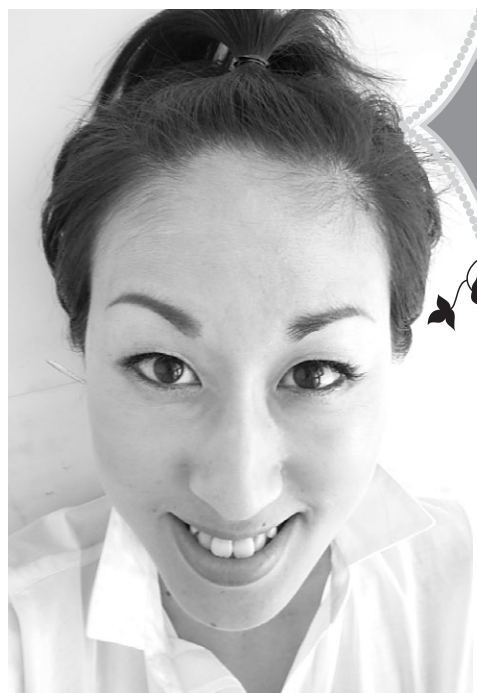


# 美容アナリスト 中村祐子の しあわせコスメ 美容相談

第7回



美容に関する「今さらこんなこと聞けない」や、  
ちょっとヘヴィな質問まで、  
美容アナリスト中村祐子がお答えします。  
一生懸命&具体的に回答しますので、  
どうぞよろしくっ!

Q

現在、石鹸シャンプーを使っていますが、クエン酸リンスで仕上げても洗いがりがきし、どうしても髪がゴワゴワしてしまいます。安全で洗いがりがよく、髪がからまないシャンプーはありますか？

A

私もジブシーしていましたが、満足いくものが見つかったのでシェアさせていただきますね。老若男女、家族みんなで使えるうれしい逸品ですよ！

石鹸シャンプーは、確かに石油系物が少なく、刺激も弱いので安心して使えますよね。

反面、洗髪後、髪がアルカリ性に傾くため、手触りが悪く、キシミやごわつきが出やすいんです。また、石鹸カスが残ります。また、石鹸カスが残ります。また、石鹸カスが残ります。また、石鹸カスが残ります。

ケの原因をつくる場合も……。かか言う私も、硬く、ドライな髪質のせいか、石鹸シャンプーを使うと、洗髪後に髪がまとまらなくて大変だっ

た経験があります。

一方、一般的な石油系シャンプーは高級アルコール系洗浄成分が多用されています。これは毛髪の汚れを取る脱脂に優れていますが、同時に浸透性や刺激も強く、長期間使用し続けることにより、地肌、手の皮膚が荒れることも考えられます。

また、強力な洗浄で髪がごわごわするのをカバーするために、シリコン皮膜で洗いがりの良さを演出する傾向もあります。そして、当然ながら排水中で生分解もできませんので環境にも

負担をかけてしまいます。

そこで、「石鹸シャンプーのように安全で環境を汚さず、でも石油系シャンプーのように洗いがりがよく、石鹸カスが出ない、髪がしっとりまとまるシャンプーはないか？」とジブシーした結果、最もその条件を満たすのがリマナチュラルのマイルドシャンプー&リンスでした。

このシャンプーの洗浄成分は、アミノ酸誘導体系のものやシ油脂肪酸系のブレンドで、皮膚と同じ弱酸性で、洗っている間も指通りがよく、使用後もなめらかなタッチを実現。もちろん、石鹸カスも出ませんし、皮膚刺激、アレルギー、光毒性もありません。排水中にも速やかに生分解されるので、肌にも環境にも負担をかけません。

また、この連載でもおなじみの100%天然の酸化化イオン水ルーフムスエキスと、古来からアレルギーの起りにくい抗菌材料として使われてきた銀と、抗菌、酸化化、抗炎症作用のある地中海原産オーガニック認定ローズマリーエキスを配合したことによってパラベンフリーとなっています。

そればかりでなく、秩父の天然水、伊豆利島産無農薬椿油、静岡県産無農薬アロエベラエキスが入っているので、

ダメージヘアでもきしまず、洗いがりもしっとりふんわり。少量で豊かな泡立ちなのに、すぎやすいのにも目を見張ります。

リンスは、髪が多い人、硬い、太い人は使った方がいいですが、毛が細く、髪量が少ない方の場合(男性に多い)使わない方がいいかもしれません。

特にパーマやヘアダイなどで髪のダメージが大きい方は、リマナチュラルの椿油で頭皮マッサージをしてから、シャンプー&リンスすると、1回でも髪が蘇ったって感じるはずですよ。

確かに石鹸シャンプーに比べて価格は高いのですが、それだけ厳選した成分が惜しみなく配合されていますし、髪と地肌、環境を守るためなら、むしろ経済的に感じます。通常サイズの他に、ファミリーサイズ、詰替用もあり、老若男女、家族みんなで使えるのもうれしい。

私はこのシャンプーを気に入り過ぎて、たまにボディシャンプーとしても使うほど。よい香りやなめらかな心地、肌や環境に負担をかけない安心感から、いつもとてもハッピーな気持ちになれるんです。質問者様もぜひ一度お試しください。

## PICK-UP 中村祐子・ドット・コムでも人気の おすすめ! しあわせコスメ



リマナチュラル マイルドシャンプー  
リマナチュラル マイルドリンス  
本体 各 300 ml ¥1,732 (本体価格¥1,650)  
徳用 各 530 ml ¥2,887 (本体価格¥2,750)  
詰替 各 500 ml ¥2,541 (本体価格¥2,420)

エコで指通りなめらかな、ベビーシャンプーのように優しい洗浄成分を厳選して、伊豆利島産・無農薬の椿油やオーガニックのローズマリー、無農薬のアロエベラ、フムスエキスを配合した、こだわりの優しい製品です。  
【パラベンフリー・着色剤無添加・無鉱物油・ノンシリコン】

### 中村祐子 美容アナリスト

肌と環境に優しい「波動美容」を実践。女性誌に連載を持つ。また自身のホームページや東京(品川)と関西(夙川)のメンバーズビューティーサロンにて、個人カウンセリングにもこたえている(会費月額 200 円)。著書『人生を変える「カリカ美容」』(マネジメント社)。

<http://www.nakamura-yuko.com>

### 質問募集

皆さまからのご質問を募集します。巻末ハガキをご利用のうえ、マクロビオティック編集部までお寄せください。

※当該面以外での個別回答はできかねますので予めご了承ください。