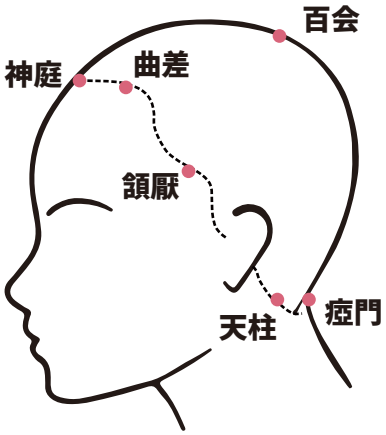
今ある美には「ヘアケア」を、未来のために「頭皮ケア」を。

marbb HEAD SPA MANUAL

教育用資料 (無断転載禁止)

教育用資料（無断転載禁止）

marbb × ツボ押しヘッドスパで短時間でも効果を見込めるヘッドスパ技術です



**血流促進に特化し、これから生えてくる髪を健康に育てるヘッドスパ技術です。
血液の流れに着目し、ツボを刺激して筋肉の凝りをほぐし、髪へ栄養を運ぶことができます。**

指の使い方

指の腹で頭皮を掴むイメージでヘッドスパを行います。
指を立てる、指先に力が入って関節が曲がる、指が反ってしまわないよう意識しましょう。

お湯の温度

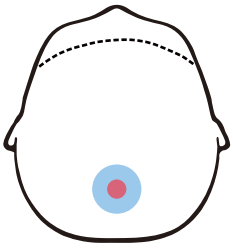
お湯の温度のおすすめは38℃前後です。
(お客様のお好みにあわせて温度調節しましょう。)

01｜marbb 百会(ひゃくえ)マッサージ

【marbb バイブレーション】
百会に向かって(◯箇所)marbbをかけて洗い流します。(10秒程度)

百会：ゴールデンポイントとイヤートゥイヤーを結んだトップの
凹みにあるツボのことです。
(自律神経を整え、リラックス効果があるといわれるツボです。)

<マッサージのポイント>
シャワーヘッドの中心と百会とその周辺1cmを垂直に当てましょう。



02｜泡marbb

❶シャンプーボウルに蓋をして、2~3PUSH程度
HAYEL by marbb G SHAMPOOを入れます。

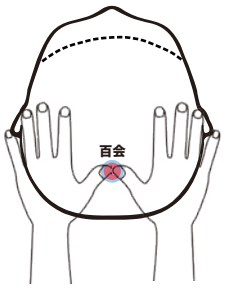
❷シャンプー剤の上にmarbb水を高い位置からかけ流して泡立てます。
(シャワーヘッドを泡の中に沈めると音の変化も楽しむことができます。)

❸作った泡を髪と頭皮にたっぷり乗せて泡を押し込むように塗布します。

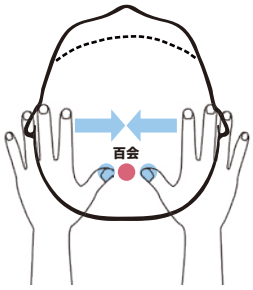
教育用資料（無断転載禁止）

03｜百会(ひゃくえ)マッサージ

百会(ひゃくえ)に親指をあて、下方向に3回押します。



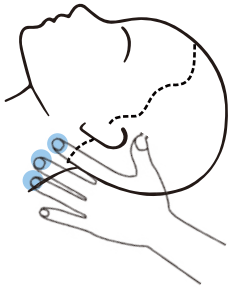
百会から親指1本分外側にずらし、親指をあて、
百会に向かって3回押します。



<マッサージのポイント>
最も大事なのは、リラックスさせるイメージで
力加減は優しく、強く指圧しないように施術しましょう。

04｜首のマッサージ

人差し指・中指・薬指の3本を使い、
指を立てて首元から頭の方向に3回引き上げます。
片手が終わったら、逆の手で同じように3回引き上げます。



健康な毛髪を生やす為の栄養は毛細血管から運ばれます。
首こりなどにより頭部に必要な血液の流れが悪くなると毛髪周辺の毛細血管の流れが滞り栄養が届かないという悪循環を招いてしまいます。
心臓から流れる血液は首を経由し頭部を流れるため、首こりをほぐすように首から頭に向かって引き上げましょう。

