

# タンニングマシン・ご利用上の安全基準 ③

## 4.タンニング後のケアについて

- タンニングの後にも、十分に水分を補給してください。  
(発汗によって脱水症状を起こす場合があります)
- タンニングの後は皮膚を冷まし、皮膚をこすったり、刺激しないでください。
- タンニングの後は、肌の保湿を心がけてください。  
(タンニング光線の熱によって肌が乾燥しやすくなります。保湿効果のあるジェルやクリームで肌のケアをしてください)
- 発疹やかゆみ、ひりひりとした痛み、水疱(すいほう)などの肌の異常が見られた場合や、目や体に異常を感じた場合は早めに医師にご相談ください。

## 5.その他の注意事項

- 同じ日に、日光浴とタンニングマシンの併用はできません。
- 下地づくりの場合  
海洋リゾートなどの日光の強い場所に行く前の下地づくりとしてご利用する場合は、最後のタンニングマシンのご利用から、2日以上の間を空けて、肌の状態を落ち着かせてから、現地に行くようにスケジュールを考えましょう。
- 太陽で日焼けした後  
太陽で日焼けした後に、タンニングマシンをご利用する場合、3日以上の間を空けた上で、肌の状態の確認が必要です。ヤケド日焼けをしている場合は、それがおさまるまでタンニングマシンのご利用はできません。

## 6.セーフティ タンニング 1-Week プログラム

当プログラムは、初めての利用や、長期間タンニングをしていなくて、下地のできてない人のための参考プログラムです。肌質にあったマシンとご利用時間の選択をおすすめします。

1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
短時間のタンニング	休息日	休息日	短時間のタンニング	休息日	短時間のタンニング	休息日

- \* 肌が弱い人、肌が白い状態の人は、紫外線出力の低いマシンを利用し、10分～20分程度の短時間で、お試しください。
- \* 休息日後、肌に赤みや、ヒリヒリ感がある場合は、それがおさまるまでさらに間を空けてください。
- \* 「タンニングの注意事項」をあわせて、ご覧ください。

## 8日目以降について

- 通常利用の場合  
8日目以降は、48時間(中一日)以上の間を空けて、肌の様子を見ながらご利用ください。