

匂いについて

清潔感を出す1つのポイントである「匂い」について取り上げてみたい。

どれだけ見た目がパーフェクトであっても、臭い男は異性のみならず、同性からも距離をおかれるはずだ。最近では「スメハラ」という言葉が広まっているので、対策を講じている方もいるだろう。ただ、厄介なのは「ケアのしすぎ」で「匂い」すぎるという点である。本人はよかれと思ってやっているのだから、周囲もよけいに注意しにくい。

まず、毎日入浴し、体や髪、顔を洗っているのが大前提となる。もし、これをしていないならば、スーツをオーダーするとか、デイトールにこだわるとか、靴磨きをするという習慣を身につける以前の問題である。

できれば湯船につかってほしいが、時間的に難しければシャワーくらいは浴びて体をきれいにしてほしい。

次に、口臭である。喫煙者やコーヒーを頻繁に飲む人、鼻炎の人は注意したほうがいい。

喫煙者の場合は、タバコを吸うたびに歯磨きはできないだろうが、ミントを噛むというような工夫はできるだろう。また、食事のあとは歯磨きするのを習慣としたいが、昼食後は難しいという場合もあるだろう。そういう場合、マウスウォッシュなどで最低限のケアしつつ、夜には歯間ブラシも利用して、悪臭の元となる食べカスを取り除いたほうがいい。

保険適用外であるがPMTC（専門的機械的歯面清掃）を検討してみてもいいか。1回に1万円程度、所要時間は1時間程度かかる。これは、特別な機器を使い、歯磨きでは落とせない磨き残しや沈殿物を清掃する処置で、虫歯や歯周病の予防にもなる。PMTCとホワイトニングを受ければ、歯の白さも保てる。

最後に香水について触れておきたい。香水といえば、シャネルやグッチというようなラグジュアリーブランドが出しているものを真っ先に思い浮かべることだろう。ただし、価格も安くはなく、匂いが強いので、初心者にはハードルが高いかもしれない。そういう場合には、ジョーマローン、ロクシタン、ニールズヤードというような化粧品やバス用品を扱っているブランドに目を向けてはいいかだろう。ナチュラルな香りが多く、万人受けする可能性は高い。つけるならば、腰や膝の裏にワンプッシュ。もしくは、自分の頭前方にワンプッシュし、その下をくぐるようにするといいい。映画なんかでも見かけるように、手首や首につけると、香水の印象が強くなってしまいがちである。間違いではないが、もっと分量

第4章 小物

ACCESSORIES



を減らしてもいい。ワンプッシュでも多すぎるくらいだ。

もっとも、個人的に香水は好きだが、マストアイテムだとは思っていない。では、僕の場合どうしているか。下着をつける前に手首で腰にこすりつけておく。その場合、シャツで隠れる部分（時計よりも上）を使うようにしている。量は半プッシュ。脱げば匂いがするが、ふだんはそれほど外には漏れない。大切な人に印象づけるために使うのである。
