

日焼け止めを使用している女性の8割超が抱える悩み “塗っても焼ける”

## 日焼け止めの『スキマリスク』とは！？

右肩上がりの紫外線量と気候の過酷化 — 日焼け止めの「使い方」が招くスキマリスク  
ウォーターベース日焼け止めで生じるマイクロレベルの「スキマ」に着目した花王の新知見

花王のトータルスキンケアブランド『ビオレ』が立ち上げた「アウトースキン研究所 (<https://outerskin.jp/>)」は、日常的に日焼け止めを使用している20～40代の女性1,545人を対象にした日焼け止めに関するインターネット調査を2019年2月に実施しました。その結果、多くの女性が、日焼け止めに塗ったのに日焼けしてしまった経験などから、対策に悩んでいることが分かりました。

長年にわたり女性たちを悩ませている、“塗っても焼ける”という事実。その原因として、日焼け止めに塗る量や塗り直しの頻度が少ないこと、塗り方にムラがあること、そして、汗・水やこすれなどで日焼け止めが落ちること、などが考えられます。さらに、花王の最新知見として、ウォーターベースの日焼け止め（当社従来品）を肌に塗り、その表面の状態を観察すると、マイクロレベルで日焼け止め剤が肌に不均一に分布していることがわかりました。〔2018年10月29日リリース「紫外線防御剤内包カプセルを配合した世界初\*1の日焼け止め処方を開発」(<https://www.kao.com/jp/corporate/news/2018/20181029-001/>)〕  
そこで、「アウトースキン研究所」と「一般財団法人 日本気象協会」は、“塗っても焼ける”これらの原因を『スキマリスク』として、日焼け止めの正しい使い方などを啓発して参ります。

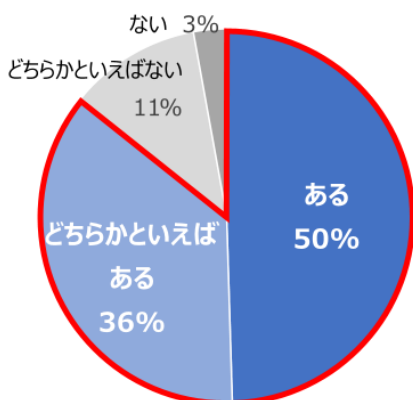
\*1独自製法により、ヘン酸グリセリル、ジステアリン酸ソルビタンを含む両親媒性成分からなる“UV防御剤内包カプセル”を配合した日焼け止め処方（先行技術調査及びMintel Japan社データベース内2018年7月花王調べ）

## 日焼け止めを使用している女性のほとんどが、“塗っても焼ける”を経験。 5人に1人が、その原因が分らずにいる実態。

先述の調査で、8割以上の女性が、「しっかりと日焼け止め剤を塗ったはずなのに、いつのまにか日焼けしてしまった」経験があると回答〔図①〕。5人に1人が「原因が分からない」と答えました。一方で、日焼け止め剤を選ぶ際には、「SPF値やPA値が高いこと」「日焼け止め効果が長続きしそう」といったUV機能よりも、使用感や肌への負担の少なさを重視する傾向があります〔グラフ②〕。

