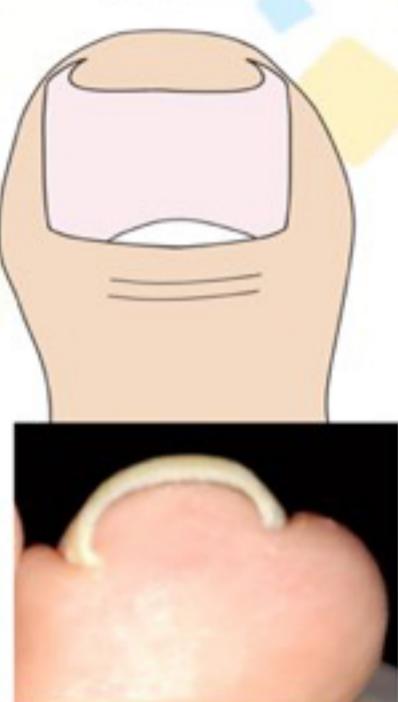




！爪のトラブル！  
正しい爪の切り方

巻き爪



陥入爪

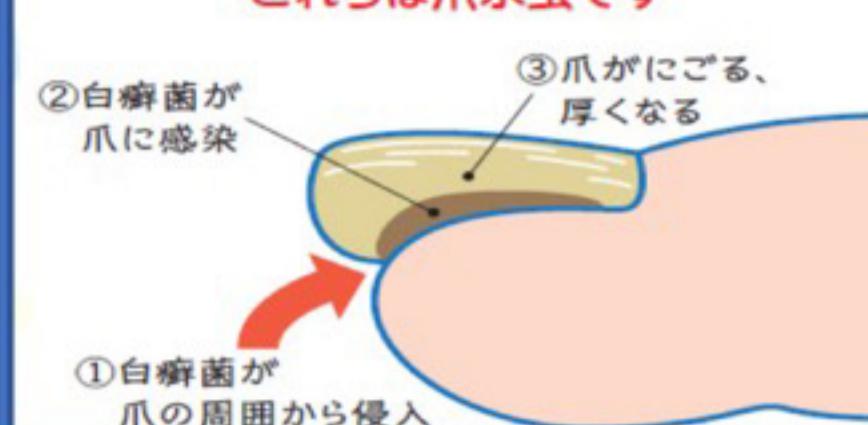


爪は巻く性質がある  
足の指をしっかりと使うと  
平坦に

指をしっかりと使うと  
まっすぐになる

指を使わないと  
巻いてくる

爪はもともと巻き気味になる性質がある。足指をよく使い、指に正しく荷重がかかっていれば、指の肉が地面から押し返されることによって爪は平坦になる。運動不足などで、足指が使われていないと、爪は巻いてくる。



二枚爪はこの層が  
2枚に剥がれてしまった状態



爪に筋が入ってボコボコしたり  
割れたり折れたりしやすくなっていたら  
爪が乾燥しているサイン

正しい爪の  
切り方スクエアカット

1 白い部分を  
1mm残して  
一直線に切る

1mm程  
残す



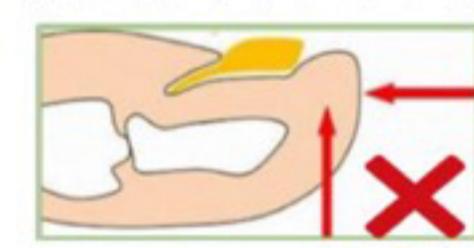
2 角は爪ヤスリ  
で丸く削る



3 完成



爪の健康維持にいちばん大切なことは「爪の切り方」。爪は布のような繊維構造をしているため、斜めに切ると内側に巻いていきます。布を斜めに切ると端がくるんと巻きますよね？巻き爪はそれと同じです。爪を短く切り過ぎる「深爪」をすると、巻き爪や陥入爪(かんにゅうそう)の原因になりやすいのです。



