



Newsletter May 2009

着替えましょう サンスクリーン

日本語学校の運動会ももう直ぐのようです。「あららら！」とならない様にしっかり保護しましょう。そしてここカルフルニアでは冬でも 増して日差しが強くなったら毎日毎日必要です。

なぜ 日焼け防止は必要なのでしょうか？

それは肌の保護の為です！！ 日本人には比較的少ないのですが、皮膚癌 の危険性もあります。私たち女性にとっては美容上からみますと

- ❖ しみが出来る もしくはもっと濃くなる
- ❖ そばかすが濃くなる
- ❖ 乾燥肌の原因
- ❖ ニキビの原因
- ❖ 肌の加齢をひきおこす
- ❖ しわの原因
- ❖ その他

(参考までに)

- 紫外線が白内障の原因になる一つとして知られています。
- 紫外線が免疫機能を低下し活性酸素を増加させます。
- ひどい日焼けは遺伝子 DNA までも傷つける時もあります。
- SPF とはなんのでしょうか？ SPF1 は肌を日焼けから15分守ってくれると考えと分かり易い。例えば SPF 30は7時間30分有効です。 但し日焼けの程度は人により違いがあります。
- サンスクリーンを使用した後はしっかり落とし、痛んだ肌のいたわりのケアもします。
- 日焼け対策には、帽子を被る、長袖のブラウスを羽織る等の方法も併せて行いましょう。

さて、今月の「着替えましょうサンスクリーン」についてです。

朝 その日一日の行動をシュミレーションしてみてください。毎日洋服を着替えるようにその日のサンスクリーンも選びます。SPF30(もしくはそれ以上)か SPF50(もしくはそれ以上)を決めます。毎日どちらかのサンスクリーンがお肌の上にあります、その選び方は。。。。

SPF50(もしくはそれ以上)の日: 太陽からの肌の保護をします。

野外活動、運動会、庭の手入れ、観光、休暇、ハワイ等の南の島に行く時等
アウトドアスポーツをする時、スキー、ゴルフ、テニス、ハイキング等



クリームタイプのサンプロテクト。汗、水にも強く、太陽からお肌を守ります。

敏感肌の方にも安心してお使いいただけます。

ケミカルを使用していないミネラルサンブロック。

パバ、オイル、香料等は含まれていません。アメリカ製。

SPF 58

Solar Protection Formula

2.5FL.OZ

\$38

SPF30(もしくはそれ以上)の日: SPF50 をつける以外の普通の日に。

肌に負担をかけず保護します。毎日使用します！！



化粧下地として、大切なお肌をケアし日焼けから守ってくれるサンプロテクトです。トータルで十数種類のハーブなど、エモリエン成分、皮膚コンディショニング成分が配合されて、お肌の保湿を十分整え乾燥しにくいのが特徴です。

主な成分は酸化チタン、タイムエキス、カミツレエキス、ローズマリーエキス等。。。ナイルス化粧品(日本製)

SPF30++

ソルヴェール

1.1 FL.OZ.

\$50

詳しくは Machiko Skin Care 迄 お問い合わせください。

Machiko Skin Care Tel: 408-482-1752 info@machikoskin.com www.machikoskin.com