


## 『美肌県グランプリ2022』石川県が3年連続「総合賞1位」 2位 秋田県は2年ぶり、3位 山形県は2年連続のベスト3入り

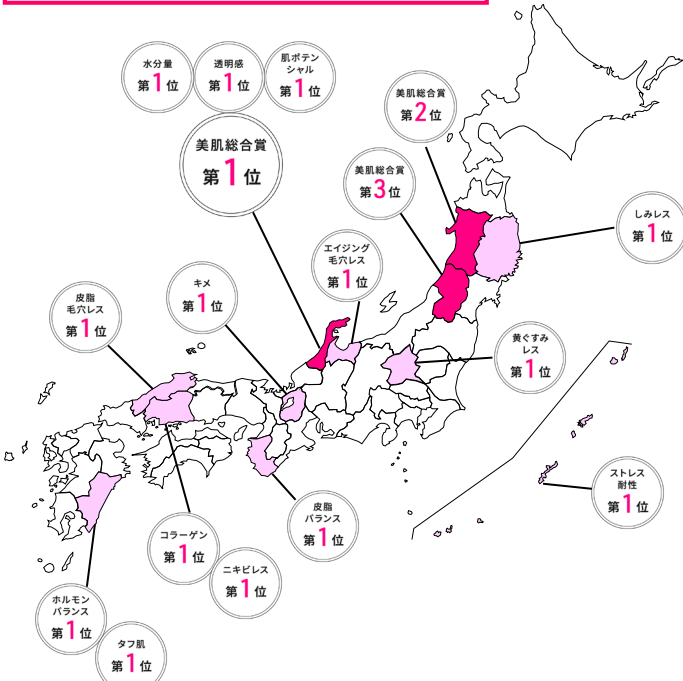
株式会社ポーラ（本社：東京都品川区、社長：及川美紀）は、「美肌県グランプリ2022」において、“石川県”を「総合賞1位」に決定し、3年連続受賞という結果になりました。さらに「水分量部門1位」「透明感部門1位」「肌ポテンシャル部門1位」の部門賞にも選出いたしました。

2012年に誕生した「美肌県グランプリ」は、ポーラのパーソナライズドサービスブランド「APEX（アペックス）」が保有する約2,000万件\*1もの肌のビッグデータを活用することで、日本全国の皆さまがお住まいの地域の個性を知り、自分の肌を慈しむきっかけになってほしいという想いで開催してきました。昨年に引き続き、今年も日本のすべての地域と向き合い多様性にあふれた肌の美しさを讃えたいと考え、総合賞と、肌の個性を表す美肌の要素別に14の部門賞のベスト3を選出しました。



**水分量部門1位** 石川県  
**コラーゲン部門1位** 広島県  
**皮脂毛穴レス部門1位** 島根県  
**エイジング毛穴レス部門1位** 富山県  
**しみレス部門1位** 岩手県  
**キメ部門1位** 滋賀県  
**黄ぐすみレス部門1位** 群馬県  
**透明感部門1位** 石川県  
**ニキビレス部門1位** 広島県  
**ストレス耐性部門1位** 沖縄県  
**ホルモンバランス部門1位** 宮崎県  
**タフ肌部門1位** 宮崎県  
**皮脂バランス部門1位** 和歌山県  
**肌ポテンシャル部門1位** 石川県

**美肌総合賞 1位 石川県**  
**2位 秋田県**  
**3位 山形県**



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

この結果は全国47都道府県を対象に、1年間（2021年7月1日～2022年6月30日）集めた肌データ（286,062件）を、47都道府県別に集計。全14部門の平均スコア\*2で、総合賞と部門賞の順位を決定しています。

\*1：2022年7月末現在 \*2：平均スコアの算出にあたっては、都道府県による年代分布の違いが影響しないよう考慮しています。

### 【報道関係からのお問い合わせ先】

株式会社 ポーラ ブランドクリエイティブ部 〒141-8523 品川区西五反田2-2-3  
TEL：03-3494-7119 FAX：03-3494-6198

### 【お客さまからのお問い合わせ先】

ポーラお客さま相談室（フリーダイヤル）TEL 0120-117111

## 総合賞1位 石川県

美肌総合賞  
第1位

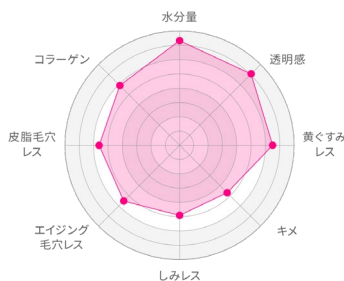
水分量  
第1位

透明感  
第1位

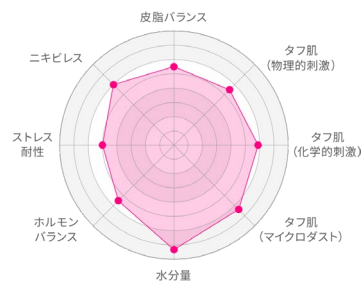
肌ポテンシャル  
第1位

3年連続で総合的に全国トップの肌スコアの石川県。なかでも、「水分量」「透明感」「肌ポテンシャル」が全国トップレベルです。肌ポテンシャルが高いため、この先も良い状態が維持されることが期待できます。食事にも気を配り、肌に十分な栄養が届くように心がけるとよいでしょう。