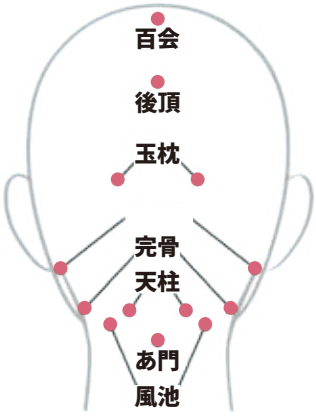
<マッサージのポイント>
指の腹でツボを捉えて、首の奥から引き上げましょう。
ネープは髪が絡まりやすいのでしっかり泡立ててマッサージしましょう。

05｜あ門・天柱(てんちゅう)マッサージ

中指を使い、「あ門」をとらえながら頭の方向に3回引き上げます。

「あ門」を刺激すると首のこりがほぐれ血流が良くなります。
首は自律神経が集中している場所で、ストレス解消なども効果があります。

*効果：首凝り解消、眼精疲労解消、
鼻トラブル改善、むくみ解消、
自律神経のバランスを整えるなど



中指で「あ門」をとらえた状態で、人差し指と薬指を立て、天柱(てんちゅう)をおさえ、頭方向に3回引き上げましょう。

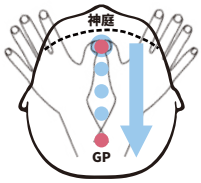
「天柱」とは首の後ろのくぼみを中心とし、そこから左右に親指一本分ずらした場所にある自律神経の乱れを整えてさまざまな疲れやこりを緩和するツボです。また、消化器や循環器へ効果があるといわれています。

*効果：首こり肩こり解消、頭痛緩和、むくみ解消、冷え性改善、神経痛改善、
血圧安定など

<マッサージのポイント>
指に力を加えて引き上げましょう。

06｜神庭(しんてい)/曲差(きょくさ)マッサージ

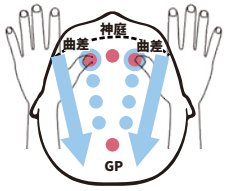
親指を使い、神庭(しんてい)からGPに向かって指を移動させながら
指圧します。(5回)



「神庭」は富士額にある脳の入り口といわれるツボで、ストレス緩和に効果的なツボです。若返りのツボともいわれています。
*効果：頭痛・めまい緩和、不眠症解消、血圧安定、むくみ解消、くま解消、肌血色UPなど

<マッサージのポイント>
指圧ではなく、体重をかけてツボを押します。

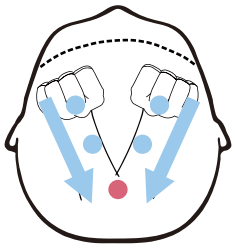
神庭から親指1本分外側にある曲差(きょくさ)から両手の親指を使い、
GPに向かって指を移動させながら指圧します。(5回)



「曲差」は神庭の左右にあるツボです。
主に鼻炎などの症状に効果があるといわれています。
*効果：鼻炎解消、眼精疲労解消、頭痛・めまい緩和、目の充血治癒など

07｜立毛筋マッサージ

【立毛筋マッサージ】
髪を両手の指で挟み、拳イラスト□部分を頭皮にあて、
内側(頭皮のトップ方向)に頭皮を引き上げます。



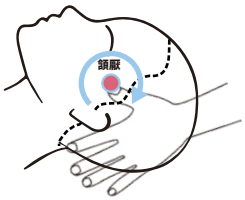
「立毛筋」とは毛髪を立ち上がらせる役割の筋肉です。

立毛筋は、髪の毛1本1本に付随している筋肉で、健康な頭皮に約10万個存在しています。この筋肉が加齢や頭皮の乾燥、ストレスなどの要因で硬くなると毛穴が広がり、毛髪が自立できなくなりボリュームの低下などにつながります。
硬くなった立毛筋をマッサージすることで、立毛筋の伸縮性が高まって毛穴が引き締まり、髪の立ち上がりを助けることができます。

<マッサージのポイント>
・指の関節と関節の間(拳写真□部分)を頭皮に当てて引き上げましょう。

08｜頷厭(がんえん)マッサージ

【眼精疲労解消のツボマッサージ】
眉山の先の頷厭(がんえん)というツボに親指をあて、大きい円を描くように3回まわします。

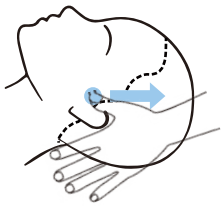


「頷厭」はこめかみより上の生え際のあたりに位置にあるツボです。
咬筋の上にあり 下顎と連動しています。

*効果：片頭痛解消、眼精疲労解消、めまい緩和、耳鳴り軽減など

<マッサージのポイント>
指が頭に接触する面積をなるべく広くして、指の腹全体をつけるようにします。
また、老廃物を流すイメージでゆっくり耳の後ろ~首に向けて流していきます。

