


## 『ニッポン美肌県グランプリ2016』

### 僅差で“広島県”が「美肌県」全国1位の座を獲得

気象、生活習慣、若手の健闘がランクUPの秘訣

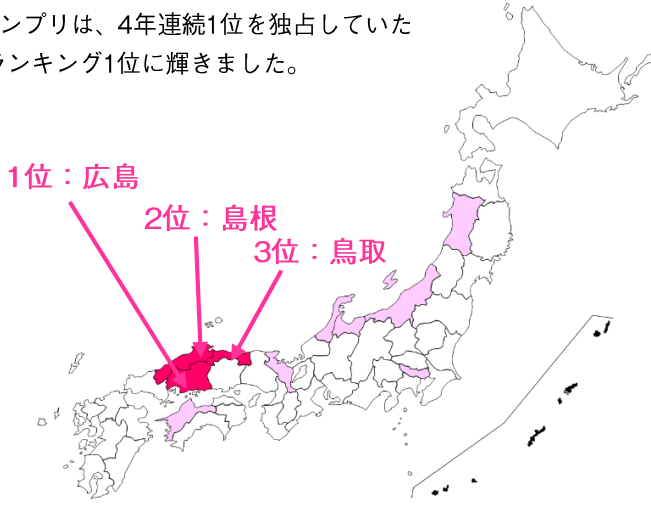
株式会社ポーラ（本社：東京都品川区、社長：横手喜一）は、2016年日本で1番美しい肌を持つ「美肌県」を、広島県に決定いたしました。この結果は全国47都道府県を対象に、1年間（2015年9月1日～2016年8月31日）に集めた女性の肌データ（654,060件※1）を分析し県別に集計。全6部門（肌がうるおっている、ニキビができてにくい、シミができてにくい、くすみが無い、毛穴が目立たない、キメが整っている）の合計値から偏差値を算出し、総合順位を決定しました。



**美肌県  
グランプリ  
2016**

1位	広島県
2位	島根県
3位	鳥取県
4位	愛媛県
5位	秋田県
6位	石川県
7位	新潟県
8位	富山県
9位	京都府
10位	東京都

今年で5年目の発表となる美肌県グランプリは、4年連続1位を独占していた島根県を僅差でおさえ広島県が総合ランキング1位に輝きました。



1位：広島  
2位：島根  
3位：鳥取

■美肌県グランプリの結果は、HP (<http://www.pola.co.jp/special/bihadaken/>) に掲載しています。

#### ◆広島県の勝因は！？

広島県は、「くすみが無い：2位」「シミができてにくい：5位」と肌色に関する項目と、「毛穴が目立たない：2位」「キメが整っている：5位」と見た目の美しさを左右する鍵である項目が非常によく、総合ランキング1位という結果につながりました。この勝因としては、美肌に関係する様々な要素がかけ合わさったことが考えられます。広島県は、美肌にとっては厳しい気象環境の地域です。しかし、2015年の冬は久しぶりの暖冬で「肌冷え」と「乾燥性」のダメージが抑えられたことや、紫外線が強くなって春から夏にかけての降水量が昨年と比較して非常に多く、この時期によくある「うっかり日焼け」によるダメージが少なかったことが考えられます。

また、生活習慣・体調アンケート※2から、「首・肩のこり」を感じている方が、全国で最も少ないという結果でした。首や肩は、顔や頭部に栄養や酸素を届けるための太い血管やリンパ管が集中している場所です。「首や肩のこり」を感じていないということは、それだけ血液の巡りがよく、肌に必要な栄養や酸素がしっかり届いており、美肌につながっていることも考えられます。広島県の10代、20代の美肌偏差値が非常に高かったことも、勝因のひとつです。

惜しくも5連覇を逃してしまった島根県と広島県の美肌偏差値は0.3という僅差でした。肌色に関する項目がよかった広島県に比べ、島根県は、例年同様に全ての項目でバランスが良く、特に「肌のうるおい」の状態が非常によいという結果でした。

#### ◆美肌県グランプリ2016×運動

今年的美肌県グランプリでは、美肌のための新たな提案として運動に着目。スクールモットーに「つよく 優しく 美しく」と掲げられている、日本女子体育大学の教授、学生の方々にご協力いただき、忙しい毎日に簡単に取り入れられる「美肌体操」を考案いたしました。

