

これまでのR



★バックナンバーはこちら→

2013年度放送内容

5月8日
コント企画第2弾! ジェシーがガリレオを熱演! ?
ゲストも超豪華!

5月7日
フルーツを食べようバナナ
あなたのバナナがもっとおいしくなる

5月6日
生放送★悩み解決親に
本音を話すべき? 父親との
気まずさ解消法!

5月4日
生放送で大調査!! 10代
おサイフの中身 & 金銭感覚

5月2日
むだ毛スペシャル ホント
の正しい処理方法 男子
が気になる女子のむだ毛!?

5月1日
女子高校生版「辞書」親
友・仲直り・ライバル・いじ
めの女子高校生による意外な定義とは?

4月30日
乃木坂46 女子高校生の
疑問 & 未公開映像でアイ
ドルの素顔が明らかに

4月29日
クイズ・ニュースWEBティ
ーンズ 気になるニュース
をぶっちゃけ解説

4月25日
R初のオールドラマ 主役
はアールん!?

4月24日
大実験! 回転寿司のヒミツ
30人一斉注文出るのに
何分かかる? 25分で食べた
い皿が流れる確率は?

4月23日
弾丸クラベルツーリスト
海外の高校生事情を調
査! リトニアニア

4月22日
生放送 目指せ! モテ眉 簡
単テクで眉毛の悩みをす
っきり解決!!!

5月2日(木)

★ テーマ むだ毛スペシャル
ホントの正しい処理方法
男子が気になる女子のむだ毛!?

男子が気になる女子のむだ毛は!?

- 第1位 わき毛
- 第2位 すね毛
- 第3位 鼻毛
- 第4位 ひげ
- 第5位 うで毛
- 第6位 太ももの毛



正しいむだ毛の処理方法☆

今回指導をしてくれたのは、皮膚科医の友利新先生。

＜カミソリで剃る時のポイント＞

- 剃る時は、シェービングクリームを。
(せっけんでもOKだが、「泡立てる」ことが大切)
- 剃る方向は、毛の流れにそって剃る。
- 剃った後は、必ず保湿を。(化粧水やクリームなどをぬる)

＜毛抜きで抜く時のポイント＞

- 抜く前には肌を温める。(お風呂の後もOK)
- 抜いた後は冷やす。

Q.抜くのと剃るのはどっちがいいの?

A.基本的には、どちらも肌に負担をかけている。

でも、どちらかと言わせたら、剃る方が負担が少ない。毛を抜くことは毛の細胞を引きちぎることになり、毛穴の中で炎症を起こす可能性がある。とはいえ、肌が荒れない人であれば、毛を抜く方法でも大丈夫。

そして、剃ることも炎症を起こす可能性があるので、保湿などケアをすることが大事。

Q.毛って剃ったら濃くなるの?

A.濃くなることはない。ただ、10代は徐々に毛が生えそろう成長の時期。去年までは薄かったけれど、今年は濃いのだとしたら、それは剃っていたからではなく、大人の体になっているため。

Q.人より毛深い気がする。薄くはないの?

A.遺伝的に濃い人は難しい。

Q.毛が生えてくるのが早い! 遅くならないの?

A.基本的には遅くすることは出来ない。

でも、運動をやっている人は、比較的毛が生えてくるのが早い。これは新陳代謝が良くなっているため。運動をやめて新陳代謝が悪くなると、生えてくるのも遅くなるかもしれない。

＜友利先生のクリニック情報＞

表参道スキンクリニック HPは[こちら](#)(NHKサイトを離れます)

東京都渋谷区神宮前5-9-13喜多重ビル4F

TEL: 03-5464-0780 FAX: 03-3400-6007

先輩に聞く 脱毛アンケート☆

番組では、20代~30代の脱毛経験者にアンケートを実施。(20代~30代女性100人)

人生の先輩から
アドバイスもらいたい!
あなたの悩みを
教えて下さい!

秘密と告白

ライブ! いじめ
ことばについて教えて!
観察力で仲良し

「Rの食卓」バスター
あなたの「ごだわりのバタレシビ」
を教えてください!

クイズR&R
出題者はあなた!

ホントに恋が叶った
ハワースポット
大募集!

気になる汗・ニオイ
大調査!

「Rの食卓」B級スイーツ
あなたの自信の
超簡単スイーツレシピ
教えてください♪

あの「R」失恋研究所が帰ってきた!
「最高の失恋!」
教えて!

あ~る1「学校あるある」
グランプリ2013
募集中!!

家入レオの
曲について
どう思う?

匿名リサーチ
してほしい業界を
大募集!!

引き続き募集中!
パヨバマッガ!

緊急調査!
意外な出会いエピソード
大募集!

