

春の肌荒れの原因は花粉！くしゃみだけじゃない花粉症の症状とは？



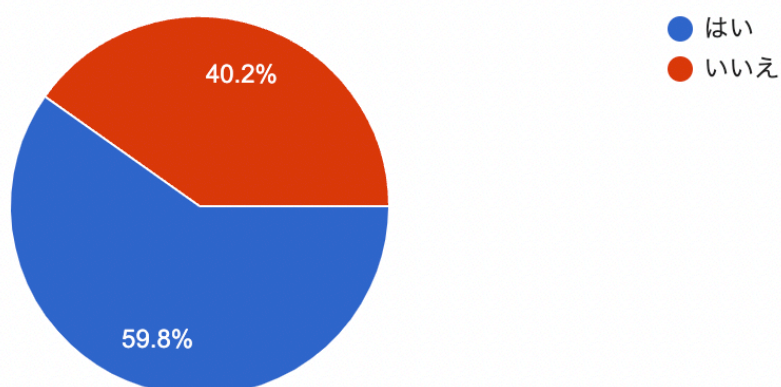
春先に肌荒れに悩む方、「季節の変わり目だから」「環境の変化によるストレス」と決めつけてはいませんか？実はそれ、花粉皮膚炎という花粉症の一種かもしれません。株式会社カプラス(代表取締役:駒崎 由美子、本社:東京江東区)が運営する、ミレニアル世代に向けた新しいhair&make upを提案する「AOYAMA hair&make up salon CARINO」は、10代～50代102人の方を対象に花粉症アンケートを実施しました。

【調査概要】

調査名 : 花粉症アンケート
調査対象 : 10代～50代 102人
調査期間 : 2022/2/21(月)～2022/3/2(水)
調査方法 : インターネット調査 (Instagram)

花粉症ですか？

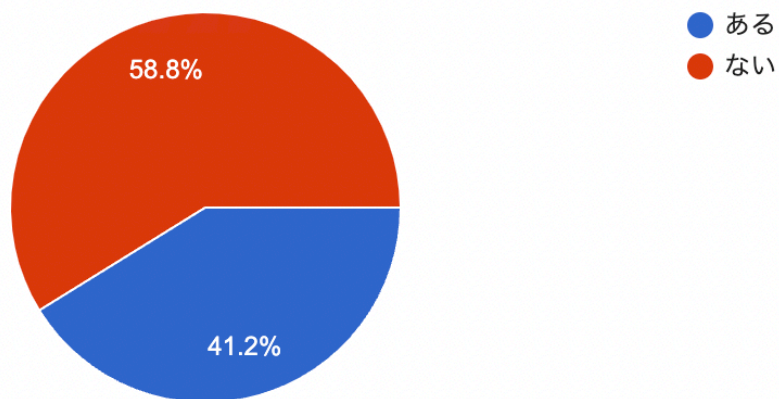
102 件の回答



花粉症であると答えたのは全体の約6割で、そのうち63.9%の人が花粉の時期に肌荒れに悩んでいます。また、花粉症でないと答えた人のうちの半数以上の人が、春に肌荒れすると答えました。

花粉皮膚炎を知っている、または聞いたことがありますか？

102 件の回答



全体102人に対する、花粉皮膚炎を知っているかという質問では、約6割もの人が花粉皮膚炎を知らなかったという結果になりました。花粉症ではないと思っていても、実はアレルギー反応が起きていたり、花粉症だと自覚をしている人でも花粉皮膚炎を知らなかったりすることがわかりました。

花粉皮膚炎って？

今や国民病とも言われている花粉症。くしゃみや鼻水、目の痒みなどが主な症状として挙げられますが、肌荒れも花粉症の症状の一つです。春先の肌荒れに悩んでいたら、お肌が花粉に対してアレルギー反応を起こしている可能性があります。今まで花粉症でなくても、その時のコンディションや環境によって急に体がアレルギー反応を起こし出すことがあるので、花粉対策はしっかり行いましょう。

お出かけする時の予防策と普段のスキンケア

花粉皮膚炎は、花粉を極力肌につけないようにすることが重要です。しかし、空気中を舞う花粉を避けることは困難です。そこで、外出する際にして欲しい予防策と合わせて、普段から気をつけたいスキンケアについてご紹介します。

