

2023年6月21日付「茨城新聞」掲載

# 高校球児もお肌ケア

高校球児もお肌ケア  
。土浦市中村西根の常  
総学院高は19日、野球部  
員を対象にした日焼け止  
め講座を開いた。化粧品  
製造販売のコーサー（東  
京）が協力し、強い紫外  
線が肌や健康、競技に影  
響する可能性を説明。部  
員たちは小麦色の顔や腕  
に日焼け止めを塗って試  
し、効果的な使い方を受  
けた。

## 常総学院高 日焼け止め講座



日焼け止めの使い方を学び、実際に腕に塗る  
野球部員たち＝土浦市中村西根の常総学院高

施。部員とマネジャー計  
約100人が参加した。線のうち肌のしわや老化  
を進めるA波（UVA）、  
同社スタッフは、紫外 表皮の炎症やDNAに影

響するB波（UVB）に  
ついて解説。肌ダメージ  
は疲労につながり、運動  
の疲労と重なって競技に  
影響する可能性を強調し  
た。

参加した野球部員たち  
は、日焼け対策をしてい  
ない人がほとんど。講座  
では、興味深そうに日焼  
け止めを肌になじませる  
部員の姿が見られた。

講座終了後、沢田一徹  
主将（17）は「疲労蓄積や  
将来を考えたなら日焼け止  
めを塗った方がいい。男  
性が使うのも当たり前と  
知った」と話した。

野球部長の松林康徳教  
諭は「自分の体を考える  
ことが将来につながる。  
すごくいい機会になっ  
た」と語った。

（黒崎哲夫）