※1 アベックス スキンチェック実施件数（2015年9月1日～2016年8月31日）

※2 アベックス スキンチェック生活習慣・体調アンケートより（2015年9月1日～2016年8月31日）

#### 【リリースに関するお問い合わせ先】

株式会社 ポーラ 宣伝部 TEL 03-3494-7119 / FAX 03-3494-6198 〒141-8523 東京都品川区西五反田2-2-3

#### 【お客さまのお問い合わせ先】

ポーラお客さま相談室（フリーダイヤル）TEL 0120-117111

## ◆『ニッポン美肌県グランプリ2016』総合結果

順位	都道府県	美肌偏差値
1	広島県	75.0
2	島根県	74.7
3	鳥取県	66.5
4	愛媛県	65.2
5	秋田県	64.5
6	石川県	62.6
7	新潟県	62.3
8	富山県	59.3
9	京都府	58.1
10	東京都	57.7
11	岡山県	57.5
12	岩手県	57.5
13	高知県	56.7
14	三重県	56.6
15	北海道	53.1

順位	都道府県	美肌偏差値
16	山口県	52.4
17	山形県	51.3
18	熊本県	51.0
19	兵庫県	50.9
20	宮崎県	50.4
21	福岡県	50.0
22	大阪府	50.0
23	長野県	49.9
24	福井県	48.9
25	宮城県	48.6
26	岐阜県	48.3
27	長崎県	48.2
28	神奈川県	48.0
29	愛知県	47.1
30	埼玉県	47.1

順位	都道府県	美肌偏差値
31	青森県	46.8
32	徳島県	45.7
33	奈良県	45.6
34	鹿児島県	43.5
35	滋賀県	42.5
36	静岡県	41.8
37	佐賀県	41.7
38	福島県	40.6
39	香川県	40.4
40	和歌山県	39.1
41	山梨県	39.0
42	千葉県	38.0
43	大分県	37.5
44	栃木県	37.1
45	茨城県	35.3
46	沖縄県	35.0
47	群馬県	30.8

※同数値に関しては、小数点以下2位以降の数字をもとに順位づけしています。

## ◆『ニッポン美肌県グランプリ2016』総合結果考察（上位3県）

### 第1位 広島県

グランプリに輝いた広島県は、美肌項目6部門中4部門がベスト5に入るという好成績でした。その一方で「肌がうるおっている」部門、「ニキビができてにくい」部門は、低い順位であるという、特徴的な肌状態です。

気象環境の面から見てみると、紫外線が強くなる4月～7月の降水量が例年と比較して非常に多く、今年は紫外線の影響を軽減できたのではないかと考えられます。しかし、冬から春に吹く突風型の「肌荒風※3」の影響を受けやすいので、保湿ケアに重点を置くことで弱点を克服しさらなる美肌をめざすことができると考えられます。

### 第2位 島根県

島根県的美肌の特徴である「肌がうるおっている」部門が2位と今年も好成績でした。大幅に順位を落とす部門もなく、全体的にもとても良い肌状態です。

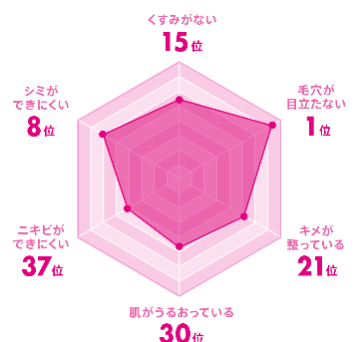
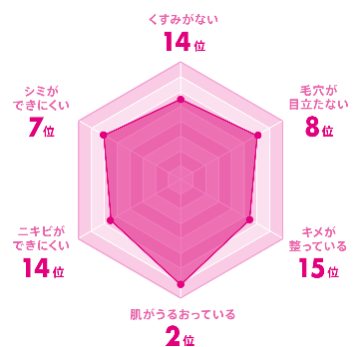
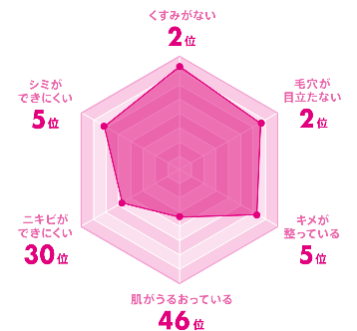
気象環境の面から見てみても、日照時間※4は短く、水蒸気密度※5も高いほか、美肌を阻む2つの風「肌荒風※3」「毛穴熱風※6」の影響も受けにくいことから、年間を通じて美肌を保ちやすい気象環境が整っていることに違いはありません。しかし、紫外線のダメージを受けないという事ではありません。UVケアを更に意識することで、さらなる美肌をめざすことができると考えます。

