

報道関係 各位

～子どもの紫外線対策についての調査～

**10歳以下の子どもの日やけ止め使用率は65%、  
子どもの日やけ止めで重視するのは「肌に負担がかからない」が85%**

株式会社ハーバー研究所は30代～40代の方を対象に、「子どもの紫外線対策について」インターネット調査を実施。子どもやご自身の紫外線対策状況などから、子どもの肌に対する関心が高く、紫外線対策を重視していることが分かりました。最後に、ハーバー研究所の専門スタッフが子どもの紫外線対策ケアについてレクチャーします。

【調査概要】 「子どもの紫外線対策に関するアンケート調査」

- 調査期間：2021年4月8日～4月11日
- 調査対象者：30代～40代の女性 計622名(有効回答数)
- 調査領域：全国
- 調査対象：ハーバーのECサイト会員を母集団とする
- 調査方法：インターネット調査
- 調査対象：内10歳以下のお子さまがいる方 158名

【調査結果】

◎ご自身について、現在、ほぼ全ての方が日やけ止めを使用するも、紫外線ケアを始める年齢が遅かったと感じ、子どもの紫外線対策を重視。早めに始めている方が多い

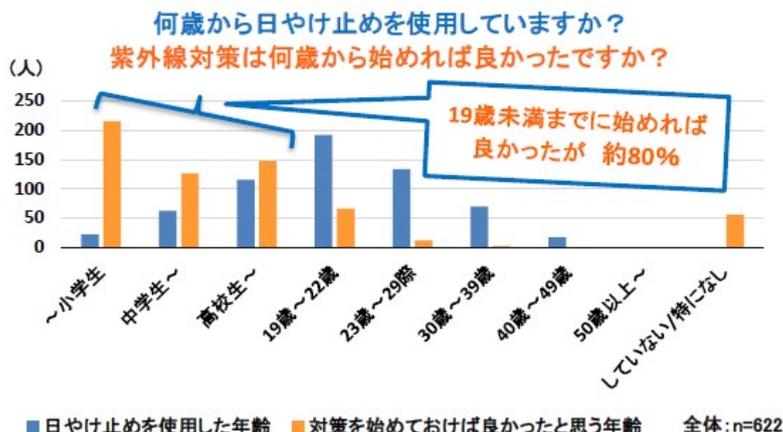
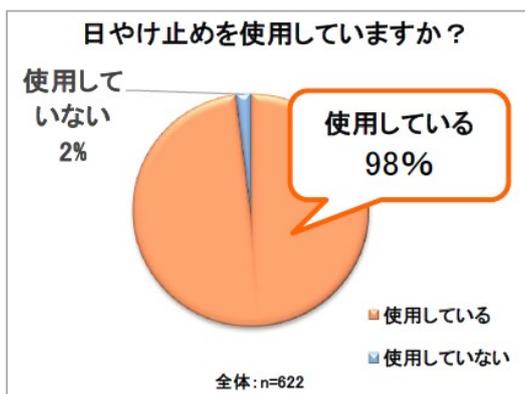
◎子どもの日やけ止めで最も重視するのは肌に負担がかからないこと。子ども専用を好む傾向

◎子どもの紫外線対策で困っていることの第1位は「日やけ止めをつけるのを嫌がる」40%、次いで「帽子をかぶらない」20%、「自分の日やけ止めを使用して良いかわからない」19%

