

リビングプレス Living Press



いまずぐ始める紫外線対策

これからの季節、暑さとともに気をつけたいのが紫外線。発紫外線の量・強さともに7月にピークを迎えます。シミやシワ、たるみなどの原因になるほか、良性・悪性腫瘍や白内障などを引き起こすこともあり、日頃の対策の積み重ねが肝心です。

Point
1

意外と知らない!? 紫外線&日焼け止めの基本

Q そもそも紫外線って何?

紫外線は太陽光線の一つで、波長の長さによってA波(UV-A)、B波(UV-B)、C波(UV-C)に分けられます。地表に届かないUV-C以外の2つの紫外線には以下の違いがあります。

種類	別名	特徴・日焼けの条件	肌と与える影響
UV-A (A波)	生活紫外線	雲や窓ガラスも通過して肌の奥深く(真皮)まで届く	肌をすぐ黒くさせ、シワ、たるみなどの原因に
UV-B (B波)	レジャー紫外線	主に屋外での日焼けが原因で肌の表皮に強く作用する	多く浴びると肌に赤い炎症を引き起こし、シミやそばかす、乾燥の原因に

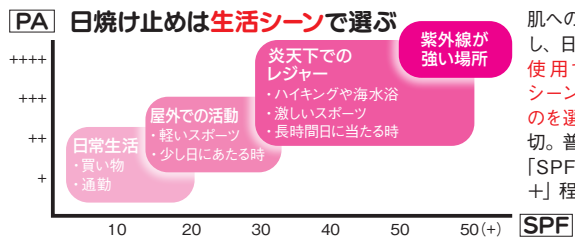
Q 日焼け止めに表示されている「SPF」「PA」って何?

●SPF: UV-Bを防ぐ効果を表す数値

数値が高いほど防御効果に優れ、最高値は「SPF50+」。急激な日焼けを防止する目安になります。

●PA: UV-Aを防ぐ効果を表す目安

「+」表示の4段階で示され、+が多いほど防御効果に優れます。最高値は「PA++++」。



Point
2

日常生活に潜む うっかり日焼けを防ぐのが肝心

紫外線は雲や窓ガラスを通過するほか、日陰にいてもアスファルなどに反射する性質があり、また、日焼け止めを塗っていても、量が十分ではないこともあるため注意が必要です。

紫外線対策CHECK!

- ☑ 室内でもしっかり塗る
- ☑ 十分な量を2回重ね塗り
- ☑ 2〜3時間を目安に塗り直す
- ☑ つばの広い帽子や日傘を使用
- ☑ 紫外線防止効果の高いサングラスを着用

日焼け止めの効果的な塗り方

多くの人が、推奨されている量の半分以上しか塗れていないともいわれます。また、朝しっかり塗っても時間とともに取れてしまうため、2〜3時間を目安に塗り足すのがベストです。

顔に使用



クリーム状タイプはパール1個分、液状タイプは1円硬貨1個分を目安に手のひらに取り、額、鼻、両頬、アゴに分けて置き丁寧に塗り伸ばす。もう一度同じ量を重ねつける。

身体に使用



肌の上に線状に出してから、らせんを描くように伸ばす。スプレータイプは吹きかけたあと、円を描くように肌になじませる。

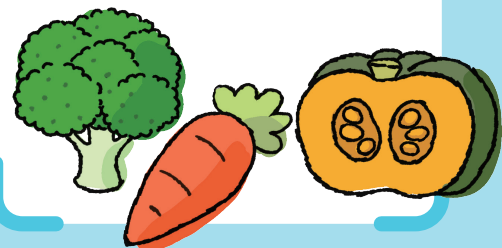
目に紫外線を浴びただけで肌が日焼け!?

目に紫外線を浴びると、皮膚も紫外線を受けたと脳が錯覚してメラニン色素を分泌し、肌の日焼けを起こすほか、角膜などがダメージを受けるとドライアイや充血、白内障などの要因にも。対策にはサングラスの着用が有効ですが、色が濃いレンズほど瞳孔が開き、紫外線が入りやすくなるため、紫外線防御効果が不十分なレンズだとかえって危険です。

Point
3

酸化を防止する Eース(ACE)が 肌老化を助ける

紫外線を浴びると、体内を酸化させる活性酸素が発生し、シワやシミなど肌の老化を引き起こします。そしてこの酸化に対抗してくれる栄養素が、ビタミン・C・E。通称「ビタミンEース(ACE)」は抗酸化作用が高く、紫外線でダメージを受けた肌を修復してくれます。これらは、一緒にとることで相乗効果を発揮。特にカボチャやブロッコリー、ニンジンにはビタミンEースが多く含まれ、日々摂取するのに重宝するおすすめ食材です。



参考: 環境省「紫外線環境保健マニュアル2020」(2020年3月改訂版)