### 第3位 鳥取県

鳥取県は昨年12位から大きくランクアップし第3位でした。「毛穴が目立たない」部門が1位と好成績であったことがランクアップの要因と考えられます。

鳥取県は気象の面からみても、日照時間は短く、水蒸気密度は全国的にみて中程度ですが、豪雪地帯のため、冬は肌冷えによって肌のバリア機能が低下し、乾燥しやすくなります。

お手入れの最後にはクリームで丁寧な保湿を心がけることをおすすめします。



※3 肌荒風（はだあらしかぜ）とは、肌のうるおいを奪う、高い山脈を越えてくる乾燥型と、狭い平野を通り抜ける突風型の2種類の風。

※4 日照時間：気象庁HPより（2015年9月1日～2016年8月31日）

※5 水蒸気密度：大気中の水分量。空気中1m<sup>3</sup>に水分が何グラム含まれているかを示し、その温度での飽和水蒸気密度×相対湿度から求める。（2015年9月1日～2016年8月31日）

※6 毛穴を開かせる「山」と「海」から吹き込む2種類の熱風。

## ◆『ニッポン美肌県グランプリ2016』部門別概要と部門ランキング

『ニッポン美肌県グランプリ2016』は、肌の明るさや透明感など肌色の状態を表す「シミができてにくい」「くすみがない」部門、うるおい力や皮脂など肌質の状態を表す「肌がうるおっている」「ニキビができてにくい」部門、見た目の美しさを左右する「毛穴が目立たない」「キメが整っている」部門の合計6部門で女性の肌を分析しています。

### 肌色

「色の白いは七難隠す」ということわざがあるように、肌の色が明るく均一であることは、健康的な印象を与えるだけではなく、見た目年齢においても若い印象を与えます。

#### ■シミができてにくい

##### 【分析方法】

肌表面の角層細胞を約300倍に拡大し、メラニンの量や分布を観察。

##### 【肌のメカニズム】

メラニンというシミの元になる物質が過剰に産生されると、後々これが肌表面にシミとなって現れます。このメラニンは紫外線に当たるなど、肌に刺激を与えることで増える傾向にあります。

シミができてにくい		
順位	都道府県	偏差値
1	秋田県	73.1
2	山形県	69.7
3	青森県	66.8

#### ■くすみがない

##### 【分析方法】

肌表面のミクロな凹凸や肌色画像情報など、複数の情報の組み合わせから糖化の状態を推測。

##### 【肌のメカニズム】

加齢や紫外線により、体内のたんぱく質と糖が結びつく「糖化」が進み、これが黄ぐすみの原因となります。食生活の見直しや紫外線のケアをすることが大切です。

くすみがない		
順位	都道府県	偏差値
1	岐阜県	73.3
2	広島県	73.1
3	京都府	68.4

### 肌質

肌質は肌の水分と皮脂のバランス。このバランスが整っているほど美肌を保ちやすい環境となります。うるおいがあって、皮脂も適度にあることが美肌を目指す上で大切です。

#### ■肌がうるおっている

##### 【分析方法】

肌表面の角層細胞のはがれ方を約30倍に拡大して観察。

##### 【肌のメカニズム】

肌表面の角層細胞のうるおいを保つ力が弱まると、肌内部の水分も蒸発し、肌は乾燥した状態になります。角層が乱れている状態は、外部刺激を受けやすくなり、肌は敏感になり、様々な肌トラブルに繋がります。

