

日本の夏、乾燥肌注意報 !?

暑くてジメジメと思いきや、100年で夏の湿度は大幅ダウン。

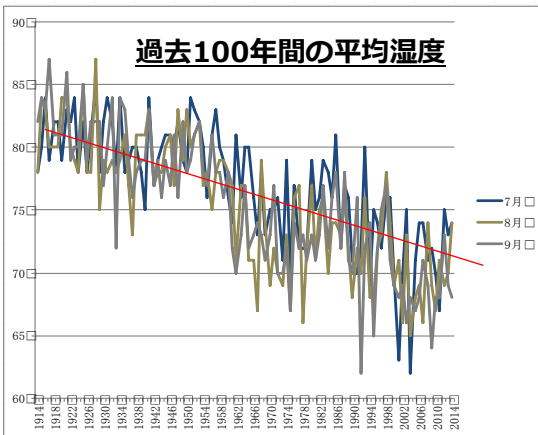
夏の“枯れ肌”を救うのは圧倒的に潤いを与え続けるCRクリーム !

～乾燥危険度1位は京都！東京は5位にランクイン～

URL : <http://www.bareminerals.jp/core/cr/>

南国級の暑さや強い陽射しなど、“日本の夏って異常？”と実感している人が増えています。さらに、『近年、大気中の湿度低下やライフスタイルの変化、大気汚染の影響もあり、これまで以上に夏の肌への負担が大きくなっていると考えられます』と肌の乾燥注意報を発令するのは、気象予報士の資格を持つ美容ライター大貫未記氏。その理由を解説してもらいました。

過去100年間の平均湿度



※湿度：相対湿度のこと。水蒸気量とそのときの気温における飽和水蒸気量との比を百分率で表したもの。
※気象庁データ（東京 相対湿度の月平均値）より。1914年～2014年の7月～9月期間を抜粋して作成。

汗や皮脂によるベタつきにだまされないで！

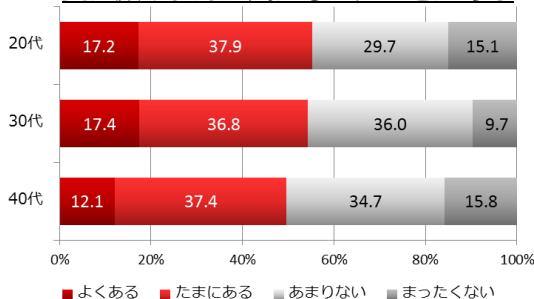
ここ100年で平均湿度は20%もダウン！

日本の夏の平均気温は上昇傾向にあり、ジメジメと蒸し暑い印象がありますが、夏の湿度(東京)には意外な変化が見られるそうです。『100年前の7月、8月、9月の各平均湿度は80%前後でしたが、約50年前から80%に到達する月が減少。60%前半になることもあるほどです。気温が上昇傾向のため湿度が低下している可能性もありますし、都市化の影響も大きいと思います』。汗や皮脂が多く分泌されるため、肌の乾燥とは無縁と思われがちな日本の夏ですが、実は私たちが思うほど夏の空気は潤っていないというわけです。そのため肌の乾燥により皮脂の分泌が促進されてしまう「インナードライ肌」に陥っている場合も多いようです。

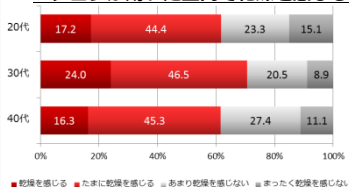
2人に1人は夏の乾燥経験あり。

屋外では陽射し、屋内ではエアコンの猛威に肌が悲鳴を！

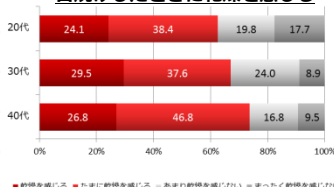
夏に顔の乾燥が気になったことがある



エアコンが効いた室内で乾燥を感じる



日焼けしたときに乾燥を感じる



ベアミネラルの調査によると、成人女性の2人に1人は夏でも乾燥が気になると回答しており、シーン別に見ると30代女性の7割が「エアコンが効いている室内」と「日焼けをした時」に乾燥を感じるという回答しています。『年々湿度が低下傾向にある日本の夏ですが、それに加えて日本全国のエアコン普及率は2015年時点で91.2%※にのぼり、外にいても中にいても肌にとって苛酷な状態が続いていると言えます。これらの夏の環境は肌に大きな負担を与えており、とくに“枯れ肌”に注意が必要な季節です』とライフスタイルの変化も肌の乾燥に大きく影響していると注意を呼び掛けています。

