



CELENITE

**セレナイト presents**  
**「がんになった時の、見た目の変化と美容法」**

さとう桜子

2015.5.10 築地本願寺

がんでも美しく輝く女性でありたい。

ビューティサロン “セレナイト”

「がんを克服し、がんと闘う人をたすける」

**Celenite(セレナイト)**は、

がんと闘う女性(がん治療経験者)が立ち上げた

ポジティブに美しく生活する女性の為のプロジェクトです。

## がんという病気の副作用

副作用と言うと抗がん剤が多く知られていますが、「がん」宣告を受ける事でこころに大きなダメージを受け表情の変化が現れる方も少なくありません。

これもまた、がんの副作用だと思います。

不安と恐怖で押しつぶされそうになるとき、経験者と話し、治療期間の生活のヒントや女性としての美容対処情報を少しだけ先に知っているだけでもこころが和らぎます。



がんで、大変でした。

わたしの場合  
セレナイトのお客様の場合

外見の変化について

# 身体的な痛み



吐き気  
しびれ  
味覚障害  
口内炎  
だるさ  
かゆみ  
体重増加  
頭痛  
痛み  
不眠



# 身体的な痛みより 外見の変化が苦痛である！

ウィッグがばれる  
爪が黒い  
眉もまつ毛もない  
付けまつ毛がばれる  
顔が浮腫む  
顔色が赤い  
シミが増えた  
爪が剥がれる  
皮膚の変色  
脚が浮腫む  
靴の大きさが違う





副作用のいろいろ

## 抗がん剤治療による副作用の苦痛度ランキング

- 1 頭髪の脱毛
- 2 吐き気
- 3 しびれ
- 4 全身の痛み
- 5 便秘
- 6 まつ毛の脱毛
- 7 だるさ
- 8 まゆ毛の脱毛
- 9 足の爪がはがれた
- 10 味覚障害
- 11 足のむくみ
- 12 顔の変色
- 13 手の爪が割れた
- 14 口内炎
- 15 手の爪がはがれた
- 16 不眠
- 17 手の爪が二枚爪
- 18 発熱
- 19 顔のしみ
- 20 顔のむくみ



メイクアップではありません

メイク

カモフラージュです

“カモフラージュ”する事で  
世の中に紛れ込む。

「がん」だけど  
「がん」ではないわたしが生まれる。

暑い夏に向かっのヒント！

髪の毛が無いから  
シャンプーは無し？

NO！

シャンプーで地肌を清潔に！

毛穴に汚れが詰まったままだと  
吹き出物の原因になります。

また、ぬるま湯で洗うだけだと  
ヌルヌル、ベトベトで衛生的  
ではありません。



「ウィッグ

+アンダーキャップ」

...

暑くて大変！

蒸れる

汗を吸収しない

のぼせる

かゆい

吹き出物

痛い

浮く

流れ出る...