指先には骨がありません。爪を短く切りすぎると指先の支えがなくなり、爪周りの皮膚が盛り上がりやすくなります。爪が皮膚に刺さるようになりますと、痛みがでます。

爪を切るタイミングで一番いいのは「お風呂上り」。お湯につかることで爪がふやけてやわらかくなるので、力を入れなくて切りやすいです。爪が硬い状態で切ると余計な力がかかり、切りすぎたり滑ったりしてしまうおそれがあります。うっかり深爪をしないためにもお風呂上りがおすすめです。

するとしないで大違い!!  
足の爪のお手入れ オスメ!  
簡単 ケアグッズ

洗う

足の指の間や足の爪まわりを洗う専用ブラシです。足をブラシで洗うことにより足の雑菌が繁殖させないように水虫・匂い予防につながります。毛先が柔らかく、先端が細くて肌に優しい、お風呂でも滑りにくいグリップなど足用に考えられているブラシです。血行促進にもつながり元気な足にしてくれます。

【あしラブラシ】  
¥715(税込)

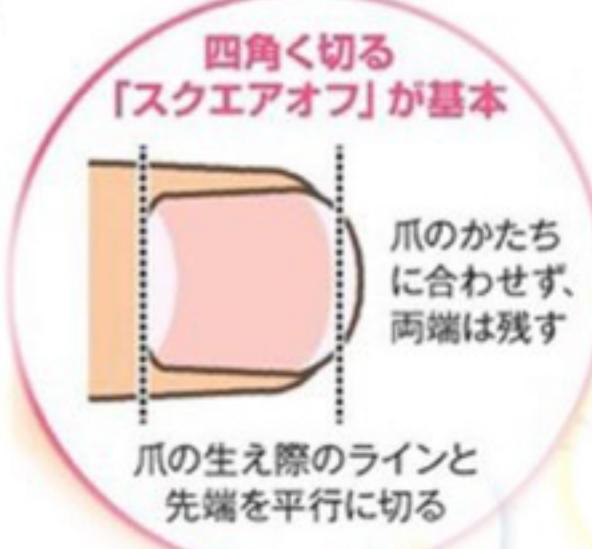


ブラシに石鹼の泡をつけて  
爪の溝を撫でるように  
洗いましょう

整える

Credo(クレド)というドイツの老舗メーカーによって作られた爪切りです。先端が逆カーブなので、普通の爪切りに慣れていると戸惑うかもしれません、細かく切っていきたい場合(深爪予防)は使いやすいです。爪が大きく分厚い人、巻き爪の人などは、痛みも少なく爪の形を整えやすいです。

【Credo爪切り】  
¥1,430(税込)



- ◆爪切りを持たない方の手で  
しっかりと足の指を固定する
- ◆爪に触れている部分の皮膚を  
親指で引っ張るようにして  
皮膚と爪を離す
- ◆一気に切らず、少しづつ刃を  
動かして切る

New  
新商品



\*上記商品の詳しい使い方は別のページをご覧ください

「ジクタス チンクチャ」販売終了と後継品のご案内

多くの皆様に大変ご好評いただいておりました  
『ジクタス チンクチャ』ですが、  
メーカー生産終了の為、販売を終了させて頂きます。

今後は、後継品として  
「スペディ ネイルプロテクション S 30ml」  
の取扱いを開始いたします。



スペディ  
ネイルプロテクション  
(足爪専用洗浄液)  
¥3,080(税込)

足の爪や指の間を  
素早く消毒  
雑菌の繁殖を  
防ぎます

ダイヤモンドハードナー  
(保護ベースコート)

¥2,420  
(税込)



ダイヤモンドの  
粒子が爪を硬く  
してくれます

トラブルが出やすい爪や足の皮膚を清潔に保ち、潤いを  
与え、健やかに保ちます。爪のケア前後や、巻き爪ケア、ネイルカラー、  
ジェルカラーなどを使用する前に爪に塗布し、浸透させてください。独特なハーブの香りがリラックス効果を引き出します。