

## 【冬の肌に関する調査】

冬の室内では角層の脱水症状が起きていた。

30代以降は要注意！さらに冬の生活習慣が肌荒れ加速へつながっていく…

～保湿ケア・めぐりケアを実践～

この度、ポーラ・オルビスグループの敏感肌専門ブランド「DECENCIA(ディセンシア)」を展開する株式会社DECENCIA(本社：東京都品川区、代表取締役 岩永 利文)は、30代～50代の女性481名に対して、冬の肌に関するアンケート調査を行いました。

## ■調査結果1：95%近くが角層の脱水症状を実感。より乾燥を感じるのは室内?!【データ①】

アンケートの結果、なんと95%近くが冬に肌の乾燥を実感していることが分かりました。原因の一つとして、冬は気温・湿度共に年間で最も低くなっていることが挙げられます。気温・湿度が低下し、外気の水分量が下がることにより、角層の水分蒸散量が増え、肌が乾燥状態になる＝「肌の脱水症状が起こっている」のです。またアンケートから、室内では、室外と同じくらい肌の乾燥を感じる方が多いことが分かります。実際にディセンシアで行った調査の結果、室内の方が室外よりも肌の水分量が3%近く低いという結果が出ました。室内は室外より気温は高くても、エアコンにより湿度が低下する為乾燥してしまうのです。

## ■調査結果2：30代以降は皮脂量の低下にも注意！さらに冬の生活習慣で肌荒れが加速…!【データ②】

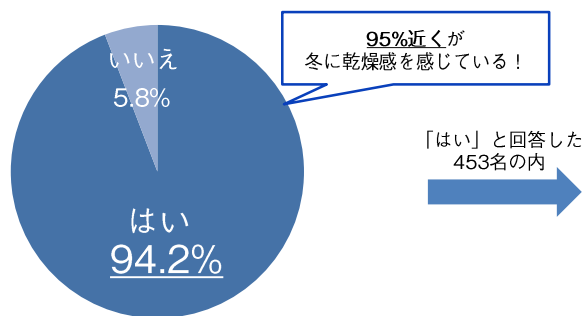
また、30代以降は肌の皮脂量が低下していきます。肌の皮脂量が低下すると、バリア機能が乱れて水分蒸散がすすみ肌の乾燥感をより感じやすくなってしまいます。さらにアンケートでは、冬は夏よりも水分摂取量が少なくなると回答した方が85%以上もいました。それにより体のめぐりや血流が悪くなり、むくみや冷えが発生し、肌荒れにもつながります。

## ■保湿ケア・めぐりケアで全身美しく冬を過ごそう!

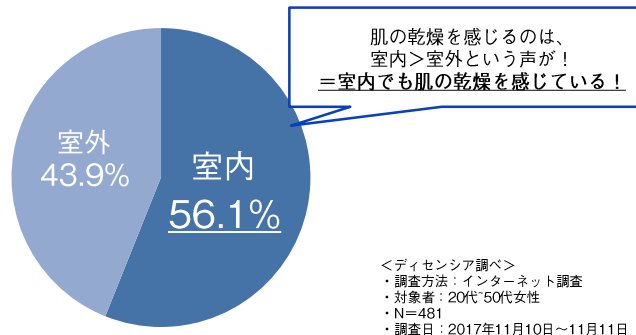
このように、冬は環境や生活習慣により、肌だけでなく体にも悪い影響を与えてしまいます。角層の脱水症状対策と、肌荒れ予防にもつながるめぐり対策を行うことで、全身美しく冬を乗り切りましょう。

