

## こんなところにとらふもの第 (No.19)

～ちょっと気になる消費者情報をお届けします～

### 紫外線が強い季節です！日焼け止めの効果表示

### に、「PA++++」が追加されました。



紫外線のUVB（紫外線B波）は、肌に炎症（赤みや水疱）を起こして、シミやそばかすの原因になるとされています。また、紫外線UVA（紫外線A波）は、しわやたるみなどの肌の老化に影響を及ぼすとされています。

#### 紫外線防止効果の表示

「SPF」は、UVB（紫外線B波）の防止効果の程度を示していて、数値が大きくなるほど防止効果が高い SPF50+が最高

（参考）人工太陽光線を照射して、何も塗らない状態と比べて皮膚が赤くなる時間を測定した値

「PA」は、UVA（紫外線A波）の防止効果の程度を示していて、「+」の数が多いほど防止効果が高い

目安は、PA+	防止効果あり
PA++	防止効果がかなりある
PA+++	防止効果が非常にある
PA++++	防止効果が極めて高い

（日本化粧品工業連合会の自主基準）



※「日本化粧品工業連合会UVA防止効果測定法基準」では、「PA」（UVA防止効果）を記載する場合には、「SPF」（UVB防止効果）と合わせて記載しなければならないとしています。

※紫外線の肌への影響は、個人差があります。

#### <日焼け止めを選ぶには…>

紫外線防止効果が高いものは、肌への負担が大きくなる場合があります。紫外線防止用化粧品の「SPF」や「PA」表示を確認して、近所への買い物ときは、紫外線防止効果の値の低いもの、海や山への行くときは、高い値のものなど、シーンに合わせた日焼け止めを選びましょう！

特に、吸収剤の一部は、刺激ある物質として肌へ悪影響を与える場合も考えられます。吸収剤を避けたい場合には、「紫外線吸収剤\*無配合」の表示があることなど、吸収剤が使用されていないかを確認しましょう。使用前にパッチテストなどをすると良いでしょう。

※ 「紫外線吸収剤」は、吸収剤が紫外線を吸収して熱エネルギーに変換して防ぎます。  
主なものに、「メトキシケイヒ酸オクチル」や「ジメチル PABA オクチル」、「ヘプチル  
メトキシジベンゾイルメタン」などがあります。  
また、紫外線防止剤には、「紫外線吸収剤」の他に、「紫外線散乱剤」があります。これ  
は、粉末等で紫外線を乱反射させて防ぎます。  
主なものに、「酸化亜鉛」、「酸化チタン」があります。

**【日焼け止めに関する情報は下記のホームページでご覧になれます】**

「日本化粧品工業連合会」

<http://www.jcia.org/n/pub/use/c/>