

<http://starrise.co.jp>製品ガイド  
SRJ PRODUCT 第57回  
GUIDE

Maestina



## これからは日差しの強い季節となります。 「UVプロテクトクリーム」で紫外線対策を!

### ☀️ 紫外線とは

紫外線は目に見えませんが、太陽光(日射)の一部です。紫外線は波長の領域とそれに伴う性質によって、UV-A、UV-B、UV-Cの3つに分類されます。特にUV-Bが人体に有害であると言われています。

### ☀️ 人体への影響

紫外線の影響には、急性障害と慢性障害があります。太陽光を浴びてすぐにみられる急性障害では、皮膚に炎症が起こり、日焼け(サンバーン)として現れ、酷い場合には赤く腫れ上がったり、水ぶくれで皮が剥けたりします。

長年にわたって太陽光を浴び続けることで現れる慢性障害として、皮膚のしわ、しみ、たるみなどが挙げられます。さらに白内障や皮膚ガンなどの発症につながる可能性も指摘されています。

### ☀️ UVインデックスとは

UVインデックスは紫外線が人体に及ぼす影響の度合いをわかりやすく示すために紫外線の強さを指標化したもので、全世界共通です。

季節や時刻、天候などにより紫外線の強さは変化しますが、冬から夏にかけて増え、7月と8月に最も多くなります。紫外線の多い時間帯は10時から14時の間で、一日の約60%の紫外線量を占めています。

11+	極端に強い	日中の外出はできるだけ控えましょう。必ず長袖シャツ、日焼け止め、帽子の利用を。
8~10	非常に強い	
6~7	強い	日中の外出はできるだけ日陰を利用。出来るだけ長袖シャツ、日焼け止め、帽子の利用を。
3~5	中程度	
1~2	弱い	安心して戸外で過ごせます。

(WHO : Global solar UV index-A practical guide-2002)

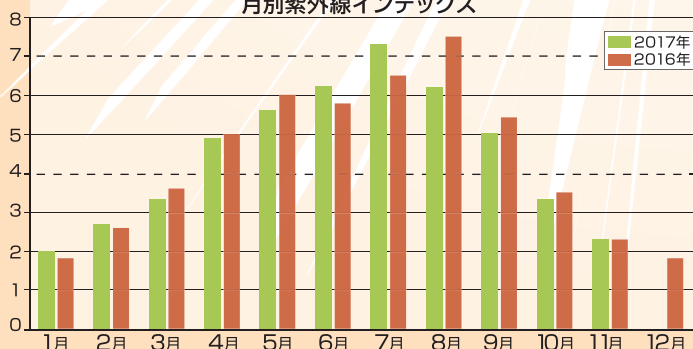


日中に外出する時など、紫外線の影響が強いと感じる場合には、次のような対策を講じることをおすすめします。

- ① 紫外線の多い時間帯(正午前後)を避ける
- ② 日傘を使う
- ③ 帽子をかぶる
- ④ 衣服(長袖のシャツなど)で覆う
- ⑤ サングラスや紫外線カット眼鏡をかける
- ⑥ 日焼け止めを上手に使う
- ⑦ なるべく日陰に入る

日々の対策を心掛け、  
自らの美容と健康を守りましょう!

月別紫外線インデックス



## SPFとPAについて

### 〔SPF50+とは〕

SPFとは「Sun Protection Factor」の略で、主としてUV-Bを防ぐ指標のことです。SPFの数値が高ければ高いほど皮膚が赤くなるまでの時間を長くすることができます。上限はSPF50で、それ以上はすべてSPF50+と表記されます。

### 〔PA+++とは〕

PAとは「Protection Grade of UVA」の略で、主としてUV-Aを防ぐ指標のことです。PA+からPA++++まで4段階ありますが、真夏の炎天下など非常に紫外線が強い場所でない限り、PA+++で十分効果があるとされています。

## UVプロテクトクリームとは

### 〔UVプロテクトクリームの働き〕

UVプロテクトクリームは、第一段階で紫外線散乱剤が紫外線を反射し、カットします。それでも忍び込む紫外線を第二段階の紫外線吸収剤で吸収し、ブロックします。つまり、肌に届く前と肌に届いてからという二つの段階で紫外線を防止するダブルブロック処方の日焼け止めなのです。