綿などの優しい素材！  
はみ出てもばれにくい黒！  
大きさは自由自在！

# 日焼け止めは重要！

抗がん剤治療中は紫外線に対し  
敏感になる。

手先や爪、皮膚が黒く  
「色素沈着」がでやすくなります。

肌を紫外線から守り

しみやそばかすを防ぐためには  
毎朝日焼け止めをつける事が大切です。

部屋の中にも紫外線は入ってくるため

外出しない日もしっかりとつけ、

外出の際は、長袖の洋服を着て

帽子をかぶるか日傘をさして

紫外線からしっかり肌を守りましょう。



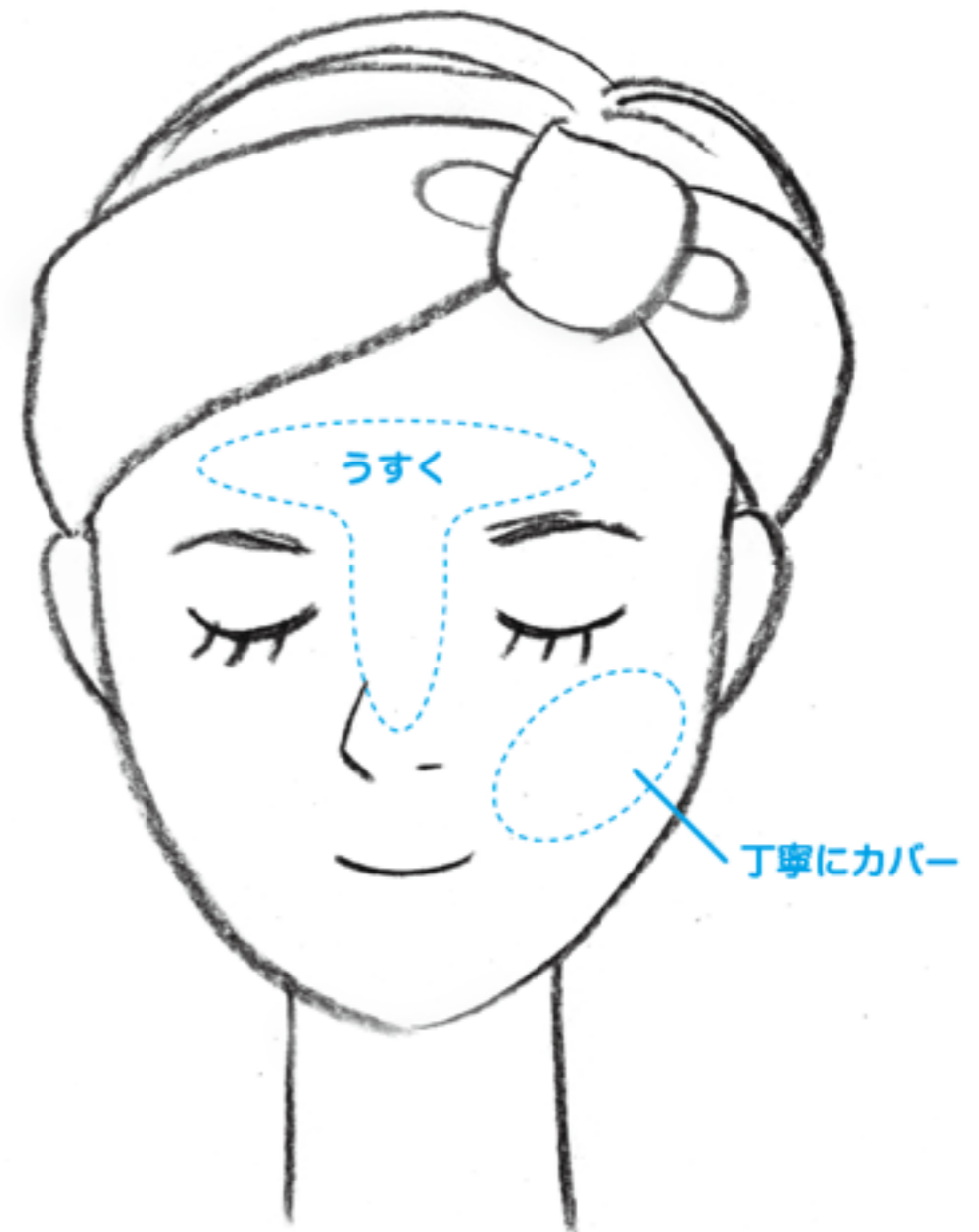
