

平均気温 → 23.2℃

快適な気候は終わり、ジメジメと暑い6月

日照時間 → 187.2時間

入梅前の晴天は紫外線をたくさん含む

降水量 → 80.0mm

まだ本格的な雨や台風は少ない

平均湿度 → 66%

湿度は上がり、ジメジメした空気に

風向・風速 → 北西風・3.1m

風があまり吹かないこともジメッとした感じに拍車をかける

*このデータは、2007年・東京の気象を記録した気象庁のデータを基に作成しています。



日光量は少なくても
真夏並みの紫外線対策を

梅雨の時期は食事に気をつけて。抵抗力をつけておきましょう。かわい
い傘やレインブーツで楽しく梅雨を乗り切れるよ
うな工夫をしてみても？
気温が上がリ、湿った
空気とで汗がベタつきま
すので、放置せずに、こ
まめに汗を押さえるよう
にハンカチなどでふいて
下さい。汗をそのままに
して日光に当たると湿疹
ができることもあるので、
真夏と同様に紫外線ケア
が必要です。特に忘れが
ちな手や腕なども忘れな
いようにしましょう。夜
必要がなくなったら、メ
イクオフも早めにして肌
をいたわって。



J u n e

月

