

女性が一番紫外線を浴びたくない部位は「顔」 日常生活でもしっかり紫外線対策を

株式会社カネボウ化粧品

夏が近づくと外出時に気になるのが紫外線。カネボウ化粧品が20代～60代の女性を対象に行った、紫外線に対する意識調査*をご紹介します。

*インターネット調査（2017年3～4月）／20～60代女性 n=2,210

◆紫外線防止効果のある化粧品の使用率は75%

調査の結果、全体の約75%にあたる1,666人が、紫外線を防ぐために顔や体に紫外線防止効果のある化粧品を使っていることがわかりました(表1)。どの年代も7割以上が使用していると回答し、年代による明らかな差は見られませんでした。

表1【紫外線防止効果のある化粧品の使用率】
n=2,210 (%)

	使っている	使っていない
全体	75.4	24.6
20代	72.6	27.4
30代	79.1	20.9
40代	73.7	26.3
50代	74.8	25.2
60代	76.6	23.4

◆最も紫外線を浴びたくないのは「顔」！美肌意識の表れ

紫外線を浴びたくない部位としては、9割以上が「顔」と回答。次いで、「首」、「腕・手」でした(表2)。「足」「肩」「背中」については、全体平均に比べ20代の回答率が高い結果となりましたが、これは、肩や足を露出するファッションの影響があるものと考えられます。

表2【紫外線を浴びたくない部位】 n=2,210 (複数回答可) (%)

	顔	首	腕・手	デコレ	足	肩	背中	特にない	その他
全体	91.3	65.3	59.8	34.3	29.5	22.6	18.6	6.3	0.5
20代	87.4	58.3	60.8	39.7	45.1	31.2	28.5	8.1	0.9
30代	90.5	65.8	59.0	38.5	35.1	25.9	21.8	6.3	0.2
40代	94.3	62.4	57.4	34.7	28.1	22.4	15.4	4.5	0.2
50代	91.8	65.8	60.3	33.1	22.2	18.1	17.0	7.3	0.5
60代	92.3	74.4	61.7	25.4	17.0	15.2	10.2	5.2	0.5

紫外線を浴びたくない理由としては、「シミ・ソバカスができる、目立つようになるのが嫌だから」(75.1%)が最も多いという結果に(表3)。「黒くなる」「赤くなる」といった一般的な日やけの影響よりも、美肌を損なうことを気にしているのがわかります。年代が上がるほど、紫外線によってシワができたり深くなることを気にする回答も増えています。

表3【紫外線を浴びたくない理由】

n=2,071 (表2で「特にない」を回答した人を除く・複数回答可)

(%)

	全体	20代	30代	40代	50代	60代
シミ・そばかすができる、目立つようになるのが嫌だから	75.1	64.6	73.8	79.3	79.5	78.0
肌が黒くなるのが嫌だから	49.6	64.1	51.3	47.0	42.1	43.5
シワができる・深くなるのが嫌だから	47.0	34.1	42.1	50.1	53.1	55.5
肌が乾燥するのが嫌だから	25.1	27.6	29.3	24.0	25.2	19.6
肌が赤くなるのが嫌だから	23.1	26.8	26.4	22.1	18.1	22.2
ヒリヒリ痛くなるのが嫌だから	21.4	29.5	23.2	20.2	18.3	15.8
元の肌の色に戻るのに時間がかかるから	18.3	22.0	16.0	17.6	14.9	21.1
皮がむけるのが嫌だから	15.5	23.4	17.9	14.5	12.7	9.3
メイクや服で隠せない部位だから	9.1	11.7	10.9	7.8	8.1	7.2
今までのメイクや服が似合わなくなるから	7.2	12.2	8.0	6.2	4.9	5.0

◆紫外線を防ぐために活用しているのは「日焼け止め」

紫外線を浴びたくない部位として「顔」を挙げた女性のうち、20～60代の446名に使用アイテムを尋ねたところ、最も多いのは「日焼け止め」でした（表4）。また、ひとつのアイテムに頼るのではなく、部位に応じてアイテムを使い分け、効果的に紫外線を防ごうという意識が見て取れます。

表4【紫外線を防ぐための使用アイテム】
n=446（複数回答可）（%）

	顔	体
1位	日焼け止め (75.8)	日焼け止め (70.0)
2位	ファンデーション (70.4)	衣服・アームカバー (42.6)
3位	化粧下地 (59.9)	日傘 (38.3)
4位	日傘 (39.5)	何もしない (11.4)
5位	サングラス (21.5)	サングラス (5.2)

◆困るのは「いつの間にか日焼けしてしまっている」こと

446名のうち、紫外線を防ぐ何らかのアイテムを使用している女性441名に対し、日差しが強い時期の顔の日焼け対策で困っている・気になっていることを尋ねました（表5）。最も多いのは「いつの間にか日焼けしてしまっている」という回答。次いで、「日焼け止めやファンデーションがくすれやすい」「日焼け止めなどの効果的な使用量や塗り方がわからない」でした。こうした回答から、せっかく塗った日焼け止めやファンデーションが汗などで取れてしまっている、そもそもの使用量が少ない、塗り残している部分がある、など紫外線を防ぐアイテムを使いこなせていないことが推測されます。

表5【日差しが強い時期の顔の日焼け対策で困っていること】
n=441（複数回答可）（%）

1位	いつの間にか日焼けしてしまっている (33.8)
2位	日焼け止めやファンデーションがくすれやすい (32.9)
3位	日焼け止めなどの効果的な使用量や塗り方がわからない (28.8)
4位	紫外線防止効果が高いと肌の負担になりそう (26.5)
5位	何を基準にどんなアイテムを選べばよいかわからない (21.1)

将来の美肌を保ちたい女性にとって、“いつの間にかの日焼け”を防ぐことは重要です。日常生活での日焼け止めの使い方を見直し、短時間の外出だからと油断せずに日焼け止めを塗る、十分な量を使う、汗をかいたらこまめに塗り直す、などを心がけましょう。