

はじめに

10代は、体も心も変化するとき。
美容に興味を持ったり、
体のいろいろなことが気になったり、
悩んだりする人もいます。

みなさんがよく目にするインターネットやSNSには、
美容に関するさまざまな情報があふれていますが、
誤りもたくさんあります。
体のケアを誤ると、肌のトラブルなど
思わぬ「落とし穴」が待っています。
気にならない人は、そのままでもいいのです。

この本では、みなさんの役に立つ情報を
たくさん載せています。
1巻では、体毛や体のにおいを、
安全にケアする方法を紹介します。
正しい知識を身につけて、
美容や体のケアを楽しみましょう。

まあや先生



みなさんの
悩みや疑問に
お答えします！

もくじ

はじめに——02

Part 1 体毛の悩みや疑問を解決！——04

- Q1 体毛ケアには、どんな方法があるの？——06
- Q2 剃毛とは？——06
- Q3 除毛とは？——07
- Q4 脱毛とは？——07
- Q5 体毛はなんのためにあるの？——08
- Q6 体毛はどこに生えるの？——09
- Q7 専門家の脱毛は、どこで受けられるの？——10
- Q8 医療脱毛とは？——11
- Q9 美容脱毛とは？——11

クリニックで脱毛 どんな感じ？——12

- Q10 カウンセリングって何をするの？——14
- Q11 痛みはあるの？——15
- Q12 施術後は、どうしたらいいの？——15
- Q13 肌トラブルが起こったらどうするの？——16
- Q14 すぐに診察に行けないときは？——16

Part 2 体臭の悩みや疑問を解決！——18

- Q15 においの原因は汗？——20
- Q16 体においを防ぐにはどうすればいい？——21
- Q17 制汗剤はしょっちゅう使った方がいいの？——22
- Q18 香り付き洗剤や消臭剤においは消える？——23
- Q19 汗とはちがうにおいがあるのはなぜ？——24
- Q20 頭においのもとは何？——25
- Q21 こまめなシャンプーでおいは防げるの？——25
- Q22 わきの下においのもとは何？——26
- Q23 わきの下においを防ぐには？——26
- Q24 足の裏においのもとは何？——27
- Q25 足においはどうすればいい？——27
- Q26 くつや服においはどうしたらいい？——28

きを付けよう！ 購入・契約のトラブル——30

さくいん——31

みなさんへ——31

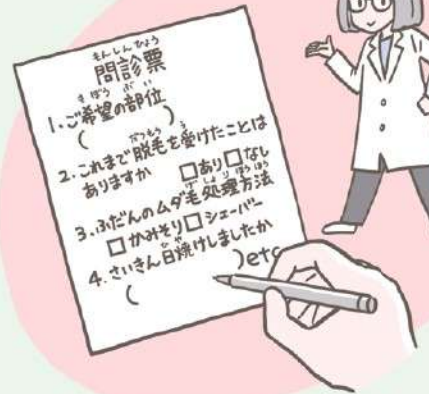
体毛の悩みや疑問を解決！



クリニックで脱毛 どんな感じ？

診察の流れ

① 皮膚科で予約して 問診票に記入



診察のときに
持ってきてください

② 皮膚科のお医者さんに 直接診てもらって スキンチェック



③ カウンセリング



レーザー脱毛は10回以上
かかることがありますよ
2か月に1回通ってね
料金は学生割引とか
あるところも

④ 後日に施術

きほんてきに
一人で受ける
ちょっと
ドキドキ...
下着はつけていてOK
ラップタオルを
かしてくれる
目を保護するため
目かくしをする



施術の流れ

① 脱毛の前は キレイに毛をそっておく



- 制汗スプレーは使わない
- 着がえ・保湿液など持参する

② ジェルをぬる



③ レーザーで脱毛 わきは両方で約5分くらい ひざ下は30分くらいかかることも



④ 施術後の 保湿はしっかりと 毛は自然に抜ける のでムリに 抜かないように！



にきびや赤みなど術後に
肌トラブルになることも...

お医者さんに
相談しましょう

* ここで紹介したのは医療脱毛の一例です。使用する機材によりジェルの使用の有無のほか、各医療機関で施術の流れが異なる場合があります