



HEAD



topic1

ヘルメット&
ヘアセット
カタログ

topic2

県庁自転車
スタイル
SNAP



Let's enjoy
bicycle

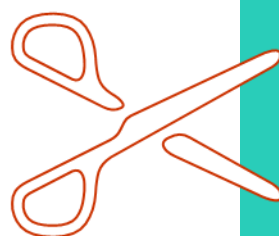
with helmet!!



ヘルメット

ヘアセット

カタログ



このカタログでは令和8年6月17日に開催した『ヘルメット&ヘアセット講座』の中で講師のスタイリストさんにお実演いただいたヘルメットで崩れても直しやすいヘアセット方法やヘアセットに関するお悩みの解決方法をご紹介します。

福井県美容業生活衛生同業組合所属のスタイリストさんお2人にご協力いただきました。お1人目は美容室ラ・ピエールの玉邑和明さん(左)、お2人目は HAIR CREATE EXCeed の奥村将之さん(右)です。



—— ヘルメットで崩れても直しやすい ——

ヘアセット手順



01 毛束を細かくトリクシや手グシで伸ばすようにとかす



02 何回かとかし髪がツルっとしてきたらヘアアイロンをはさむ



03 髪の根元にしっかりヘアアイロンをあてるのがポイント！



04 トップの髪をランダムにとりヘアアイロンで動きをつける



05 パウダー系のスタイリング剤を動きがついた髪の根元に吹きかける



06 仕上げに髪の内側からヘアオイルをつけたら完成！

ヘルメットで崩れたあとの直し方



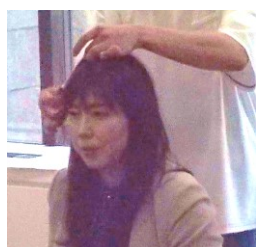
驚頭副知事が実践！

紹介したヘアセットをしたあとヘルメット被って崩れた髪の直し方を実践



ボリューム感を復活

髪の根元をかきあげるように指でぐっと押しあげる



きれいに整える

つぶしたくないところの髪を指でもち、反対の指でその先の髪をはさんで伸ばす



お直し完了◎

パウダーを付けたことでトップにハリがでて髪が立ち上がりやすく直しやすい！

ヘアセットのお悩みQ & A

Q. 汗のベタつき対策は？

A. **ドライシャンプー**がおすすめ！



髪の毛を持ち上げて根元にドライシャンプーを吹きかける。毛量が多い場合は細かくわけてやると◎



ブラッシングも忘れずに。コームタイプは静電気がおきやすいためブラシタイプがおすすめ。

Q. 癖をつきににくくするには？

A. 寝る前の**ヘアドライ**をしっかりと**スタイリングスプレー**も効果的



お風呂のあとはドライヤーで髪の毛をしっかりと乾かすことが重要。寝ぐせがつきにくなり朝のヘアセットも楽ちんに。お出かけ前にスプレータイプのスタイリング剤を使うと髪が崩れにくく、崩れても直しやすい。

Q. 夏の紫外線の対策は？

A. **日焼け止めスプレー**がおすすめ！



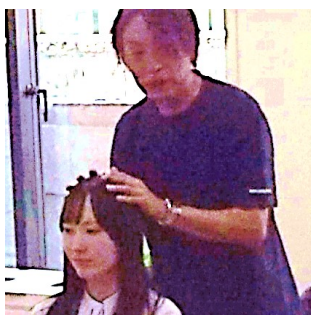
紫外線対策には髪にも使えるスプレータイプの日焼け止めがおすすめ。全身に使えるタイプだとそのまま顔や体にも使えるので楽ちん。スプレーのあとはブラシでとかすのがポイント。髪の毛の表面だけでなく内側もとかすと効果UP！