セキスイハイムの賃貸住宅へ ご入居頂いている皆様へ

皆様におかれましては益々のご盛栄のこととお喜び申し上げます。
平素はひとかたならぬご愛顧賜り厚く御礼申し上げます。

現在、セキスイハイムでは、
セキスイハイムの住まいに最新のリフォームを施し
生まれ変わったリノベーション住宅
「Beハイム」を全国各地で販売しております。
『理想の立地に高品質の住まいを納得の価格でご購入できる』と
40代以下の子育て世代を中心に大好評を頂いております。

ご新居をお考えの際、ぜひ一度「Beハイム」をご検討ください。
詳しい資料や最新の販売物件については、
WEBからご覧頂けますのでご利用ください。

詳しい内容ご覧いただけます
最新情報はWEBから

QRコードから
簡単アクセス!



多数の写真や
物件担当者の
コメントを
掲載しています



いつでもどこでも
自分のタイミングで!
360°VRで
おうちにいながら
内覧できます!



「ご希望の物件が見つからなかったら」

購入希望条件を登録できます!

ご希望条件と一致する物件情報が見つければ
いち早く情報をお届けいたします

Beハイムとは



セキスイハイムが理念とする
“地球環境にやさしく、60年以上安心して
快適に住み続けることのできる住まい”を
次へと紡いでいく住宅の買取/再販サービスです。

「建てて、壊す」のではなく
「時を経ても続く価値を紡いでいく」
Beハイムが目指すのは
“価値ある住まいを大切に継承し、
さらに新たな価値を加えて
次のオーナー様へつなぐエコなシステム”
としての住宅サービスです。

SEKISUI HEIM



「価値の続く住まい」

独自のユニットテクノロジーによる
屈強な構造体を持ち、工場で大層
を生産した住まいは精密さととも
に高い耐久性を実現。新築から60
年間続く住まいの定期診断を実施
し、メンテナンスなどの住宅履歴
も個別に管理しています。オー
ナー様が変わっても、このサポ
ートは引き継がれます。

Beハイム

セキスイハイムの買取



「価値」の適正評価

大手メーカー10社が協力設立した
「スラストック」の専任の住宅販売士
が独自の査定方法により価値を評価
します。そのため、一般的な査定方式
で評価されにくい築20年以上の建物
にも価値が認められるケースも多
くなっています。
また、セキスイハイムの頑丈なユニ
ット工法の構造は、50年という長
期間で償却期間を評価されます。さ
らに、丁寧な維持管理、リフォーム
履歴などの目に見えない価値も
丁寧に評価されます。

Beハイム

アップサイクル住宅



「新たな価値」の付加

セキスイハイムの屈強な住宅性能
を引き継ぎ、先進リノベーション
による品質向上をおこなった、価値
を紡ぐための生まれ変わった新
たな住宅です。
一般的な中古住宅で不安とされる
安全性・品質・性能を見える化し
新築住宅ではなし得ないお値打
ち感とともに安心してお住まい
いただける「第3の住宅」です。

いまの時代に合わせてアップグレードした
リノベーション済み住宅

「アップサイクル住宅」リノベーション事例



※写真は過去に販売していたBeハイムのリノベーションの事例となります

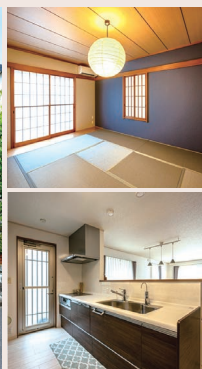
Beハイム Voice

ご購入者インタビュー

「広さと品質と価格のうれしいバランス。
求めていた家とやっと出会えました。」

神奈川県金沢区 T様

- 商品タイプ: パルフェIX
- 築年数: 築14年 ●延床面積: 148.80㎡
- 間取り: 4SLDK+WIC
- リフォーム内容: 内装全改装・水まわり
設備交換(追加リフォーム)



賃貸マンションに住まわれていましたが、
お子様が生まれ広い家に住替えたいと住
まい探しを始められました。最初マンシ
ョン派だったご主人でしたが、収納が豊かで、
広々と暮らせ、庭で子どもを遊ばせられる
大きな戸建住宅に魅力を感じ住まいタイプ
を絞っていったといいます。展示場でプラ
ン作成までお願いしましたが、広さと金額
のバランスに納得できず新居計画はしば
らく停滞気味に。そんなある日、出会ったのが
このパルフェでした。「土地・建物の広さ、和
室のセンスある空間に惹かれ、すぐに問い
合わせ。オープンハウスでリフォームの出来
映えや建物のしっかりしたつくりに納得し、
購入を決めました。築年数が経っていても
ハイムのお墨付きもあり安心できます。T
様のご希望で水まわりも一新。新築なっ
たBeハイムが笑顔あふれる日々を支えます。