

プリナチュール通信

2026*夏号*
株式会社
プリナチュール

ペディキュアを綺麗に塗るコツ 長持ち&美しく仕上げるポイント

① 形を整える

おすすめの形



足は丸く削りすぎると
巻き爪の原因になるため
スクエアオフがおすすめです！
指先と同じくらいの長さのベスト◎



② 表面を軽く整える

スポンジファイルで爪表面の凹凸を
整えることで表面がはめらるのになら
密着UP◎ やさしくするだけでOK!

③ 油分をしっかりと除去

油分や汚れが残っていると剥がれる
原因になるエタールや除光液で
表面をしっかりと拭き取ります!

④ ポリッシュの塗り方

1. ベースコートとムラなく塗る

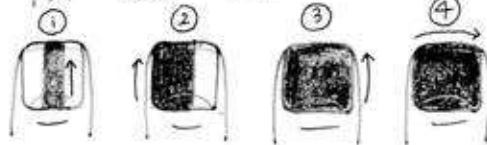
2. カラー1回目は薄く塗り、2回目より
塗る。この時点では透けていてOK!

3. カラー2回目は1回目よりポリッシュを
多量取り、ムラを整える

4. トップコートとツヤを出し、持ちをよくする

塗り方のポイント

中央 → 左右 → 爪の先端の順番です



サンダルの季節は特に足元が主役♡
ちょっと派手な色でも足は意外と可愛いかも

記:博多店 永松

夏は爪が伸びやすい季節

夏は気温が高くなることで血行が良くなり
代謝が上がるので爪が伸びやすい時期と言われています

- 代謝がよくなる
- ケアの変化が早い
- 保湿やケアを怠ると結果が見えやすい

⚠️ 油分と水分のバランスも崩れやすい
夏は汗や皮脂で潤っているように
感じますが実際には内側も乾いて
いる状態になり、しっかり水分摂取
をして保湿すると改善が分かりやすい

夏の時期にオイルでの
保湿習慣をつけると
より健やかな爪を育てやすくなります

成長が早い + 夏特有の乾燥ダメージ

ケアの差がはっきり出る

☆ こまめにオイルを塗ることから始めてみて下さい!

記:新宿店 櫻井

夏もかかとは乾燥しています!

足裏は汗はかきますが、
皮脂腺がほとんど
ないため、
乾燥しやすい
パーツです。



サンダルや裸足の摩擦
により、角質が
厚くなり、
かきやすくな
ります。



スクラブがおすすめ

お風呂から出る直前にスクラブを
かかちに刷り込んで、
軽く流す!

保湿はさめるのにベタつかず、
夏にぴったりです!



毎日の保湿が大切

夏でも少しケアするだけで状態は
整います。

この夏のケアも無理なく
続けて、つるんとしたかかと
をキー加しましょう!



記:札幌駅前店 佐藤

新発売 大人のための噛み爪ケアマニキュア

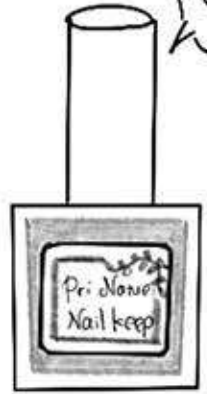
気づいたら噛んでしまう指先。そんな無意識のクセに寄り添う新しいケアアイテムが誕生しました。

噛むためのケア設計

苦味のある成分を配合し、指先を口へ近づけたときに「ハッ」と気づけるきっかけに

爪自体を守る保湿成分配合

マカダミアナッツオイル
ホホバオイル・インド種子エキス
エルゴチオネインなど



おもちゃなどの誤飲防止にも使われる苦味成分を配合しています

続けやすいポイント

- ・1日1回塗るだけ
- ・約1分で乾く速乾タイプ
- ・エタノールでもオフが可能

噛み爪をやめるのではなく、気づきながら整えていくケアへ。

記: 亦野 (創業者 母の)

紫外線によるダメージ

爪は皮膚のように黒くなったり赤く日焼けしませんか? 紫外線によるダメージを受ける事があります。

- ・乾燥
- ・黄ばみ
- ・割れやすくなる



夏でもオイルなどで**保湿**を!!
外出時は**手袋**も手元の紫外線対策にもなるのでおすすめです。

記: 池袋店 森田

夏におすすめ! オイルミスト

毎日のスキンケア化粧水として

手洗い後の保湿にも

エアコンで乾燥が気になる顔や髪にも



*美容オイルと化粧水がひとつに!
いつでも、どこでも簡単ひと吹き♪
シェイクすることでオイル層と化粧水層が混ざり合う2層式タイプ
よく振ってからお使いください

- *夏にはハンドクリームが重たく感じる方もオイルミストで手軽に保湿できます◎
- *爽やかな香りでもリフレッシュ効果も♪

記: 博多店 江上

紫外線対策は内側から

紫外線から体を守るためには、日焼け止めや日傘だけでなく内側からもケアをするのが大切です。

食事

① トマト(リコピン)
⇒炎症を抑える
! 美味しく摂るには!
朝
+
加工用トマト(ジュースタイプ)
+
油と加熱
② 毎朝温かいスープを飲む

③ 青魚(オメガ3脂肪酸)
⇒炎症を抑える、バリア機能サポート
! オススメの調理法!
◎ 生食(刺身)がベスト
加熱するなら...
煮魚 or 缶詰 (煮汁ごと調理)

生活習慣

④ 水分補給
⇒バリア機能サポート
* こまめな水分補給を忘れなく!
⑤ 質の良い睡眠
⇒肌のダメージ修復
* たっぷり眠りましょう!

外側 + 内側の紫外線対策で夏を乗り切りましょう!

記: 恵比寿店 伊藤