## 【データ①】冬に乾燥感を感じる女性が多数！角層の脱水症状は室内でもおこっている!?

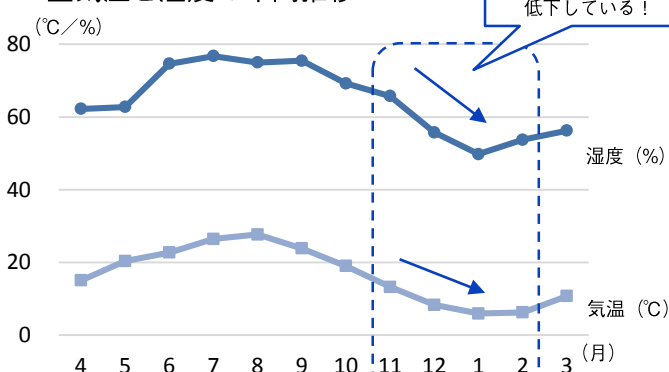
Q：冬に肌の乾燥感を感じますか



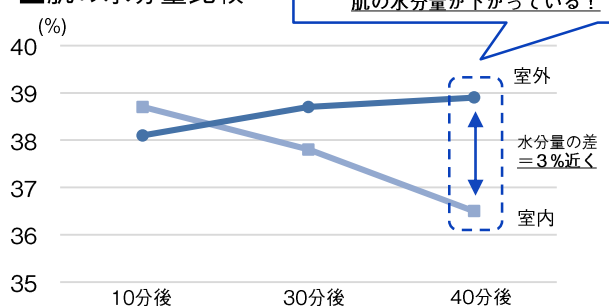
Q：室内と室外、どちらがより肌の乾燥を感じますか



## ■気温と湿度の年間推移



## ■肌の水分量比較



※ディセンシア調べ (N=1)

・調査方法：ディセンシアオフィス・オフィス外にて継続での肌の水分量を測定

・調査日：2017年11月24日

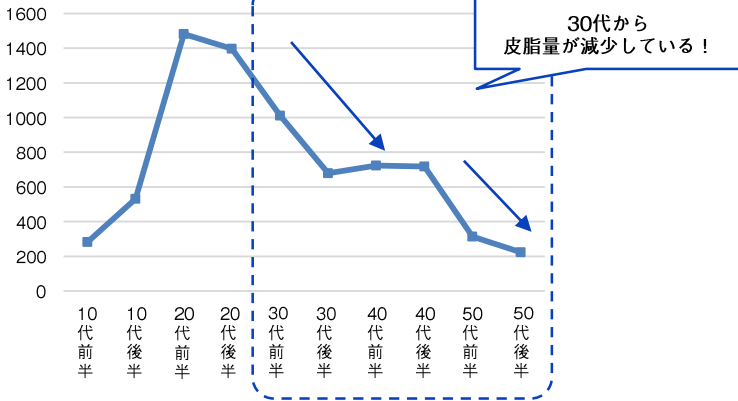
・条件：室内・室外それぞれの湿度が一定に保たれていた環境下での測定

※気象庁データ (2013年～2016年の平均値)

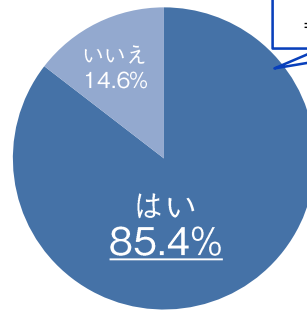
【データ②】30代以降は肌の皮脂量が低下?! さらに冬の生活習慣も肌荒れを加速!