肌がうるおっている		
順位	都道府県	偏差値
1	高知県	77.3
2	島根県	72.0
3	岡山県	70.3

#### ■ニキビができてにくい

##### 【分析方法】

ニキビができる位置や頻度、ターンオーバー（新陳代謝）の状態を分析。

##### 【肌のメカニズム】

大人ニキビといわれる乾燥タイプのニキビと、過剰な皮脂が原因のニキビがあります。大人ニキビには保湿が重要。皮脂原因のニキビには、食事、ストレス、便秘などの生活習慣に影響を受けることが多く、ライフスタイルを整えることが重要です。

ニキビができてにくい		
順位	都道府県	偏差値
1	高知県	68.9
2	神奈川県	66.7
3	宮崎県	65.6

### 肌表面形状

肌表面の形状は、肌の印象に関わってきます。毛穴が目立たない肌は陶器のようになめらかな肌を演出し、キメが細かい肌は透明感がある肌を演出します。

#### ■毛穴が目立たない

##### 【分析方法】

肌表面の状態を約15倍に拡大して撮影し、毛穴の大きさなどを分析。

##### 【肌のメカニズム】

毛穴に角栓が詰まって毛穴が開いている状態と、エイジングによりハリが失われることで開く毛穴があります。また乾燥や熱風によって毛穴が開くこともあり、丁寧なお手入れが必要です。

毛穴が目立たない		
順位	都道府県	偏差値
1	鳥取県	73.0
2	広島県	67.0
3	秋田県	62.7

#### ■キメが整っている

##### 【分析方法】

肌表面における微細なキメ（皮丘・皮溝）の状態を約15倍に拡大して撮影し、デジタル画像解析を実施。

##### 【肌のメカニズム】

肌表面には「皮丘」と呼ばれる山と、「皮溝」とよばれる谷からなる微細な凹凸構造があり、これを「キメ」と呼びます。皮丘がふっくらとしていて、皮溝がくっきりと深いと、ハリ・弾力感のある明るい印象の肌となります。

キメが整っている		
順位	都道府県	偏差値
1	岡山県	72.1
2	徳島県	68.6
3	沖縄県	64.7

## ◆『ニッポン美肌県グランプリ2016』年代別ランキング

年代によって美肌県グランプリのランキング結果は異なります。より自分の美肌における環境に興味をもったり、弱点をケアするきっかけになるように、「10代+20代部門」、「30代+40代部門」、「50代以上部門」の3つのランキングを発表いたします。

10代+20代 部門		
順位	都道府県	偏差値
1	広島県	79.7
2	愛媛県	71.1
3	島根県	65.8
4	富山県	63.0
5	岩手県	62.1
6	高知県	61.9
7	石川県	61.4
8	京都府	60.0
9	北海道	60.0
10	新潟県	59.5
11	徳島県	59.0
12	神奈川県	57.1
13	鳥取県	56.9
14	福岡県	55.2
15	滋賀県	53.7
16	大阪府	51.4
17	佐賀県	51.3
18	東京都	51.0
19	山口県	50.7
20	岡山県	50.6
21	兵庫県	50.4
22	奈良県	50.2
23	秋田県	48.5
24	長野県	48.3
25	埼玉県	47.6
26	三重県	47.6
27	静岡県	47.4
28	青森県	46.9
29	長崎県	46.7
30	鹿児島県	46.7
31	福井県	46.1
32	宮崎県	46.1
33	愛知県	45.8
34	香川県	45.0
35	熊本県	44.9
36	宮城県	43.2
37	千葉県	43.2
38	岐阜県	43.1
39	福島県	43.1
40	大分県	40.6
41	茨城県	39.4
42	沖縄県	38.1
43	栃木県	37.0
44	山梨県	36.6
45	山形県	34.5
46	群馬県	32.0
47	和歌山県	29.5