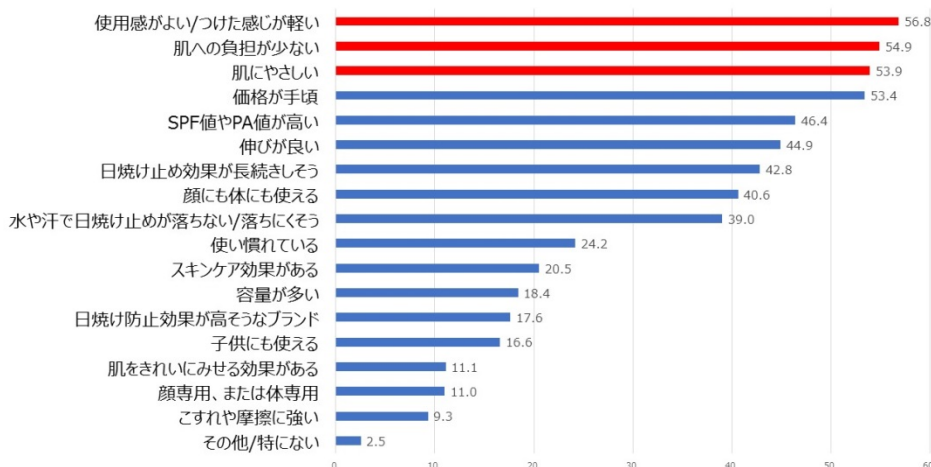
しっかりと日焼け止めに塗ったはずなのに  
日焼けしてしまったという経験がありますか？

(n=1545)



〔図①〕

「日焼け止め剤」を選ぶときに重視すること (n=1545 / %)



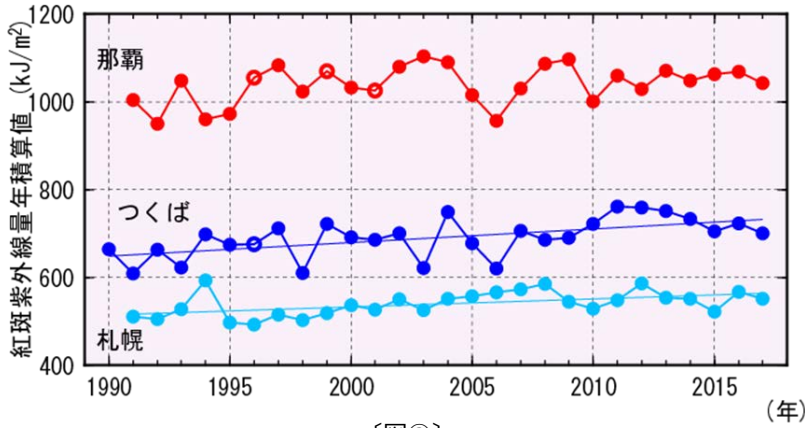
〔図②〕

### 調査概要

調査名： 日焼け止めに関するアンケート調査  
 調査方法： インターネット調査  
 実施期間： 2019年2月15日～2月17日  
 調査対象： 日常的に日焼け止めを使用している全国の20～40代の女性1,545人

# 増え続ける日本の紫外線量。高温多湿化が日焼けリスクに拍車。

日本国内での紫外線量は長期的に増加しており〔図③〕、確かな日焼け対策が必要な状況です。さらに、日本の夏は、世界でも蒸し暑い国というデータもあるように〔図④〕、近年の気候変動による高温・多湿な環境は、発汗による日焼け止めの『スキマリスク』をいっそう増幅させているといえます。紫外線は晴れの日だけでなく、曇りの日でも降り注ぎます。また、気象庁が発表した最新の長期予報によると、気温は、春は平年よりも高く、夏は平年並の見込みで、汗をかくことが多くなりそうです。人体に及ぼす紫外線の影響度（UVインデックス）は、例年は7月が最も大きくなりますので特に注意が必要。日本気象協会は、全国約800ヶ所の推定日射量や1kmメッシュの日射量予測、各地域の紫外線指数を提供しており、今後も日焼けの予防を呼びかけていきます。