◎10歳以下の子どもにスキンケアをしている方は半数以上、その中で85%が7歳未満から始めている

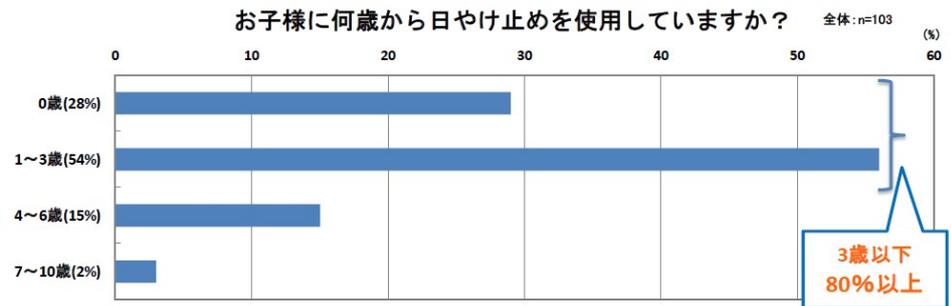
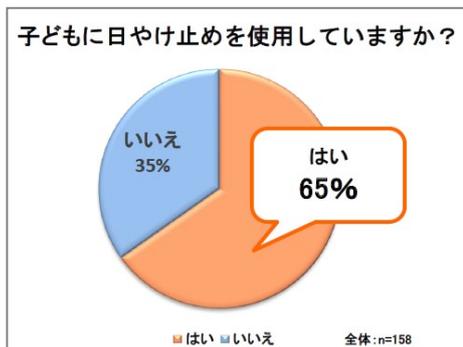
① ご自身の日やけ止めの使用と時期について

- 現在、日やけ止めを使用している方は98%
- 日やけ止めを使用し始めたのは10代後半～20代後半までが半数以上、10歳以下での使用は僅か4%  
10歳以下から使用していれば良かったと思う方35%、19歳未満まででは約80%と後悔している方多数。



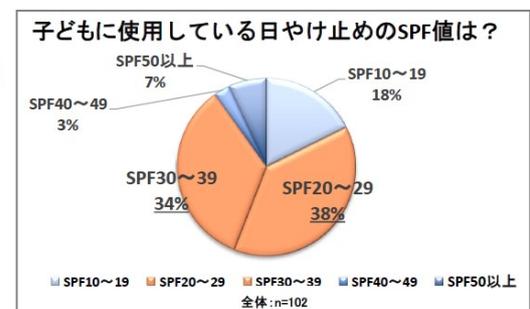
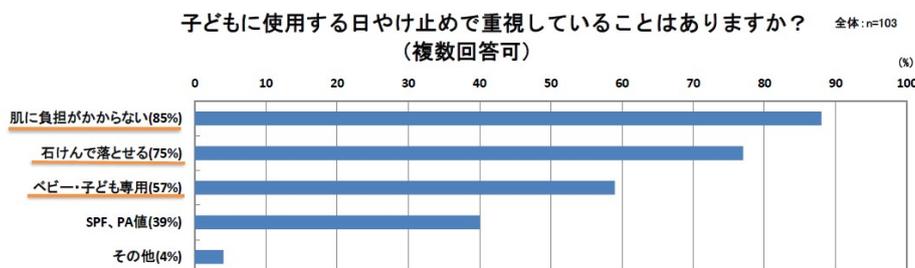
## ② 10歳以下の子どもの日やけ止めの使用について

- 10歳以下の子どもに日やけ止めを使っている方は65%、自身の経験から紫外線対策への関心が高い
- 日やけ止めを使っている方で、3歳までに日やけ止めを使用した方は80%以上



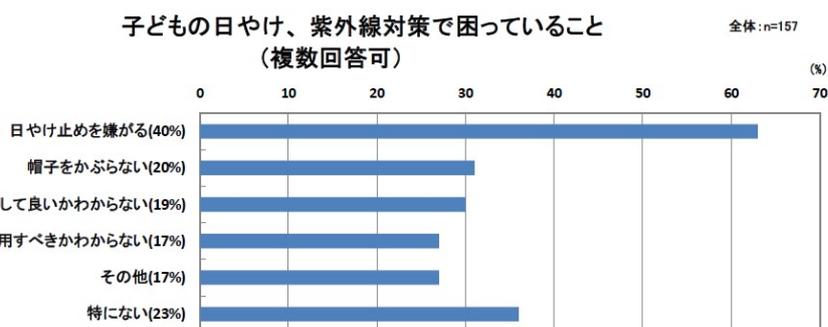
## ③ 子どもの日やけ止めの選び方について

- 子どもの日やけ止めで重視することの第1位は「肌に負担がかからない」85%、第2位「石けんで落とせる」75%、第3位「ベビー・子ども専用」57%
- 子どもに使用している日やけ止めのSPF値は20~39が72%、比較的SPF値の高い商品を使用している