30代+40代 部門		
順位	都道府県	偏差値
1	島根県	80.7
2	秋田県	67.9
3	鳥取県	67.8
4	岡山県	63.7
5	新潟県	62.4
6	三重県	61.6
7	東京都	61.0
8	高知県	60.9
9	富山県	59.0
10	山形県	58.8
11	石川県	57.0
12	愛媛県	54.9
13	神奈川県	53.3
14	兵庫県	52.4
15	京都府	52.4
16	長野県	52.3
17	大阪府	52.0
18	長崎県	52.0
19	岩手県	51.8
20	熊本県	51.6
21	北海道	51.4
22	広島県	51.3
23	和歌山県	50.3
24	宮崎県	50.1
25	福岡県	49.6
26	岐阜県	48.7
27	奈良県	48.6
28	愛知県	48.6
29	鹿児島県	48.6
30	山口県	47.7
31	埼玉県	47.0
32	宮城県	46.9
33	山梨県	46.2
34	香川県	44.8
35	徳島県	44.8
36	福井県	43.8
37	佐賀県	41.7
38	千葉県	40.4
39	静岡県	40.4
40	福島県	39.0
41	茨城県	39.0
42	栃木県	38.7
43	滋賀県	37.0
44	沖縄県	36.4
45	青森県	35.6
46	大分県	30.0
47	群馬県	29.9

50代以上 部門		
順位	都道府県	偏差値
1	鳥取県	66.0
2	島根県	65.6
3	秋田県	65.4
4	石川県	63.1
5	宮城県	61.6
6	東京都	61.5
7	富山県	61.1
8	新潟県	60.8
9	宮崎県	59.8
10	岩手県	58.8
11	高知県	58.2
12	北海道	57.3
13	埼玉県	56.5
14	三重県	56.3
15	山形県	56.0
16	愛媛県	55.6
17	長野県	54.7
18	山口県	54.4
19	福井県	54.1
20	広島県	53.3
21	兵庫県	52.5
22	岡山県	51.8
23	熊本県	50.8
24	大阪府	49.8
25	青森県	49.4
26	奈良県	49.1
27	長崎県	47.9
28	神奈川県	47.7
29	福島県	47.3
30	福岡県	46.9
31	千葉県	46.7
32	愛知県	46.7
33	香川県	45.4
34	栃木県	44.9
35	京都府	44.7
36	鹿児島県	44.5
37	岐阜県	43.7
38	山梨県	43.4
39	徳島県	42.0
40	静岡県	40.9
41	佐賀県	40.6
42	和歌山県	40.4
43	大分県	39.6
44	茨城県	35.5
45	群馬県	34.6
46	沖縄県	23.1
47	滋賀県	19.8

## 気象と肌の関係

今年的美肌県グランプリの肌データ収集期間（2015年9月1日～2016年8月31日）の日照時間・水蒸気密度を見てみると、例年通り日照時間に関しては日本海側が短く、北関東近辺は長い傾向にありました。また、水蒸気密度に関しては、東北地方が低く、九州地方に南下するに連れて高い傾向が捉えられました。美肌を保つ環境としては「日照時間が短く、水蒸気密度が高い」ことが適していると考えられます。

### 【日照時間】

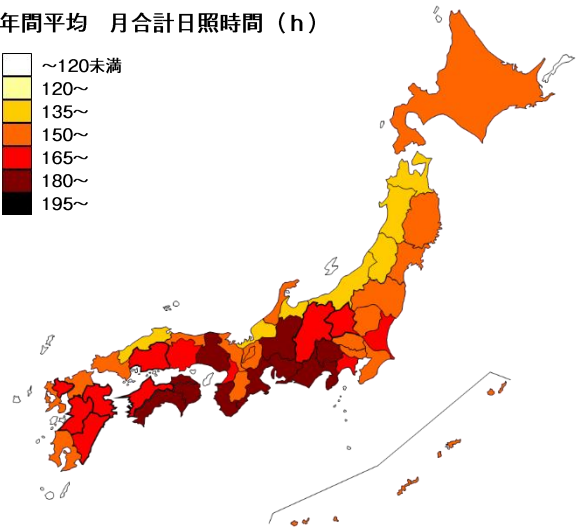
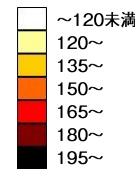
#### ■日照時間が肌に与える影響

日照時間が長いことは紫外線に当たる時間が長いと考えられます。紫外線は肌の乾燥を引き起こすとともに、シミやソバカスの原因となります。また、肌内部にも影響を与え、ハリや弾力感を奪う大きな要因となります。