※出典元：内閣府「消費動向調査」

紫外線に加え、PM2.5、黄砂、火山灰など…

大気汚染によるバリア機能の低下で、肌の乾燥が加速

さらに、湿度の低下以外にも肌の潤いを奪ってしまう気象原因があると大貫氏は言います。『夏だけに限ったことではありませんが、屋外の空気中にはいろいろな汚染物質が含まれています。最近では火山活動の活発化に伴う火山灰、中国の砂漠化の進行による黄砂、大気汚染によるPM2.5などが増加傾向です』。これらの有害物質が肌表面に付着すると、肌が本来持っているバリア機能が低下。その結果、肌に潤いを蓄えておく力が低下して内部の水分が逃げやすくなるのは容易に想像できます。『夏はつい紫外線ばかり気にしがちですが、大気中の汚れからも守り抜くことを意識しましょう』。

過酷な2015年夏、脱“枯れ肌”にはベースメイクが鍵!?

化粧水や乳液にプラスして潤いチャージ&プロテクト!

このように夏の肌を取り巻く環境をみると、すぐにも夏の乾燥肌を防ぐ対策が重要なことがわかります。では、この夏しっとりみずみずしい肌を手に入れるにはどうしたらいいのでしょうか。

『夏は暑いから……という理由だけでさっぱりしたケアに走ってより乾燥を進行させてしまい、インナードライに陥ってしまう人や、乾燥を自覚していても朝晩の化粧水や乳液での保湿に頼り切ってしまう人が多く見受けられます。でも、実際には日本の夏は乾燥肌に陥りやすく、日中も肌にたっぷりの潤いを与えることが欠かせません。加えて、紫外線や大気中の汚れから肌を守ることも忘れないでください。保湿力とUVカット効果が高く、ミネラルを配合した高機能ベースメイクを活用して潤いの補給と肌のプロテクトを同時に行うというのもオススメです』と大貫氏も勧める高機能ベースメイク。なかでも注目したいのが、8月5日発売のベアミネラルの「CR ティンテッド ジェル クリーム」。肌にのせている間中、圧倒的な潤いを与え続け、かつ、ミネラルなどで肌を守り抜いてくれます。慢性的に潤い不足に陥った肌を、これ一本で使うほどにいきいきと生命力あふれる、潤いに満ちた“うる密肌”に導いてくれます。

TOPICS!

7~9月、とくに空気が乾きやすいのはココ!

ちなみに、夏の時季、日本の中でもっとも平均湿度が低いのはどこでしょう? 2014年7月~9月の3カ月の平均湿度を都道府県別に調べたところ、もっとも湿度が低かったのは京都府。以下5位までは表のとおりです。『京都、山梨(甲府)、群馬(前橋)などは、盆地など山に囲まれた地形のため、フェーン現象の影響によって高温で乾燥した風が入り込みやすいところ。肌の潤いをキープするためには、ランキング内の地域ではとくに注意してくださいね』。

※気象庁データより。2014年7月~9月の平均湿度について観測地点を抜粋し、加工して作成。データは都道府県庁所在地の観測値。ただし、埼玉県は熊谷市、滋賀県は彦根市の観測値。

乾燥危険度 都道府県ランキング

- 1位 京都府
- 2位 山梨県・兵庫県
- 3位 北海道・群馬・
愛知県・大阪府・岡山県
- 4位 岐阜県
- 5位 東京都・和歌山県・香川県



大貫 未記 (おおぬき みき)

美容ライター・気象予報士・健康気象アドバイザー。化粧品メーカーやドクターを取材するうち、女性の肌や体が天気の影響を受けていることを痛感して、2003年に気象予報士の資格を取得。天気の観点からも美容を語る稀有な存在。

■略歴

1999年 全国女性誌を中心に美容記事の執筆をスタート。2003年 「気象予報士」の資格を取得。天気を味方につけながらキレイを手に入れる方法を追求&提案。2005年 早稲田大学大学院人間科学研究科にて、総合生理学や神経機能学を履修し、体と天気の関係をさらに追求。2009年 生気象学に基づいた「健康気象アドバイザー」の資格を取得。

ベアミネラル「CR ティンテッド ジェル クリーム」概要



商品名：CR ティンテッド ジェル クリーム

種類別名称：ファンデーション

発売日：2015年8月5日（水）

価格：3,800円（本体） 4,104円（税込）

容量：35ml

色数：全5色

使用期間：2～2.5ヶ月

URL: <http://www.bareminerals.jp/core/cr/>