# メイクについて ファンデーション

毛穴の大きなTゾーンは薄めに、  
頬などキメが細かく  
しみになりやすい所は  
丁寧にカバーします。

日焼け止め効果もある  
ファンデーションを選びましょう。

でも、

汗で流れる事もありますから  
2～3時間おきにお直しをして  
常に紫外線から肌を守りましょう。



# メイクについて 眉

治療前にベスト眉の写真撮影を！

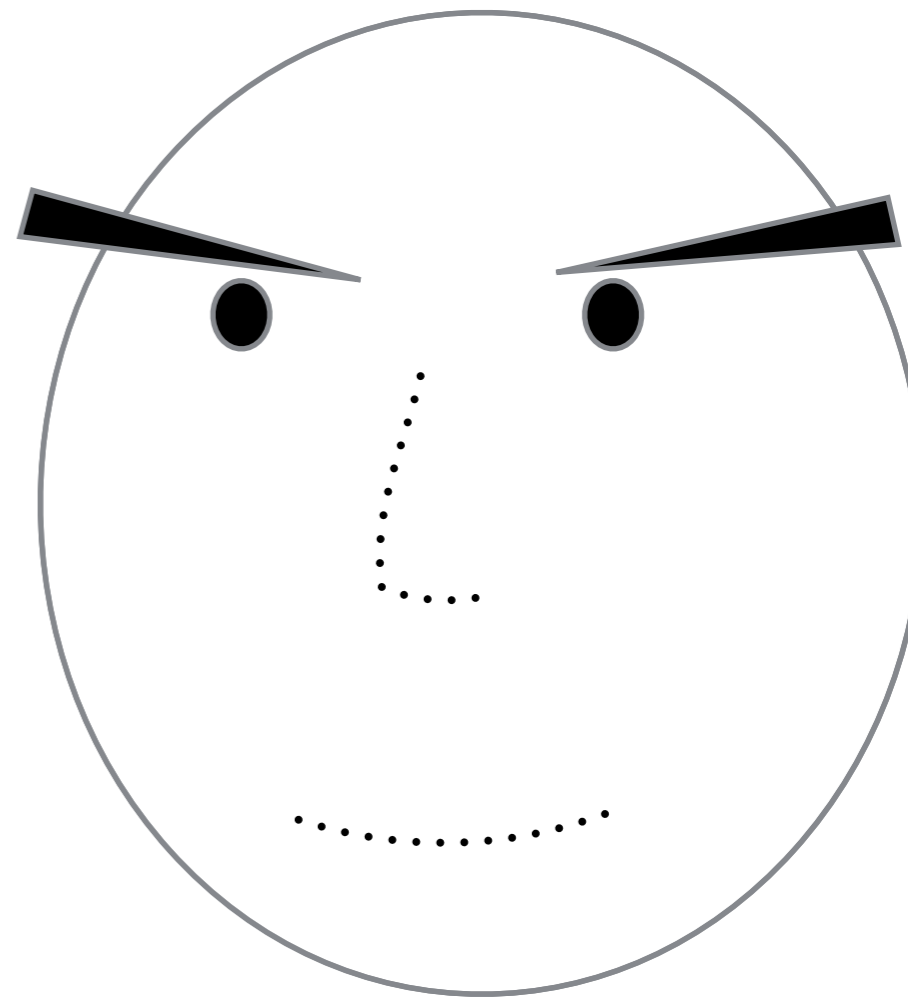
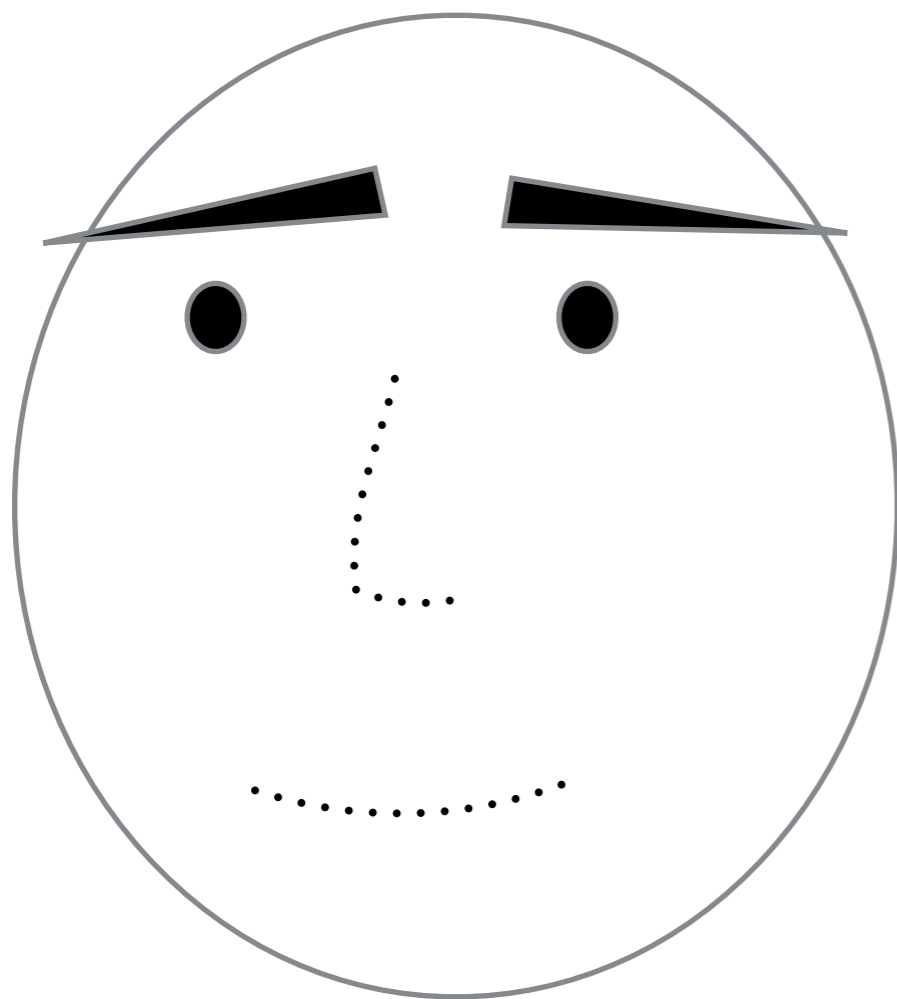
しっかりと描く必要はありません。  
影のようにうっすらとぼかすだけでも  
大丈夫です。