そのままの流れで
❶耳たぶ横に親指をあて、力を入れずに頭方向にゆっくり3回引き上げます。



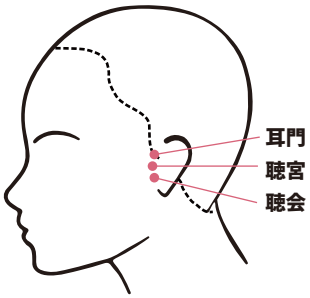
❷3回引き上げたら、耳の形をなぞるように耳の後ろまで指を流します。

❸反対側も同様に❶❷を繰り返す

<耳周りのツボの効果>
耳門：耳の手前にあるくぼみのツボです。
耳鳴りや難聴の改善に有効で、むくみ解消なども効果があるといわれています。
水分調整を促し老廃物が流れやすくなるといわれています。
*効果：むくみ解消、リフトアップ、片頭痛改善、目の不調改善など

聴宮：聴覚に重要な特効ツボです。
首こり肩こり改善や肩甲骨まわりにも効果があるといわれています。
*効果：耳鳴り解消、首こり肩こり改善、喉の痛み解消、顎の痛み緩和など

聴会：胆経(たんけい)といい、
足先まで続いている経絡があるため、
全身にわたり効果があるといわれて
いるツボです。
*効果：耳の症状緩和、頭痛緩和、
脇の痛み軽減、腰痛・膝の痛み緩和、
足の薬指の痛み緩和など



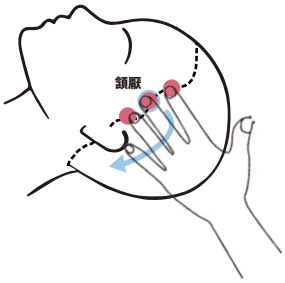
09｜耳上マッサージ

❶人差し指・中指・薬指3本の指を使い、
耳の上のツボを捉えて大きい円を描くように3回まわします。

老廃物が溜まる場所です。
このあたりがコリコリとする感触がある人は筋硬直(筋肉が凝り固まり筋繊維が身動き取れない状態)で、目の疲れや毛髪への栄養が送られづらくなってしまいます。スパでしっかりほぐしていきましょう。

<マッサージのポイント>
中指をがんえんのツボをおさえてマッサージしましょう。

❷耳の形をなぞるように耳の後ろまで指を流します。

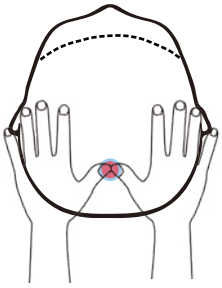


<マッサージのポイント>
耳周りはリンパが沢山あり、頭部において1番老廃物が溜まりやすい場所です。
老廃物を鎖骨に向かうようにゆっくり流していきます。

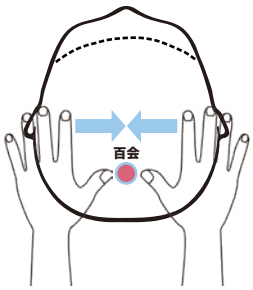
❸反対側も同様に❶❷を繰り返す

10｜百会(ひゃくえ)マッサージ

百会(ひゃくえ)に親指をあて、下方向に3回押します。



百会から親指1本分外側にずらし、親指をあて、
百会向かって3回押します。

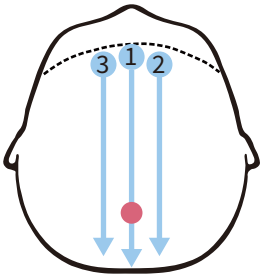


<マッサージのポイント>
最も大事なのは、リラックスさせるイメージで
力加減は優しく、強く指圧しないように施術しましょう。

11｜marbb ツボ押しマッサージ

❶百会・❷❸神庭にmarbb水をかけてマッサージする。
矢印の方向に向かって3線行い、最後はネープ箇所もmarbb水をかけてマッサージします。

<ポイント>
・頭皮をしっかり洗い流すことができます。
・根本から毛髪がふんわりと立ち上がるような仕上がりになります。
・時間短縮で程よくツボを刺激することができます。



