

～目指せ！美白への道～

班員 松田心菜 奥田真央 中田友香 佐藤菜々子 藤田杏那
指導者 野崎久美子先生 後藤真吾先生 コーチ 井上光正様

研究の動機

日焼け止めをより効果的に使う方法を知りたかったから。

研究の目的

肌を白くするため。
これ以上日焼けしないため。

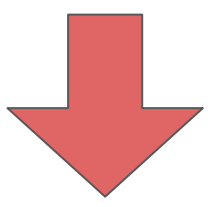
先行研究

既に分かっている効果的に日焼け止めを使う方法

- ・汗をかくため、2、3時間おきに塗り直す。
- ・紫外線を浴びる30分前に塗る。
- ・日焼けによる赤みは冷やすことで熱を抑えることができる。

仮説

日焼けによる赤みは冷やすことで熱を抑える事ができる。



日焼け止めを冷やすことでより効果的に使える。

研究方法

延岡高校の1・2年生全員にメールで実際に使用している日焼け止めについてのアンケートを実施した。使っている人が多かった上位3つの日焼け止めを使用する。

アンケート結果 :回答者134人

(アクアリッチ: 46人スキンアクア:40人・ニベア:16人)
バナナの皮にラップをし、その上に日焼け止めを塗る。

- ①常温の日焼け止めを塗ったバナナ
 - ②10度冷やした日焼け止め塗ったバナナ
- ①と②を用意し、午前10時から午後4時までの6時間日光に当てる。
日焼けさせたバナナを箱に入れて涼しい場所で1～2日寝かせる。

必要な道具

日焼け止め・ラップ・アルミホイル・バナナ・箱

参考文献

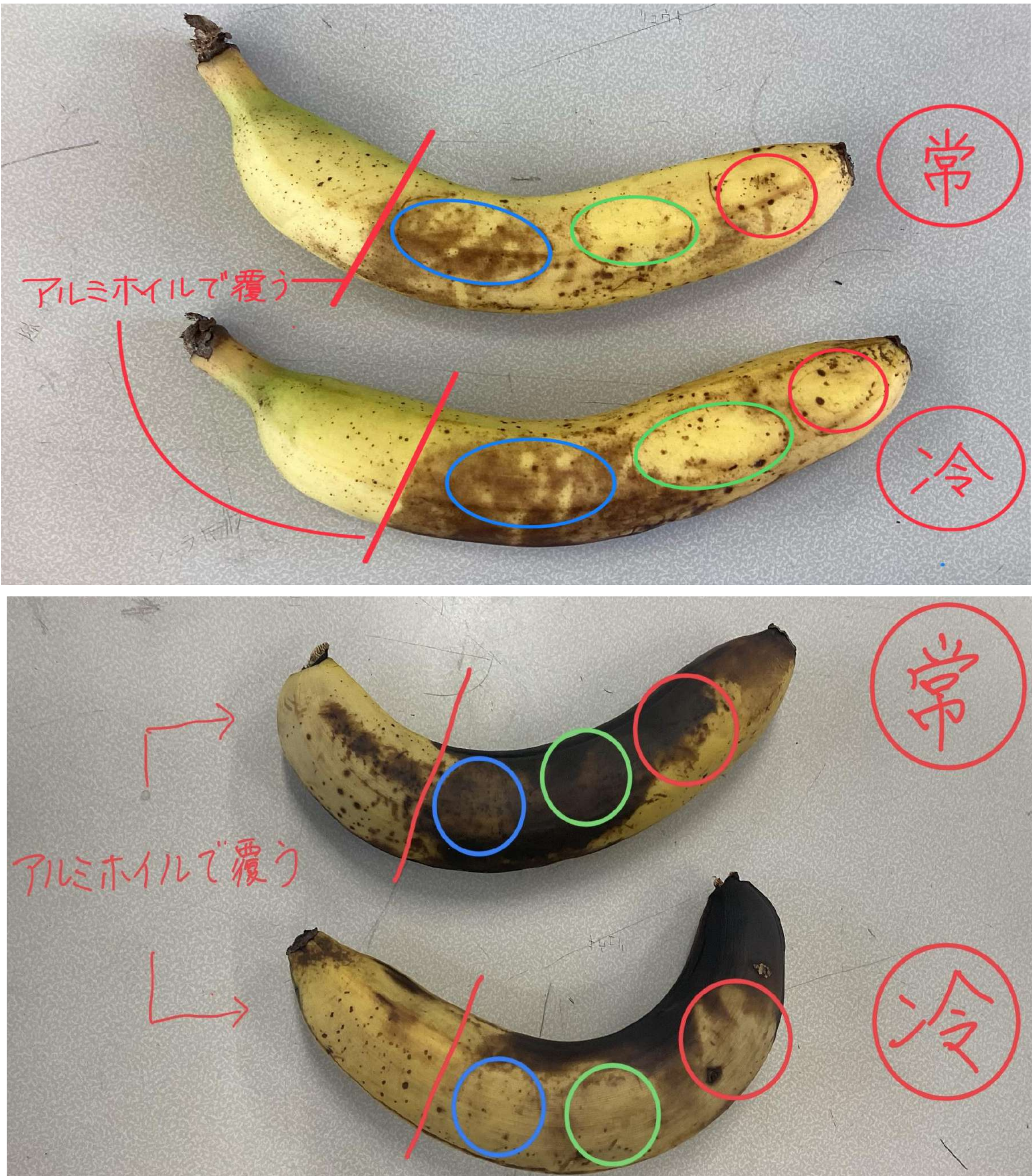
<http://www2.tokai.or.jp/seed/seed/seibutsu13.htm> (My Laboratory SEEDLING 実験観察館バナナで紫外線的作用を調べるより2025年6月閲覧)

結果

実験: 冷やした日焼け止めを塗ったバナナと常温の日焼け止めを塗ったバナナを用意し、日光に当て、その後箱の中にバナナを入れて2日間保存した。

結果: 常温の日焼け止めを塗ったバナナのほうに変色していた。

青色ニベア、緑色スキンアクア、赤色アクアリッチ



考察

この実験から日焼け止めは常温より冷やしたほうが効果がある事がわかった。

また水分量の多いニベアはラップの上では落ちやすく他2つの日焼け止めに比べ日焼けをしやすかった。(下の表参考)

今回使用した日焼け止めの詳細

比較まとめ	ジェルタイプ (ニベア)	エッセンスタイプ (アクアリッチ・スキンアクア)
水分量	高め(70%前後)	やや高め(60%前後)
エタノール	多め	少なめ

今後の展望

何度の日焼け止めが一番効果があるのかを実験する。

謝辞

本研究に協力して下さった先生方、コーチの井上光正様に心より感謝申し上げます。