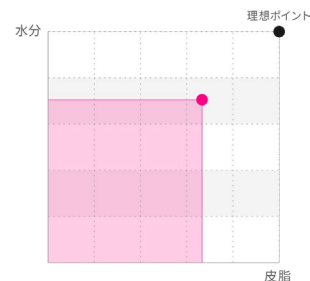
### 色・形



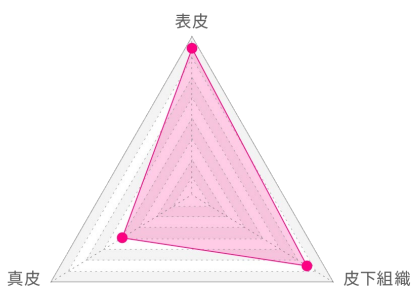
### ゆらぎ



### うるおいバランス



### 肌三層の力



水蒸気密度

前年並み



日照時間

長い



気圧くすみ

影響あり



肌荒風

影響なし



毛穴熱風

影響なし



肌荒大気

影響なし

## 総合賞2位 秋田県

美肌総合賞  
第2位

キメ  
第2位

タフ肌  
第2位

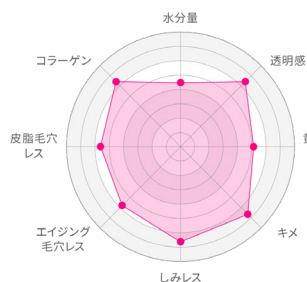
コラーゲン  
第3位

しみレス  
第3位

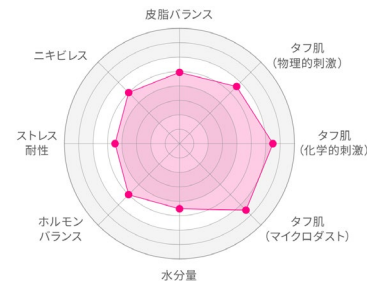
肌ポテンシャル  
第3位

総合的に全国トップレベルで肌の状態が良い秋田県。キメが整った刺激に強い肌で、ハリを要素の一つである「コラーゲン」の状態も良く、シミの要因となる「メラニン」が少ないことも特長です。冷暖房に当たりすぎず意識的に体を動かすなど、自律神経やホルモンがきちんと働く環境を意識しましょう。

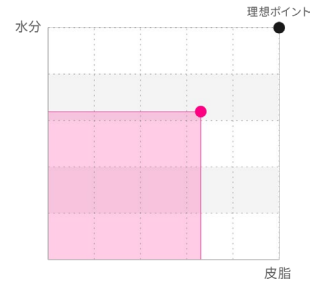
### 色・形



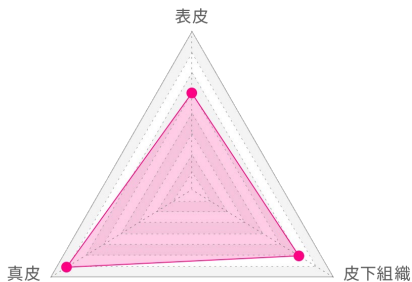
### ゆらぎ



### うるおいバランス



### 肌三層の力



水蒸気密度

前年並み



日照時間

短い



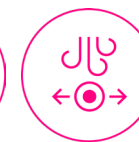
気圧くすみ

影響ややあり



肌荒風

影響なし



毛穴熱風

影響なし



肌荒大気

影響なし

※水蒸気密度と日照時間は、前年との比較です。

※「色・形」「ゆらぎ」「肌三層の力」は、肌の特徴がわかりやすいように偏差値で表示しています。全国平均に対する相対的な位置を示しており、スコア値ではありません。

※うるおいバランスは、スコア値で表示しています。美肌県グランプリ2022では、皮脂のスコアは、1：少ないまたは多い 5：適量と定義しています。

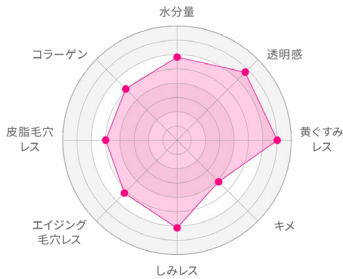
(ポーラ調べ)

総合賞3位 山形県

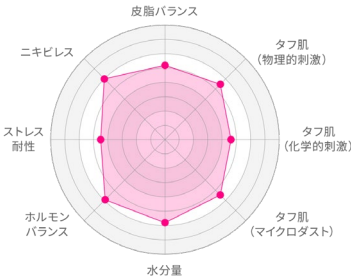


総合的に全国トップレベルで肌の状態が良く、中でも、「糖化」が少なく、透明感のある肌が特長です。ストレスの発散には、お酒やタバコではなく、軽い運動や好きな香りの入浴剤を入れたお風呂にゆっくり浸かることを心がけてみましょう。

