目から入る紫外線による
「目肌焼け」の啓発プロジェクト
『SHADE SKIN PROJECT』発足

女性の約8割が効果的に実施できていない目のUV対策

SHADE SKIN PROJECT PR事務局
調査・報告
2017年2月23日 12:30



医学博士 井上正康、はしだ眼科クリニック 橋田節子、秋葉原スキンクリニック 堀内祐紀、イメージコンサルタントの宮本雅恵の4名は、2017年2月21日（火）、目から入る紫外線による 肌への影響および対策に関する啓発活動を行うプロジェクト『SHADE SKIN PROJECT』（シェイドスキン プロジェクト）を発足しました。（オフィシャルwebサイト： http://mehadayake.jp）

私たちの生活において、紫外線は屋外だけではなく屋内にもあり、肌老化などの影響を与えていることは広く知られていることから、多くの人が、太陽光などが肌へ直接当たらないように紫外線対策を行なっております。

しかし、目から入る紫外線は白内障などの眼病を引き起こすだけでなく、肌のメラニンの生成の一因となることが明らかにされています。『SHADE SKIN PROJECT』は、この現象を「目肌焼け」と定義しました。

本プロジェクトでは、「目肌焼け」とその対策に関する周知活動を、眼科医・皮膚科医・研究者・イメージコンサルタントという専門家が、各分野からの視点を踏まえて行います。

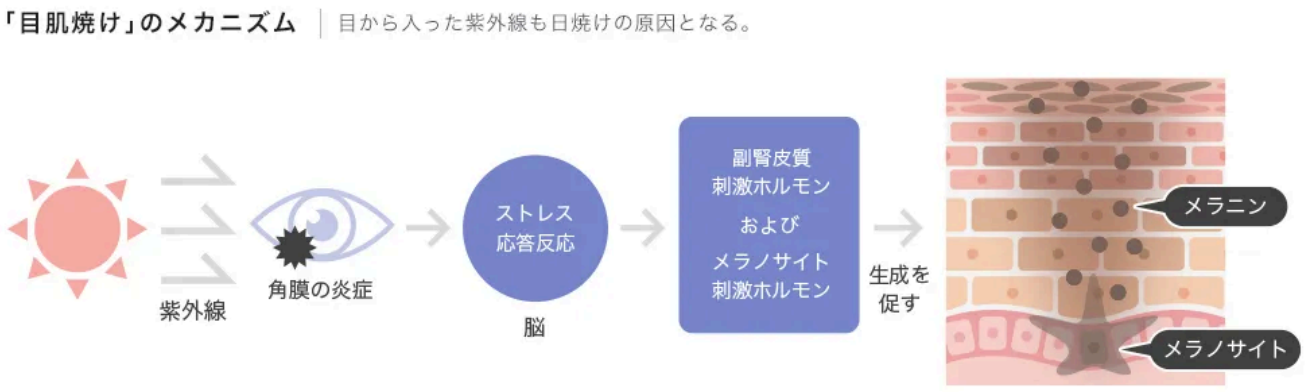
本プロジェクトが行った調査では、約6割の女性が「目肌焼け」の事実を知っていましたが、「目肌焼け」対策として効果的なサングラスの着用を日常的に実施している女性は、2割に満たないことが分かりました。

このような背景の中で発足した本プロジェクトでは、「目肌焼け」に関する様々な啓発を行い、より多くの方に大人の女性のキレイ肌のための情報発信ができるように活動してまいります。

「目肌焼け」とは？

『SHADE SKIN PROJECT』では、肌には直接紫外線が当たっていなくても、目から入った紫外線が肌のメラニンの生成を促し、日焼けやシミの原因になることを「目肌焼け」と定義しました。

そのメカニズムは、目から入った紫外線によって発生した角膜炎症が副腎皮質刺激ホルモンとメラノサイト 刺激ホルモンを生成し、それらのホルモンが血中に流れることによって、メラニン産生細胞であるメラノ サイトを刺激し、直接紫外線が当たっていない肌にもメラニンが生成されるというものです。



