

るその前に対策を立てておくのが乙女のたしなみです。正しい知識と最新グッズを味方に、思わず見せたくなるつつるボディをめざしましょう。

2008年12月10日，在“2008年中国年度人物”颁奖典礼上，中国首位“感动中国”的农民工——李春燕，成为全场瞩目的焦点。李春燕，这位来自广西百色市田阳县的乡村医生，以其无私的奉献精神和对生命的敬畏，赢得了社会的广泛赞誉。她的故事，不仅是一个个人的奋斗史，更是中国千千万万普通劳动者的缩影。

ムダ毛にまつわる

ムダ毛処理にとりかかる前に知っておきたいのが「正しい知識」。ケアを逆効果にしないためにも頭に入れておくのが得策です。

7 脱色を繰り返すと 体毛は細くなる?

医学的には
根拠ナシ

なるべく専用の
脱色剤を使って
「アルコールに脱色を促す成分
が含まれているのでたしかに色
は薄くなりますが、肌に負担が
かかってしまうのも事実。オス
スメできません」(河堀先生)

ピールでムダ毛の 脱毛ができる？

YES。でも肌に負担

9
レーザー脱毛中は
自己処理NG?

“剃る”のみ可です

レーザーが毛をキャッチできる状態にしておいて「レーザー脱毛は機械が“黒”をとらえることで成立。抜いてしまうと反応しにくい状態になってしまうので量がゆくゆく減る」「剃る」だけににとどめて(片桐健生)

ムダ毛処理後の
肌は敏感だから

NO!保湿を

毎日剃ると
毛は太くなる
しいいぞ

图 1-1-1 电报收发机

**ムダ毛処理後は
日に当たっちゃダメ?**

ダメです

シミを作ってしまう原因に……

「ムダ毛処理法の肌は少なからず表皮が傷つきバリア機能が低下、紫外線ダメージを受けやすい状態に。シミを作らないためにも日焼け対策は万全に」(河野先生)

3 泡剃りって肌にいいの?
YES! カミソリが肌に与える刺激を
泡が軽減してくれます

「シェーピングは石輪をよく増立ててお

らするのが◎。海のクッションがカミソリによる摩擦をおさえてくれるから、肌に負担をかけずにすみます」(片桐先生)

おでこのうぶ毛って
剃るべき？

はえぎわ
1cmまで！

ホクロの毛って 抜いちゃダメ？

刺激しないで!

肌の健康を損なう可能性も

刺激しないほうがベター
「ホクロは強い刺激を与えると悪化してしまう可能性もあるので、抜くのはオススメできません。太い毛は根元でカットするなどやさしく処理して」(片桐先生)

先生はこの人



表紙クリニック表紙誌
院長
東洋医学科・内科。女性の
視点からキレイと健康をサ
ポート。乙女の悩、味方と
してメディアでも大活躍。
<http://www.ari-clinic.com/>

片桐衣理先生

片桐衣理央



JENNIFER L. SMITH
 Director of the Center for the Study of the American West
 University of Colorado Boulder
 1000 East 17th Avenue
 Boulder, CO 80502
 Phone: 303.440.2222
 Email: jsmith@colorado.edu

ありがちNGお手入れ 5連発!

たまたまのムダ毛処理の失敗を踏み台に、正しいプロセスで効率よくすべすべボディをめざして。

後ろ姿までめかりなく乙女の掟

3 背中

直接目視できない上にケアもしづらい背中ではムダ毛の徹底処理になりがら。カミソリや水着姿のとき恥ずかしい思いをしないために処理はマスト。



背骨まわりの処理にヒヤヒヤです

背中を倒しつつながら剃ってるんですが、いつケアをするかヒヤヒヤ。肩甲骨や背骨のまわりはついおろそかに。

見える面積が広い分、存在感大!

2 腕・脚

薄着の季節、最も目立つのが手足。処理後のダメージも目立ちやすいパーツなので正しいケアをマスターするべき!



お手入れ頻度を減らしたくて...

カミソリで剃ったあと除毛剤を使う2段階で、お手入れを長持ちさせようとしたら肌が炎症を起こして大変。

わずかな毛残りも乙女の命取り!

1 わき

はんのわずかな存在だけで、100年の恋を一気に冷ましてしまうほどの破壊力を持つわき毛。カーブがあるため、処理のしづらはトップクラス。



わきのくぼみの処理に悩んで...

