

# 乾燥は肌にも体にも悪影響

# 住まいの快適レポート

## 室内環境を整えて、潤い生活!

冬に向けて、肌の保湿対策は万全ですか? スキンケアと同様に、室内の湿度管理も重要。最適な環境をキープして、心身に潤いを!

### ● 空気の乾燥

冬は特に空気が乾燥しているため、肌の水分が蒸発しやすい。エアコン暖房も湿度を下げる一要因。

### ● 肌のバリア機能の低下

紫外線や熱いシャワーなどによるダメージで、バリア機能がダウン。外部刺激に弱くなり乾燥しやすい肌に。

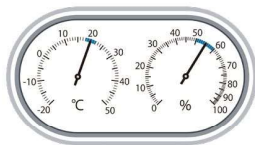
### ● 加齢による潤い成分の減少

加齢と共に、健やかな肌を保つバランスが崩れがちに。特に保湿成分の減少で肌の水分量も低下してしまいます。



肌乾燥の要因って?

健康と室内環境の密接な関係  
快適空間を整える工夫



### ● 冬場の快適空間をキープ

冬を快適に過ごすのに、ベストな室温は18~22℃、湿度は50~60%。健康美を維持するための乾燥対策の道標に。

### ● 湿度を保って肌トラブルも予防を

前述の通り、さまざまな要因で肌のバリア機能は鈍くなりがち。肌のバリアが正常に作用しないと、菌やウイルスなどが傷んだ皮膚から侵入しやすくなり、湿疹などを発症したりするおそれもあります。

### ● 室内加湿の工夫

- 加湿器をフル活用。
- 洗濯物は室内干しに。または濡れたタオルを吊り下げて加湿アップ。
- 部屋の湿度を高める働きがある観葉植物などを配置。ストレスも緩和され、より健康美へと誘い一石二鳥。

過度な加湿はカビや肌荒れを引き起こすことにもなるので注意を



オススメ商品  
リノビオ V

10月1日新発売! “心地いい”という瞬間の為に進化したリノビオ V をご紹介します♪



※リノビオ V はマンションリフォーム用システムバスルームです。

#### ポイント①

浴室内の動作を効率的にする  
「スマートエスコートバー」



©株式会社 LIXIL

洗い場での立ち・座りや洗い場から浴槽への移動をエスコートして、安心入浴をサポートします。また座ったままで手の届く位置にたっぷり収納でき、すっきりとした空間を保つことが出来ます。

#### ポイント②

毎日のシャワーが楽しくなる  
「エコアクアシャワー SPA」

ウルトラファインバブルを含んだ「シルクミスト」、強弱をつけた「パワーマッサージ」、空気を含んだ超節水の「アクアスプレー」の3種類の吐水モードをご用意。3つの湯のチカラで、くつろぎをアップデートしました。



©株式会社 LIXIL

商品のお問合せは…

(株)高建ハウジング  
福島市成川字上谷地64-6  
024-572-7020  
<http://kouken-housing.jp>  
kenichi@kouken-housing.jp