌ」のショップでは、6月1日（土）～8月31日（土）までの期間、『スカルプケア キャンペーン』を実施しています。1回のお買い物で、以下の対象商品を税込7,920円以上ご購入された方に、ウィッグのスタイリングに便利な「AD&F 静電気除去ブラシ」をプレゼントします。

<対象商品>

【ヘアケアシリーズ】ベネファージュ、ヘアプロ

【制汗剤・日焼け止め】AD&F アイスプラスデオ クールキープ、ビューステージ UVプロテクト プレミアム ビューティフル&スポーツ



#### <報道関係者様のお問い合わせ先>

株式会社アデランス グループCSR広報室

TEL：03-6895-9615 e-mail：pr@aderans.com

アデランス ホームページ：<https://www.aderans.co.jp/corporate/>