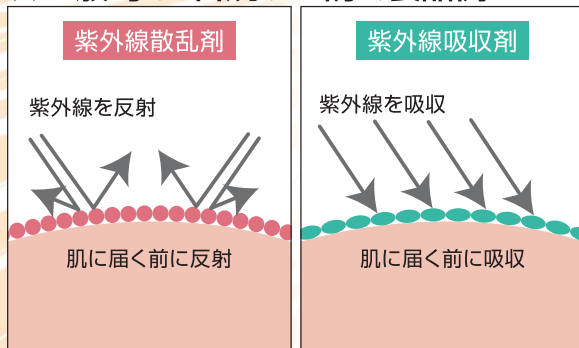
※UVプロテクトクリームの紫外線吸収剤には、肌への安全性が認められたものを採用しています。

### 〔UVプロテクトクリームの特徴〕

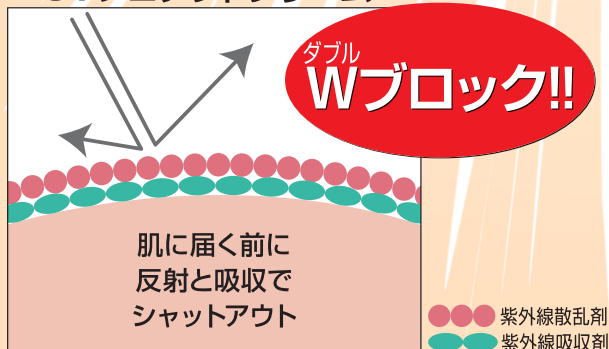
- ◎紫外線防止で最高水準のSPF50+と肌への負担が少ないPA+++を採用しました。
- ◎日焼けによる肌の乾燥を防ぐために、アロエベラ葉エキス、クロレラエキス、ヒアルロン酸ナトリウム、水溶性コラーゲンなど保湿成分を配合しています。
- ◎キリッとした柑橘系の香りで、フレッシュ感のある天然香料(レモングラス)を使用しています。汗の消臭や虫除けにも適しています。
- ◎白浮きしないクリームタイプなので、化粧下地としても使用できます。
- ◎顔、首、腕など全身に安心して使用できます。
- ◎女性だけでなく男性やお子様にもお勧めします。

## 紫外線散乱剤、紫外線吸収剤

### ☆一般的な、日焼けを防ぐ製品例



### ☆マエスティーナ UVプロテクトクリーム



## 2段構えで紫外線をシャットアウト。

頼りがいのある日焼け止めクリームです。

SPF50+PA+++

Wブロック



マエスティーナ  
UVプロテクトクリーム 30g

ビジネス会員価格:5,400円 4,000ポイント  
プロトン倶楽部(愛用会員):5,832円 / 希望小売価格:7,020円

# Greeting from the instructors

各地で活躍されている、講師の方々をご紹介します。

福岡県在住 藤川 加代子さん

発酵と言えば「味噌と納豆」ぐらいしか知らず、誘われて教室に参加してみたらず、とても楽しくて、もっと知りたい！ もっと作りたい！ という思いになりました。

今では、皆さんと発酵調味料作りを楽しんでいます。そしてその調味料を使ったレパートリーも増えていきます。今は、少しでも多くの方々に発酵食品の素晴らしさを伝えていきたいという思いでいっぱいです。

そして、ガーデニング・家庭菜園にも活かして、楽しく健康で豊かな人生を送りたいと思います。どうぞよろしくをお願いします。



鹿児島県在住 久木田 恵美子さん

私は54歳のときに、独り暮らしの母と住む事になり、病院の薬を幾種類も飲んでいることに驚きました。寝ていたいという母を起こして朝食と一緒に食べて出勤するよう努めました。朝夕の食事をきちんと食べることで、元気に動きまわられるのを見て、食の大切さを痛感しました。そこから調味料や食材に関心を持つようになりました。お友達からのお誘いでHAKUAに出会い、講座を受ける中で自然に手にしていた調味料や食材が不自然だという事に驚き、昔から伝わる日本の発酵の素晴らしさに感動。これらの子供たちの世代にも繋げていきたいです。



