

# きみの肌は大丈夫？

～かんたん紫外線チェッカーで紫外線の強さを調べよう～

夏になるとプールや海・外で遊び、肌が小麦色に焼けたり、時には、焼きすぎてしまい、急に肌がヒリヒリ痛いという経験を誰もがしたことがあると思います。太陽光には、目に見えない紫外線が含まれており、その紫外線が、みなさんの肌を焼いているのです。

かんたん紫外線チェッカーを使えば、色の濃さで紫外線の強さを調べることができます。時刻や天気、季節によって、紫外線の強さがどうちがうか、また、紫外線を通すもの、通さないものを調べてみましょう。

## 1 紫外線は光のなかま

太陽の光の中には、目に見える光（可視光線）と目に見えない光（紫外線と赤外線など）があります。



## 2 役に立つ紫外線

紫外線は、人間の役に立っていることもあります。

### ① カルシウムの吸収

骨などをつくるカルシウムを吸収するためには、ビタミンDが必要です。ビタミンDは、皮ふに紫外線があたることによって吸収されやすくなります。

### ② 殺菌

紫外線には、細菌やウイルス、カビなどを殺すはたらきがあります。食品工場や病院などでは、紫外線を使った殺菌装置が使われています。



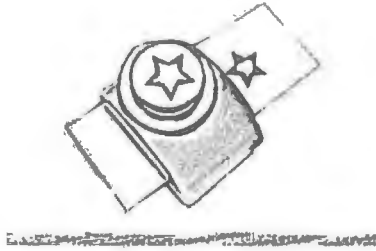
## 3 かんたん紫外線チェッカーを作ろう

### 【材料】

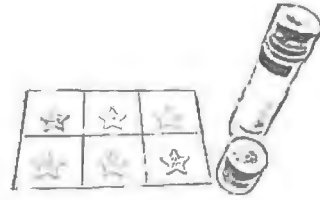
- 忍者絵の具（ピンク・紫・黄・赤紫・黄緑・青）
- 小さな容器（絵の具を入れるもの） ペットボトルのキャップなど
- 小筆または綿棒
- ケント紙（名刺大の大きさ1枚） ○ケント紙（8cm×4cmぐらい 1枚）
- 星型などの穴開けパンチ ○スティックのり ○名札ケース

### 【作り方】

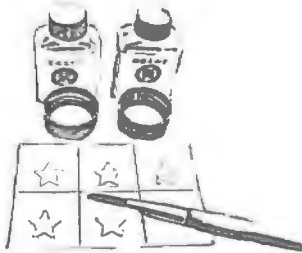
- ① 8cm×4cmの大きさのケント紙を星や花などの形の穴開けパンチで型抜きをする。  
(6枚)



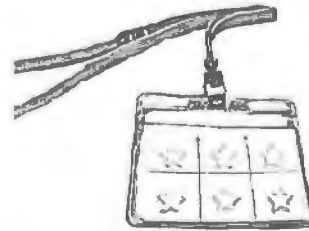
- ② 型抜きしたものを名刺大の大きさのケント紙に貼る。



- ③ 忍者絵の具をぬる。  
※日のあたるところでぬると分かりやすいよ。



- ④ 名札ケースに入れて完成。



## 4 紫外線の強さを調べよう

作った紫外線チェッカーを使って日光の紫外線の強さを調べてみよう。忍者絵の具は、紫外線が強いほど濃い色になります。紫外線の強さは、「測定できない・微・弱・中・強」の5段階で調べられます。色見本シートを見て、紫外線の強さを調べましょう。

測るときには名札ケースから出してね。

例えば・・・朝・昼・夜では？  
晴れ・くもり・雨の日では？  
日なたと日かげでは？

## 5 忍者はがきを作ろう

はがきに忍者絵の具を使って色をぬろう。忍者絵の具は、ふつうの絵の具と同じように色を混ぜて使うこともできます。日光にあてるとメッセージがうきでてるようにしてもおもしろいね。いろいろ工夫してみましょう。

