

葉の色付きは「肌乾燥注意報」、保湿ケア重視のサイン

各地域の「紅葉」と「肌の乾燥」はシーズンが重なることを確認

株式会社ポーラ（本社：東京都品川区、社長：鈴木弘樹）は、日本各地域の「紅葉」と「肌の乾燥」との移り変わりを調査した結果、紅葉が美しくなる時期と地域が、「肌の乾燥」が始まる時期と地域に重なることを確認しました。

この結果は、全国47都道府県で2013年9月～12月に集めた女性の肌データ※の分析結果及び、公益社団法人日本観光振興協会の紅葉色付き情報マップのデータをもとに分析したものです。

※ n=107,843人 20代～60代女性、2013年9月～12月 アベックス初回スキンチェックデータ（角層バリア機能）

「紅葉」と「肌の乾燥」の地域別の変化（2013年9月～12月）

	紅葉色付き情報マップ ※公益社団法人日本観光振興協会調べ	肌の乾燥マップ	所見
	●まだ ●色付き始め ●見ごろ ●終了	●うるおっている ●やや乾燥 ●乾燥	
9月			北海道、群馬、富山で紅葉が色付き始めている。北海道と富山が肌の乾燥と重なっている。
10月			北海道、新潟、長野、群馬、栃木、富山、岐阜が紅葉が見ごろとなっている。（見ごろ7県、色付き始め14県、紅葉地域合計21県）北海道、青森、新潟、長野、群馬、栃木、石川、山梨、静岡、岐阜、三重、奈良、鳥取の13県が紅葉地域と肌の乾燥地域が重なっている。
11月			11月は9割の地域で紅葉が見られ、肌の乾燥地域と9割が重なっている。
12月			12月になると全国的に紅葉が見ごろ～終了になり、肌の乾燥も日本全国に進む。

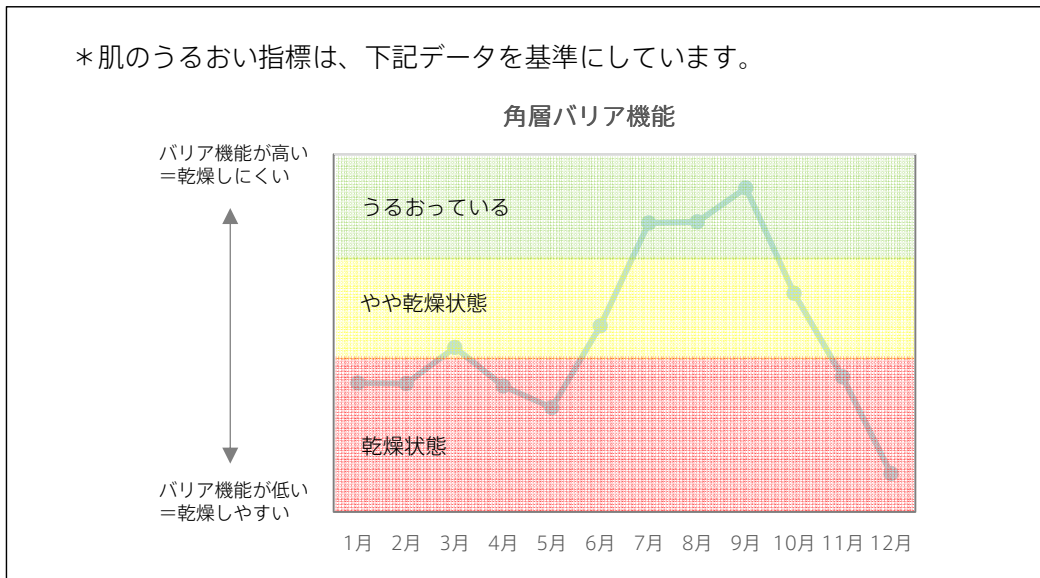
【報道関係からのお問い合わせ先】

株式会社 ポーラ 宣伝部 TEL 03-3494-7119 / FAX 03-3494-6198 〒141-8523 品川区西五反田2-2-3

2013年の紅葉マップを見ると、9月頃から色付き始め、10月には全国の半数の地域で紅葉が見られ、11月は9割、12月には全国に広がります。

同様に肌の乾燥状態の変化を見てみると9月から徐々に肌が乾燥する地域が出始め、10月では半数の地域で肌の乾燥が進み、11月では9割、12月は全国に肌の乾燥が広がります。

一般財団法人日本気象協会によると、紅葉の色付きが進むとされている「気温」の条件下では、「湿度」も夏に比べると低下するため、紅葉が始まる時期は既に空気の乾燥が進んでいると考えられる。このことから、紅葉が美しくなる時期と地域が、「肌の乾燥」が始まる時期と地域に重なったと考えます。



葉が色付き始めたら、早めの保湿ケアが重要

自分が住んでいる地域の紅葉が進んだら、肌が乾燥し始めている可能性が高いため、早めの保湿ケアが重要です。

■やさしいタッチの「洗顔方法」がポイント

秋になり外気の乾燥が進むと肌のバリア機能が低下します。バリア機能が低下した肌はとてもデリケートで、ゴシゴシ洗顔するとさらに肌を痛め乾燥を進めてしまいます。

洗顔料はしっかり泡立てて、泡で包み込むようにやさしいタッチで洗顔しましょう。洗顔後は、タオルでこすらないように心がけましょう。

洗顔をする水の温度にも注意。適温は人肌程度の33℃。温かいと感じる温度は熱すぎて、うるおいを落としすぎる可能性があります。

また、乾燥・肌アレがひどい時は、朝の洗顔は洗顔料を使用せず33℃位のぬるま湯だけの洗顔がおすすめです。

■秋冬用のスキンケアに切り替え、手を「温めて」から使うのがポイント

本格的な乾燥が進む冬に入る前に、保湿効果の高いローション・ミルクに切り替えましょう。また、夜にクリームを取り入れると効果的です。

この時期の使い方のポイントは、手を「温める」こと。

肌が冷えていると、化粧品がなじみにくく、化粧品の効果が十分に発揮できない可能性があります。

その場合は、手のひらをこすって少しあたたためてから、顔全体を包み込むようにして密着させると、浸透感が高まります。

■メイクも秋冬仕様に

日中のうるおいを守るため、保湿効果のある秋冬用のベースメイクを使いましょう。

化粧下地は、UVカット機能に加え保湿力を重視したものを選びましょう。

ファンデーションは、一般的にパウダリィタイプよりもクリームタイプの方が保湿力が高いのでおすすめです。

また、クリームタイプはつややかな仕上がりになるので、素肌そのものがうるおっているような印象を与えます。

肌のバリア機能が高い肌と低い肌

肌（角層）は、うるおいを保ち、紫外線や乾燥から肌内部を守るバリア機能を持っています。バリア機能が高い肌は角層細胞の大きさが均一で隙間なく並んでいるため、保水能力や外部環境から肌内部を守る保護力が優れていますが、バリア機能が低い肌は、角層細胞の大きさや並び方が不規則で隙間があり、保水能力や保護力が低いといえます。

