

夏のボディ 今から完ペキ!

ニオイ&ムダ毛ケア

マイベストを探せ!

夏、ムダ毛や汗のニオイは、きちんとケアしておきたいよね。そこで、お手入れの仕方やおすすめアイテムをパーツ別に紹介。自分にぴったりのケアが見つかるよ!

撮影/本誌・柳生義治 イラスト/ツグヲ・ホン多 構成・文/百山夏未 デザイン/板垣千恵

エチケットケア Teacher

片桐衣理先生(衣理クリニック)

衣理クリニック院長。肌トラブル解消ならおまかせ。東京都墨田区菊川13-20-9 マルセイビル1F ☎03(5625)9938 水・隔週日曜休診・予約制。都営新宿線菊川駅下車。(新宿駅から電車で20分)



ニオイは予防&汗をかいたらすぐケア!

いつも体を清潔にしておくのはもちろんだけど、それだけで解消しないニオイは専用アイテムでケア。汗をきちんとふき取ることも大切だよ。

ニオイ失敗談

★部活後、汗のニオイをごまかそうと香水をつけたら、汗のニオイと混ざってしまい、エライことになった。更衣室にいた全員からブーイングを受けた。(ユカリ・17歳) ★初めてカレの家に遊びに行ったとき、足がくさいと言われた。(さやか・16歳) ★去年の夏、「もう、お父さん汗くさい!」と文句を言ったあとで、自分のニオイだと気づいた。(エミエミ・15歳) ★自分の家の靴箱におう。ふと思いついて調べてみると、兄の靴靴と自分のブーツが特にニオイが強烈だった。(ミケ・19歳)

足のニオイ

クリーム

靴の中は空気や熱がこもりやすく、汗で蒸れて雑菌が繁殖し、独特のニオイが発生。清潔に保ち乾燥させるのが有効だよ。ドライ効果や消臭効果のあるクリームで予防を。

汗・皮脂を吸収するタピオカデンプンでサラサラキープ。フッセラビリーキッドフットパウダー 200ml ¥1470/ジャンパール



ニオイを根本から抑え、8時間消臭効果が持続。ドクター・ショール 薬用フット・デオドライクリーム(医薬部外品)50g ¥1260/エスエスエルヘルスケアジャパン

スプレー・シート

1日中快適にすごすには、外出先でも手軽にケアしたいよね。ミニサイズの消臭パウダースプレーや、足ふきシートがあると便利だよ。ストッキングの上からも使えるタイプも!

足の汗、ムレ、ニオイをしっかりとケア。イフィーフットスプレー-N(医薬部外品)40g ¥525/カネボウ化粧品



ソフトで丈夫なパルブ100%素材で蒸れ、汚れ、ベタつき、ニオイをふき取る。植物性フラボノイド配合。足ふきシート 10枚入り ¥315/貝印

こんなこともニオイのモトになるよ!

足だけじゃなく靴も清潔&乾燥が大切だよ!

「足は1日コップ1杯の汗をかくと言われています。毎日同じ靴をはくのはできるだけ避けて、靴も乾燥させましょう!」(片桐先生)

靴の中にスプレーするとニオイの原因のカビやバイ菌を除去。白くならない。オドイーター除菌・消臭スプレー 180ml ¥840/小林製薬

古い角質がたまるとうニオイの原因に

「ニオイは汗に雑菌が繁殖して起こります。角質がたまるとうニオイの原因に。指の間もきれいに!」(片桐先生)

スクラブ粒子と専用ブラシで足の指の間まで洗える。ボディグッド フットウォッシュ エステ 60g ¥997/イナリスアップ コスメティックス

ワキ&全身のニオイ

スプレー

手軽にケア&肌サラサラにするならパウダースプレー。ワキの下の汗をふき取ってから使うと効果的だよ。ミストは少量でも制汗効果が高く、携帯に便利。好きな香りで選ぼう。

石けん系

携帯に便利なスリムタイプ。制汗殺菌成分配合。エイト・フォー・デオナントエッセンス(医薬部外品)15ml ¥82/ヘア花王



デオナントしながら肌サラサラ。ほのかな香りが長持ち。イフィーパウダーコロソノ湯上りの香りN(医薬部外品)85g ¥730/カネボウ化粧品

フルーツ系

フルーツで甘ずっぱく、フレッシュな香り。パンパウダースプレーフレッシュイチの香り(医薬部外品)45g オープン価格/ライオン



汗センサーパウダーが汗を抑えサラサラにパンパウダースプレーフレッシュイチの香り(医薬部外品)45g オープン価格/ライオン

フローラル系

「消臭緑茶エッセンス」が長時間防臭。エイト・フォー・デオナントエッセンス(医薬部外品)45g ¥472/ヘア花王



ニオイの原因菌を銀の力で殺菌。さわやかな花の香り。エージープラス パウダースプレー-NA ビューフルローラルノート(医薬部外品)40g ¥472/資生堂

マリン系

銀の殺菌力でニオイをもとからカット。エイト・フォー・デオナントエッセンス(医薬部外品)45g ¥472/ヘア花王



気づかないニオイも消臭。さわやかな海の香り。エイト・フォー・デオナントエッセンス(医薬部外品)45g ¥472/ヘア花王

ロールオン・スティック・パウダー

よりしっかりニオイを抑えたい時は、肌に直接塗って殺菌するロールオンや、体臭を出しにくくするミネラル塩のスティック。殺菌効果のあるプレストパウダーなどがおすすめです。



ワキの下を制汗、殺菌、防臭し、毛穴もカバー。ラウドアンドパウダー ボディデオドラント+ (プラス) (医薬部外品) ¥1890/ソニーCPRラボラトリーズ

シート

ニオイだけでなく、ベタつき汗も一緒にふき取ってさっぱりフレッシュしたいなら、シートタイプを。首筋や腕、足など広い範囲をケアできるので、部活やスポーツ後にもぴったり!



汗をすっきりふき取り、日常紫外線も防止。白残りなし。ビオレさらさらパウダーシートUVカット SPF15 PA+++ 10枚入り ¥220/花王

ニオイの原因の汗や皮脂をふき取り、ワキの黒ずみもくり、ワキラズキさらさら&すべすべシート 10枚入り ¥398/パイン

柔らかいスパンレース素材。超ドライパウダー配合。パンパウダーシートフレッシュイチの香り 10枚入り(オープン価格)/ライオン