下胸のくぼみのせいで、カミソリでうまく剃れない! 鳥の股みたいなブツブツや埋没毛も年々増えて...

正解お手入れ

2 カミソリシートの「ヘッド」がフレスキブルに動く「ダブルトリプル」を徹底したあと、カミソリが入りにくいくぼみの部分はワックスシートで一掃すれば完璧です!(内服脱毛)

正解お手入れ

2 カミソリシートの「ヘッド」がフレスキブルに動く「ダブルトリプル」を徹底したあと、カミソリが入りにくいくぼみの部分はワックスシートで一掃すれば完璧です!(内服脱毛)

その他のオススメお手入れは?

「キレイキレイ」

肌をやっってもらわなくていい! 「10」で処理するのが難しい人は、お風呂にお風呂のカミソリで剃ってもらってもいい。自分で剃るが面倒なところまでキレイにしてくれる上に、カミソリの刃も減ります!(内服脱毛)

肌が弱い人向けのオススメは?

カミソリを捨てる場合?

その他のオススメは?

気になるパーツ

ありがちなムダ毛のお悩み

正解お手入れ

その他のオススメは?

みんなのお悩みからお勉強しましょ!

パーツ別

いつの時代も失敗は成功のもと。みんなが過去に経験し

ムダ毛にまつわる 気になる調査隊

ムダ毛にまつわる悩みは、人によって異なります。その中でも、最も多い悩みは「顔のムダ毛」です。今回は、顔のムダ毛に関する調査結果をご紹介します。

全身脱毛すると いくらかかるの?



全身脱毛の料金は、脱毛の部位や回数によって異なります。一般的には、全身脱毛の料金は、1回あたり10万円〜20万円程度です。回数が増えるほど、料金は安くなります。

欧米各国で大流行中! ブラジリアンWAXって?



ブラジリアンWAXは、欧米各国で大流行中の脱毛方法です。これは、全身のムダ毛を、ワックスで脱毛する方法です。一般的には、全身のムダ毛を、ワックスで脱毛する方法です。

アンダーヘアって みんなどうしてるの?



アンダーヘアの処理方法は、人によって異なります。一般的には、アンダーヘアの処理方法は、人によって異なります。

私が遭遇した ムダ毛にまつわる 未知体験



ムダ毛にまつわる未知体験は、人によって異なります。一般的には、ムダ毛にまつわる未知体験は、人によって異なります。

ふとした瞬間とヤツ、意外に見られてる

5 指

彼とお食事ディナー中、所帯につかまったとき……
気が強い瞬間にギョッとするほど目立つ指毛。
涼しい時間に集中するためにも正しく処理を。



指毛を深追ひしてしまひ

抜くことに神経質になりすぎて、1本でも抜けない毛が
あると気がめくれるくらいグリグリしちゃっぴんす。

彼と接近した瞬間に気づいても手遅れ

4 顔

口でこや口まわり……etc.。顔のムダ毛は顔の印象に
悪目立ち。特に、彼との接近戦で威力を発揮します!
窓が盛り上げる夏を迎える前に撃退するしかない。



顔のうぶ毛と闘っています

顔のうぶ毛が、あまりにも気になって思わず2度剃り。
スキンケアはしるし、メイクはのりす。数々の戦い、



正解 2



角質ケアローションで肌を柔らかく
「普段から、指毛を埋めさせ
る肌のゴワつきを角質ケアロ
ーションでケアしておけば、肌
がやわらかくなり、指毛が抜け
やすくなりますよ」(片桐先生)

抜く以外のオススメお手入れは?

脱色クリームで肌色に
なじませるのもオススメ

「個人差もありますが、抜くのがあ
まりに苦痛だったり、もともと毛が
薄い場合は脱色で目立たなくするこ
という選択案もあります」(片桐先生)



正解 2



肌を指で引っ張りながら毛抜きで抜く
「肌を指で引っ張りながら毛抜きで抜く
から抜けは、取りこぼしの心配
がありません。顔面が引きあ
がりは、顔が引きあがります
から抜くのがスムーズ」(片桐先生)

フェイスラインのオススメお手入れは?

フェイスラインのオススメお手入れは、人によって異なります。一般的には、フェイスラインのオススメお手入れは、人によって異なります。