



2026 年 1 月 28 日

大正健康ナビ、1/28 新着情報 「お肌の修復機能を高める、夜の効果的なスキンケアメソッドを研究で発見」を公開！



大正製薬株式会社（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、1 月 28 日に「お肌の修復機能を高める、夜の効果的なスキンケアメソッドを研究で発見」を新着公開しました。

当社では、かぜやタウリン、頭痛、熱中症などさまざまな疾患や成分、美容に関する調査を実施しています。その調査から明らかになった、皆さまにとって役立つ情報を「大正製薬が調査したお役立ち情報」として公開しております。

1 日のうちでも、夜はお肌の修復機能が最も高まる時間帯です。そんなお肌のゴールデンタイムである毎晩のスキンケア、肌の触れ方やクリームのテクスチャーを変えるだけでもお肌の修復機能が高まるのが当社の研究で分かりました。科学的根拠に基づく「夜のスキンケアメソッド」をご紹介します。

肌の修復機能を高める「3つのスキンケアメソッド」

日中、肌は紫外線、ストレスなどの影響によりダメージを受けており、これが肌を衰えさせる原因となっています。一方、夜間は自律神経の一種である副交感神経が優位になり、日中に受けたダメージを肌は自ら修復しようとします。

しかし、年齢を重ねると副交感神経の働きが低下し、夜間の肌修復機能が衰えてしまいます。そんなときにおすすめしたいのが、副交感神経を高める 3つのスキンケアメソッドです。

「香りを嗅ぐ、水平に塗り広げる、首元やデコルテまでのケア」を取り入れることで、夜間の肌修復

機能が高まることが期待できます。
本記事の効果的なメソッドで年齢を感じさせない肌を目指しましょう。

1 月 28 日 新着健康情報

お肌の修復機能を高める、夜の効果的なスキンケアメソッドを研究で発見

https://www.taisho-kenko.com/ingredient/62/?utm_source=newsletter&utm_medium=post&utm_campaign=20260128kennavi

<目次>

1. 人の肌の修復機能は夜間に高まる
2. 研究① 副交感神経が優位に働く「肌への触れ方」
3. 研究② 肌修復機能を高める「スキンケアメソッド3要素」
4. 研究③ スキンケアメソッド3要素に適した「テクスチャー」
5. 効果的なメソッドで、年齢を感じさせない肌を目指そう

大正健康ナビ: <https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、生活習慣病などのつらい症状、人には言いづらい悩みの原因、症状、改善や予防法をご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問にも専門医が分かりやすくお答えします。

★「大正健康ナビ X」https://x.com/selfcare_taisho

「いつまでも健康で美しく過ごしたい！」そんなあなたへ、健康お役立ち情報を楽しくお届けする大正製薬の公式アカウントです。「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、季節やトレンドに合わせた、あなたのお役に立つ健康情報を随時ご提供しています。

大正製薬について

当社は「人々の病気を予防し、健康を増進させたい。」こうした思いから大正元年に創業しました。以来、100 年以上にわたって生活者の皆さまの健康で豊かな暮らしの実現に貢献するために、病気の予防や治療、健康によりそうべく、医薬品から食品まで幅広い製品ラインアップで、皆さまのさまざまなニーズにお応えしてまいりました。昨今、健康意識が高まる生活者の皆さまのニーズが多様化しており、このような変化に柔軟に対応しながら高品質な製品とサービスを提供し続けることで、皆さまの健康に寄り添ってまいります。

<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

大正製薬株式会社 メディア推進部 03-6382-7304

梶田 寛文 h-kajita@taisho.co.jp

田中 秀治 shuj-tanaka@taisho.co.jp