

## ＊ヘナペースト&インディゴペーストの上手な塗り方《セミロング・ロングヘアの場合》

1. まず頭の一番上にヘナペーストを載せます。(手のひらに載るくらいが適量)
2. 頭頂部分に、いくつかに分けた髪の毛を集めながら、束ごとにヘナペーストをどんどん塗っていきます。  
(髪の毛の根本にたっぷり塗ってください)
3. 全て塗り終わったらラップを巻きます。(または、シャワーキャップをつける)
4. 汗をかくと、ヘナが流れ出てくるので、ラップの下部分のラインにあわせてタオルを巻きつけます。
5. しっかりと染めたい方は1時間以上そのまま置きます。

### ポイント

- ◆大丈夫な方は、そのまま一晩寝て、朝シャワーで流してもOKです。
- ◆あまり染めたくなく、トリートメントだけしたい方は15分～30分で流してください。
- ◆トリートメント効果だけの方は、15分程度で効果が出ます。(※気温差や個人差はあります)

6. 洗い流します。

### ポイント

- ◆特に初めての場合は、何度ゆすいでも赤い色がなかなか消えないという方もいますが、洗面器にお湯を張り、頭皮ごとの根元までつけると、よくゆすぐことができます。

7. よくタオルドライをして、乾かします。

※「ショートヘア」の方は、ヘナペーストを全体によくなじませ、ラップを巻きます。  
髪の毛の根本にもたっぷり塗ってください。後はロングヘア(4.～7.)と同じ手順です。

◎ヘナペーストを塗るときは、髪が汚れていたり、ヘアオイルがついていても問題ありませんので、塗る前にシャンプーなどの必要はありません。乾いている髪にそのまま塗り始めてください。

◎ヘナ(または、インディゴ)で染め終わったあと、特にシャンプーなどの必要はありません。

◎ヘナで染めたあとに、すぐインディゴで染める場合は、すこし髪を乾かしてから塗り始めてください。  
(濡れた髪に塗ると、ペーストが垂れてきてうまく塗ることができません。)

◎その他、使い方などで分からないことがありましたら、「地球に優しいお掃除」ホームページの中の電子掲示板「地球に優しいフォーラム」で質問をしてください。  
<http://www.cleanplanet.info/forum.html> お気軽にどうぞ。