#### ■紫外線からのケア方法

- ・外出時に日ヤケ止めを塗る。  
(顔だけではなく、首やデコルテも忘れずに。)
- ・UV-Aは窓ガラスも通過。室内でも日ヤケ止めを。
- ・ビタミンC、ビタミンEは日ヤケケアにオススメ。  
(カボチャやアボカド、アーモンド、トマトなど。)

年間平均 月合計日照時間 (h)



※気象庁HPより (2015年9月1日～2016年8月31日)

### 【水蒸気密度】

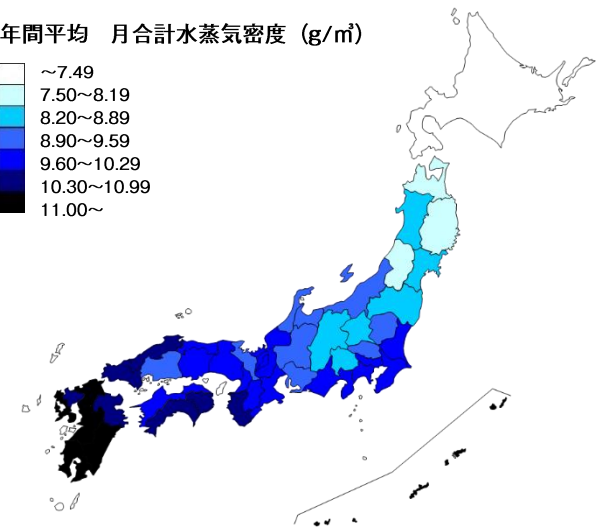
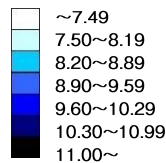
#### ■水蒸気密度が肌に与える影響

空気中の水分量が少なく、空気が乾燥してくると、肌表面（角層）の水分が蒸発し、肌がかさつき、肌アレや小ジワといったトラブルを起こしやすくなります。また、角層が乱れて外部刺激も受けやすくなるため、肌が敏感な状態になりがちです。

#### ■乾燥からのケア方法

- ・ローション/ミルク/クリームの重ね使いで保湿を行う。
- ・日中は保湿タイプのベースメイクを取り入れる。  
※クリームファンデーションなど。
- ・寒い時期は乾燥と共に血行不良にもなりがち。  
マッサージやぬるめのお風呂につかってケアを。

年間平均 月合計水蒸気密度 (g/m<sup>3</sup>)



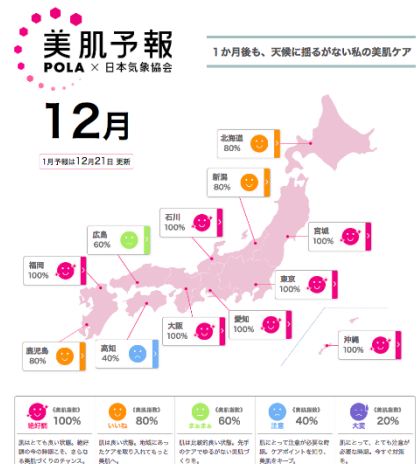
※水蒸気密度：大気中の水分量。空気中1m<sup>3</sup>に水分が何グラム含まれているかを示し、その温度での飽和水蒸気密度×相対湿度から求める。(2015年9月1日～2016年8月31日)

## 「美肌予報」

『ニッポン美肌県グランプリ』を5年間行ってきた中で、空気中の水分量への着目や「肌荒風」の発見など、気象に関する知見を蓄積してきました。住んでいる場所（都道府県）によって、気象状況は異なりますが、それにより肌のお手入れ優先ポイントも異なります。

「美肌予報」は、日本気象協会とポーラ美容研究室が開発した新しい肌ケア提案のコンテンツサイトです。向こう1ヶ月の天気予報を元に、都道府県別にオリジナルの「美肌指数」を算出し、今その地域で生活している人が優先的にケアすべきお手入れポイントを、スキンケア、食、マッサージ方法など、様々な角度から提案します。

■美肌予報 (<http://www.pola.co.jp/special/bihadayoho/>)



