

# ジリジリ太陽も怖くない UVcare 7Days!

紫外線の季節！光のリスクが解き明かされつつある今こそ対策をアップデートするチャンス。

夏に“あるある”な1週間スケジュールに沿って、ベストな回避テクを紹介します。

Sunshine  
Sunshine  
Sunshine



148



## Column

本気で紫外線に抗いたいサマーシーズンはインナーケアも必須！  
体の内側に“抗酸化パワー”を蓄えれば、照りつく日差しも怖くない

“飲む日焼け止め”や美白ドリンクも習慣に。1 白いトマトに含まれる特殊なカロチノイド  
の力で酸化リスクを軽減。1日ひと粒のチャージで対策に。クリスタルトマトワン・ア  
・デイサプリメント 30粒 ¥14,800 (あおいクリニック銀座)

