



Scalp Mist Aroma DIY

～ つくる時間も、香りのご褒美 ～

暮らしを彩る、アロマDIY

夏の頭皮スプレー

汗ばむ季節を、爽やかな香りで心地よく

中級者向け

夏は汗や皮脂で頭皮がベタつきやすく、においやムレが気になる季節。そんな時は、お気に入りのエッセンシャルオイルで作る「夏の頭皮スプレー」で、頭皮を心地よくリフレッシュしてみませんか。

無水エタノールを加えることでエッセンシャルオイルが水となじみやすくなり、すっきりとした使用感に。さらに、重曹は気になるにおいを抑える働きがあるといわれており※、夏の頭皮ケアにおすすめです。

冷蔵庫で冷やしたスプレーをシュッとひと吹きすれば、ひんやり爽快。朝のスタートや外出後、スポーツの後、お風呂上がりなど、汗ばむ季節のリフレッシュタイムを、お気に入りの香りとともに楽しみください。

肌や頭皮に直接使用する DIY だからこそ、ご自身の状態に合わせて、安心・安全にお楽しみください。

ご使用前にはパッチテストを行うことをおすすめします。

※重曹は一般的に消臭作用があるといわれています。

手作りクラフトは、ご使用になる方のお肌や保管環境によって状態が変化する場合があります。防腐剤を使用していないため、作成後は早めに使い切り、異常を感じた場合は使用を中止してください。



アロマDIY
夏の頭皮スプレー

材料

今回は、50mL サイズのスプレーボトルを目安にご紹介します。

- ・ヤング・リビングのエッセンシャルオイル
- ・無水エタノール
- ・精製水
- ・重曹
- ・スプレーボトル（遮光タイプがおすすめ）
- ・ピーカーまたはガラス容器
- ・ガラス棒などの攪拌棒
- ・ラベルシール



作り方

1. 精製水 40mL に重曹 2g を加え、よく混ぜます。
（重曹は溶けにくいので、1～2 日ほど置いてから使用するとよりなじみます。）
2. 別の容器に無水エタノール 10mL を入れ、お好みのエッセンシャルオイル 4 滴を加えてよく混ぜます。
3. ②に①を加え、全体をよく混ぜます。
4. 遮光ボトルに移し、ラベルシールに作成日・品名・使用したエッセンシャルオイルを記入して貼れば完成です。

作り方のポイント



ご使用前にパッチテストを

肌や頭皮の状態には個人差があります。初めて使用する際は、腕の内側などでパッチテストを行い、お肌に異常がないことを確認してからご使用ください。



重曹はあらかじめ溶かしておく

重曹は水に溶けにくいので、精製水に混ぜた後、1～2 日ほど置くとなじみやすくなります。



エッセンシャルオイルは無水エタノールと先に混ぜる

精製水に加える前に無水エタノールと混ぜることで、エッセンシャルオイルが均一になじみやすくなります。



使用前はよく振る

成分が分離したり沈殿したりすることがあるため、使用前は毎回よく振ってからお使いください。



冷蔵庫で保管し、2 週間を目安に使い切る

防腐剤を使用していないため、早めに使い切ることをおすすめします。

おすすめのエッセンシャルオイル



ペパーミント
爽快感のある
すっきりとした
香り



ローズマリー
清々しくハーブ
調の香り



ラベンダー
やさしく穏や
かな香り



ゼラニウム
華やかでやわ
らかな香り



ティートリー
すっきりとした
クリーンな香り



頭皮スプレーの楽しみ方

頭皮全体にやさしくなじませて

髪をかき分けながら頭皮全体に 5～10 か所を目安にスプレーし、指の腹でやさしくなじませます。香りを楽しみながら、心地よく頭皮をリフレッシュしましょう。

朝のお出かけ前に

爽やかな香りで、すっきりとした気分で一日をスタート。

スポーツや外出の後に

汗をかいた後のリフレッシュタイムに。

お風呂上がりの頭皮ケアに

清潔な頭皮にスプレーして、心地よい香りを楽しみましょう。

冷蔵庫で冷やしてさらに気持ちよく

冷蔵庫で保管しておけば、暑い日の使用時にひんやりとした心地よさが楽しめます。夏ならではの爽快感をぜひお試しください。

ご使用時の注意点

- ・頭皮や肌はデリケートなため、初めて使用する際は必ずパッチテストを行い、お肌に異常がないことを確認してからご使用ください。
- ・使用中または使用後に赤み・かゆみ・刺激などの異常が現れた場合は、直ちに使用を中止し、水で十分に洗い流してください。
- ・頭皮に傷や湿疹などの異常がある場合は使用しないでください。
- ・ヘアマニキュア直後やカラーリング直後の使用はお控えください。色落ちする場合があります。
- ・使用前によく振ってください。
- ・直射日光・高温多湿を避け、冷蔵庫で保管し、2 週間を目安に使い切ってください。
- ・目に入らないようご注意ください。
- ・衣類などに付着するとシミや変色の原因になることがあります。