

ホンモノの体験



2026

4.27(月)

# 身だしなみを整えよう



## ヘアアレンジ編

講師：上田友希氏  
(美容師)



### 講義内容

- ①髪の毛を洗う手順・洗い方
- ②ドライヤーでの乾かし方
- ③くし又はブラシの使い方
- ④寝ぐせの直し方、髪のまとめ方

教えてもらったことを、  
今日から意識してみよう  
と思いました。

髪が片方ハネているのを直す  
方法を教えてください、あり  
がとうございます。家でも試  
してみます。

知らないことがたくさんあ  
りました。シャンプーの洗  
い方で違うことをしていた  
ので、今日から正しいやり  
方をしたいと思います。

これから毎日頑張  
って、髪を洗って  
乾かします！

「くるりんぱっ」  
をしていただきました！

