



BEAUTY BOOK

おしやれで元気になろう

がんサポートグループ
Cuna Juego



BOOKを手にとられた方へ

クーナ・フエゴは、がん患者が「がんサバイバー」として、がんを生活の一部としてその人らしく生きられるよう、私達の体験を生かしてがんの仲間を支援したいと考えて活動しています。

私達も、治療を始めるとき「美容院でウィッグ外すの？どうしよう・・・？」とハッとなった事がありました。

行きつけの美容院には個室が無かったり、相談しにくい時、参考にしていただければ幸いです。

サバイバーの皆様が安心しておしゃれを楽しめるように、少しずつ情報を集め、お伝えしたいと思います。



心を元気づける

がんの告知を受けて、治療の不安やこれからの生活の事、考えなければいけないことが一気に押し寄せてくるような気持ちになることがあります。

治療の副作用や体調により外見が変化したときには、以前とは違う自分の姿が気になって気落ちしたり、人と会うことをちょっと不安に思うこともあります。

流行や外出先に合わせて服を選ぶように、自分らしいスタイルを再発見することで気持ちが晴れれば、治療に取り組む元気の素になったり、様々な考え事からすこし気持ちが離れるきっかけになるかもしれません。



ウィッグを探す

治療を受ける病院に、ウィッグ屋さんが来てくれる所もあります。見本を持ってきてくれたり、治療前のカットやアフターケアに対応してくれます。担当の看護師さんや相談員さんに相談してみましょう。

予算的に折り合わなかったり、いろいろなヘアスタイルにトライしたいとき、お手頃なインターネットのお店もあります。

予算や好みなどに合わせて、お気に入りのウィッグを見つけましょう！

ファッションウィッグと 医療用ウィッグの違いは？

-  ハンドメイド（手植え）なのでつむじが自然
-  裏の当たり部分の布が柔らかい、
-  軽い
-  蒸れにくい ……などなど

医療用ウィッグ通販サイト

リネアウィッグ プラチナム

- ・無料試着可能（一部出来ない物もあり）
- ・がん治療や脱毛症に関しての情報も多い

<https://ilovewig.jp/lineawig>

価格帯 約¥1万～9万9千

5千円以下の低価格ファッションウィッグ(リネアストリア)もあり

アクアドール ヴィーナス

- ・無料試着可能（一部出来ない物もあり）
- ・ヘアピースなどもあるが種類は少なめ

<https://aquadollwig.jp/handmade>

価格帯 約¥1万9千～2万5千

低価格のファッションウィッグあり

ナバーナウィッグ

- ・主にファッションウィッグとしての販売だが医療用としても使用可能
- ・人工毛の質が人毛に近くプロのヘアメイクなどでも使用

<http://navana-shop.com/>

価格帯 約¥7千円～2万9千円

プリシラ医療用

- ・主にファッションウィッグとしての販売
- ・幅広い年代・性別に向けての商品展開

<http://www.prisila.jp/iryo/>

価格帯 約¥2万4千～7万

女性用医療用ウィッグ ワンステップ

- ・オーガニックコットン使用
- ・高額にはなるがオーダーメイド可能

<http://www.glowing.jp/>

価格帯 約¥1万2千～20万

ウィッグお手入れの相談

1. ウィッグを購入したお店で相談する

お手入れ方法のアドバイスや、出張カット（治療前～髪が生えてきたとき）などのアフターケアをしてくれるお店もあります。そのような場合は、まずはメーカー担当者のかたに相談することをおすすめします。