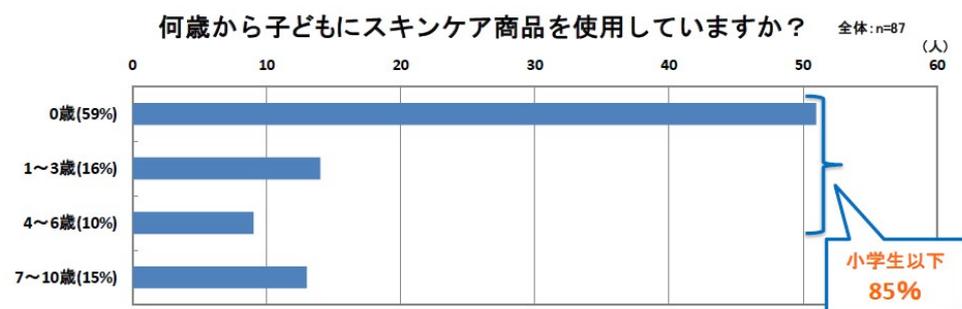
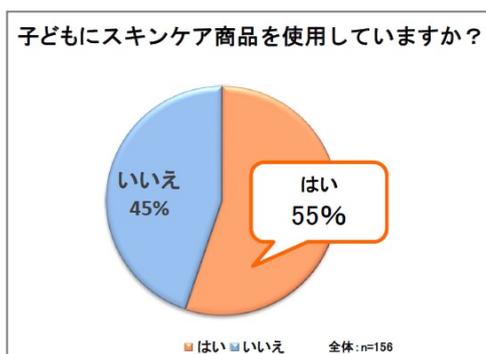
## ④ 子どもの紫外線対策で困っていること

- 第1位は「日やけ止めをつけるのを嫌がる」40%、第2位「帽子をかぶらない」20%など



## ⑤ 10歳以下の子どものスキンケア商品の使用について

- 10歳以下の子どもにスキンケアをしている55%、その中で7歳未満(小学生以下)からしている方85%



## ～紫外線の肌への影響と子どもの UV ケアについて～

### 【紫外線の肌への影響とは】

紫外線は太陽光に含まれる波長の1つであり、中でも肌に影響を与えるのはUV-A、UV-Bの2種類とされています。UV-Aは肌の奥深くまで侵入しコラーゲンやエラスチンを変性させたり破壊したりして、肌の弾力を失う要因になります。肌の弾力が失われると重力に従って皮膚がたれてしまい、シワになってしまいます。さらに、生成されたメラニン色素を酸化させることで、肌の黒化も引き起こす性質もあります。一方UV-Bは短時間で肌に赤く炎症を引き起こす上に肌を黒くすることが特徴です。肌の表面にある細胞やDNAにダメージを与えることでシミやそばかすといった肌の健康へ大きな影響を及ぼします。いずれの種類にしても紫外線は肌本来のバリア機能を低下させ、肌の老化を促進させるため、こまめなケアをすることが大切です。



株式会社ハーバー研究所  
研究開発部 化粧品開発課  
マネージャー 国府田 淳

### 【子どもの UV ケアの必要性について】

紫外線は大人と同様子どもの肌においても、バリア機能を低下させ、肌の老化を促進させます。特に子どもの肌は大人よりも薄くデリケートでダメージを受けやすいとされています。適度な紫外線は体へ良い役割もあるとされていますが、子どもは大人よりも外で遊ぶことが多く紫外線を浴びる機会が多いため、しっかりとしたUVケアが必要になります。日やけ止めはUVケアのための一手段ではありますが、特に子どもへは「子ども用」と書かれた肌にやさしいものがオススメです。子ども用の日やけ止めは、デリケートな肌を意識した設計になっているためです。一方、子どもの日やけ止めは一般的にSPFやPAといった機能はあまり高くないため、こまめに塗り直すことが大切です。外遊びやスポーツをしている子どもはもちろん、特に小さな子どもは新陳代謝が活発で汗かきですから、2～3時間程度おきに塗り直すといいです。そして日やけ止めの塗りっぱなしは子どもの肌に悪影響なため、その日のうちにお風呂でしっかり洗い流すようにすることをオススメします。