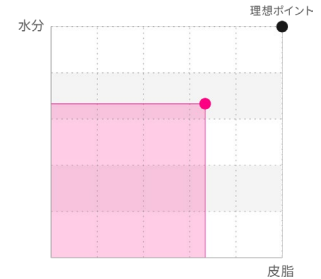
色・形



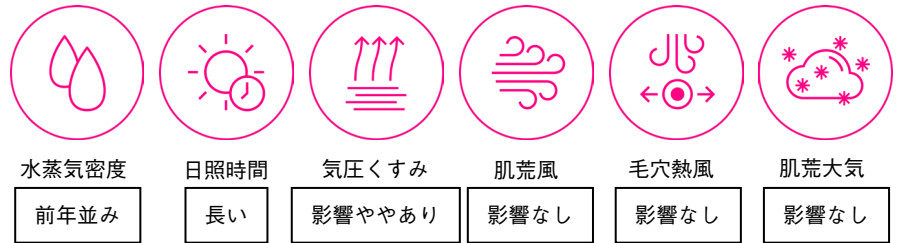
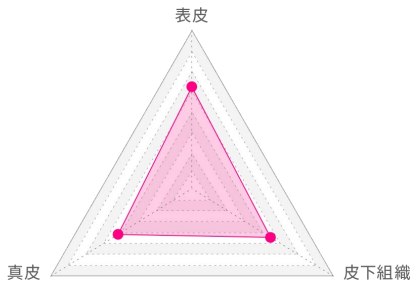
ゆらぎ



うるおいバランス



肌三層の力



※水蒸気密度と日照時間は、前年との比較です。  
 ※「色・形」「ゆらぎ」「肌三層の力」は、肌の特徴がわかりやすいように偏差値で表示しています。全国平均に対する相対的な位置を示しており、スコア値ではありません。  
 ※うるおいバランスは、スコア値で表示しています。美肌県グランプリ2022では、皮脂のスコアは、1：少ないまたは多い 5：適量と定義しています。  
 (ポーラ調べ)

◆肌に影響を与える要因



■水蒸気密度

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。



■気圧くすみ\*

気圧の変動による頭痛、眠気など、気圧と体調との関係性は一般的に知られています。これらは自律神経との関わりが考えられていますが、肌も自律神経が乱れると血行不良となりくすみがちになると考えられます。

「肌のくすみ」は複合的な悩みであり、その要因も肌の内側と外部環境の両方が考えられますが、外部環境の一つとして、気圧の低下により肌がくすむことを「気圧くすみ」と名付けました。



■毛穴熱風\*

夏の毛穴の開きに関わる夏特有の熱風です。日本には毛穴を開かせる“山”と“海”から吹きこむ2種類の熱風があり、この熱風の影響により毛穴面積が約2倍になることを発見しました。この熱風を「毛穴熱風」と名付けました。



■日照時間

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、シミやソバカス、シワ、たるみを引き起こす原因となります。また、ハリや弾力感を奪う大きな要因となります。



■肌荒風\* (はだあらしかせ)

肌荒風は、肌のうるおいや、シワ・小ジワを出来やすくしている他、皮フ温の低下も招き、顔冷えの原因にもなっていると考えられます。皮フ温が低下し冷えた肌は、血行不良により酸素や栄養が運ばれにくくなるだけでなく、クマ、くすみ、むくみの原因にもなります。



■肌荒大気\* (はだあらしたいぎ)

肌荒れ・くすみ・シワなどに影響を与える外部環境要因のひとつです。この「肌荒大気」には、気象や地形の違いにより、「流れ込むタイプ(春)(夏)」と「発生するタイプ(春)(夏)」の4種類があり、汗や皮脂が多い肌には、PM2.5などの大気汚染物質が付着しやすくなります。

## ◆部門賞について

ポーラは1989年より34年にわたり、日本全国47都道府県の肌データ約2,000万件（2022年7月末現在）を見つけてきたなかで、肌に影響を与える様々な要素がわかっています。ストレスや、スマートフォン・パソコンの見過ぎなどの「生活習慣」、冷えを感じやすいか、肩や首が凝りやすいかなどの「体調」、そして日照時間や水蒸気密度、気圧の変化など、住む地域の「環境」も、肌に影響を与えます。

これらの影響をふまえ、肌の個性を表す14の部門賞を設けています。

### 水分量部門

- 1位 **石川県**
- 2位 **滋賀県**
- 3位 **宮崎県**

肌にハリやうるおいをもたらすために、水分はとても重要な存在。水分が少ないと、弾力のないしぼんだ肌になってしまいます。今回の部門賞では、肌の水分量が最も多い県を表彰しました。