商品の素材や特徴を知っているので、それぞれのウィッグに一番会ったケアをしてくれます。



2. 購入したお店でアフターケアがないとき

ネットショップで購入したり、頂きもののウィッグなどで、アフターケアが受けられない！という場合は、町の美容院でも好みのスタイルにカットしてくれる所があります。

ウィッグを扱ったことのあるお店、個室やカーテンがあって気楽に入れるお店をいくつか掲載しますので、参考になれば幸いです。

ビューティーブックを見ました！
空いている日はありますか？



サバイバーOK！な美容院

クーナ・フエゴ女子が、町の美容院取材しました！

「BEAUTY BOOKを見ました」と言って電話していただければ、病気や治療についてのイチから説明しなくても大丈夫です。

個室の予約や心配なことは、お店に確認してみましょう。
いきつけの美容院には心配をかけそうで行きにくい…と思った時、一時的に利用してもOKです。



別府市

UNION ∞ HAIR

ユニオンヘアー

場所：別府市朝日ヶ丘町10組-3

電話：0120-928-606

店休日：毎週（月）、第3（火）

個室カット：○

個室シャンプー：○ ※カーテン

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：△ ※部分的に

ウィッグ販売：×

女性スタイリスト：×

男性スタイリスト：○

料金：自毛カット 4,320円

ウィッグカット 648～4,320円

お店からひとこと：

できる限りのことはやらせて頂きますので、お気軽にご相談ください。



別府市

HAIR PLACE diversion

ヘアー プレイス ディヴァージョン

場所：別府市若草町3-27 グランベール別府 1F

電話：0977-26-1147

店休日：毎週（月）、第3（日）

個室カット：○

個室シャンプー：○

※予約中は貸切。業者さんが突然来店する事があります。

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：△

※全体でなければ○。前髪や毛先を軽く梳く程度。

ウィッグ販売：×

女性スタイリスト：○

男性スタイリスト：×

料金：自毛カット（ブロー込み） 3,500円

ウィッグカット 500～1,000円ほど

お店からひとこと：

1人で営業しているお店なので、お気軽にご来店ください。



大分市

ageless salon Hope by trico

エイジレスサロン ホープ バイ トリコ

場所：大分市中央町1丁目4-22 サクラヤビル2F

電話：097-579-9594

店休日：毎週（月）（火）

個室カット：○

※カーテンで仕切られています。

個室シャンプー：×

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：○

ウィッグ販売：○

女性スタイリスト：○

男性スタイリスト：○

料金：自毛カット 5,000円

持ち込みウィッグカット 800円～5,000円

お店からひとこと：

気軽にご相談下さい。私達を信頼して相談して頂けることに感謝して誠実に対応いたします。



大分市

HAIR STAFF Rubi

ヘアー スタッフ ルビ

場所：大分市府内町2-3-20 天神ビル 2F

電話：097-534-7227

店休日：毎週（水）

個室カット：○

個室シャンプー：○

※予約中貸切。予約の時間には1人のみの対応。

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：○

ウィッグ販売：○

女性スタイリスト：×

男性スタイリスト：○

がんサバイバーのオーナーさんが
1人でされているお店です。

料金：自毛カット 4,300円

ウィッグカット ～約3,000円 ※長さ等により変わります。

お店からひとこと：

基本1対1ですので、気兼ねなくいらして下さい。

予約時に「あゆさんの紹介で」と言ってご予約ください。



大分市

ヴィーナス美容室 府内本店

場所：大分市府内町2丁目3番30号
電話：097-532-3247
店休日：毎週（月）

個室カット：○
個室シャンプー：×
治療前の自毛カット：○
治療後の生え始め自毛カット：○
持ち込みウィッグカット：○
ウィッグ販売：○

女性スタイリスト：○
男性スタイリスト：○

料金：自毛カット 800円～5,600円
ウィッグカット 800円～5,600円

お店からひとこと：
安心してご来店ください。



大分市

ねもころ髪や 然・然

場所：大分市大字中判田1419番地の1

電話：097-511 - 0738

店休日：不定休（お問い合わせください）

個室カット：○

個室シャンプー：○

※予約中貸切。

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：○

ウィッグ販売：○

女性スタイリスト：×

男性スタイリスト：○

料金：自毛カット 3,600円

ウィッグカット 3,600円

（部分・フルウィッグで変動ありますが、最高額が3600円まで）

お店からひとこと：

何なりとご相談ください。



国東市

hair Lalala...

