

## ■ クレンジング(オム)の使い方

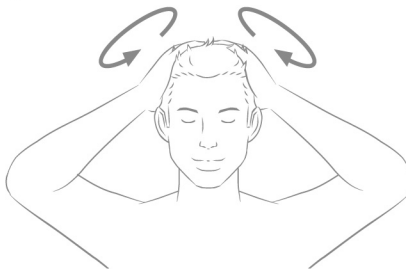
### Step 1



#### しっかりと予洗い

シャワーヘッドを地肌につけて、地肌から毛先までしっかりぬらす。手ぐしを通しながら予洗いし、ほごりや汚れを落とします。クレンジングの泡立ちを良くするためにも重要なステップです。

### Step 2



#### 両手に広げてから塗布

適量(セミロングで約7g、直径3cm程度の大きさ)を手に取り、両手のひらに広げます。両サイドから手を差し込み、頭皮に手のひら全体を密着させながら、ゆっくり円を描くように頭皮全体になじませます。

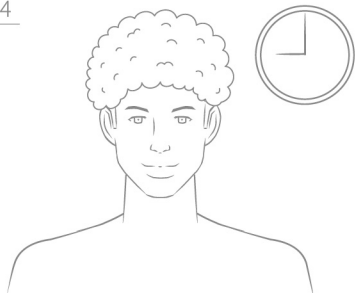
### Step 3



#### 髪を洗うのではなく、頭皮を洗うイメージで

指の腹部分を使いながら、頭皮を揉みほぐすように優しく泡立てます。洗い残しがないように、頭部全体を丁寧にしっかりと洗います。力の入れすぎは、頭皮や髪を傷める要因にもなるので要注意。

### Step 4



#### 放置時間をとる

髪全体をたっぷりの泡で包み込み、1~2分放置。ケラスターゼのクレンジングには、髪や頭皮を健やかに保つ有用成分が多く配合されています。放置時間を置くことで、充分に浸透させます。

### Step 5



#### すすぎ残しがないように、しっかりとすすぐ

シャワーを地肌に当てながら、根元から毛先まで手ぐしを通すように洗い流します。すすぎ残しのないよう、泡立て時の倍の時間を目安に。えり足や耳の後ろなどの洗い残しに注意。