「目肌焼け」に関する調査

『SHADE SKIN PROJECT』は、全国の20～50代の女性500人を対象とした「目肌焼け」に関する意識調査を実施いたしました。

◯女性の約6割が、本プロジェクトが定義した「目肌焼け」について認知はしているが、 「目肌焼け」を含めた紫外線対策として、サングラスを着用している女性は2割未満。

「あなたは目から入る紫外線が肌のメラニンの生成を促し日焼けやシミの原因になることをご存知でしたか」と伺ったところ、「よく知っている14.2%」「何となく知っている45.8%」と6割の女性が「知っている」 と回答しました。

しかし、普段紫外線対策をしていると答えた313人の女性に、その具体的な紫外線対策を伺ったところ、「目肌焼け」対策に効果的なサングラスを着用している方は3割未満に留まりました。

紫外線対策をしていない女性を含めると、実に8割以上の女性が、「目肌焼け」への効果的な対策ができていないことが分かりました。

○女性の8割以上は日常的にサングラスを着用しておらず、 その理由としては、「サングラスをかける習慣がないから」が最も多い。 また、4割弱の女性が「サングラスが似合わない」とも回答している。

女性500人に「あなたは普段サングラスをかけますか」と伺ったところ、「日常的にかけている」と答えた人はわずか14%に留まりました。また、レジャーなどの特別なシーンのみ着用する人を除くと、6割以上の 女性がサングラスをほとんどかけないことが分かりました。

サングラスを「ほとんどかけない」「全くかけない、かけたことがない」と回答した女性にその理由を 伺ったところ、「サングラスをかける習慣がないから」という回答が43.7%と最も多くなりました。また、36.2%の女性が「自分にはサングラスが似合わない」、17.2%の女性が「自分に似合うサングラスが わからない」と考えているという結果も出ています。

このことから、「目肌焼け」対策に最も効果的な日常生活におけるサングラスの着用はまだ習慣となっておらず、その障壁の一つとして、「自分にサングラスが似合うかどうか分からない」と感じている女性が 一定数存在するという事実が浮き彫りになりました。

本調査に関するプロジェクトメンバーのコメント

紫外線については多くの女性が関心を持っているが、 「目肌焼け」の対策は実施していない女性が多いという現実。

昨今では、シミ・そばかすの予防を目的として多くの女性が紫外線対策を行っています。しかし、そのほとんどは、直接照射される紫外線への対策のみに留まっているのが現状です。

シミ・そばかすの予防を実施する場合、「目肌焼け」にも注意しなければなりません。「目肌焼け」への 対策として挙げられるのは、日傘・帽子・サンバイザー・サングラスなどがあります。しかし、地面や空気中から散乱する反射光に含まれる紫外線については日傘や帽子だけでは対策として不十分です。紫外線から目をしっかりと保護する手段としては、サングラスの着用が最も適していると言えるでしょう。

普段からサングラスを日常的にかけている女性は２割未満という調査結果となりましたが、「目肌焼け」への対策を確実に行うためには、サングラスの着用を日常的な習慣とすることが大切です。

（コメント：大阪市立大学医学部名誉教授／医学博士 井上正康）

プロジェクト概要

名称　：SHADE SKIN PROJECT（シェイドスキンプロジェクト）

webサイト　：http://mehadayake.jp

設立趣旨　：大人の女性のキレイ肌のため、目から入る紫外線対策に向けた啓発を目的として 発起メンバーによって設立されたプロジェクト。

設立目的　：大人の女性のキレイ肌のため、目から入る紫外線による肌への影響および その対策に向けた啓発。

活動内容　：上記に関する学術資料の収集と発信／上記に関する消費者動向調査

発起メンバー：大阪市立大学医学部名誉教授／医学博士 井上正康

はしだ眼科クリニック院長／日本眼科学会認定眼科専門医 橋田節子

秋葉原スキンクリニック医院長／日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 堀内祐紀

イメージコンサルタント 宮本雅恵