### コラーゲン部門

- 1位 **広島県**
- 2位 **三重県**
- 3位 **秋田県**

真皮の大部分を占めるコラーゲンは、肌を内側から支える役割を持っており、肌のハリや弾力を保つために欠かせない存在。コラーゲン部門では、肌を構成するコラーゲンの状態が最も良い県を表彰しました。

### 皮脂毛穴レス部門

- 1位 **島根県**
- 2位 **富山県**
- 3位 **愛媛県**

皮脂は肌が生み出す“天然のクリーム”。しかし肌のうるおいバランスが崩れ、必要以上に皮脂が分泌されると、毛穴が目立つ原因になってしまいます。今回の部門賞では、そんな皮脂を原因とする毛穴が最も目立ちにくい県を表彰しました。

### エイジング毛穴レス部門

- 1位 **富山県**
- 2位 **鳥取県**
- 3位 **島根県**

加齢により肌がたるんだり、毛穴の周りで炎症が起きると、毛穴のカタチが変形し目立ちやすくなってしまいます。今回の部門賞では、そんな加齢を原因とする毛穴が最も目立ちにくい県を表彰しました。

### しみレス部門

- 1位 **岩手県**
- 2位 **新潟県**
- 3位 **秋田県**

肌は紫外線を浴びると、細胞を守るためにメラニンをつくりだします。このメラニンが肌のなかで部分的に集まり、しみの原因に。しみレス部門では、肌のしみの原因が最も少ない県を表彰しました。

キメ部門

- 1位 滋賀県
- 2位 秋田県
- 3位 京都府

肌のキメの細やかさは一般的には加齢で変化しますが、生まれつきの肌の性質に影響されることも。また、季節や環境、お手入れの仕方などでも変化します。本部門では、肌のキメが最もととのっている県を表彰しました。

黄ぐすみ  
レス部門

- 1位 群馬県
- 2位 山形県
- 3位 宮城県

加齢や紫外線などにより肌の中のタンパク質と糖が結びつくと褐色の糖化物質が増え、肌が黄色くくすんで見えるようになります。本部門では、そんな肌の黄ぐすみが最も少ない県を表彰しました。

透明感部門

- 1位 石川県
- 2位 鳥取県
- 3位 山形県

紫外線の影響でメラニンが増加して肌の中に広がったり、血行不良で肌の赤みが減ってしまうと、肌全体が暗い印象になってしまいます。本部門では、それらの影響が少なく、肌の透明感が最も高い県を表彰しました。

ニキビレス  
部門

- 1位 広島県
- 2位 宮崎県
- 3位 静岡県

脂肪の多い食生活や、洗浄不足はニキビの原因になってしまいます。本部門では毛穴のつまり状態やニキビのできる頻度、数などからニキビリスクを分析、最もニキビリスクの少ない県を表彰しました。

ストレス耐性  
部門

- 1位 沖縄県
- 2位 広島県
- 3位 東京都

気温、気圧、湿度の変化や、人間関係の悩み、生活環境の変化まで。内外から受けるストレスが過剰になると、刺激から肌を守る力は低下しニキビ等の原因になってしまいます。本部門では、そんなストレスへの耐性が最も高い県を表彰しました。

ホルモン  
バランス部門

- 1位 宮崎県
- 2位 長崎県
- 3位 佐賀県

不規則な生活や睡眠不足が続くと、ホルモンバランスが乱れ、肌やからだにさまざまな不調をもたらします。今回の部門賞では、そんなホルモンバランスが最も良好な県を表彰しました。

タフ肌部門

- 1位 宮崎県  
2位 秋田県  
3位 沖縄県

肌は日々、さまざまな刺激を受けています。PM2.5や花粉、排気ガスなどのマイクロダスト。洗剤や消毒液、化粧品の特定成分などの化学的刺激。肌を動かす、こするなどの物理的刺激。本部門では、そんな刺激に対する強さを分析、全国で最もタフな肌をもつ県を表彰しました。

皮脂バランス部門

- 1位 和歌山県  
2位 山梨県  
3位 鳥取県

皮脂は多すぎると過剰な皮脂に汚れが付着し、毛穴をふさいでしまうことでニキビの原因に。また少なすぎても乾燥により角層が厚くなり、毛穴がふさがれることでニキビを発生させてしまいます。本部門では、皮脂のバランスが最も適切な県を表彰しました。

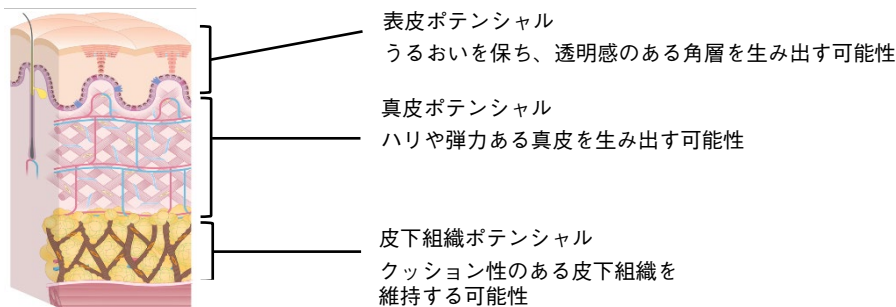
肌ポテンシャル部門

- 1位 石川県  
2位 愛媛県  
3位 秋田県

肌は表皮・真皮・皮下組織の3つの層で構成されており、各層がそれぞれの役割をきちんと果たせるかどうかで肌のポテンシャルが決まります。本部門では、そんな肌ポテンシャルが最も高い県を表彰しました。

