



ゆりこ皮膚科
クリニック
院長
黒崎百合子
先生

カサカサ／ザラザラ 洗いながら

汗ばむ夏なのに、カサカサ肌、ザラザラ肌に悩んでいませんか

夏の肌トラブル1 カサカサ肌

原因は エアコンや紫外線によって、夏の肌も乾燥しています。肌本来の潤い成分「セラミド」などは、洗うときに失われがち。「セラミド」が失われると肌のバリア機能は低下しやすく、外部刺激を受けやすくなります。

カサカサ
対策

洗浄料から気をつけて!

「セラミド」など肌本来の潤い成分の流出を抑え、バリア機能を守りながら洗えるものを選びましょう。弱酸性、無香料、無着色のものがおすすめ。

カサカサ
ザラザラ
対策

洗い方を見直しましょう!

POINT 1

顔を洗うのと同じように、からだも丁寧に!

POINT 2

フワフワの泡を上手に作りましょう。



セラミドとは?

「肌を外部刺激から守る働き＝バリア機能」に必須の肌の潤い成分。

セラミドが不足した肌

肌荒れ・カサつきトラブル
乾燥などの外部刺激で肌荒れしやすい状態です。

セラミドが充分な肌

外部刺激
バリア機能が高く肌荒れしない状態です。

夏も保湿が大切です。洗浄料選びにも気を配りましょう!



デリケートな肌にも使える泡ボディウォッシュ&UVローション
(SPF50+・PA+++)のサンプルは、こちらの20院でもらえます!

※サンプルは、なくなり次第終了となります。ご了承ください。

世田谷区 かくた皮膚科クリニック
☎03-5429-2255

世田谷区 成城皮膚科
☎03-3417-5020

世田谷区 なおこ皮膚科クリニック
☎03-6805-7484

世田谷区 えんどう小児科クリニック
☎03-6379-7127

ココカラファイン
成城店
エリア

セイジョー
ビューティ
エリア

ココカラファイン
用賀駅前店
エリア

ココカラファイン
経堂コルティ店
エリア

世田谷区 ゆみこクリニック
☎03-5314-3511

世田谷区 つるまき皮膚科
☎03-5426-4112

渋谷区 かずえキッズクリニック
☎03-3376-1662

新宿区 プラザ30階クリニック
☎03-5323-4330

くすりセイジョー
烏山店
エリア

ココカラファイン
弦巻店
エリア

ココカラファイン
中野南台店
エリア

ココカラファイン
西新宿7丁目店
エリア



夏の“肌トラブル”を 予防しよう!

か? お二人の先生に、夏の敏感肌ケアについて伺いました!

夏の肌トラブル2 ザラザラ肌

原因は 意外と気がつかない人も多いのですが、夏のザラザラ肌は「あせも」の可能性があります。汗が皮膚の中にたまることにより、汗腺が詰まって炎症を起こしてしまっている状態です。

ザラザラ
対策

肌を清潔に保ちましょう!

汗をかいてそのままにすると、あせもができやすくなります。汗はこまめに拭き、きちんと洗い流しましょう。子どもはあせもができやすいので、特に注意が必要!

顔に比べてからだの洗い方が無頓着になっていませんか? からだも手と泡でやさしくなでるように洗いましょう。



POINT 3

手と泡でやさしくなでるように洗いましょう。



洗浄料は、泡で出てくるタイプが便利でおすすめです!



佐藤皮膚科
小児科クリニック
院長
佐藤徳枝
先生

保湿も大切に!

肌を洗った後は、保湿も忘れずに。適切な洗浄と保湿を心がけ、肌のバリア機能の低下を防ぎ、肌荒れを予防しましょう。



杉並区 荻窪こどもクリニック
☎03-3391-6651

杉並区 アトラスレディースクリニック
☎03-5327-6710

目黒区 自由が丘メディカルプラザ小児科
☎03-5731-3565

中野区 皮膚科こかじクリニック
☎03-3383-5033

千代田区 飯田橋皮膚科スキンクリニック
☎03-3234-0140

板橋区 みえこ女性クリニック
☎03-5943-1123

ドラッグセガミ
荻窪西店
エリア

ココカラファイン
高円寺店
エリア

セイジョー
自由が丘店
エリア

ココカラファイン
中野南台店
エリア

ヘルスケア
セイジョー薬局
飯田橋店
エリア

くすりセイジョー
仲宿店
エリア

豊島区 優レディースクリニック
☎03-3984-2278

豊島区 みやけ医院
☎03-6903-7211

港区 虎ノ門ウィメンズクリニック
☎03-3502-1211

大田区 ゆりこ皮膚科クリニック
☎03-5480-0600

練馬区 佐藤皮膚科小児科クリニック
☎03-3928-2767

調布市 川端皮膚科クリニック
☎03-3308-2286

ココカラファイン
西池袋店
エリア

セイジョー
駒込店
エリア

ココカラファイン
赤坂二丁目店
エリア

くすりセイジョー
蒲田店
エリア

ココカラファイン
関町店
エリア

ココカラファイン
仙川店
エリア