頑張りすぎて  
海苔を貼ったように描いたり  
シャープな怒り眉や  
困り顔の泣き眉にならないように  
注意しましょう。





# 基本形を知りましょう



眉の形、描く位置で印象は違ってきます

# メイクについて

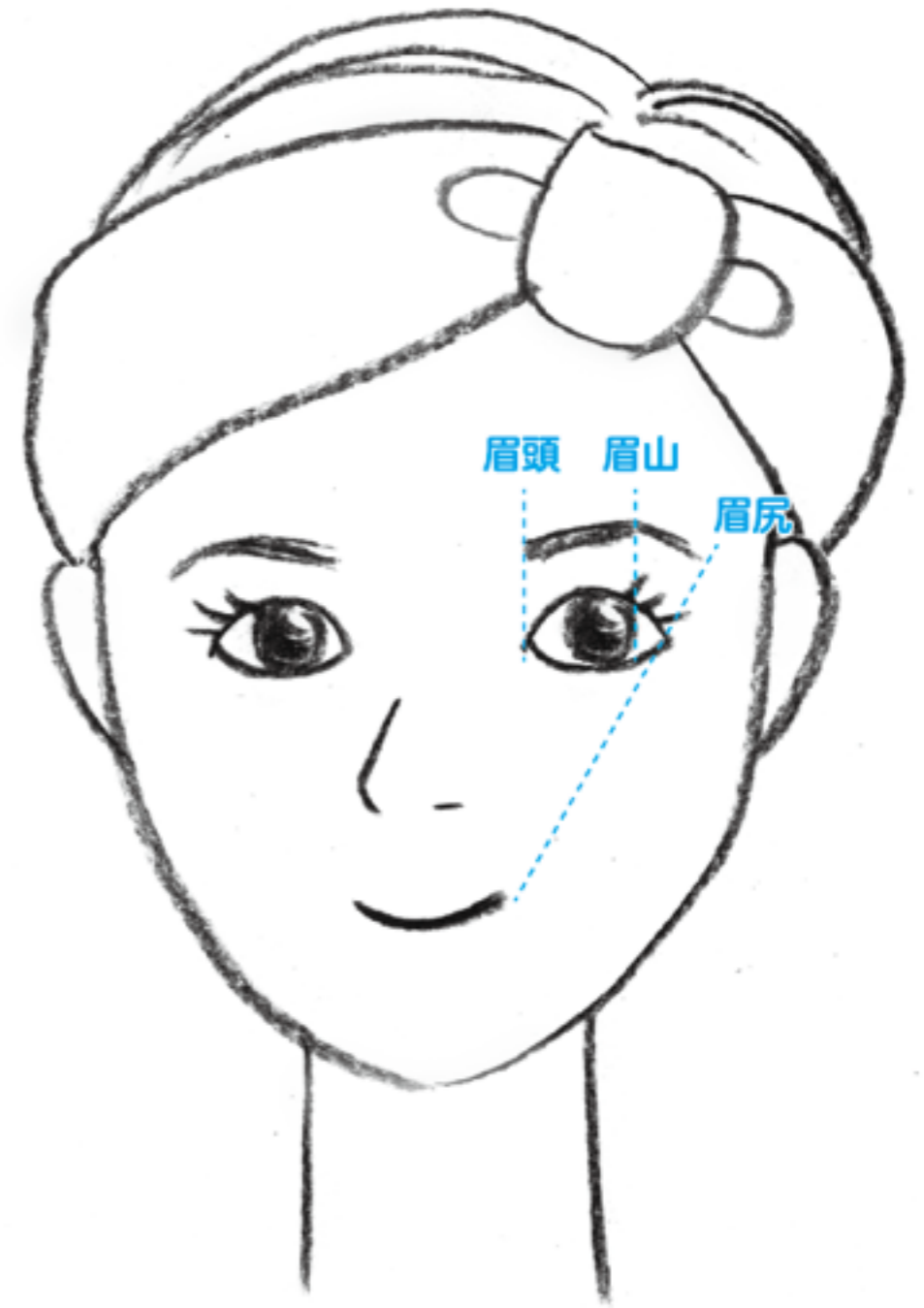
## 眉 ポイントを決める

- 1、正面に鏡を置いて  
まっすぐに自分を見る
- 2、パウダーで抑える
- 3、眉山、眉尻、眉頭に印を付ける
- 4、左右同時進行

眉山⇒瞳の外側のポイントから  
上に向かって鼻丘骨（眉下の骨）  
に向かったところ

眉尻⇒口角と目尻の延長線上で、  
