

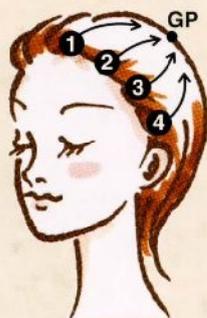
# perlu-libur massage

ブルリブール マッサージ

(時間の目安)

1

(3分)



力を入れて押す  
↓  
力を抜きながら円を描く

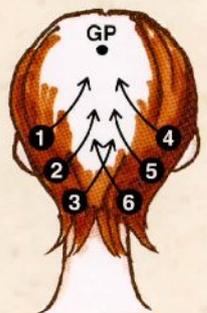
あらかじめお客さまの髪の長さに合わせて、適量<sup>\*</sup>のブルリブールを器に入れておきます。  
器から少量ずつ手に取り、センターパートからGPに向かってなじませ、円を描くように徐々に進みます。親指を軸にして、人差し指・中指・薬指の3本で行います。  
①～④の順に行い、もう片側も同様に行います。

注) 立ち位置は、お客さまの真後ろから動かず、センターから右を右手で、左を左手で行います。

※適量の目安 ショート 20プッシュ(50g)  
ミディアム 30プッシュ(75g)  
ロング 40プッシュ(100g)

2

(3分)



力を入れて押す  
↓  
力を抜きながら円を描く

バックからGPに向かって1スライスずつ、ブルリブールをなじませ、円を描くように徐々に進みます。  
親指を軸にして、人差し指・中指・薬指の3本で行います。  
①～⑥の順に行い、①～③は左手で、④～⑥は右手で行います。

3

(1分半)



力を入れて押す  
↓  
力を抜きながら円を描く

前頭部のフェイスラインからGPに向かって、親指を軸に4本の指で円を描くように徐々に指の幅をせまくしながら進みます。

4

(3分)



力を入れて押す  
↓  
力を抜きながら小さく半円を描く

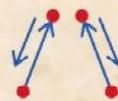
頭頂部を軽く支えながら、もみあげから親指で小さく半円を描くように徐々に進みます。  
左側は左手で頭を支え右手の親指で、右側は右手で頭を支え左手の親指で行います。  
もみあげを軸に①～④の順に行い、最後は③と同様に4本の指で⑤を行います。

5

(1分半)



お客様の片側に立ち、片手で前頭部のフェイスラインを軽く支えながら、親指と人差し指(または中指)で指をすべらせるように首のコリをほぐします。



強く押す

力を入れながら上にすべらせる → 力を抜きながら引く

6

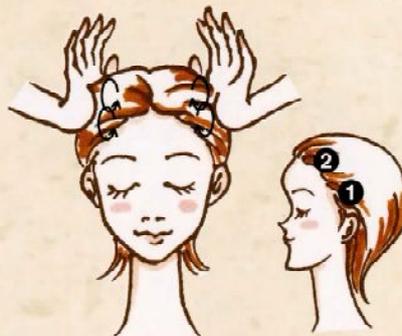
(1分半)

手のひらで軽く円を描きながら、  
①～⑤の順に、圧迫します。

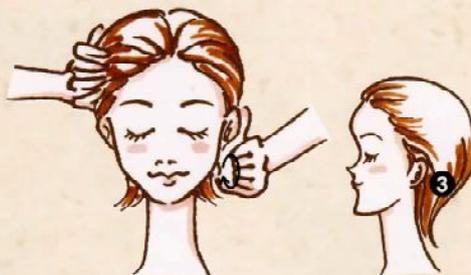


力を抜きながら円を描く

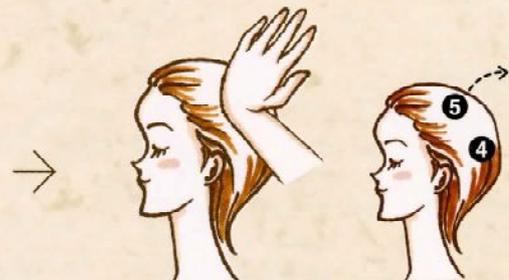
上に持ち上げるときに強く圧迫し、  
除々に力を上に抜きます  
注) 力を抜く時は、脇を広げるように行います。



①～② 両手で行います。



③ 左側を行うときは右前頭部を軽く支え、右側を行うときは左前頭部を軽く支えて行います。(左右交互)



④～⑤ 両手で行います。

7

(2分)



頭皮と髪についたプルリプルを髪全体に浸透させるため、パネルをとりなじませます。

ホットタオルを2枚用意する

8

(30秒)

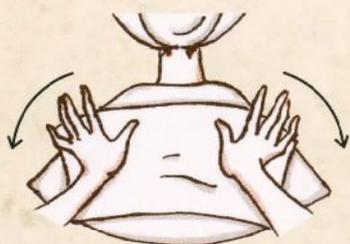


1枚目のホットタオル

- ① 首についたプルリブールを拭き取りながら、マッサージします。
- ② 使用したホットタオルで髪をターバンのように巻きます。

9

(1分)



