執筆者 髪の病院TOKYO 代表 杉本俊明
SUGIMOTO TOSHIAKI

頭皮毒出し 白髪、薄毛も激減！

皆さんこんにちは。早いもので今年も後1か月です。お忙しくなる時期に大掃除も大切ですが、ご自身の大掃除も大事にして下さい。今回は白髪改善、薄毛改善を目指すために日頃たまっている疲労やストレス、目の疲れによって溜まっている頭皮の下の老廃物を減らし血流改善をする為の方法をご紹介します。

白髪の原因はまだまだ研究途中のものも多いのですが、確実にわかっている理由には

① 生活習慣　② 頭皮の血流不足 があります。これからどのような髪が作られていくかは頭皮次第！

頭皮毒出し ご自宅でできる頭皮を整えるお手軽4ステップをご紹介！

Step❶ 鎖骨下・心臓の左上

老廃物が最終的に返る場所

● の部分周辺を程よい強さで擦って流しましょう。日常生活の思い出したときにコツコツおこなうのもGood！

Step❷ 首の付け根

痛くない人はいない程！
9割の人が詰まっている！

● の部分周辺を親指を使っておしましょう。白髪改善、頭痛改善に重要な場所です。首の血流は頭皮に大きく影響します。

Step❸ 額の生え際を揉む

白髪の多くは生え際から増えていきます。生え際をつまむように揉んで血行良くします。

Step❹ 頭全体をほぐす

① 手をグーにして頭全体を刺激します。

② 仕上げに指の腹を使って、頭全体をタッピングします。

今回のステップをおこなう時は、酸素が行き渡りやすいように、息を鼻から吸って口から吐いていきましょう！
白髪薄毛の撃退には、首を流す事が重要になります。一緒に若見え目指していきましょう！

12月30日までの特別メニュー 完全予約制 ※新規ご来店の方のみ、他のクーポンとの併用不可

年末の頭皮の大掃除 頭皮ケア＋髪質改善トリートメント

~~¥33,000(税込)~~
¥27,500(税込)

頭皮の老廃物を特許商材で安心安全に綺麗にし、細胞の活性化で生え変わる髪の質を良くする究極の頭皮ケアに、薬剤を一切使用せず栄養素だけを使用し、ダメージの修復から手触りや質感の向上まで出来る、進化系当店の新トリートメントのセットメニューをコラムをご覧の皆様にだけお得にした新メニューです！

アクセス
自由が丘1-2-26 ルーチェ自由が丘101
TEL：03-6826-9312
E-mail：info@kaminobyoin-tokyo.jp

OPEN　10:00～20:00
CLOSE　毎週月曜日、不定休

ご予約はこちら
LINE　HP　Instagram

髪の病院
TOKYO
KAMI NO BYŌIN
"Authentic beauty with authentic technique."
We will be there for you as your hair specialist so you can always love your hair.