ヘアーラララ

場所：国東市武蔵町糸原2598 - 6

電話：0978-69-0770

店休日：毎週（月）

個室カット：○

個室シャンプー：○

※予約中は貸切。

治療前の自毛カット：○

治療後の生え始め自毛カット：○

持ち込みウィッグカット：○

ウィッグ販売：○

女性スタイリスト：×

男性スタイリスト：○

料金：自毛カット	3,500円
ウィッグカット	3,000円

お店からひとこと：

ご予約時間中は貸切となりますので、安心してご来店下さい。



相談窓口

がん相談支援センター

相談
無料

お住まいの地域ごとに、がんの「拠点病院」があり、その病院内に「がん相談支援センター」が設置されています。

地域の方は誰でも利用できる相談窓口です。

医療用ウィッグの実物が展示されていたり、パンフレット類を置いている窓口もあります。

購入しなくても、相談や情報収集のために利用できます。

がん情報サービス がん相談支援センターを探す



お楽しみ & がん友交流情報

がんサロン



サロンごとに内容や雰囲気は少しずつ違いますが、お茶菓子やハンドケアが受けられる癒しブースがあったりして、おしゃべりする元気がなくても、参加OKです！

LINE 女子会 参加方法

無料

メールで「LINE 女子会参加希望」とご連絡下さい。申し込み用紙をお送りします。

✉ cunajuego@gmail.com

申込用紙を返信

- LINE ID
- 電話番号（緊急連絡用）
- 氏名、ニックネーム

登録完了

LINE 上で登録完了の連絡をします。
※頂いた情報は CunaJuego 事務局で管理します。

利用スタート！

好きなとき、自由に書き込んで下さい。
朝 8 時～夜 10 時 オープン



LINE 女子会

女性サバイバーのコミュニケーションをサポートするLINEグループです。クーナフエゴの女性サバイバーが管理人です。
サロンに参加しない方や、ちょっとつぶやきたいとき・・・など、ご利用ください。

ウィッグを卒業したら

使わなくなったウィッグの寄付を募っています。

「出費がかさんで、困っている」

「フォーマル用に、別のウィッグがほしい。」

「季節によって変えたい・・・」

色々な理由で、リユースウィッグを希望される方がいらっしやいます。お手入れして、必要な方へお譲りする活動をしています。

ご協力いただける方は、下記連絡先までご連絡くださいませ。

※持ち主の方への返却は出来かねますので、予めご了承ください。

国立病院機構別府医療センター
がん相談支援センター

〒874-0011
大分県別府市大字内かまど1473番地
0977-67-1111（代）

サバイバーズ・トーク

はじめまして。クーナフエゴ女子会のゆうこりんです。

私は治療前に、胸下までのロングからショートにぱっさり切りました。

その際、美容院に自分のがんと説明するのが面倒だったのと、また手持ちのウィッグを調整したくても上手くカット出来ず…サバイバーを受け入れてくれる美容院があると良いのになあと思いこのブックを作りました。

まるこちゃん風
ウィッグ。

抗がん剤は辛いイメージしかありませんでしたが、身体が重い時期を超えると普通に過ごす事が出来ていました。しかし副作用で脱毛してしまった為、外出時は必ずウィッグを着用していました。

せっかくなら今まで出来なかった髪型やカラーに挑戦しようと思い、サラサラのワンレン・ゆる巻きロング・ウェーブボブ・前髪パッツンなどなど、アレンジもして こそとばかりに楽しみました。冠婚葬祭もなんなくクリアです。

ウィッグだと周りの目が気になるとは思いますが、意外と気づかれませんよ♪
案外、人はそこまで他人を見ていません（笑）だから堂々としましょう！

不安なこともあるとは思いますが、1人で頑張らないで下さいね♡

周りにいっぱい甘えましょう。こんな時こそ思いっきりわがままになってみてください。

「がん」を利用するくらいのしたたかさがあっても大丈夫ですから！

…このプロジェクトにご賛同・ご協力頂いております皆様に感謝申し上げます。…



ノート



ご相談・お問合せ

クーナ・フェゴ

がんサポートグループ

Cuna Juego

女子会担当: ゆうこりん

✉ cunajuego@gmail.com (事務局)



@support.cunajuego



よりよい医療と福祉の連携を目指して

MACNetSystem

Medical And Care Network System

www.mac-n.com/cancer.html



《協力》

国立病院機構別府医療センター がん相談支援センター

〒874-0011 大分県別府市大字内竈1473番地 0977-67-1111 (代表)