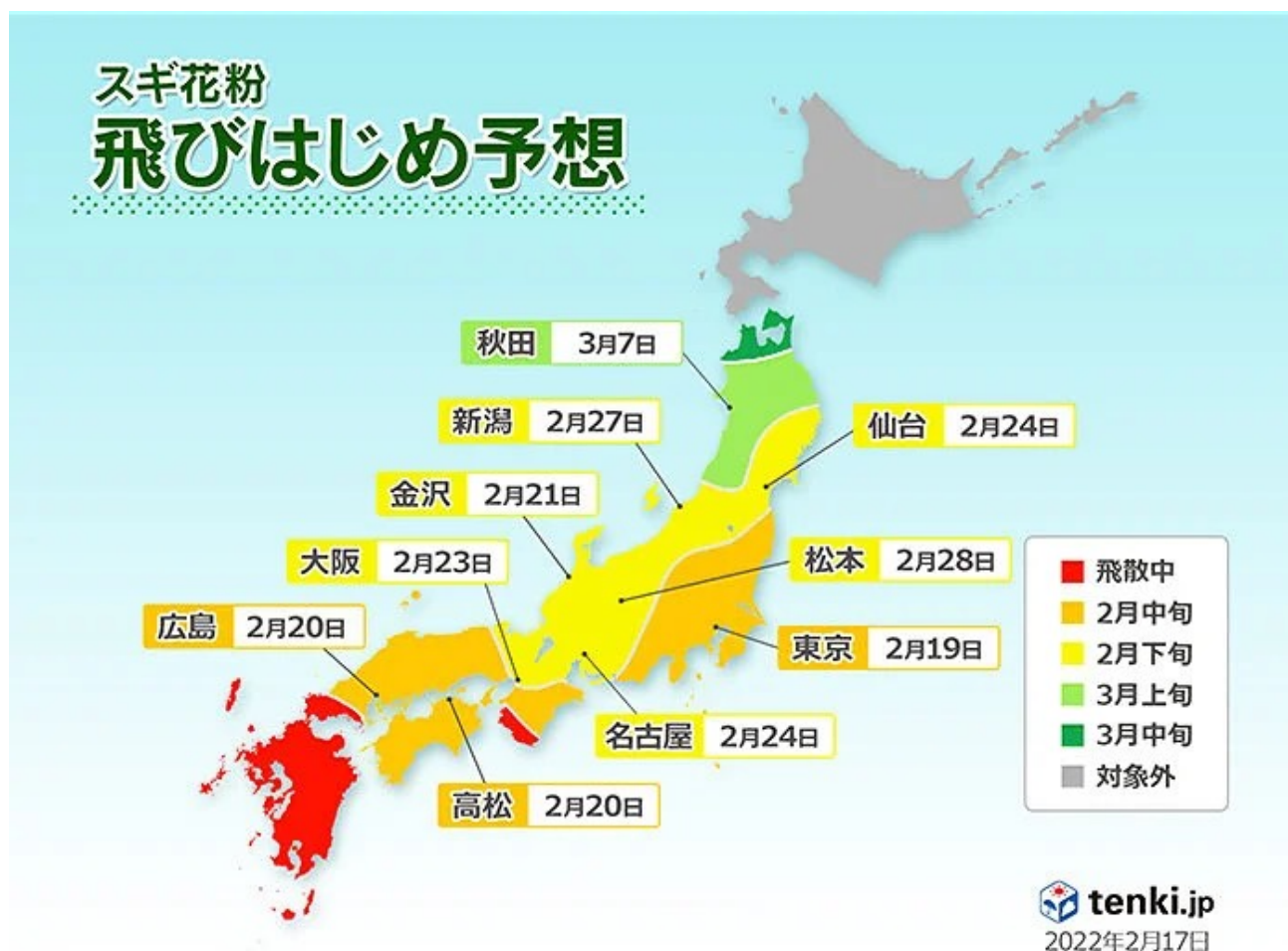
✓お出かけ時にできること

まぶたや頬、首などの皮膚の薄いところが特に肌荒れしやすくなります。マスクやメガネで肌を覆い、できるだけ花粉が付着しないようにしましょう。すべすべした素材の服は、花粉を払いやすく、屋内に持ち込むリスクが減るのでおすすめです。メイクは、肌に一層バリアを張るイメージで、日焼け止めやファンデーションをしっかりと使いましょう。また、見逃しがちなのが髪の毛です。花粉ブロックスプレーを使ったり、帽子を被ったりなどして対策しましょう。

✓普段のスキンケア

肌のバリア機能が低下すると、少しの刺激にも過剰に反応を起こしやすくなります。バリア機能を低下させる要因として、乾燥、摩擦、ストレス、生活習慣の乱れなどが挙げられます。洗顔時は肌に摩擦を与えないよう擦らず洗い、タオルで優しく拭いたら保湿をしっかりとしましょう。食生活はビタミンやタンパク質を大切にし、睡眠時間もしっかりとって内面から整えましょう。

もう始まっている花粉の飛散



引用：日本気象協会 2022年 春の花粉飛散予測（第4報）

2022年の花粉の飛散は九州地方全域で始まりました。花粉症は早い段階での対策をするかしないかで、その年の春を乗り切れるかどうかが決まります。アレルギー反応が慢性化する前に、できるだけ花粉に備えて、素敵な春を迎えましょう。

〈AOYAMA hair&make up salon CARINO 概要〉

営業時間:10:00~20:00(最終受付:19:00) 定休日 :火曜日、土曜日

アクセス:東京メトロ銀座線「外苑前」駅 2a出口より徒歩3分 公式サイト

<https://carino.tokyo/salon/>

Instagram : https://www.instagram.com/carino_tokyo/

ミレニアル世代のヘアメイクを提案するWEBマガジン

「CARINO(カリーノ)」 :<https://carino.tokyo/>

〈株式会社カプラス会社概要〉

会社名:株式会社カプラス

所在地:東京都江東区扇橋2-5-7

代表者:代表取締役 駒崎 由美子 事業内容:ヘアサロン・出張ヘアメイク・移動式ヘアメイクアップルームの運営。

公式サイト:<https://kaplus.jp/>

※以下、メディア関係者限定の特記情報です。個人の**SNS**等での情報公開はご遠慮ください。

〈報道関係者向けお問い合わせ先〉

株式会社カプラス ヘアメイク事業部

TEL:03-6434-5858

MAIL:contact@carino.tokyo