

# あなたの安心

せっけんも合成洗剤も、主成分は油污れを落とす「界面活性剤」。では、違いは何？

せっけんは、動植物油脂に水酸化ナトリウムが水酸化力

リウムを加えて作られたもの。約5千年の歴史がある。

一方、合成洗剤は、せっけん以外の製法のすべての洗剤を指す。約80年前にドイツで開発され、今は石油のほか動植物油脂を使った製品も多い。

体や髪に使う洗剤は薬事法で規制され、安全性には十分配慮されている。

肌が弱い人は、香料や色素

などが刺激になることがある。添加物が少ない製品を選ぶことが一つのポイントだ。

薬学博士の田嶋晴彦さんは「ボディソープに比べて固形せっけんは添加物が少ない製品が多い」という。せっけん製品には成分表示に、脂肪酸ナトリウムを意味する「石ケン素地」や、脂肪酸カリウ

## 上手に洗う②

ムを意味する「カリ石ケン素地」と記されている。

緑茶や柿渋など天然素材をうたったせっけんが多く売られている。ただ、科学的に効能が裏付けられたものは少ないようだ。「嗜好品の傾向が強い」と専門家たちはみる。

体を洗う時の注意点は、強くこすりすぎず、洗いすぎないこと。肌を守る皮脂膜や、細胞の中の天然保湿成分まで洗い落とさないためだ。情報サイト「石鹸百科」(<http://www.live-science.co>)

ムを意味する「カリ石ケン素地」と記されている。緑茶や柿渋など天然素材をうたったせっけんが多く売られている。ただ、科学的に効能が裏付けられたものは少ないようだ。「嗜好品の傾向が強い」と専門家たちはみる。体を洗う時の注意点は、強くこすりすぎず、洗いすぎないこと。肌を守る皮脂膜や、細胞の中の天然保湿成分まで洗い落とさないためだ。情報サイト「石鹸百科」(<http://www.live-science.co>)

## 添加物少ない製品選びを

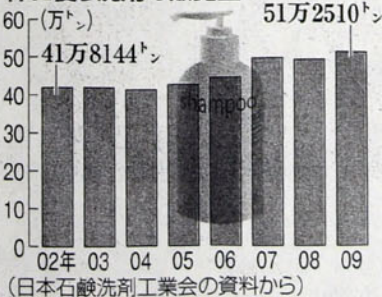
目)を運営する猪ノ口幹雄さんは「泡でやさしくなできるように洗えば、汚れや不要な

角質は十分落ちる」と話す。最近では、せっけんシャンプーを置く店が増えてきた。こ

## 肌にやさしい洗い方は？

- ① 強くこすらない
- ② 洗剤をよく洗い流す
- ③ 洗剤の添加物に注意

体に使う洗剤の販売量



● 頭髮用や液体洗剤が増え、固形せっけんが減っている

の手のシャンプーは弱アルカリ性。髪はアルカリ性になると、表面が立ち上がり、きしみの原因となる。

使う時のコツは？ せっけんメーカー、太陽油脂(横浜市)の長谷川治さんによると、お湯でまず汗やほこりをしっかり洗い流す。泡立てたシャンプーで髪と頭皮をやさしく洗い、よく洗い流してから、クエン酸など酸性の成分が入った専用のリンスを使う。「せっけんシャンプーと酸性のリンスを混ぜると油脂ができてベトベトしてしまうので、必ず別々に使いましう」(長谷川さん)