目の外側の輪郭との平行なところ

眉頭⇒目頭から上に向かい  
一番骨の出ているところ



# メイクについて

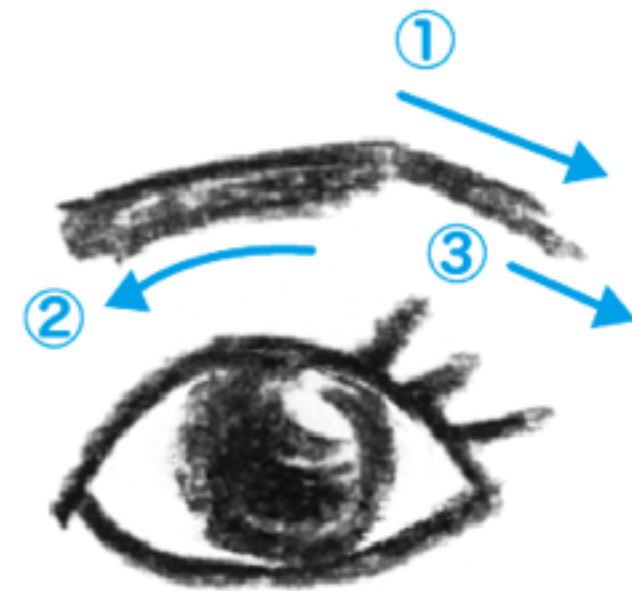
## 眉 描いてみよう

### パウダーアイブロー使用

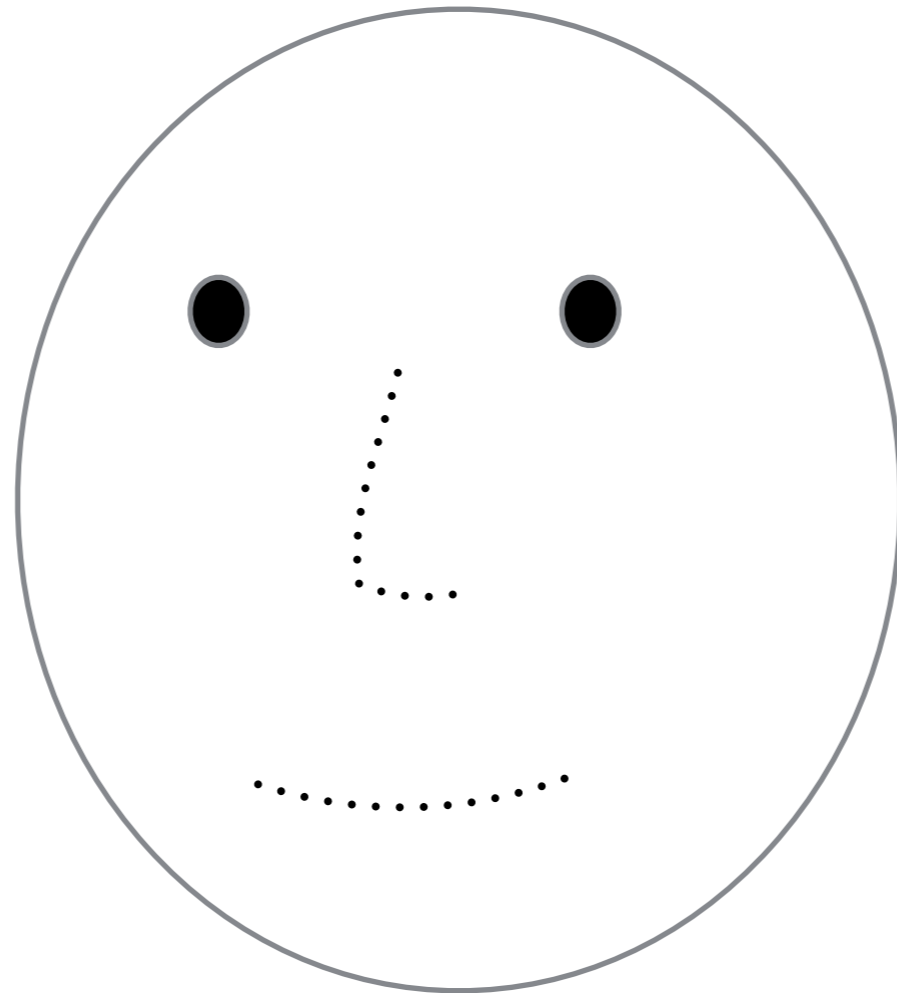
- 1、眉山から眉尻までを薄くぼかす
- 2、眉山から眉頭に向かいぼかす
- 3、眉尻はペンシルで1本ずつ生えているかのように描いていく
- 4、濃さを見ながら全体をぼかす
- 5、眉用カバーコートで汗、皮脂から守る

※最初は薄めの色。その後濃いめの色で足していく。