※このコーナーは、一般社団法人発酵菌活生活推進協会からデータをご提供いただき、作成しています

## 連載 食と健康 第四十八回 発酵 其の22

### 酢のパワー

酢には血糖値の上昇をゆるやかにする働きがあります。食物繊維が豊富な野菜、きのこ、海藻、豆などを酢で味付けし、ご飯の前に食べると効果的です。

ミツカン中央研究所の調査<sup>※</sup>によると、毎日15mlの酢を12週間摂取することにより、ウエストサイズと内臓脂肪がダウンするという結果が出たそうです。

酢とビタミンB群やタンパク質を組み合わせることで、エネルギー代謝がアップします。

酢と糖分と一緒に摂取すると、グリコーゲンの補給効率がアップし、疲労回復に役立ちます。

酢には消化液の分泌を促して腸を刺激し、蠕動(ぜんどう)運動を活発にする働きがあります。その結果、お通じがよくなります。酢には、血圧を上昇させるアンジオテンシン変換酵素(ACE)を阻害する物質が含まれていることが知られています。このことから、酢を摂取することは、高血圧の予防につながると考えられています。

酢にはその他にも血流改善効果、美肌効果、尿酸値を下げる効果、肝機能を高める効果、免疫力を高める効果などがあるとされています。





# Information

## ゴールデンウィークの 営業について

今年のGWは、改元に伴い10日間の長期休業となります。宅配便の混雑も予想されますので、お早目のご注文をお願いいたします。

なお、2019年4月度分の製品注文締め切りは、5月7日(火)の正午となります。

### 【ゴールデンウィークの休業日】

2019年4月27日(土)～5月6日(月)

### 【ゴールデンウィーク出荷スケジュール】

4月26日(金)午前中のご注文

↓ ↓ ↓ ↓ ↓  
4月26日(金)当日出荷

4月26日(金)正午～5月6日(月)のご注文

↓ ↓ ↓ ↓ ↓  
5月7日(火)以降に出荷(注文受付順)

5月7日(火)以降のご注文

↓ ↓ ↓ ↓ ↓  
5月8日(水)以降に出荷(注文受付順)

## 引落オートシップ(5月配送分) 変更締め切り切り上げの お知らせ

改元に伴い、引落オートシップ(5月配送分)変更の締め切りが、いつもより早まります。

通常は20日ですが、**5月発送分の締め切りは、4月16日・火曜日**とさせていただきます。ご了承ください。

なお、代引オートシップ、カードオートシップの変更締め切りに、変更はございません。

## 2019年 4月・5月の予定

### 4月

	オートシップの内容 変更締め切り	オートシップ製品 出荷予定日			
代引オートの方	4月分は4月5日(金)	4月10日(水)			
カードオートの方	4月分は4月5日(金)	4月15日(月)			
引落オートの方	5月分は4月16日(火)	4月12日(金)・13日(土)			
3月度注文締め切り時	4月1日(月)正午	3月度報酬ウェブ掲載日	4月23日(火)	3月度報酬支払日	4月25日(水)

### 5月

	オートシップの内容 変更締め切り	オートシップ製品 出荷予定日			
代引オートの方	5月分は5月5日(日)	5月10日(金)			
カードオートの方	5月分は5月5日(日)	5月15日(水)			
引落オートの方	6月分は5月20日(月)	5月14日(火)・15日(水)			
4月度注文締め切り時	5月7日(火)正午	4月度報酬ウェブ掲載日	5月23日(水)	4月度報酬支払日	5月27日(日)

※2019年5月度の製品注文締め切りは、6月3日(月) 正午です。

【本社休業日】毎週 土曜日・日曜日/4月29日(月)昭和の日/4月30日(火)国民の休日/5月1日(水)天皇の即位の日/5月2日(木)国民の休日/5月3日(金)憲法記念日/5月4日(土)みどりの日/5月5日(日)こどもの日/5月6日(月)振替休日

http://starrise.co.jp ☒info@starrise.co.jp ご意見・ご感想をお寄せください。

制作：株式会社スターライズジャパン ホールディングスリミテッド『SRJ 通信』編集部(降幡敏之)

2019年4月1日発行 発行：株式会社スターライズジャパン ホールディングスリミテッド

〒141-0031 東京都品川区西五反田8-1-10 ヒキタカ五反田ビル3F TEL 03-5745-0780 FAX 0120-57-8833

受注専用フリーダイヤル(10:00~17:00)  
**0120-57-8867** (カード、代引きのみ)