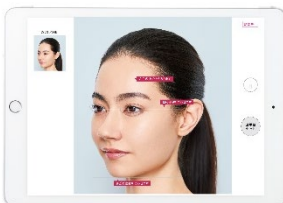
【肌ポテンシャル部門について】

肌の表皮・真皮・皮下組織の3つの層それぞれが、この先きちんと機能を発揮できるかどうかを予測し、このポテンシャルが総合的に高い肌を「肌ポテンシャル部門」と名付け表彰しています。



この肌ポテンシャルの分析は、2019年にリニューアルした、アベックス独自の肌分析技術の進化により可能になりました。肌表面の動きを撮影したわずか14秒の動画から、約170万個以上の特徴量※を抽出し、さらにAI技術を活用することで肌の表皮、真皮、皮下組織の今と未来の肌のために高め続けたい力がどれくらい発揮されているかを予測します。

①動画から顔の位置情報や肌の動きを正確にキャッチ



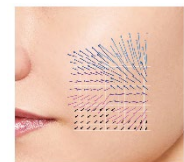
②14秒の撮影動画から170万個以上の特徴量を正確に抽出して分析



撮影動画1秒分を60枚に分解



1枚を144区画にセグメント



1枚ごとに濃淡のパターンなどから速さや方向性といった特徴量を抽出

※ 特徴を表す要素を数値化したもの

## 北海道

### 【アドバイス】

ハリの要素の一つである「コラーゲン」の状態が良く、キメの整った肌です。乾燥しがちな環境のため、保湿ケアは怠らせずに。PCやスマホの使用を控え、コリやむくみを解消し、血液やリンパの巡りが良くなるストレッチをしてみましょう。

## 青森県

### 【アドバイス】

シミの要因となる「メラニン」が少なく、キメの整った肌が特長です。さらなる美肌を目指すには、意識して運動を取り入れ、睡眠の質や血液・リンパの巡りの改善を心がけましょう。

## 岩手県



### 【アドバイス】

シミの要因となる「メラニン」が全国トップレベルで少ない岩手県。PCやスマホの使用を控え、睡眠不足や運動不足、コリを解消し、バランスの良い食事を摂り、肌に良い生活を心がけましょう。

## 宮城県



### 【アドバイス】

「糖化」が全国トップレベルで少なく、透明感のある肌が特長です。長時間エアコンの効いた部屋にいますと、自律神経の働きが鈍ることも。換気や軽い運動をして、コリやむくみの改善を心がけましょう。

## 福島県

### 【アドバイス】

「糖化」が少なく、透明感のある肌が特長の福島県。晴れた日は紫外線ケアをして散歩に出るなど、血液やリンパの巡りをよくして、たまったストレス・イライラを発散しましょう。

## 茨城県

### 【アドバイス】

「糖化」が少ない茨城県。特に秋から冬の日照時間が全国平均より長い為、シミだけでなく、シワの原因ともなる紫外線からお肌を守るよう心がけましょう。

## 栃木県

### 【アドバイス】

皮脂バランスがよく、キメの整った肌が特長です。秋冬の日照時間が長い為、UVケアは一年中怠らないことが重要。睡眠や栄養を十分とって、肌に酸素や栄養を巡らせるような生活を心がけましょう。

## 群馬県



### 【アドバイス】

「糖化」が少なく、皮脂バランスのよい透明感のある肌が特長です。紫外線は強さだけでなく、浴びた時間の蓄積にも注意。秋冬の日照時間が長い群馬県は通年の紫外線ケアを。運動・食事・睡眠など肌に影響を及ぼす生活面も見直し、さらなる美肌を目指しましょう。

## 埼玉県

### 【アドバイス】

皮脂バランスがよく、さまざまな肌トラブルを招く可能性のあるストレスともうまく付き合っている埼玉県。さらに美肌を目指すためには、PCやスマホの使用を控え、自律神経のバランスをととのえ、冷えやコリを改善するよう心がけましょう。

## 千葉県

### 【アドバイス】

千葉県は美肌の大敵であるストレスと上手に付き合っており、「コラーゲン」の状態が良いのが特長。PCやスマホの使用を控え、コリや血液循環の改善を心がけて、さらなる美肌を目指しましょう。