※書きはじめは何でも濃くなるので注意する事！



基本形がわかったら自分に合わせる



大人っぽく・かわいく・優雅に・ナチュラルに・流行に・・・

## まつ毛



買ったつけまつ毛をそのまま付けたら

リカちゃん人形です！

カモフラージュしたいのに  
「どうしたの?!」って事に・・・

それに、そのまま付けるのは  
相当な技術が必要です。

そこで・・・



# まつ毛

まずは3等分

そして短く梳く。

目尻にかけて長さを作る。

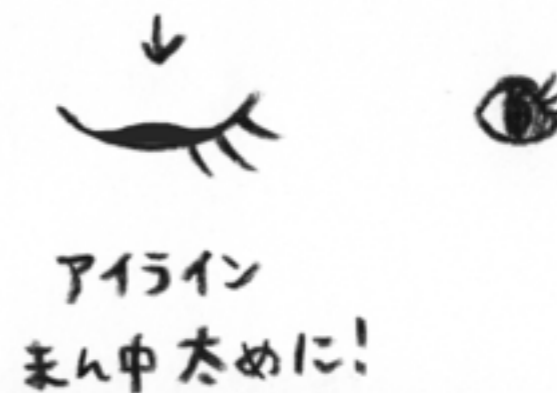
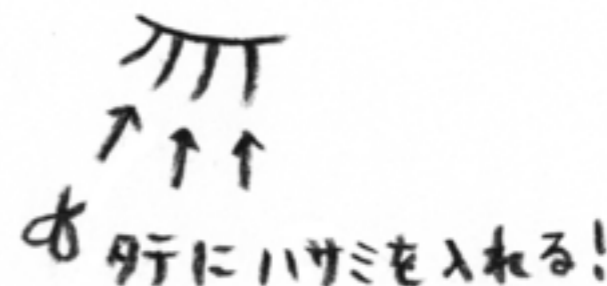
グルー（糊）を付け

