

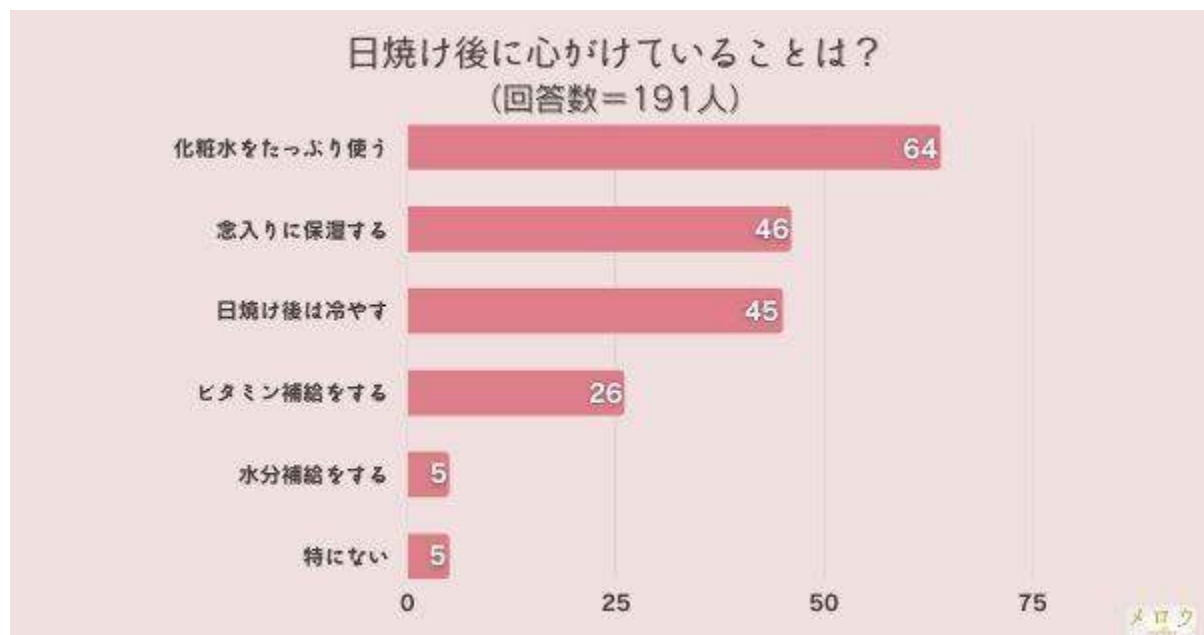
ARINA株式会社が運営する20代~50代18人の女性による美容レビューサイト「mellow-メロウ-」(<https://arina-p.co.jp/mellow/>)は、日本全国18歳以上の方を対象に「日焼け後に心がけていることは？」とアンケート調査を実施しました。その結果を公表します。

- 調査方法: インターネット調査
- 調査人数: 200人(10代:2人、20代:47人、30代:83人、40代:48人、50代:18人、60代以上:2人)
- 調査主体: ARINA株式会社、mellow-メロウ-
- 調査時期: 2022年3月23日
- 調査レポート: <https://arina-p.co.jp/mellow/cosmetics-47/>

* 本アンケート結果を引用する場合は「mellow-メロウ-」のURL(<https://arina-p.co.jp/mellow/>)を使用してください。

調査結果

「日焼け後に心がけていることは？」とアンケート調査した結果、1位は『化粧水をたっぷり使う』でした。



1位: 化粧水をたっぷり使う

- 日焼け後は乾燥するので保湿が大事だと思うから。
- ヒリヒリを防げそうだから。
- 日焼けをすると肌の水分が失われる感じがするので、いつもよりたっぷりめに化粧水を使います。
- 化粧水を多く使用することで、色素沈着を防げると考えているからです。

- 肌が火傷している状態なのでしっかり水分を浸透させるため。
- しっかり整えないといけないと思うから。

2位:念入りに保湿する

- SNSなどでよく皮膚が乾燥してしまっているから保湿したほうが良いという投稿を見るため、実践しています。
- 日焼けをした日は肌が脱水状態になっているため、保湿が大事だから。
- カサカサになるイメージがあるので保湿はいつもよりしっかりやるようにしています。
- シミがしやすいため、必ずビタミンCが入ったパックをしています。
- たくさん保湿してもすぐ乾いてしまう気がするため。
- 日焼けした後は、日光で肌が乾燥して水分が足りていないような気がするからです。

3位:日焼け後は冷やす

- 冷やすことしか自分の肌にできないため。
- 日焼けは肌の炎症とも考えて、冷やすケアで対応しています。
- 赤みと痒みが出るため。
- 火傷と同じ状態だから。
- 熱を持ってからまず熱を下げる。
- 熱を冷やしたいので、汗を流すのと一緒に冷やします。

4位:ビタミン補給をする

- ビタミンCを摂取しています。
- 紫外線にはビタミンCが大切であるため、フェイスパックや美容液で補給する。
- ビタミンに壊れた組織の修復を促してくれそうなイメージがあるから。
- ビタミン摂取が必要だと聞いたことがあるので。
- 肌の新陳代謝を促すため。
- 日焼けにはビタミンCが1番効くと思っているからです。

5位:水分補給をする

- 肌や体が整い始めるから。
- 水分補給をすることが大事だと考えられるからです。
- とにかく水を飲みます。ビタミンなども大事だと思いますが、人の体の60%は水でできているといわれているのでとにかくきれいな新鮮な水を取り込みます。

6位:特にない

- 次の日の日焼け止めはいつもより念入りにする。
- 特にやることなく過ごす。
- 日焼けする時は事前に日焼け止めを塗りますが、日焼け後の対策は今まで特にしていないから。

【総括】今回のアンケートで日焼け後に心がけていること1位は『化粧水をたっぷり使う』でした

一年中降り注ぐ紫外線にお肌はダメージを受けています。特に夏場は、少しでも日向にいるとお肌が熱をもつほど日焼けしてしまうことがありますよね。

そんなとき多くの方は「化粧水をたっぷり」使ってスキンケアをしていることがわかりました。

日焼けには保湿や冷やすことがいいと聞きますが、うっかり忘れてしまうこともあります。化粧水なら毎日使うものだから、少し意識すれば継続できそうですね。

いま何もケアしていない方は、化粧水から日焼け後ケアを始めてみてはいかがでしょうか。

ARINA株式会社は、運営するメディア「**mellow-メロウ-**」を通じて、1人でも多くの方が、自分にぴったりの商品と出逢えるよう、社会に貢献してまいります。

■**ARINA**株式会社について

ARINA株式会社は、“メディアを通じ子育てを豊かに”を企業の**Vision**に掲げ、皆様の生活に寄り添ったライフスタイルメディアの展開やオウンドメディアの受託事業を展開しております。