

## カラートリートメントで上手に染めるコツ

準備物 使い捨て手袋、くし、ハケ、お皿（缶のフタ等代用OK）



染める時間 約 30 分

ヒント カラートリートメントの染料がくしやお皿に残ることがあるので、捨てても大丈夫な物、また、黒っぽい色の物が使用にオススメ。

染める順番（管理人カラ子が実際にやっている順序）

1. お皿に染料を適量しぼって出しておく。



2. 服を着たまま鏡を見ながら、染料をハケにつけ髪に塗布していく。



3. 髪を左右に分けて、分け目に沿って少量の髪の根元から染料を塗ってはくし  
でといて、の繰り返し。染料は頭皮に良い成分があるので、しっかり塗って  
いく。後頭部は見えにくいので手鏡を使ったり、家族の人に塗り残しがなさ  
そうか見てもらっても OK。染料の量はケチらないで多め使用がオススメ。



4. 塗り終わったら、タイマーで 10 分放置。放置後に服を脱いで入浴へ。
5. 最初はシャワーキャップなどかぶって湯船に浸かり 10 分以上放置。
6. 湯船から上がり、2 回洗髪してよくすすぐ。すすぎが甘いと頭皮が汚れるので  
すすいだお湯が濁らなくなるまでしっかり行う。その後リンスなど。
7. 入浴後はいつものように髪を軽くふいてドライヤーで乾かす。

ポイント くしだけでなくハケを使うのがかなり重要です。手袋を使用するのは爪に染料が入ってしまう予防ですが、指とくしだけだと、生え際の白髪がうまく染まらないのです。100 円均一で買っていいので、自分で使いやすいものを選んでください。ハケで生え際を塗ってからくしで染料を伸ばす、というやり方を続けて全部の髪の毛が染料でビショビショに濡れたようになれば OK。乾いた髪がある状態だと塗り残しが生じやすいです。

また、必ず乾いた髪に行い、丁寧に行うとしっかり 20 分～30 分かかるので、テ

レビを見ながら行うこともあります^^。

この作業をしっかり行えば、あとはお風呂で温まるだけなんで、楽々です。

美容院のカラーリングをほとんどしなくなり、カラートリートメント生活を始めて、うぶ毛が生えてきたくらいなので、頭皮に本当に良いと思います。皮膚が弱い人や薄毛傾向の人はかなりオススメです^^

使いやすいカラートリートメントは3点で、ルプルプ、利尻昆布、レフィーネヘッドスパですね！面倒くさい人は、ラサーナヘアカラーでもいいけど、こちらは美容院の毛染めに近い成分ですが、それよりはマシという感じ。それと泡タイプなので、ハケも使いつつ、指もつかって根元を染めるのがポイントです。

頑張ってカラートリートメントを使いこなしてください。

管理人 カラ子