

紫外線対策&美白ケアは今からでも遅くない

きれいな肌をキープする最大のポイントは紫外線対策。つまり紫外線がピークを迎えるこれからの季節のケアが、肌にとって最も重要というわけです。春からのケアに出遅れちゃった人も、今からきちんとお手入れすれば大丈夫!

中田裕史(商品)、代 友尋(瀬戸さん)、早野知子(学研写真部)(片桐先生、平本さん) イラスト/小沢恵未 取材・文/高橋千恵子

ビーチでヴァカンス!

紫外線危険度

UVA ★★★★★

UVB ★★★★★

上から降り注ぐ紫外線の他、水面に反射する光もあなだれません。日焼け止めは必須! 汗をかいたり水に入った後は、ヌメに塗り直して。



ベランダで洗濯物干し

紫外線危険度

UVA ★

UVB ★

「ほんのちょっとだから」と油断してはダメ。紫外線カット効果 (SPF10・PA+程度でOK) のあるコスメをつけておきましょう。

油断は禁物! 何気ない生活シーンでも紫外線はあなたを見逃さない!



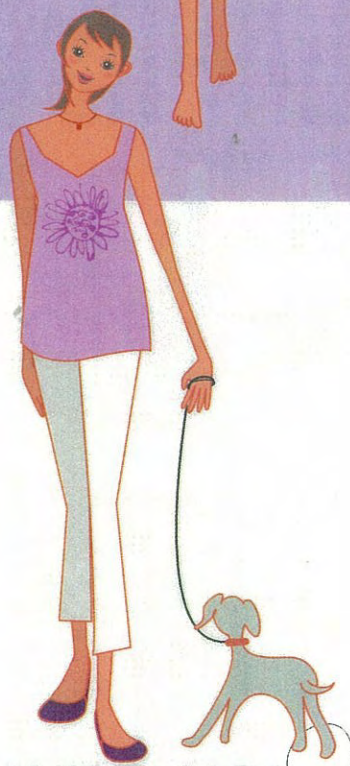
友達とサイクリング

紫外線危険度

UVA ★★

UVB ★★

日焼け止めはもちろん、帽子やサングラスもぜひ。またファンデーションは、くすまないようウォータープルーフタイプがおすすめ。



くもりの日に犬と散歩

紫外線危険度

UVA ★

UVB ★

一見太陽光が弱そうに見えるくもりの日でも、紫外線はしっかり届いています。紫外線カットは忘れずに。

お話を伺った方々



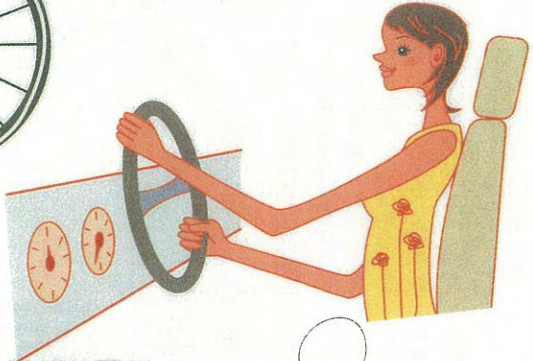
戸匠人さん
一ラ化成工業研究所トータルケア発チーム副主任。年の研究の結果、焼けは肌にとって百害あって一利なし! と断言。



平本由美子さん
アユーラ ラボータルシリーズ商品企画部課長。車に乗るときは日焼けしにくい手のひらを常に上に向けているほど、UVケアを徹底。



片桐衣理先生
衣理クリニック院長。内科医、皮膚科医。コスメフリークだった経験から、化粧品を使いしたい女性の気持ちを理解してくれる。



車で外回り

紫外線危険度

UVA ★★★★★

UVB ★★★★★

UVAは車のガラスも通します。外回りやドライブなど長時間車に乗る時は、SPF値だけでなくPA値も高い日焼け止めを選んで。