## ～子どもの日やけ止めの使い方～

### 【日やけ止めの選び方】

日やけ止めは使用目的やシーンによって選びます。日常的な散歩や買い物ではSPF10～20程度で十分です。夏のレジャーなど炎天下で過ごす際は、SPF30以上を使用します。子どもには、「子ども用」と書いてある、紫外線散乱剤を使用した石けんで落とせるタイプの日やけ止めがおすすめです。数値の高いものを使用するより2～3時間おきに塗り直すことをおすすめします。

### 【使用量・使用方法】

#### <顔に使用する場合>

適量を手に取り、額・鼻・両頬・顎に分けて置き、そこからまんべんなく内から外に丁寧にならぬに塗り伸ばします。その後、やけやすい額や鼻、頬の高い部分には重ね塗りをします。

※両頬に先に置き、額、鼻、顎の順に置くのと伸ばしやすいです。日やけ止めは、戸外に出る前に塗りましょう。



株式会社ハーバー研究所  
美容部 マネージャー  
目黒 由美子

#### ■日やけ止め5点置き



### <体など広範囲につける場合>

腕や背中も同様に分けて塗ります。腕などには、容器から直線を描くように出し、らせんを描くように均一にむらなく伸ばします。大人が子どもにつける場合は、手のひらに適量とって、両手の平に広げてから子どもにつけます。

日やけしやすい部分(鼻の頭、肩、襟足、背中上部など)は重ね塗りをしてください。

汗をかいたりタオルでこすると落ちてしまいますので、隙間なく重ね塗りをし、戸外では2~3時間おきに塗りなおすことをおすすめします。

### 【日やけ止めの落とし方】

日やけ止めは、塗ったらしっかり落としましょう。石けんやボディシャンプーを手のひらで良く泡立てて、泡で落とします。落ちにくい場合は、柔らかいボディタオルやスポンジで泡を作り、やさしくこすり洗いをします。顔の日やけ止めを落とす際は、目に石けんがはいらないようにタオルに石けんをつけて泡立て、やさしく拭いて落としてください。その後はすすぎを十分にします。

### 【日やけをして赤くなってしまった時の対処法】

日やけした肌は軽いやけどと同じような状態になっています。水で濡らしてしぼったタオルをあてて、火照りが治まるまでよく冷やします。保冷剤や氷を使用する際は刺激にならないよう必ずタオルにくるんで、十分な注意の上使用してください。火照りが治ったら水とスクワランで保湿をしましょう。

※日やけの状態によっては医師の診察を受けることをおすすめします。

### よくあるご質問<Q&A>

Q: 目の周りも塗ってもいいですか。

A: 日やけ止めを落とす際には石けんを使用しますし、小さい子どもは目の周りをこすことも多いので、まぶたは避け、つばのある帽子をかぶることをおすすめします。

Q: マスクをしていても日やけ止めは必要ですか。

A: マスクは紫外線をカットするものではありませんので、マスクをしていても日やけ止めは必要です。マスクで隠れる部分も忘れず、全顔に塗りましょう。

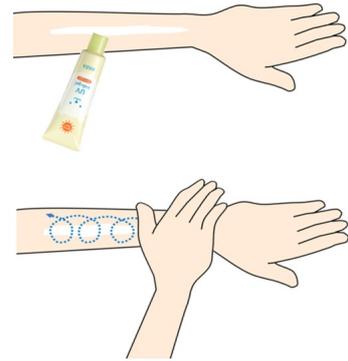
※お子さまが使用する場合は、必ず保護者の監視のもとに使用させてください。

◆子どもの紫外線ケアについては  
ハーバー公式 YouTube でも配信中です。

↓

<https://youtu.be/qwoovVchTG8>

### ■日やけ止めの塗り方(腕)



### ■日やけをして赤くなった時の対処法



### ■帽子で目元を守ります



□ お客様からのお問い合わせ先

ハーバー研究所 フリーダイヤル 0120-16-8080

いつも ハーバー

<SNS公式アカウントで情報発信中!>

