最新の身だしなみ事情（第9回）

印象を大きく左右するヒゲのそり方と肌を守るコツ

2018.02.26

スーツがパリッとしていて、髪型が決まっていても、無精ヒゲやそり残しがあれば台無しです。一方で、ヒゲを生やしていても手入れが行き届いていれば、清潔感だけでなく意欲的な印象も与えることができます。その違いは何でしょうか？周囲の人への気遣いであり、自分をこんな風に見せたいというセルフプロデュース力の有無などが想像できます。

ところが、身だしなみを整えるために小まめにそると今度は肌を傷めてしまうケースがあります。今回は肌への負担を減らしながら、清潔感のある身だしなみを実現するヒゲのそり方について紹介します。

ヒゲの主成分は、牛の角と同成分



カミソリやシェーバーなど、ヒゲそりの道具はさまざまあります。どれも刃物を肌に当てるため、傷を付けたり乾燥させたりしてしまうなど肌を傷めがちです。かといって鈍（なまく）らな刃を使うとヒゲの硬さに負けてしまいます。

実は、ヒゲの硬さは同じ太さの銅線にも匹敵するといわれており、その主成分は爪と同じ硬質ケラチンという硫黄を含むタンパク質です。この硬質ケラチンは、牛やサイの角、あるいは爬虫（はちゅう）類や鳥類の鱗（くちばし、爪、けづめ）の主成分でもあります。そのヒゲが最も伸びる時間帯は、朝方の6時～10時ごろ。最もヒゲが柔らかいこのタイミングこそがオススメのそり時であり、朝の身支度を整える際にピッタリです。

ヒゲのそり方は個人個人で異なります。なぜなら、ヒゲの濃さや肌の敏感さは人それぞれだからです。分類すると、肌は弱くないので深ぞりしたいカミソリ派（時間と手間をかけてもきっちりそりたい）と、肌が弱いもしくは素早くそりたい電気シェーバー派に分けられるでしょう。

カミソリの刃は肌の強さ合わせて枚数を変える… 続きを読む