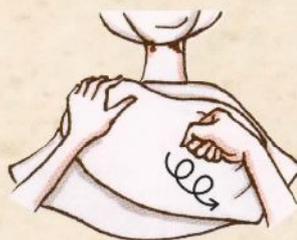
首横から肩にかけて、さするようにコリを軽くほぐします。



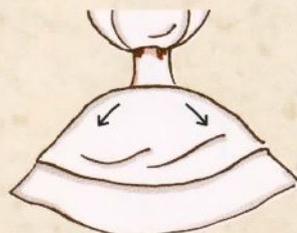
猫手にした両手で、肩甲骨の横を背骨に沿ってマッサージします。

2枚目のホットタオル

シャンプークロスの上に置いて、肩～背中をマッサージします。



猫手(握った手)で、手首を返しながら、片側ずつ肩沿いにマッサージ。もう片手で反対側の肩を支えながら行います。



親指で首筋から腕に向かって両肩のラインをマッサージします。

\*スチーム加温する場合は、ここで行います。(5~10分)

10

(2~3分)



ホットタオルを首の下にあてます

- ① お湯をためます。
- ② 器の残液をお湯に溶かし、髪の毛に残液をかけます。

注) アディショナル マッサージを行う場合は、流しすぎないようにします。

# Additional massage

アディショナル マッサージ

perlu-libur  
cream bath

## リラックス バージョン (3~5分)

① こめかみに人差し指をそえ、親指をクロスさせながら、正中線からGPに向かってすべらせます。

② 親指はGP付近、中指をほんのくぼの両脇に置き、中指をクロスさせながらGPに向かってすべらせます。

③ 親指をGP付近、人差し指をもみあげ、中指をほんのくぼの両脇に置き、軽く圧迫します。人差し指は、円を描くように正中線まですべらせ、親指は正中線に向ってすべらせます。

④ 親指をはえ際、人差し指をもみあげ、中指をほんのくぼに置き、軽く力を入れ、徐々に力を抜きながら頭頂部に向かってすべらせ、ゆっくりと抜きます。

①②③を2~3回繰り返します

6

## リフレッシュ バージョン (3~5分)

① 人差し指・中指・薬指の指の腹を使い、力を入れた状態から徐々に力を抜きながら頭頂部に向かってまっすぐにすべらせ、スッと抜きます。

② 手の側面(小指側)をもみあげにあて、センターに向かってSの字を描くようにすべらせます。センター付近で徐々に手のひらをあてながら、手のひらを軸に回転し、再び手の側面をあてて、ネーブに向かってすべらせます。ネーブまで来たら、頭頂部に向かってゆっくりと力を抜きます。

③ 首の下に手を入れ、両手の中指と薬指でほんのくぼの両脇を圧迫します。首を持ち上げるように、上に向かってひっぱり、ゆっくり抜きます。片手の中指でほんのくぼを圧迫してゆっくり抜きます。

①②③を2~3回繰り返します

②の手の抜き方

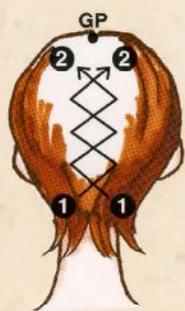
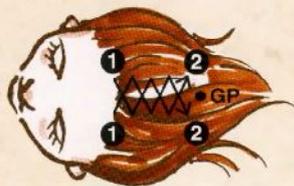
# Additional massage

アディショナル マッサージ

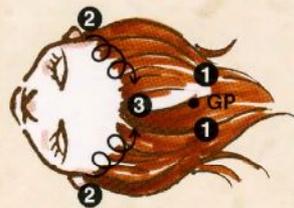
perlu-libur  
cocoam bath

## サイドシャンプー バージョン (3~5分)

- ① 小指をもみあげに、人差し指を後頭部に置き、親指をクロスさせながら、正中線からGPに向かってすべさせます。



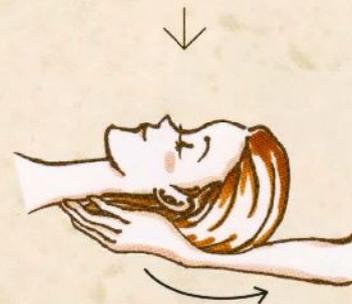
- ② 親指はGP付近、中指をほんのくぼの両脇に置き、中指をクロスさせながらGPに向かってすべさせます。



- ③ 親指をGP付近からもみあげに移動します。円を描くように、正中線に向かってすべさせます。



- ④ 全ての指で頭を指圧し、徐々に力を抜きながら上に向かってスーッと抜きます。



- ⑤ 首の下に手を入れ、人差し指と中指でほんのくぼの両脇を圧迫します。首を持ち上げるように、ひっぱり、ゆっくり抜きます。中指でほんのくぼを圧迫してゆっくり抜きます。