Q. 癖がついてしまったら？

A. **スタイリング剤**が一番効果的
ミストや**水道水**で応急措置も可能！



スタイリング剤を使うのが一番効果的。そのほか、ミストを吹きかけてブラッシングするのも◎



アイテムがないときは、水道水で濡らした手を髪にポンポンとくくと、応急的なお直しも可能。

ヘアセットのお悩みQ & A

Q

汗をかくと前髪や顔回りの髪がペタツとしたり跳ねたりするのが悩み。簡単にできる対策は？

A

コードレスのヘアアイロンが効果的。小さいサイズのものが多いため持ち運びも楽。

Q

ヘアブラシはプラスチック製のものでも大丈夫？



A

木製や動物の毛でできているものがおすすめ。ヘアブラシは毛が細かいため、プラスチック製でも問題はない。

Q

シャンプーは1日2回しても大丈夫？



A

シャンプー2回はスタイリング剤をつける人ならマスト。大事なのは毛先をごしごししすぎないこと。やさしく手ぐしかなで軽くとかすのが◎

Q

髪にヘアミストをかけてから乾く前にヘアアイロンをしても大丈夫？

A

絶対NG。濡れた髪はキューティクルが開いた状態。高熱が加わると中の水分が蒸発して髪には大ダメージ。ドライヤーでしっかり乾かしてからが◎

Q

ヘアアイロンは安いものだと髪が傷みやすい？

A

プレートの素材による。安価なものに多い鉄製が傷みやすい。少し値ははるがシルクプレート製がおすすめ。

Q

ヘアアイロンの温度は何度が良い？



A

高くても160度。やわらかい髪質の人はもっと低くても良い。高温にする場合は挟む時間を短くして。



県庁自転車スタイル

SNAP

CYCLING



この写真集では令和8年6月17日に開催した『自転車スタイルショー』にモデルとして登場していただいた県職員の自転車スタイルや便利アイテム、自転車利用時の安全対策などを紹介します。



NO. 1

毎日自転車通勤
ジムでも鍛えてます

防災安全部 副部長
網本敬徳さん

毎日自転車で通勤しています。仕事終わりによくジムに行くので荷物が多く、大きな力ゴがあって便利です。
こだわりポイントはリュックにつけている反射材ベルト。点滅しながら光るので夜道でも安心です。



NO. 2

便利アイテムで
レジャーを満喫

大学私学課 主事
山内理華さん

小浜市勤務なので、休日は若狭湾サイクリングルートでよく自転車に乗ります。湖も見て気持ちいいです。
こだわりポイントは足首の「バンド」とヘルメットの中の「アイスヘッド」です。バンドでズボンの裾が巻き込まれないようにしています。アイスヘッドは保冷剤みたいなもので、ひんやりするので夏に必須のアイテムです。



NO. 3

県庁チーム二輪舎
月1で活動中！

財産活用課 課長
田渕洋平さん

県庁の「チーム二輪舎」の会長をしており、月1で活動しています。年に1度遠出してサイクリングをします。広島県と愛媛県をつなぐ「しまなみ海道」は最高でした。こだわりポイントは自由に取り外しできるライトとパンクキットです。パンクしてもその場ですぐ修理できます。



NO. 4

帽子みたいな
おしゃれヘルメット

循環社会推進課 主事
池上依那さん

普段は電車で通勤していますが、天気が良い日は自転車で通勤しています。こだわりポイントは見た目が帽子みたいなヘルメットです。ツバにワイヤーが入っていて、自転車に乗っているときはツバを上にあげて視野を広く保つことができます。帽子部分は取り外しができて洗濯できます。後ろについている大きいリボンもかわいくてお気に入りです。



自転車を利用されるみなさまに大切なお願い

自転車ヘルメットは「安全性を示すマーク」がついているものを選びましょう

令和5年4月から自転車用ヘルメットの着用が努力義務化されています。自転車用ヘルメットには安全性を示すマークというものがあります。代表的なものだとSGマーク、JFCマーク、CEマークなどです。これらは厳格な安全試験をクリアした証です。安全のためにもマークがあるヘルメットを選ぶことが重要です。



自転車の交通ルールを守って安全もおしゃれも両立しましょう

自転車は手軽で便利な乗り物ですが、交通ルールを守らなければ重大な事故につながります。自転車に乗るときは「自転車安全利用五則」を守りましょう。また、スマートフォンを操作しながらの運転やイヤホンを使用しながらの運転は大変危険です。一人ひとりが交通マナーを守り、安全で安心な自転車利用を心掛けましょう。

自転車安全利用五則

- ① 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用



発行

福井県庁ヘルメット着用推進チーム - H. E. A. D -
(福井県防災安全部政策推進グループ内)

〒910-8580 福井県福井市大手3丁目17-1
☎0776-20-0282