## 東京都



### 【アドバイス】

全国トップレベルでストレス耐性のある肌であり、シミの元となる「メラニン」も少ない特長があります。ストレスは肌にとってトラブルメーカーとなるリスクがあります。PCやスマホを長時間使用すると、首や肩が凝り顔への血液やリンパの巡りが悪くなり、良質な睡眠が得にくくなります。PCやスマホの使用時間をできるだけ短くし、美肌を目指しましょう。

## 神奈川県

### 【アドバイス】

毛穴が目立たないなめらか肌で、肌のトラブルメーカーであるストレスにも、うまく対処できています。冬は水蒸気密度が低く、乾燥した風も吹きうるおいが奪われやすく、さらに、日照時間が長いので、紫外線にさらされるリスクも高まります。保湿ケアと通年のUVケアを万全に。

## 新潟県



### 【アドバイス】

全国的に見て日照時間が短く、紫外線にさらされるリスクが低いということもあり、シミの要因「メラニン」が全国トップレベルで少ない新潟県。運動不足で、血液やリンパの巡りが悪化すると、冷えやむくみにつながり、肌にも良くない影響が。室内でもできる軽い運動を習慣化するとよいでしょう。

## 富山県



### 【アドバイス】

全国トップレベルで毛穴が目立たないなめらかな肌で、シミの要因となる「メラニン」が少なく、透明感ある肌が特長です。ストレスやイライラは、お肌の大敵。夜は早めにスマホをOFFにし、軽く体を動かし、心身ともにリラックスして就寝しましょう。

## 福井県

### 【アドバイス】

透明感のある肌です。肌ポテンシャルが高く、この先もっと美肌を目指せるでしょう。風に当たって毛穴が目立ったり肌が荒れたりしないよう、風から肌を守るようにしましょう。睡眠の質を改善できれば、肌にも良い影響があります。

## 山梨県



### 【アドバイス】

皮脂バランスのよさは全国トップレベル。刺激に対する抵抗力もあります。ストレスが続くと血液の巡りが悪くなり、冷えにつながるだけでなく、肌に酸素や栄養が届きにくくなることも。お酒やタバコではなく、忙しくてもお風呂でゆっくりお湯に浸かるなどして、上手にストレスを発散させましょう。



## 長野県

### 【アドバイス】

「糖化」が少なく、刺激に強い肌です。ストレス・イライラ・睡眠不足を解消しホルモンや自律神経のバランスが整う生活を心がけると、肌にも良い影響があります。紫外線の強さに関係なく、どの季節・どんな天気でもUVケアを怠らないように。

## 岐阜県

### 【アドバイス】

キメが整っていて、肌に炎症を引き起こす可能性のある「マイクロダスト」に強い岐阜県。睡眠不足や運動不足など、影響を及ぼす生活スタイルを見直し、ストレス・イライラ・冷え・コリ・むくみを解消するよう心がけましょう。

## 静岡県

ニキビレス  
第3位

### 【アドバイス】

ニキビのできにくさが全国トップレベルの静岡県。皮脂バランスが良く、透明感のある肌であることも特長です。冷えやコリ、むくみを感じるのは血液やリンパの巡りが滞っているのかも。PC・スマホの使用時間を短くし、ストレス・睡眠不足を解消するように注意しましょう。

## 愛知県

### 【アドバイス】

キメの整ったうるおいのある肌です。長時間、空調のきいた部屋にいて、自律神経やホルモンのバランスが崩れることも。散歩を日課にするなど、少し生活スタイルを変えてみるとよいでしょう。紫外線ケアも忘れずに。

## 三重県

コラーゲン  
第2位

### 【アドバイス】

全国トップレベルで、ハリ要素の一つ「コラーゲン」の状態が良く、ニキビのできにくい肌です。睡眠は美肌の源。睡眠不足にならないよう心がけましょう。夏ほど紫外線が強くない秋や冬でも、紫外線にさらされる時間が長い、肌トラブルの原因に。毎日UVケアを怠らないように。

## 滋賀県

キメ  
第1位

水分量  
第2位

### 【アドバイス】

全国トップレベルで肌のキメが整い、うるおいがある滋賀県。コラーゲンの状態も良く、ハリのある肌です。毛穴を目立たせたり、肌荒れを起こしたりする風の影響を受けやすい地域なので、風から肌を守るよう心がけましょう。

## 京都府

キメ  
第3位

### 【アドバイス】

キメの整った肌は全国トップレベル。ハリ要素の一つである「コラーゲン」も良い状態です。質の良い睡眠をたっぷりとれるように、就寝前に軽く体を動かし、好きな香りのお風呂にゆっくり浸かったり、食事のバランスに気をつけたりして、肌に必要な酸素や栄養をきちんと届けるよう心がけましょう。

## 大阪府

### 【アドバイス】

美肌の天敵「ストレス」とうまく付き合うことができている。毛穴が目立たないためか肌も特長です。冷え・コリ・むくみを感じる人が多いので、血液やリンパの巡りの改善を心がけると、肌にも温かさ・酸素・栄養が届きやすくなり、美肌に近づくことなのでしょう。

