

くぼみつき
久保 美月さん

株式会社ナリス化粧品
入社4年目。工場にて
化粧品の製造業務、一
般小売の販促業務を経
て、現在はコープ事業部
九州営業を担当。



豆知識たくさん!

子育て ぽけっと

専門家から子育てに役立つ
ポイントを教えてもらいます。

子どものスキンケア

①

子どもの肌ケア、基本は「保湿」!

人の皮脂には、肌の水分を保ったり、アレルギーや細菌などの異物の侵入を防ぐといった大切な役割があります。ところが、子どもの肌の皮脂分泌機能はまだ未熟。乾燥や刺激にとっても弱いため、肌の機能が発達してくる10歳ごろまでは、保湿剤を活用したケアが必要不可欠です。

保湿は、朝晩の1日2回を基本に、1年を通して行いましょう。その上で、乾燥する季節には、かさつきが気になる部分への重ね付けをおすすめします。

同様に、汗っかきで汚れやすい子どもの肌には「洗う」ケアもとても大切。そのままにしていると肌トラブルの原因になるため、汚れが残っている場合、まずはしっかりと洗って汚れを落とした上で、保湿剤を使うようにしてくださいね。

pocket 保湿剤選びのポイント

保湿剤にはローション、ジェル、クリーム、オイルなどさまざまなタイプがあり、使い心地もそれぞれ。汗をかく時期にはサラッとしたローションタイプ、乾燥する時期にはオイルタイプなどと、季節ごとに使い分けるといいですよ。デリケートな子どもの肌には低刺激・高保湿なものを選ぶこと、また赤ちゃん・子ども用に作られた製品(※)から選ぶことをおすすめします。

※コープ商品では「スハダモ」が該当します。



pocket 塗り方・量に気をつけて

保湿剤は、適量をまんべんなくが大切。なんとなく使っていると必要量に足りていない場合も多いので、下記を参考に実践してみてください。

- ① 手を洗い、清潔な状態にします
- ② 適量の保湿剤を手に取ります



大人の手のひら2枚分(赤ちゃんの背中全面程度)の面積に対して、チューブタイプなら大人の人差し指の先端から第一関節まで、ローションなら一円玉大が適量です。

*一例ですので、お使いになる保湿剤の使い方をご確認ください。

- ③ ティッシュが肌に軽く吸い付く状態(つややかに見える程度)を目安に、顔と全身に塗り広げます



初めて使う製品は必ず様子見を!

全身に塗ってしまった後で肌に合わないとわかると大変です! 初めて使う製品は少量を腕の内側に付けてみて、異変がないか2、3日様子を見たらうえで取り入れましょう。

塗り忘れに注意!



外気にさらされ乾燥しやすい耳や爪までしっかり保湿を。赤ちゃんなら首のしわなど皮膚の重なった部分も忘れずに!

5月号予告:子どものスキンケア②
「どう選ぶ? 子どもの日焼け止め」を
紹介します。

バック
ナンバーは
こちら▶



子育ての情報が
盛りだくさんの
「CHEER! days」はこちら▶