## ◆運動が美肌にいい理由

運動して、筋肉を動かすことで、血行が促進され、肌に必要な栄養や酸素が行きわたり、生き生きとした美肌につながります。また、体を動かすことで、体の中でつくられている『成長ホルモン』の分泌が促されます。『成長ホルモン』が分泌されることによって、肌の基礎代謝力が高められ、角層のターンオーバーが整い、美肌へとつながることが期待できます。成長ホルモンの分泌量は年齢と共に低下していきませんが、適度な運動をすることで分泌が促されるということが知られており、いつまでも美肌をたもつためには、意識的に体を動かすことが大切です。

## ◆美肌県グランプリ1位「広島県」の美肌の秘訣 「生活習慣・体調」スコアがよいこと

美肌県グランプリ1位を獲得した広島県の美肌要因のひとつに、「生活習慣・体調」が非常によかったことがあげられます。特に、「首や肩がこりにくい」と答えた方が47都道府県で一番多く、また「ストレス」や「疲れやすさ」「イライラ」に関する項目も感じていない方が多いということが分かりました。このように、「首や肩のこり」「ストレス」の状態を良くする方法のひとつに、運動があります。

## 美肌体操

美肌県グランプリ2016  
POLA APEX NIPPON BIHADA-KEN GRAND PRIX

JWCFE 日本女子体育大学  
Japan Women's College of Physical Education

忙しい毎日の中に、運動を取り入れることは大変なことです。そこで、日本女子体育大学と共に、忙しい毎日の中に取り入れられる「美肌体操」(ストレッチ&筋トレ)を考案いたしました。一度に全ての体操を取り入れることが難しければ、1日ひとつ、来週は2つ、再来週は3つと、少しずつ増やしていくことがおすすめです。

ストレッチ

ストレッチをし、筋肉を動かすことにより、血流ポンプ機能がよく働き、リンパの流れも良くなります。そのことにより、栄養や水分、酸素が体中に行きわたり、肌が生き生きとした状態になることが期待できます。

筋トレ

筋肉の7割は下半身にあると言われています。下半身を鍛えることで、筋肉量がアップし、全身の代謝アップが期待できます。代謝がアップすることにより、角層のターンオーバーが整い、美肌につながることも期待できます。

### ○一日の始まりはストレッチから

寝ている間に硬くなった体をほぐしゆるやかに温めます。体が温まることで、血液の巡りがよくなります。

【布団の中で】



手足をグーパーさせましょう。血流の巡りをよくします。(10セット)

【歯を磨きながら】



片足を後ろに出し、浮かせ、小刻みに上げます。腹筋・背筋・臀筋を鍛えます。(5回×2セット左右)

### ○デスクワークをしながらストレッチ&筋トレ

長時間同じ姿勢でいたことで滞ったリンパを流します。

【座った状態で】



つま先とかかとを交互に上げ下げします。足の筋肉をのばしたり、鍛えます。(10回×2セット)

【座った状態で】



足の間に雑誌などのものを挟みキープしましょう。普段、なかなか鍛えられない内転筋を鍛えます。(20秒×3セット)

### ○家事をしながらストレッチ&筋トレ

家事をしながら、ストレッチ&筋トレをし、代謝アップを促します。

【掃除機をかける時】



歩幅を大きく前に出します。足を真っ直ぐ出すことで、大腿四頭筋を鍛えます。(10回左右)

【掃除が終わったら】



手を前で組み伸ばします。次に上に上げ、ゆっくり下ろしましょう。深呼吸をしながら、肩甲骨を動かすことを意識します。肩こり解消も期待できます。(3セット)

### ○一日の終わりは、やさしくストレッチ

体をリラックスさせて、体をほぐしましょう。ほぐれた体は血液の巡りがよくなり、肌ツヤアップが期待できます。

【お風呂で】



背中を洗うときに、タオルを両手で持って上げ下ろしをします。肩甲骨を動かしましょう。(10回×2セット)

【スキンケアの時】



首のストレッチをしましょう。前後、左右にストレッチし、最後に大きく回します。(3秒×2セット)

