



No.344……「**髪**の科学的・物理的な特徴をご紹介します」

そもそもの髪の……

**太さ**：約50～100 $\mu$ m (50/1000mm～100/1000mm)

**本数**：10万本程度 (日本人) ちなみに欧米人は12～15万本

**水分**：11～13% (しっかり乾いた状態)

**脂質**：1～6%

**主成分**：ケラチンタンパク

**pH**：4.5～5.5 (弱酸性)

**化学作用**：酸に強く、アルカリに弱い(アルカリのパーマやヘアカラーで損傷)

**強度**：100～150g (コーヒーカップ1個分程度)

一度、抜けた毛髪でコーヒーカップを吊るしてみてください。  
意外と切れません。もし一瞬で切れてしまったなら……損傷毛かも？

**伸びる速度**：0.3～0.4mm/1日 (1ヶ月9mm～15mm)

ということは……1日0.4mm伸びるとして10万本なので、  
な——んと40m!!!

1日で40m以上も髪を製造?? 人って本当にすごいですね!!

## スタッフコラム

マスクを外して外出するようになると、気になっていなかった所が気になりますよね。お肌のトラブルは沢山ありますが、今回はコンシーラーについて。コンシーラーの種類は豊富でどれを選べばいいのか悩みますよね？形状は大きく分けて3タイプ。種類は悩みに応じて使い分けしましょう！

### スティックタイプ(固形)

▶密着感・カバー力ともに高め。ほおのシミやそばかす、赤みのカバーに好適

### パレットタイプ(固形)

▶やわらかなテクスチャーで肌なじみ◎。複数色がセットされているパレットなら、色のブレンドも可能

### ペンシル/クレヨンタイプ(固形)

▶線り出しタイプが主流。ほくろなどのごく小さい箇所のカバーに便利

### チップ/筆ペンタイプ(リキッド)

▶みずみずしい質感で伸びがよく、ヨレやすい部位に適している

### チューブタイプ(クリーム)

▶なめらかなテクスチャーでしっとり仕上がる。カバー力が高く、広範囲に肌悩みにおすすめ

悩み別を選ぶなら！

#### ●ニキビ、ニキビ跡

明るすぎると赤みが透けやすいので、赤ニキビやニキビ跡には肌よりもやや暗めカラーを選んでみましょう！

#### ●クマ

クマからはみ出さないように、ブラシで目頭から放射線状にのせます。輪郭部分を指やスポンジで優しくなじませれば完成。下まぶたのきわにのせすぎないことを意識しながらポイントです！

#### ●シミ・そばかす

ほおなどの動きが少ない部位にあるシミやそばかすには、スティックタイプなど硬めのコンシーラーを。大きめ・広範囲にはスティックをそのまま塗布、点在している場合はブラシを使うときれいにカバーできます。範囲が小さく色も薄いなら、リキッドコンシーラーでもok！

#### ●小鼻の赤み

マットな質感のものがテカりにくいでしょう。色は肌に近いものを選べばOK。赤みが控えめならグリーン、強い場合は黄みよりのペーージュを。小鼻の溝にブラシを入れ込むようにするのが密着させるコツ！

まずは自分の悩みは何なのかを、考えてみてはいかがでしょうか？

(八戸/里店 中島)

## 西井のビューティーコラム

### 9月の肌

厳しい夏を越した秋の肌は、肌のごわつき、くすみ、乾燥が気なる事も。

これは

肌の酸化、ターンオーバーの乱れによる夏疲れの肌のサイン。

ターンオーバーが乱れると角質が厚くなり肌のごわつき、くすみ、乾燥を引き起こし小じわの原因にも。

本格的な秋になる前に、抗酸化成分や角質ケアに役立つ栄養成分を含む食材を積極的に取り入れて身体の内側からも美肌ケアを。

9月の美肌食材

さんま、鮭、里芋、舞茸、カボチャ、梨等です。