

**爪を育てる爪育®ファイル** は自爪専用の紙ヤスリです。

水で洗って繰り返し使える**ウォッシュャブルタイプ**。  
紙製のため、素の爪に**優しく長さ**と**形を整える**ことができます。  
育爪サロンで**プロ**が使っているものと同じ商品です。

【グリット数\*】 \*数字が小さいほど目が粗く、数字が大きいほど目が細かい。

・ブラックファイル…表 180 grit / 裏 180 grit

目が粗く、**爪の長さ**と**形を整える**のに適しています。

一度にたくさん削ることができますが、断面は粗くなります。

・ピンクファイル…濃いピンク 280 grit / 薄いピンク 320 grit

目が細かく、**爪の断面をなめらかに仕上げる**のに適しています。

一度に少しだけ削ることができ、断面はなめらかになります。

【サイズ】

・標準サイズ…長さ 17.8cm x 幅 2.0cm x 厚さ 0.4cm、重さ 8g

・ミニサイズ…長さ 8.9cm x 幅 1.4cm x 厚さ 0.4cm、重さ 3g

【お問い合わせ先】

・育爪用品の通信販売 育爪ストア … [ikuzume.jp/cs](http://ikuzume.jp/cs)

・育爪サロン ラメリック 大阪 梅田店 … [ikuzume.jp/umeda](http://ikuzume.jp/umeda)

・育爪サロン ラメリック 東京 自由が丘店 … [ikuzume.jp/jiyu](http://ikuzume.jp/jiyu)

裏面に以下の4つが書いてあります…

→メリット・デメリット

→使い方のコツ

→長持ちさせるコツ

→使用上の注意

## 【デメリット／短所】

- ×使うたびに研磨剤がはがれて、次第に削る力が落ちます。
- ×濡れたまま使用すると、研磨材がはがれやすくなります。
- ×半永久的に使える金属製やガラス製に比べ、長持ちしません。
- ×力を入れて爪に強く当てても、金属製やガラス製に比べ、速く削ることができません。
- ×ジェルネイル・スカルプチュア・ネイルカラー・コートなどの合成樹脂を削る場合は、素の爪を削る場合よりも、時間と労力がかかります。

## 【メリット／長所】

- 粗すぎず、細かすぎず、素の爪を整えるのに適しています。
- 水で洗って繰り返し使えます。
- 本体がしなって、爪にかかる力や衝撃をやわらげてくれます。
- 爪に当たる力が分散されるため、勢い余って、思った以上に削りすぎてしまう可能性が低いです。
- 有機溶剤や合成樹脂によるダメージ、爪表面の磨きすぎや削りすぎなどで、薄く弱くなった爪にも使用できます。

## 【使い方のコツ】

- ・長さを整える場合は、ファイルを爪の先端に密着させながら、一方方向にだけファイルを引きます。往復引きをすると、爪を構成する三枚の層がはがれやすくなり、爪先がもろくなることがあります(二枚爪)。
- ・形を整える場合と断面を仕上げる場合は、爪の先端に軽く当てて爪から離れないようにしながら往復引きをします。
- ・より詳しい使い方は、書籍「育爪のススメ」または動画「爪育ファイルの使い方」… [ikuzume.jp/cut](http://ikuzume.jp/cut) をご覧ください。

## 【長持ちさせるコツ】

使用後は水洗いした後、完全に乾かしてからお使いください。濡れたまま使用すると研磨材がはがれやすくなり、早く消耗します。

## 【使用上の注意】

爪以外の部位に当たらないようご注意ください。皮膚などに当たると、切れて怪我する場合があります。