11｜トリートメント塗布

髪や頭皮にトリートメントを塗布し、洗い流します。

12｜エッセンス 塗布

頭頂部を中心に10 プッシュほど頭皮に塗布し、指の 腹を使って頭皮全体に馴染ませます。

ミライノケア

美の健康寿命*を延ばすミライノケアの美容習慣

*「美の健康寿命」とは健康的な美しさを楽しむことができる期間のこと。

① ヘアケア&頭皮のためにHAYEL by marbb G SHAMPOOを2ndシャンプーに

② 未来のために新習慣｜頭皮のオールインワン化粧水「HAYEL by marbb G ESSENCE」

オススメの使い方

いつものシャンプー

1stシャンプー

毛髪や頭皮に付着した皮脂その他の汚れを洗い流します。

HAYEL by marbb G SHAMPOO

新習慣

2ndシャンプー

髪と頭皮をやさしくケアします。

いつものトリートメント

トリートメント

お好みのトリートメントで髪にツヤとしなやかさを与えます。

HAYEL by marbb G ESSENCE

新習慣

頭皮の化粧水

スッキリ洗い流した頭皮をオールインワン化粧水でケアします。

HAYEL by marbb G SHAMPOO　- ハイエル バイ マーブ ジー シャンプー -

ヘアケア&頭皮ケアのために
HAYEL by marbbを2nd シャンプーに

フルーティ
フローラル
の香り

内容量：300ml
価格　：6,600円（税込）

How to use?

2プッシュほどを手の平で泡立てて髪と頭皮をマッサージする様に洗います。

POINT 01

弱酸性濃密泡で毛髪と頭皮を包み込むように洗い上げます

8種のハーブエキス*を含んだ濃密泡で皮脂汚れ・ニオイを取り除き、弱酸性のアミノ酸系・植物系の洗浄成分で毛髪と頭皮を優しく洗い上げます。

*ツボクサエキス、オウゴンエキス、イタドリエキス、カンゾウエキス、チャエキス、ローズマリーエキス、カモミラエキス、ラベンダーエキス

POINT 02

薬用シャンプーで頭皮のフケ、かゆみ、ベタつき、ニオイを抑え、健康で美しい頭皮作り

グリチルリチン酸ジカリウムを配合。

POINT 03

”ちゅる髪”シャンプーで素髪のような仕上がりに導きます

9種の保湿成分*で毛髪のうるおい、しなやかさ、ツヤを実現。

*モモの葉エキス、リンゴエキス、アロエエキス、シラカバエキス、コメ胚芽油、ヒマワリ油、ツバキ油、シュガースクワラン、ハチミツ

HAYEL by marbb G ESSENCE　- ハイエル バイ マーブ ジー エッセンス -

未来のために新習慣
頭皮のオールインワン化粧水

ノンアルコール
無香料

内容量：100ml
価格　：6,600円（税込）

How to use?

頭頂部を中心に10プッシュほど頭皮に塗布し、指の腹を使って頭皮全体に馴染ませます。

POINT 01

5つの脱毛要因にアプローチできる成分を配合

5つの脱毛要因（フケ、炎症、血行不良、毛母細胞の活性低下、毛乳頭細胞の活性低下）に対して有効な成分*をバランスよく配合。

※ピロクトオラミン*、グリチルリチン酸ジカリウム*、センブリ*・酢酸DL-α-トコトフェロール*、パントテニールエチルエーテル*、タケノコ皮抽出液
*は「有効成分」無表示は「その他の成分」

POINT 02

**毛周期に着目
タケノコ由来成分を配合**

毛周期とは、毛が成長してから抜け落ちるまでの過程を繰り返すサイクルのことです。毛周期の乱れが、抜け毛や薄毛の要因のひとつとなる場合があり、この毛周期の乱れに着目しました。

POINT 03

**独自技術
”HAYEL TECHNOLOGY”で
浸透力UP**

水溶性有用成分を効率的に角層と親和させる独自技術。

marbb

株式会社マイクロバブル・ジャパン　〒150-0001　東京都渋谷区神宮前 6-12-18 WeWork アイスバーグ