



！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。

これらは爪水虫です

黄爪(トッププレート)

中爪(ミドルプレート)

赤爪(アンダープレート)

二枚爪はこの層が
2枚に剥がれてしまった状態

正しい爪の切り方 スクエアカット

- 白い部分を1mm残して一直線に切る
1mm程残す
- 角は爪ヤスリで丸く削る
- 完成

×

バイアス切り

×

深爪

○

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ぐるんと巻きまますよね？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ってきてしまいます。爪が皮膚に刺さるようになり、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、力を入れても切りやすいです。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 **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なり水虫・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: やわらかい毛先で肌を傷つけずに優しく洗うことができます。ブラシの心地よい刺激で血行もUP!

グリップ: 濡れていても握りやすく滑りにくいグリップで安心

ブラシに石鹸の泡をつけて爪の溝を撫でるように洗いましょう

保湿 保護

爪が乾燥していると、爪の表面に筋が入ってデコボコする、固く割れやすくなる、ささくれができる、ジェルネイルやポリッシュが剥がれやすくなるなどのデメリットがあります。ネイルオイルを常備して、いつも潤いを与えてあげることで、様々なトラブルを改善できます。割れやすい爪は保護することも大切です。

フレーバー
キューティクルオイル

クランベリー スウィートローズ ラベンダー ビーチ (税込)
爪の育成を促し、指先の乾燥やささくれを防ぎます ¥1,100

ダイヤモンドハードナー
(保護ベースコート)

ダイヤモンドの粒子が爪を硬くしてくれます
¥2,420 (税込)

*上記商品の詳しい使い方は別のページをご覧ください

整える

Creedo(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ないと戸惑うかもしれませんが、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。

【Creedo爪切り】
¥1,430(税込)

四角く切る「スクエアオフ」が基本

- 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、少しずつ刃を動かして切る

爪のかたちに合わせて、両端は残す

爪の生え際のラインと先端を平行に切る

「ジクタス チンクチャー」販売終了と後継品のご案内

多くの皆様にご好評いただきおりました『ジクタス チンクチャー』ですが、メーカー生産終了の為、販売を終了させていただきます。

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

ジクタス チンクチャー (足爪専用洗浄液)
販売終了
¥3,300

フスペディ
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

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。

NEW 新商品