嘘

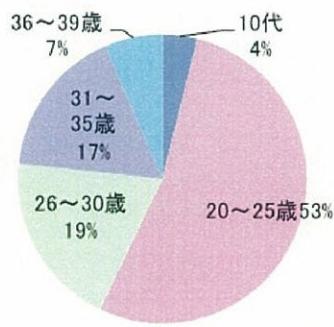
ライブトーク RAMWIRE
アンケート

番組PVプロジェクト
あなたも手拍子で参加

番組発アイドルユニット
打ち切り? 繰続?
あなたの応援次第!

R'sメンバー募集中
R'sメンバーの素顔が見られる
R's Backstageや、
スタジオ裏面の応援ができます!!
登録は[こちら](#)

○何歳からはじめましたか？



R 公式Twitter

みんなからの情報も募集中！

NHKサイトを離れれます

Copyright NHK (Japan Broadcasting Corporation).

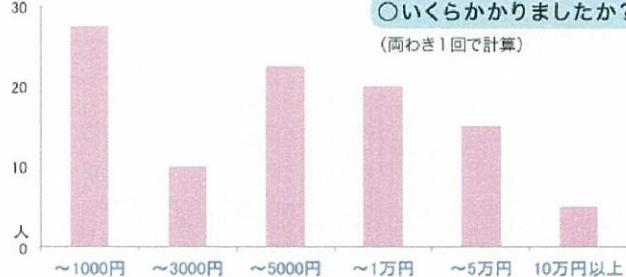
All rights reserved. 許可なく転載することを禁じます。

放送受信契約に関する個人情報の利用目的 | NHKオンライン利

用上のご注意 | NHKネットクラブ会員規約 |

○いくらかかりましたか？

(両わき1回で計算)



脱毛の基礎知識

脱毛ができるお店には様々な種類がある。でも、基本は大きく2種類。

医療機関と、エステティック・サロンの脱毛がある。

	医療機関(クリニック) <レーザー脱毛>	エステティック・サロン <美容ライト脱毛>
○皮膚にあてる光線の強さ	強い	弱い
○価格	高め	安め
○効果	半永久的に脱毛する	徐々に減毛していく
○脱毛期間 (両ワキの場合)	脱毛が完了する期間は個人差が大きく難しいが、一般的に医療機関では「1年～2年」を目安としている	「毛が減ってきた」と感じるまでの期間は個人によって様々であるが、2～3ヶ月おきに定期的に脱毛する
○安全対策	やけどなどの肌トラブルが起きたら、お医者さんが行っているので治療をしてくれる	やけどが起きないよう安全な方法で脱毛を行っている

○美容ライト脱毛に関する安全対策(業界の取り組み)

エステティック業界でより安全な美容ライト脱毛を提供するため、日本エステティック振興協議会では、以下の「業界統一美容ライト脱毛制度」を制定している。

(1) 美容ライト脱毛自主基準

エステティック業界統一自主基準に則り、「美容ライト脱毛自主基準」を制定している。

(2) 機器の安全性

「美容ライト脱毛機器適合審査制度」に対応した機器を用いる。

(3) 施術の安全性

エステティック全般に関する基礎教育、および美容ライト脱毛に関する専門的な教育を受け、かつ「美容ライト脱毛安全講習会」を受講したエステティシャンが施術を行う。

また、「認定美容ライト脱毛エステティシャン講習会」を新設し、認定美容ライト脱毛エステティシャン資格制度を設ける。(2014年春頃開始予定)

・日本エステティック振興協議会(美容ライト脱毛について) HPは[こちら](#)(NHKサイトを離れます)

○永久脱毛

すべて脱毛したい場合は、現在一部のエステティックサロンで行われている美容電気脱毛という選択肢もある。永久脱毛法として確立している美容電気脱毛は、FDA(米国食品医薬品局)が、その安全性と有効性からPermanent Hair Removal(パーマネントヘアリムーバブル=永久脱毛)として認めている脱毛法である。

・FDA(米国食品医薬品局) HPは[こちら](#)(NHKサイトを離れます)

Q.まだ高校生だけど、脱毛しても大丈夫?

A.火傷のリスクをのぞけば、10代だからといって、特段不安に考える必要は無い。

ただし、(明確な基準はないが)思春期は体毛も成長途中なので、せっかく脱毛しても生えてくる可能性が高い。だから、20歳前後ではじめる人が多い。

＜脱毛の情報提供＞

○医療機関の脱毛について → 皮膚科医の友利新先生(正しい処理方法と同上)

○エステ・サロンの脱毛について → 日本スキン・エステティック協会 HPは[こちら](#)(NHKサイトを離れます)

「むだ毛スペシャル」はいかがでしたか？

夏に向けて、ぜひ参考にしてくださいね♪