〔図③〕

## 国内の紅斑紫外線量年積算値の経年変化（気象庁）

※紅斑紫外線量とは、人体に及ぼす影響度を考慮して算出した紫外線量



〔図④〕

## ジメ暑指数（日本気象協会）

※ジメ暑とは、気温の観点からみた暑さに湿度の指標を加味した「過こづばい暑さ」

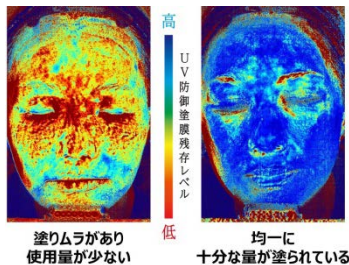


### 藤原 有衣子

広島大学大学院工学研究科修士課程修了後、日本気象協会に入社。気象予報士とコスメコンシェルジュの資格を活かし、ビューティーウェザーコンサルタント®の肩書のもと、気象と美容のプロとして、メディアでの解説や執筆などの活動を行う。健康、食など、生活と気象についても幅広い知見をもち、「天気をもと健康の味方に！」をモットーにしている。

# 日焼け止めの「使い方」が招く『スキマリスク』。

日焼け止めの「使い方」次第では、効果が十分に発揮されません。具体的には、「量が不十分」「まんべんなく塗れていない」「塗り直しの頻度が低い」ことで、塗った日焼け止めに塗りムラができていくケースが多いということ〔図⑤〕。また、「汗・水やこすれなどによって日焼け止めが落ちてしまっている」ことも多いです〔図⑥〕。こうしてできた塗りムラによって生じる「スキマ」から、気づかぬうちに紫外線の侵入を許してしまっている可能性があります。さらに、薄着になる季節には、衣服の胸元や繊維の「スキマ」からも紫外線が侵入しやすくなるので、服を着る前に日焼け止めを塗るなど、より入念な対策が必要です。



〔図⑤〕 データ：花王

均一に塗れている場合とそうでない場合、十分な量を塗っている場合とそうでない場合では、塗った日焼け止めの「スキマ」の大きさに圧倒的な差が出ます。十分な量をまんべんなく塗ることが大切です。塗り残しが多い箇所は、額や鼻、耳など凹凸のある部分や、うなじや袖まわり、腕の後ろなど手の届きにくい箇所です。

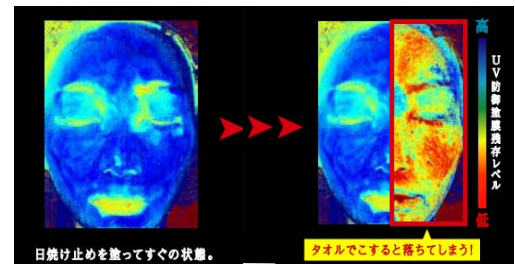
### 「スキマ」になりやすい箇所

#### 塗り忘れ

耳、目周り  
腕の後ろ  
首、デコルテ  
足の甲  
そで周り（半そで）

うなじ  
あご下

汗・皮脂や擦れ  
による落ち  
額、鼻  
ほお骨



〔図⑥〕 データ：花王

日焼け止めを塗った状態で、かいた汗をタオルで拭くと日焼け止めが一気にこすれ落ちてしまいます。そこでできた日焼け止めの「スキマ」は無防備となり、紫外線の侵入をいとも簡単に許してしまうのです。