## 兵庫県

### 【アドバイス】

兵庫県は肌のトラブルメーカーともなる“ストレス”と、とても上手に付き合っています。日照時間が多く、紫外線にさらされるリスクが高い地域なので、日差しが強くなくても、毎日UVケアを怠らずに。

## 奈良県

### 【アドバイス】

炎症を起こす可能性のあるマイクロダストに対して、抵抗力がある肌です。軽い運動をし、PCやスマホの使用時間を少し減らしてみましょう。そうすることで、血液循環やリンパの巡りを整え、美肌を目指しましょう。

## 和歌山県



### 【アドバイス】

皮脂バランスの良さは全国トップレベル。うるおいのある肌も特長です。冷えやコリ、寝つきが悪い・眠りが浅いといった状態は肌トラブルの原因となります。就寝前のPC・スマホの使用を控え、軽く運動をしてみましょう。

## 鳥取県



### 【アドバイス】

全国トップレベルで、エイジングに伴う毛穴の目立ちが少なく、透明感があり、皮脂バランスの良い肌です。皮脂による毛穴目立ちも少なく、ニキビになりにくいことも特長です。紫外線にさらされる機会が少ないという好環境に支えられている鳥取県ですが、毎日UVケアは怠らずに。質の良い睡眠がとれる工夫をし、さらなる美肌を目指しましょう。

## 島根県



### 【アドバイス】

全国トップレベルで毛穴の目立ちが少ない島根県。美肌と関係の深いホルモンバランスも良好です。ストレス・イライラは睡眠の質の低下や、血液の巡りの悪さを招き、肌トラブルの原因に。散歩や運動を日課にするなど、気分をリフレッシュする工夫をしましょう。

## 岡山県

### 【アドバイス】

皮脂による毛穴の目立ちが少ない肌です。肌に影響を及ぼすストレスと上手に付き合い、ホルモンバランスも良好です。日照時間がやや長く、紫外線リスクにさらされる機会が多いので、夏以外も油断せずにUVケアを。

## 広島県



### 【アドバイス】

ニキビができにくく、ハリ要素の一つである「コラーゲン」の状態が良く、肌に様々なトラブルを招くストレスとも上手に付き合っています。エイジングによる毛穴目立ちも少ない肌です。全国平均よりもやや空気が乾燥気味で、日照時間も長いので、十分な保湿ケアと毎日UVケアを心がけましょう。

## 山口県

### 【アドバイス】

マスク生活になったことで、マスクによる肌のこすれや荒れが気になる人も多いと思いますが、山口県は“こすれ”に対して強い肌の特長です。寝つきが悪い、すっきり起きられない、眠りが浅いといった睡眠トラブルは、肌トラブルの原因にもなります。美肌を目指すためにも、睡眠の質の改善に取り組みましょう。

## 徳島県

### 【アドバイス】

シミの要因となる「メラニン」の量が全国平均よりも少ない肌です。肌に炎症を引き起こす可能性のあるマイクロダストに対する抵抗力も、徳島県は全国平均より高い肌です。日照時間が長い地域なので、UVケアは1年中怠らずに。睡眠は、時間と質の両面に注意して十分にとるようにすると、肌にも良い影響があるでしょう。

## 香川県

### 【アドバイス】

肌が赤くなったりヒリヒリしたりといった刺激や、マスクなどのこすれに対して強い肌です。秋から春にかけての日照時間が全国平均より長く、夏以外にも紫外線にさらされるリスクが高いため、夏ほど日差しが強くなくてもUVケアはしっかりと行いましょう。

## 愛媛県



### 【アドバイス】

皮脂による毛穴目立ちの少なさと、肌ポテンシャルの高さは、全国トップレベル。毛穴レスなうまい肌です。就寝ギリギリまでPCやスマホの画面を見るのをやめてみましょう。寝つきが良くなり、血液の巡りが改善されると肌にも良い影響があります。

## 高知県

### 【アドバイス】

肌に炎症を起こす危険性のあるマイクロダストに対して強く、うまい肌の高知県。夏が過ぎ紫外線ケアに油断しがちな秋冬ですが、高知県は秋冬の日照時間が長いいため、紫外線に要注意。運動不足で朝すっきり起きられないと感じている方が多いので、寝る前に軽く体を動かしてみましょう。良質の睡眠は美肌のためにも大切です。

## 福岡県

### 【アドバイス】

毛穴レスでうまい肌の特長。肌がヒリヒリしたり、赤くなったりするような刺激に対する抵抗力があります。空調のきいた部屋に長時間いると、血液やリンパの巡りが悪くなり、コリ・むくみがひどくなることも。ときどき軽く汗をかく程度の運動をして、肌にも酸素や栄養を巡らせるよう心がけましょう。

