

ねぐせ をなおして、出かけよう

朝起きた時は、髪の毛がおかしい形になっていることが多いです。これを **ねぐせ** と言います。

ねぐせ のまま出かけると 出会う人は たいてい 「この人 かつこ悪いなあ」 と思います。

ねぐせ をなおすには

髪の毛全体にスプレーをして、髪の毛の中まで濡れるようにくしゃくしゃしてから くしでと かします。

そして鏡で **ねぐせ** が残っているかチェックしてみましょう。

鏡を見てまだ **ねぐせ** があつたら、

もう一度、スプレーをして、くしゃくしゃして、くしでと かしてなおしましょう。

いつも朝起きて顔を洗う時に **ねぐせ** もなおすようにしていれば 忘れることはないでしょう。

ねぐせ のなおし方

1 スプレーをする



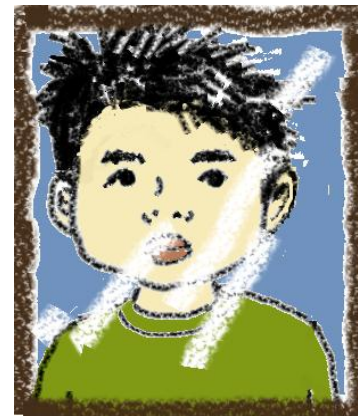
2 くしゃ くしゃ



3 くしでと かす



4 鏡で **ねぐせ** をチェック



ねぐせ あり
もう一度なおす



ねぐせ なし
出かけてよい