全ての美肌体操は美肌県グランプリのHPに掲載しています。

美肌県グランプリ

検索

美肌県グランプリ2016HP (<http://www.pola.co.jp/special/bihadaken/>)

## 【参考資料】 『ニッポン美肌県グランプリ2016』 概要

調査方法： ポーラ ザ ビューティを含む全国のポーラのお店にて、アベックスのスキンチェックを受けた方の肌データを47都道府県別に集計。この集計結果をもとに全6部門（肌がうるおっている、ニキビができてにくい、シミができてにくい、くすみが無い、毛穴が目立たない、キメが整っている）の肌データを独自の解析により得点化。6部門の合計値から偏差値を算出し、総合結果の順位を決定しました。

期間： 2015年9月1日（火）～2016年8月31日（水）

対象件数： 全国47都道府県 654,060件※1

※1 アベックス スキンチェック実施件数（2015年9月1日～2016年8月31日）

都道府県	件数	都道府県	件数	都道府県	件数	都道府県	件数
北海道	14,215	茨城県	12,635	京都府	22,142	徳島県	4,441
青森県	4,019	東京都	31,126	滋賀県	12,912	高知県	6,024
秋田県	6,898	埼玉県	37,742	大阪府	54,239	愛媛県	6,253
岩手県	6,028	神奈川県	41,199	奈良県	4,342	福岡県	36,494
宮城県	4,314	山梨県	3,883	和歌山県	1,867	大分県	7,022
山形県	2,032	静岡県	37,795	兵庫県	21,399	長崎県	3,167
福島県	6,299	石川県	6,023	岡山県	8,298	佐賀県	5,468
新潟県	8,397	富山県	6,975	広島県	11,770	熊本県	5,682
長野県	14,211	福井県	5,141	鳥取県	1,834	宮崎県	4,072
群馬県	15,488	愛知県	72,500	島根県	2,590	鹿児島県	4,673
栃木県	4,750	岐阜県	33,301	山口県	11,282	沖縄県	2,934
千葉県	25,249	三重県	9,716	香川県	5,219	合計（件）	654,060

## 水蒸気密度とは？

水蒸気密度とは、実際の空気中の水分量を表します。空気1m<sup>3</sup>に水分が何グラム含まれているかを示し、その温度での飽和水蒸気密度×相対湿度から求めます。単位体積中の水分量が変わらなくても、空気温度が上がれば相対湿度は下がり、空気温度が下がれば相対湿度は上がります。空気は温度が高いほど多くの水分を含むことができる性質があり、例えば相対湿度が同じ50%でも、0℃と22℃での空気では、その水分量は1.9gと8.2gで4倍も違います。気温の低い北日本は、相対湿度が南日本と同じであっても、空気中の水分量が少なく乾燥しているため、お肌にとっては厳しい環境にあるといえます。

## 水蒸気密度 計算方法

各都道府県の温度と飽和水蒸気密度の値より相関係数0.999の近似式を作成し、これに気温と相対湿度の値を当てはめ算出。

各都道府県の気温℃、相対湿度%RH、水蒸気密度g/m<sup>3</sup>

水蒸気密度=a×b÷100 [a：飽和水蒸気密度 (a=5×10 (0.025c) )、b：相対湿度、c：気温]

## 【日本女子体育大学ご紹介】

日本女子体育大学は大正11年（1922年）に前身となる「二階堂体操塾」が開塾。以来、90年以上にわたり、一貫して女性の社会的自立と、女性のための体育の教育・研究に取り組み、多くの優れた女性アスリート、舞踊家、指導者、体育教員、保育者など、社会に貢献する女性を数多く輩出してきました。「体育を中軸に据えた全人教育」という建学の精神のもと「つよく 優しく 美しく」をスクールモットーとして、輝ける女性を育成しています。

美肌県グランプリのプロジェクトには、古泉佳代准教授、助友裕子准教授、中澤歩助手、大久保美音助手の4名がメインスタッフとして、古泉研究室、助友研究室、新体操部、バスケットボール部の学生をはじめ、多くの学生の皆様にご協力いただきました。



ポーラは、新体操ナショナル選抜団体チーム・新体操個人日本代表「フェアリー ジャパン POLA」のオフィシャルパートナーです。