## 佐賀県



### 【アドバイス】

美肌とも関係が深いホルモンバランスが全国トップレベルで良好な佐賀県。ニキビリスクも低い肌です。1年を通して日照時間が全国平均をやや上回っており、紫外線に当たる機会が多いと回答された方も多くいます。毎日UVケアを怠らずに、シミ・シワリスクから肌を守るよう心がけましょう。

## 長崎県



### 【アドバイス】

長崎県は全国トップレベルでホルモンバランスが良いという特長があります。ヒリヒリする刺激にも強い肌です。空気に含まれる水分量を示す水蒸気密度が、年間を通して全国平均を上回るという好環境を味方に、肌トラブルを招く紫外線や空調などの風の当たりすぎに注意しましょう。

## 熊本県

### 【アドバイス】

皮脂由来で目立つ毛穴が少なく、ヒリヒリや赤み、こすれの刺激に対して強い肌です。夏が過ぎても熊本県は日照時間が長く、紫外線にさらされるリスクが高いため要注意。運動する人がホルモンバランスが良いという結果もあります。軽く汗をかく程度の運動習慣を取り入れ、美肌を目指しましょう。

## 大分県

### 【アドバイス】

大分県は、うるおいのある、皮脂バランスの良い肌の特長。シミの要因となる「メラニン」が少なく、肌ポテンシャルが高い肌です。秋冬は紫外線ケアの手を緩めがちですが、日照時間が全国平均よりやや上回っています。UVケアを忘れずに。肌にも様々なトラブルを招く可能性があるストレスも、上手に発散できる工夫を。

## 宮崎県



### 【アドバイス】

刺激に対する抵抗力・美肌と関係のあるホルモンバランスの良さ・ニキビのできにくさ・うるおいが全国トップレベルの宮崎県。年間を通じて、空気中の水分量を示す水蒸気密度が全国平均を上回るという恵まれた環境の一方で、10～12月の日照時間が長いということもあるので、UVケアをしっかりと。

## 鹿児島県

### 【アドバイス】

真皮の肌ポテンシャルが全国平均より高い鹿児島県。空気の乾燥はそれほど心配しなくても良い地域ですが、美肌の敵“紫外線”へのケアは、日照時間が全国平均より長い7～12月にかけては特に入念に。睡眠も肌と関係があるので、良質な睡眠が十分とれるように工夫しましょう。

## 沖縄県



### 【アドバイス】

ストレスや、肌が赤くなったり、ヒリヒリしたりする刺激に対し全国トップレベルで強い肌。沖縄県はホルモンバランスも良く、うるおいのある肌です。肌を取り巻く空気中の水分量は心配いらないので、特に夏の紫外線ケアはこまめに。バランスのとれた食事を心がけ、肌にも栄養が届くよう心がけましょう。

### 【参考資料】

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	5,009	東京都	17,005	滋賀県	6,477	香川県	2,196
青森県	1,581	神奈川県	11,860	京都府	11,192	愛媛県	3,291
岩手県	2,265	新潟県	3,208	大阪府	31,455	高知県	2,173
宮城県	2,121	富山県	2,282	兵庫県	11,958	福岡県	13,102
秋田県	2,987	石川県	3,505	奈良県	1,662	佐賀県	2,507
山形県	939	福井県	2,730	和歌山県	1,862	長崎県	1,157
福島県	2,496	山梨県	1,454	鳥取県	1,459	熊本県	2,735
茨城県	5,408	長野県	6,820	島根県	923	大分県	2,341
栃木県	1,637	岐阜県	11,983	岡山県	3,658	宮崎県	2,067
群馬県	5,855	静岡県	20,708	広島県	3,200	鹿児島県	2,258
埼玉県	14,501	愛知県	29,741	山口県	4,268	沖縄県	2,010
千葉県	10,259	三重県	3,690	徳島県	2,067	<b>合計</b>	<b>286,062</b>

### 水蒸気密度とは？

水蒸気密度とは、実際の大气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、気温が上がれば相対湿度は下がり、気温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℃の空気では、その水分量は1.9gと8.2gで4倍以上も違います。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、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<sup>(0.025c)</sup>)、b:相対湿度、c:気温]

## ●ポーラのパーソナライズドサービスブランド「APEX（アペックス）」

1989年に誕生。ひとりひとりが思い描く未来に自分らしい肌であるために、ポーラが分析・プロダクト・パートナーを通じて伴走者となり、様々なパーソナライズドサービスをお届けするブランド。

ポーラでは、30年以上にわたり肌を見続けてきたことで約2,000万件（2022年7月末現在）の肌ビッグデータを蓄積し、日々の研究、製品開発に活かしています。

### 【特徴】

- ①業界初・動画で肌表面を撮影し、肌の未来の可能性を分析。
- ②約2,000万件の肌のビッグデータから得たノウハウとAI技術を活用し、今と近い未来に現れやすい肌状態を分析。
- ③862万通りのフィッティングパターンから、お客さま一人ひとりに合ったアイテムを選ぶパーソナライズドサービスを実現。

<https://www.pola.co.jp/brand/apex/>



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。

**POLA**