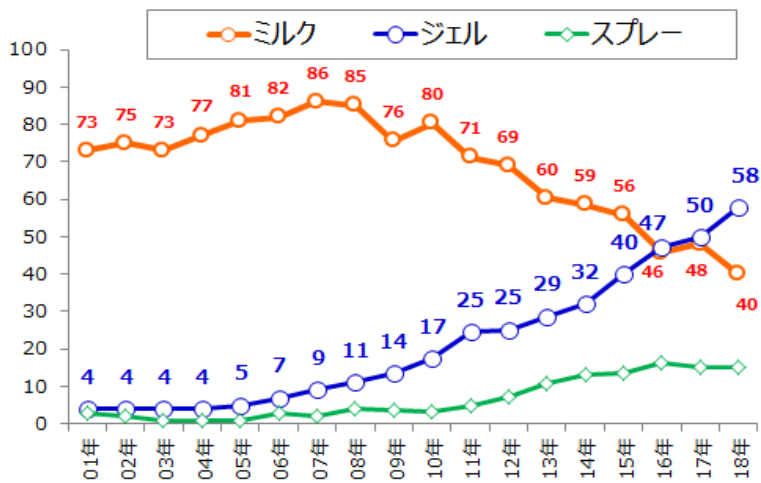
### 慶田 朋子

日本皮膚科学会認定皮膚科専門医、医学博士。東京女子医科大学医学部医学科卒業。同大にて皮膚科助手、美容クリニック勤務を経て、銀座ケイスキンクリニックを開設。メスを使わないエイジングケアをモットーに医療機器や注射によるナチュラルな若返りに定評あり。食と美容、健康など幅広い知識を持ち、雑誌やテレビでも活躍。著書『365日のスキンケア』（池田書店）

# 花王の新知見。ウォーターベース日焼け止めのマイクロレベルの「スキマ」。

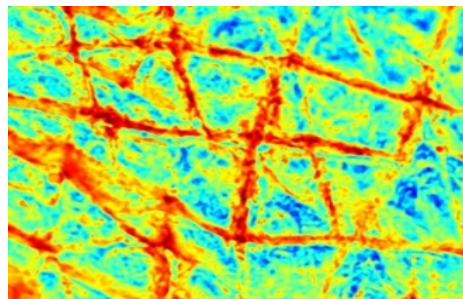
ウォーターベース（ジェル）タイプは、使用感の良さや付け心地の軽さ、洗い流しやすさなどから、年代問わず、最も使用率が高い剤型です〔図⑦〕。しかしながら、花王の最新知見として、ウォーターベースの日焼け止め（当社従来品）を肌に塗り、その表面の状態を観察すると、マイクロレベルで日焼け止め剤が肌に不均一に分布していることがわかりました。〔2018年10月29日リリース「紫外線防御剤内包カプセルを配合した世界初<sup>\*1</sup>の日焼け止め処方を開発」（<https://www.kao.com/jp/corporate/news/2018/20181029-001/>）〕〔図⑧〕

\*1独自製法により、ヘン酸グリセル、ジステアリン酸ソルビタンを含む両親油性成分からなる“UV防御剤内包カプセル”を配合した日焼け止め処方（先行技術調査及びMintel Japan社データベース内2018年7月花王調べ）



〔図⑦〕

2018年 花王調べ（12～59才女性）



UV防御塗膜残存レベル  
低 高

〔図⑧〕 データ：花王

花王が独自に開発したUV顕微鏡で、ウォーターベース（ジェル）タイプの日焼け止めの塗布面を解析したところ、マイクロレベルでの「スキマ」を確認（画像の赤いキマ部分）。この「スキマ」のUV防御塗膜の残存レベルが低いことがわかる。

## “塗ったのに焼けてしまう”原因のひとつ『スキマリスク』対策を！

日焼け止めを塗る量や塗り直しの頻度が少ないこと、塗り方にムラがあること、汗・水やこすれなどで日焼け止めが落ちること、そしてウォーターベースの日焼け止め由来のマイクロレベルの塗りムラなどによって生じる「スキマ」を防ぐことが大切です。

## 「アウトースキン研究所」について

年々増加する紫外線、地球温暖化、大気汚染、電磁波。私たちを取り巻く環境ストレスは増え続けています。急激に変化する地球環境から、女性たちの肌を守りたい。そんな思いで、たくさんの挫折や失敗を乗り越え、花王のスキンケアブランド「ビオレ」がたどり着いたのは、もう1枚の皮膚のような、「スキマ」のないプロテクト膜で全身を覆い、素肌を守る「アウトースキン」という考え方。環境ストレスにさらされる無防備な肌を守り、これからの地球と健やかに生きていくために、2018年12月に立ち上げたのが「アウトースキン研究所」です。環境ストレスに関する情報や研究結果を発信していきます。



アウトースキン研究所 <https://outerskin.jp/>