

部活に欠かせない青春の汗☆

気になる汗とニオイを大説明!

部活で流した汗は、みんながガンバった青春の証☆ でもやっぱり練習後のニオイが気になる部員は多いはず! 汗のニオイと不快感をケアして、爽やかなダンス部生活を送ろう♪

汗をかくのはとっても大切なこと!



私たちが1日にかく汗の量はおよそ1リットル。真夏の暑い日や、激しいスポーツをした時などはなんと3リットルにおよぶことも!! ベタつきやニオイが気になる汗だけど、体温を調節したり、体内の余分な老廃物を排出するなど、とても大切な役割があるんだ。

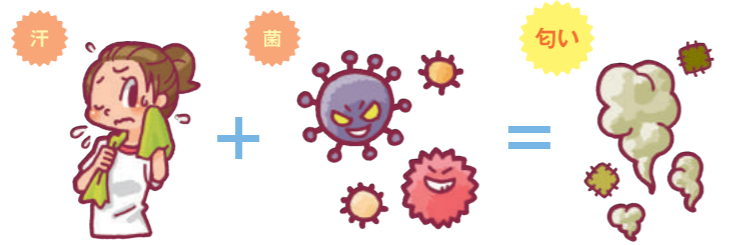
汗はほぼ無臭って知ってた?!



汗くさいといわれるように、汗は臭うというイメージがつきものだよな! でも実は、身体から分泌されたばかりの汗自体はほぼ無臭! 汗に皮脂や汚れが混ざって、皮膚常在菌により分解されるとニオイが発生するんだ!!!

ニオイのしくみ☆

汗をかいたまま放っておくと汗にふくまれた皮脂や老廃物、塩分などの成分が皮膚常在菌により分解され、「ニオイ」の原因になるよ。つまりニオイを防ぐには、汗が皮膚常在菌により分解される前にケアすることが大切! Tシャツを着替えたりするのはもちろん、汗をかいたらこまめに拭き取り、デオドラント剤でニオイをおさえよう。



たれずに使いやすい
ウォータージェルタイプが登場!



ボディフレッシュ
ひんやりタイプ
ウォーター
ジェルクール

ボディフレッシュ
すっきりタイプ
ウォーター
ジェル

ウォータージェルタイプだから
たれないし肌になじむ!



現役高校生ダンス部員に BODY FRESHを使ってもらったよ!

なるな: ピンクのパッケージがカワイイ~!
マイキー: いつも使っているウォータータイプは、手に出すとたれるし、カバンの中でこぼれたら最悪なの...でもこれはウォータージェルタイプだからたれないし使いやすいよ♥
みこちゃん: イイ香りだし、つけた後ひんやりサラサラで気持ちいい!



汗をかいた肌にも
たれずにすつとなじんで
ひんやりサラサラ♥

ダンス部に入ったらメガネとサヨナラ♪

はじめてのコンタクトレンズ入門

ダンス部に入部したらまず準備したいのがメガネからの卒業。でもコンタクトをするのは怖い不安もいっぱい... そんなメガネっ子ちゃんのために、コンタクトのギモンを解決!

目が悪いダンサーの必需品「コンタクト」

メガネでダンスは超キケン?!

激しく動いたり、瞬時に移動したりするダンス。メガネのまま踊ると、隣の子とぶつかったときにメガネが飛んでしまったり、メガネが壊れたりして、怪我の原因になる可能性があります!



裸眼でダンスはもっとキケン!!

メガネが邪魔だからといって、ボヤけたまま裸眼でダンスはもっとキケン! 人の距離感が測れずぶつかったり、細かい立ち位置や動作が確認できません。暗い所ではさらに見えづらくるので、ステージ上はキケンがたくさん。ピントを合わせようと目が頑張るので、目の疲れの原因にもなります。



いよいよダンス部に入部!
メガネをはずして
新しい自分を発見しよう☆



今さら聞けない コンタクトの素朴なギモン☆

- ソフトコンタクトって いうけど他にも種類があるの?**
大きく分けると、ハードコンタクトレンズ、ソフトコンタクトレンズ、使い捨てコンタクトレンズの3種類☆ ハードは名前の通り固いプラスチック製のレンズで、ソフトは水分を多く含むやわらかいレンズです。使い捨ては、1dayや1monthなど決められた期間で取り替えられるので、とても衛生的♪
- 踊っても 目から落ちない?**
そんな簡単には落ちないよ! コンタクトレンズは、レンズと角膜の間にある涙の表面張力によって、目にフィットしているんだ。ただし、目をこすったり、目が乾燥するとズレやすくなるから気をつけてね!
- つけたまま 寝てもいい?**
絶対ダメ! コンタクトをつけたまま寝ると、角膜に酸素が届かなくなり、角膜の細胞が減少、最悪の場合には目の病気になることがあるよ! そして目の中で乾いたレンズが、角膜を傷つける場合があるので、絶対にはずしてから眠ろう。
- 目の裏に 入り込んだら どうしよう…!**
目の裏は袋状で行き止まりになっているから、目の裏にレンズが入り込むことはないんだ。でも、目を強くこすると目の裏にズレることがあるから気をつけてね!
- 花粉症でも大丈夫?**
汚れが付きにくいレンズを選んだり、専用の目薬を使うことでゆみに対応できる場合もあるけど、まずは眼科医に相談しよう!
- プールや海でも つけてていいの?**
NG! コンタクトは水をすぐ吸収するから、プールの塩素や海の塩分をたっぷり吸い込んだコンタクトを使っていると、目の病気になる可能性があるよ!
- 目にコンタクトを入れるのは怖くない?**
始めのころは慣れないかもしれないけど、コツをつかめば超簡単! メガネがいらぬ開放感と、よく見える喜びで、たんだん恐怖心は薄らいでいくはず☆

コンタクトレンズは
高度管理医療機器です。
ダイジな瞳のために、
定期検査は必ず受けましょう!

初めてコンタクトを使う人へ

- まずは眼科に行って検査を受けよう!**
コンタクトが目合わない人もいますので、しっかり目を検査しよう。
- 使用時間に気をつけて!**
はじめのうちは目に違和感や異物感を感じたりすることがあるよ! いきなり長時間使用しないで、短い時間から徐々に目をレンズに慣らしてごう。
- 異常を感じたらすぐにレンズをはずそう!**
目の痛みや、充血などの異常を感じたら、まずはすぐにレンズをはずして、眼科を受診しよう。絶対に無理して放置しちゃダメ!
- 交換時期をちゃんと守って使おう!**
1日用、1週間用、1ヶ月用など、コンタクトによって使用期間はさまざま。交換せずに使っていると、レンズがだんだん劣化して、目の病気の原因にもなるので要注意。
- 定期検査を必ず受けよう!**
自分ではなんともないと思っても、実は目に異常が...ということもあるから、定期検査は必ず行こう☆



学校にもつけて行ける ナチュラルカラー☆

L-CON 1DAY POP

エルコンワンデー ポップ

1日使い捨て
ソフトコンタクトレンズ
(30枚入・5枚入)
カラー: CHOCOLAT / BROWN / RICH BLACK
着色直径: 13.3mm



販売名:エルコンワンデー ポップ 医療機器承認番号:22400BZX00327000 ベースカーブ:8.70mm / パワー:-0.00D ~ -9.00D 直径:14.2mm 効果効果:視力補正・瞳の外観(色・模様・形)を変える 製造販売元:株式会社シンシア 東京都中央区日本橋箱崎町30-1 0120-354-078