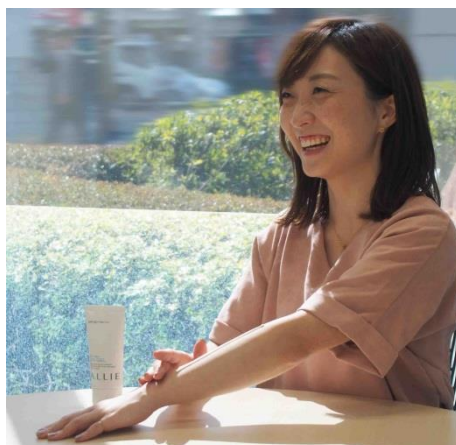


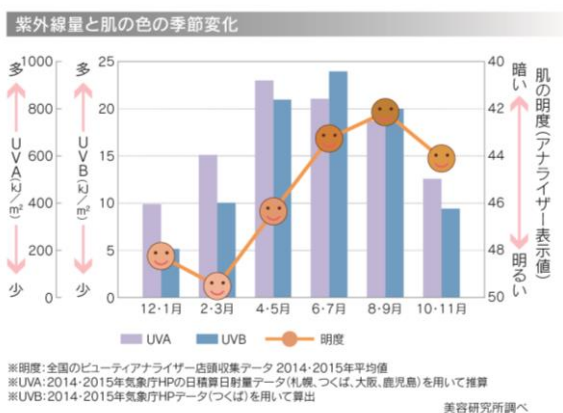
# 「いつの間にか、やけてしまった！」を防ぐ、紫外線対策

2018年2月

春先からの紫外線対策はとても大切です。紫外線量が2～3月から増えるためです。しかし、日焼け止めを塗り始めるのは、気温が上昇する5月あたりから、という方が多いのではないのでしょうか。今回、日焼け止めの最新情報も含め、紫外線対策をひと足早くご紹介します。



## ◆春先から、早めの紫外線対策を



カネボウ化粧品では、全国のカネボウ化粧品カウンターで、ビューティアナライザー（肌測定機器）を使用してお客さまの肌の状態を測定し、お手入れについてのアドバイスを行っています。

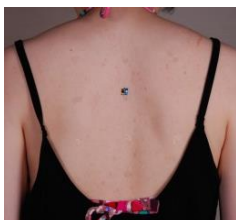
「紫外線量と肌の色の季節変化」のグラフ（左）は、この測定によって2014・2015年に集められた肌に関する100万件以上のデータと、気象庁のウェブサイトにて公表されている同年のUVA、UVB量を重ねて表示したものです。

このグラフによると、紫外線量は暖くなる前の2～3月から増え始めますが、肌の色を見てみると、この時期はもっとも明るい状態です。肌の色は紫外線量の変化に対し、約2ヶ月遅れで変化しているため、春先は紫外線からのダメージを受けやすい状態にあります。このことから、早めの紫外線対策を取り入れることが大切です。さらに、これから夏に向かって紫外線が強くなることから、しっかり日焼け対策をして、明るい肌をキープしましょう。

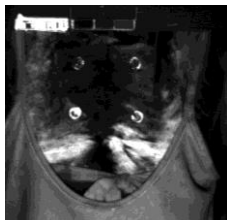
## ◆いつの間にか焼けてしまった原因は？

カネボウ化粧品の調査では、「日焼け止めを塗っていたのに、やけてしまった」という経験のある方が、9割以上にのぼりました。理由として想定されていたのは、「汗・水」によって日焼け止めが取れてしまうこと。しかし昨今、UVカメラで撮影した画像を解析する技術が構築されたことで、リアルタイムで日焼け止めの塗膜の状態を観察することが可能になりました。その結果、日焼け止めが取れてしまう原因として、「摩擦」の影響も大きいことがわかったのです。下の写真は、水着を着た女性の背中を撮影したものです。UVカメラでは、日焼け止めが塗っている部分が黒く、取れてしまった部分が白くうつります。通常の写真と比べてみると、水着のひもでこすれが生じた部分が白くなっており、日焼け止めが取れてしまっているのがわかります。

通常のカメラで撮影



UVカメラで撮影



### 実験条件

- ①水着を着てうつ伏せになり、背中に日焼け止めを塗布
- ②10分間、屋外で通常活動
- ③UVカメラにて背中を撮影

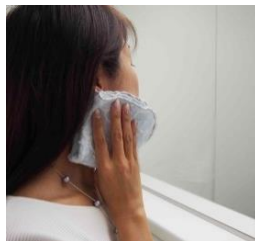
日常生活では、さまざまな摩擦が生じています。たとえば、タオルや手で汗を拭いたときや、腕まくりをしたときなど。“摩擦で日焼け止めが取れてしまっている”ということ意識して、入念に塗り直すことをおすすめします。

<日焼け止めがとれやすいシーン>

かばんを肩や腕にかける



タオルで汗を拭く



腕まくりや時計等のこすれ



◆商品の選び方

地上に届く紫外線は、UVA と UVB の2種類あります。UVB は肌の炎症を引き起こし、UVA は肌の奥にまで届くため、長期的に浴びることで肌に影響を及ぼします。日焼け止めを選ぶ基準として、UVB・UVA それぞれの防止効果を表す、SPF・PA を目安にするとよいでしょう。汗をかきやすい時期や、海やプールでのレジャーで使うなら、汗や水にも強いウォータープルーフタイプを選ぶのもおすすめです。さらに、今年は“摩擦に強いタイプ”など、耐久性に優れた商品も発売されました。さまざまな表示を参考に、自分に合った日焼け止めを選びましょう。

◆しっかり適切な量を塗る

日焼け止めのUVカット効果を十分に発揮させるには、「適切な使用量」が大切です。使用量が少ないと、肌にのばしたときに膜が薄くなったり、塗り残し部分ができたりして、紫外線防止効果が得にくくなります。日焼け止めは、十分な量を、肌にムラなくしっかり塗りましょう。とはいえ、効果がずっと続くわけではないので、日中の塗り直しは必要です。また、摩擦で日焼け止めが落ちているという実態から、摩擦が生じやすい部分を入念に塗り直すこともおすすめです。上手に日焼け止めをとり入れて、楽しい夏を過ごしましょう。