片手でポン！

乾いたらアイラインを

真ん中太めに入れる事で

カモフラージュ完成！



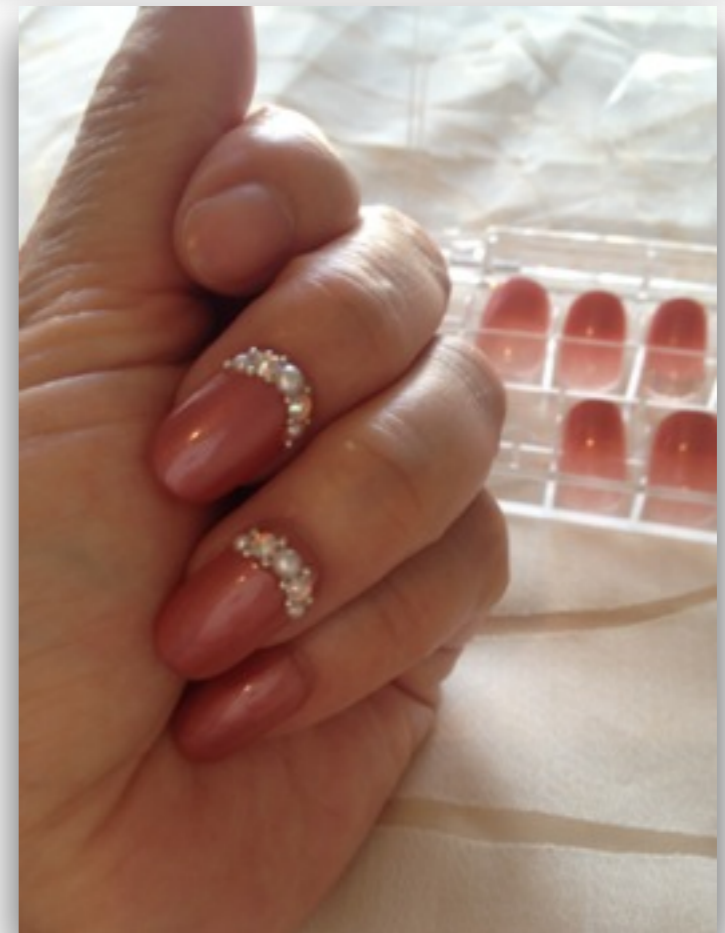
# ネイル

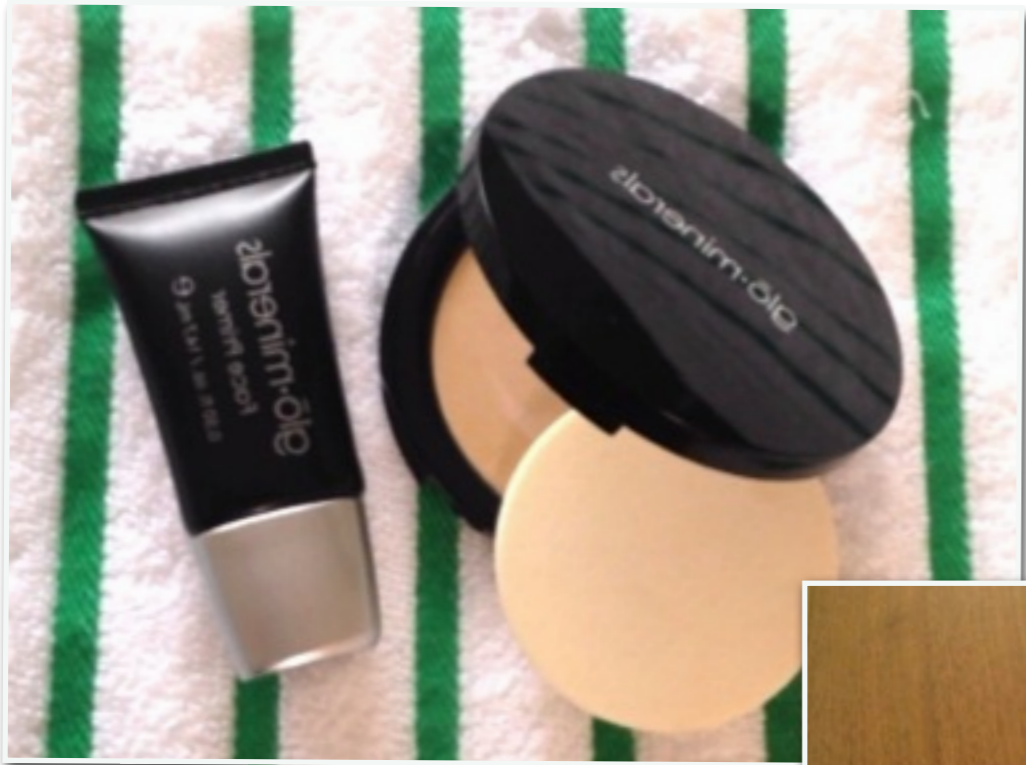
ジェルネイルは  
爪表面を傷つけたり  
エタノールを数回使用したり  
ライトにあてたりと怖い。  
マニキュアは自分で付けたら  
乾かす手間が面倒。