■年代別の皮脂量変化

※ポーラ研究所調べ



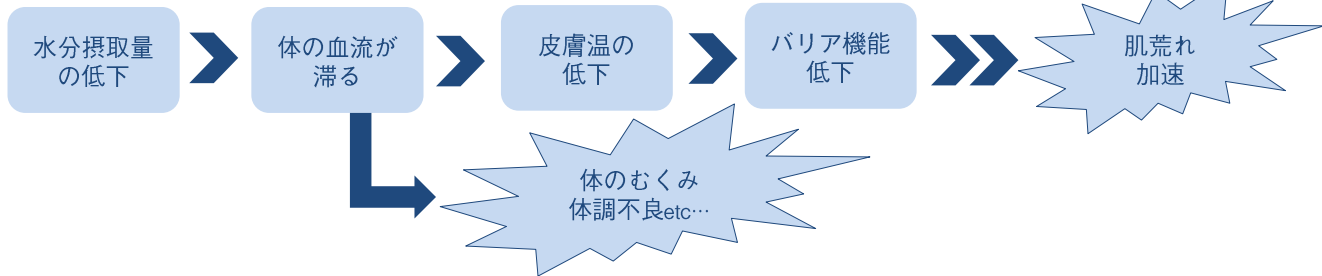
Q: 冬は夏に比べて、水分摂取量が少ないと思いますか



水分摂取量が少ない  
=体のめぐりが悪くなる!

<ディセンシア調べ>  
・調査方法: インターネット調査  
・対象者: 20代~50代女性  
・N=481  
・調査日: 2017年11月10日~11月11日

■水分摂取量不足からつながる肌荒れのメカニズム~さらに体のむくみ等も発生する!~



冬の「保湿ケア」×「めぐりケア」で全身美しく冬を乗り切ろう!  
~スキンケア&ライフスタイルケアのおすすめ~

保湿ケア  
~Skin care~

I. スキンケアの浸透を高めるポイント

保湿効果の高いスキンケア品を使用しても、浸透しなければ効果が発揮されません! まずはスキンケアの浸透を高める肌の土台をつくりましょう。

<ホットタオル美容>

洗顔後、水分を含んだフェイスタオルを電子レンジで30秒~1分程度温めて肌にのせます。肌が柔らかくなり、その後のスキンケアの浸透力が一気に高まります。



II. 保湿成分をクリームで閉じ込める

スキンケアの配合されている保湿成分を、クリームで蓋をして肌内部まで浸透させることが大切です。

<特許技術で美容成分を閉じ込め、肌本来のバリア機能を取り戻す>

アヤナス クリーム コンセントレート  
30g 5,500円/リフィル5,000円(税抜)

板状粉体「ベントナイト」が肌の水分蒸散を防ぎ潤いや美容成分を閉じ込めて、肌のバリア機能をサポート。ストレスによる肌荒れ、敏感肌特有のエイジングのメカニズムに着目した成分を配合することで、極上のハリとやわらかさを与えます。



めぐりケア  
~Life style~

I. 水分補給の際はカフェインに注意

お茶やコーヒーに含まれているカフェインには利尿作用があり、摂取してもすぐに排出されてしまうため一緒にコップ1杯程度のお水を摂取することがおすすめです。



II. 血流の流れを良くする食材を摂ろう

血液をサラサラしてくれる効果のある青魚や、血管内にできた血栓を溶かす働きのある納豆を摂ることを心掛けて、食事からも血流の流れを良くしていきましょう。



III. 適度なストレッチを取り入れて

長時間同じ姿勢でいると血液のめぐりが悪くなり、むくみやすい体へと近づいてしまいます。また、肩こりや疲労の原因にもなる為、仕事中でも適度なストレッチを心がけましょう。



本件に関するお問い合わせ先

株式会社DECENCIA  
〒141-0031 東京都品川区西五反田2-2-10  
TEL: 03-3494-1570 FAX: 03-3494-1580  
Mail: [decencia\\_pr@decencia.co.jp](mailto:decencia_pr@decencia.co.jp) URL: [www.decencia.co.jp](http://www.decencia.co.jp)  
PR担当: 角田、西川、藤澤

※本ニュースリリースに記載されているアンケート結果の掲載に際しては「ディセンシア調べ」と記載ください。  
※内容に関するお問い合わせ、引用・転載等に関しては下記PR担当までお問い合わせください。

掲載商品のお問い合わせ先

ディセンシアお客さまセンター フリーダイヤル 0120-714-885

POLA ORBIS  
GROUP

ディセンシアは  
ポーラ・オルビスグループの  
敏感肌専門ブランドです。