

耳たぶ

Q.1 正しいそうじ方法は？

A. 週に1回、軽くぬぐって。

普段、お風呂に入るときに流水で軽く洗い流す程度で充分です。石けなどは炎症の原因にもなるので、使う必要はありません。耳たぶは、人から見える部分なので、垢やゴミが気になる人は週に1回、綿棒やタオルなどを使って優しくふきとって。(大場先生)

Q.2 どんな綿棒を使えばいい？

A. 使い捨てがマスト！

綿棒は清潔なものを使わなくてはなりません。そのため、片耳に対して、綿棒も片面を。逆の耳をそうじする場合は、綿棒も使っていない面を使いましょう。綿棒を何度も使い回したり、人と共有するとバイ菌がうつる可能性があるため、必ず使い捨てを心がけて。(大場先生)



ピアス穴

Q.1 正しいケア方法は？

A. 流水でさっと流す程度！

消毒液などを使ってケアする人がいますが、炎症などを起こしている場合は、かえって悪化させてしまうことがあります。ピアス穴は常に清潔にしていれば、お風呂に入るときに流水で軽く洗い流す程度で充分なんです。(大場先生)

Q.2 ピアス穴のニオイって？

A. 炎症を起こしている可能性あり！

ピアス穴のニオイや垢が気になる場合はありませんか？ 主に汗や分泌液などが原因ですが、炎症を起こしている可能性もあるので、痛みを感じる場合は病院へ！ ピアスも自分の耳に合った材質を選ぶことが重要です。(大場先生)

お手入れしにくいところもキレイに、健康に保ちましょう！

正しい耳そうじしていますか？

耳そうじ、よくよく考えると正しい方法を知らない/って人がほとんどなんです。デリケートな部分だからこそ、正しい方法を知らないとなぜか炎症などの原因になり、とても危険。この機会に正しい方法をマスターして、見えないところもキレイに保ちましょう♡

教えてくれたのは…



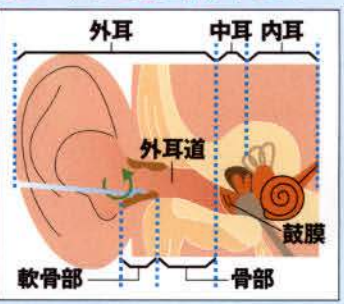
耳

耳の中

Q.1 正しいそうじ方法は？

A. 月に1回、耳穴の入り口付近の垢を優しくかき出すだけ！

実は、耳垢は自然と穴の外に出るものなんです。そのため、頻りにそうじをする必要はありません。正しいそうじ方法は、右図のように穴の入り口付近の垢をクルッとぬぐうように優しくかき出すだけ。そうじをしているのは外耳道の1/3にあたる軟骨部まで。耳かきが骨部に触れると痛みを感じます。また、そうじのしすぎは、穴の奥に垢が入り込む原因に。やりすぎないことがコツです！(大場先生)



Q.2 おすすめの耳かきは？

A. 耳穴にフィットするものを！

人によって耳の穴の大きさや形は違うもの。穴が小さい人は先の細い耳かき、全金属アレルギーの人はシリコン製の耳かきなど、自分に合ったものを選びましょう。また、耳かきは、人と共有しないのがベスト。家族で同じものを使う場合、使用後は必ず洗い、清潔に！(大場先生)

- ① 耳に優しいソフトなスパイラルヘッド。ミミダスGS-2000P ¥1,344(アクアクロス)
- ② クルッと回転させ垢を一気にかき出します。のじクルクル耳かき ¥1,470(レーベン)
- ③ 特殊ワイヤーの弾力性によって極上のかき心地。のじ爽快ソフト耳かき ¥2,100(レーベン)
- ④ オールステンレスだからいつでも清潔。イヤークリーナー ¥1,890(ツヴィリングJ.A.ヘンケルス)
- ⑤ やわらかいシリコン製だから耳を痛つける心配なし。貝印シリコン耳かきピンク ¥577



真夏の世論調査 結果発表!!

① レディ30人に聞きました!

- Q. 正しいお手入れ方法がわからない部位は？
- 1位 足裏 続いて4位は背中、5位は首でした。普段あまり人に見せないところほど、お手入れの方法がわからなかったり、お手入れをしていないことが発覚。①レディなら見えないところもキレイなのが鉄則です！
 - 2位 ヘソ
 - 3位 耳

Q. 足裏のお悩みはありますか？

「ヒールの高い靴を履くとタコができやすい」(不動産会社勤務・25歳) 「夏は靴の中が蒸れてニオイが…」(IT関連会社勤務・25歳)

Q. 正しい耳そうじの方法知っていますか？

「眼度が変わらない」(メーカー勤務・27歳) 「毎日耳そうじしてるけど、大丈夫?」(秘書・26歳)

NO 100%

撮影/清原直樹 デザイン/飯倉千香 (BeeWorks) イラスト/おぐらきょうこ 構成/福地美穂 ◆この特集で使用了商品の問い合わせ先は、P.231にあります。

そうじの正しい方法