伸びはじめると地爪との間に  
水分が残る事で  
衛生的とは言えない事も・・・

爪の黒さや弱さもカバー！

必要な時だけ  
簡単に付けて外して見た目も  
十分にカバー出来るネイル。







# がん美容手帳（仮称）イメージ

スキンケア

メイク

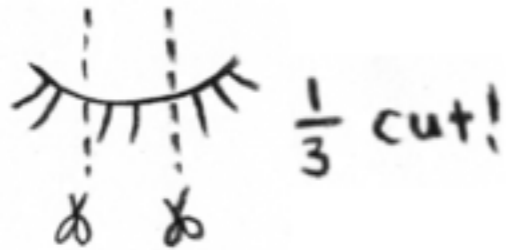
ボディケア

ヘアケア

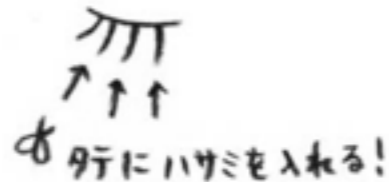
ファッション

## 01 まつげ/アイライン

治療でまつげが抜け落ちてしまうことがあります。  
普段つけまつげを使わない方も、トライしてみませんか？  
しかし、買ったものをそのまま付けると、  
バービー人形みたいなバサバサな目もとになってしまい、  
いつもの自分とは違う印象になりがちです。  
半分や三等分にカットして、目尻側だけに付けると目もとに  
自然な立体感が生まれ、まつげが無い事を感じさせません。



つけまつげが長すぎる時は、自分でカットしてみましょう。  
美容師さんが髪の毛をすく時のように、はさみを毛に垂直に  
立ててカットすると、ナチュラルな感じに仕上がります。

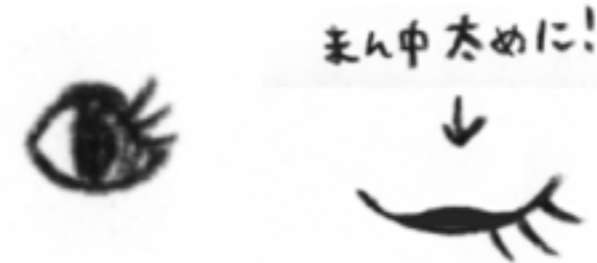


11

## 01 まつげ/アイライン

グルー（のり）にもひと工夫。  
治療中の皮膚は敏感になりがちで、特に目もとはトラブル  
が出やすい場所です。  
つけまつげのグルーよりも、敏感肌用に出ているアイプチ  
（ふたえ用のり）の方が、肌にやさしくおススメです。  
使用後の接着部分が簡単に手ではがせ、価格も手ごろです。

まつげが部分的抜けただけだったり、つけまつげに抵抗が  
あるという方は、黒色のアイラインを足すだけでも目もとの  
印象が変わります。  
本来は毛が生える部分は皮脂の出やすい場所です。  
脂分の多いペンシルタイプよりもリキッドタイプが滲みに  
くく、パンダ目になりにくいです。



12

「がん」でも  
美しく輝く女性でありたい。



**CELENITE**