

## 働く女性の「薄毛」に関する意識調査

長瀬産業株式会社／株式会社ナガセ ビューティケア

長瀬産業株式会社(本社:東京都中央区／代表取締役社長:朝倉 研二)の100%子会社である、株式会社ナガセ ビューティケア(東京都中央区日本橋小舟町5-1／代表取締役社長:丸岡 英樹)では、このたび、全国の20歳代～60歳代の薄毛が気になる働く女性を対象とした‘働く女性の「薄毛」に関する意識調査’と題したアンケート調査を実施いたしました(調査期間:2015年7月2日～3日、有効回答数500人)。ここに調査結果がまとまりましたのでご報告いたします。

### 働く女性が人知れず悩む「薄毛」 「誰かに相談したことはない」51%



「心配」「憂鬱」「なんとかしたい」一方、専門医への通院は3%以下  
「ストレスを溜めない」ことが大切だと思っても実践できないジレンマも

#### トピックス

- 自身の薄毛が気になる働く女性、「あきらかに薄毛」約2割、「やや薄毛」約5割  
「薄毛だと感じていない」人でも、「気になる」の回答が多く、  
年代問わず、将来的な薄毛の不安が浮き彫りとなる結果に
- 薄毛が気になる部分は、1位「分け目」、2位「つむじ」、3位「頭頂部」  
気になりだしたきっかけは、「ボリュームがなくなってきた」
- 人知れず悩む薄毛、「誰かに相談したことはない」回答が半数を占める
- 薄毛による気持ちや行動の変化  
「他人の視線が気になるようになった」、「他人の頭が気になるようになった」ともに約3割
- 髪・頭皮のために大切だと思っても行えていないこと  
1位「ストレスを溜めない」、2位「正しい食生活」、3位「睡眠をとる」
- 髪・頭皮のために行っていること、50代以上は育毛剤使用率が上がる
- 薄毛は「心配」や「憂鬱」、「なんとかしたい」  
深刻な悩みにも関わらず「専門医への通院」はわずか2.8%
- 男性の薄毛、「清潔感があればよいと思う」が1位

【この件に関するお問い合わせ先】

長瀬産業株式会社 ビューティケア製品事業部 広報担当 若山 TEL: 03-3665-3622  
E-mail: pr@nagase.co.jp ※調査結果はウェブサイト(<http://nbc.jp>)からご覧になれます。

## 働く女性の「薄毛」に関する意識調査の目的

お肌以上に、見た目の印象を左右する女性の髪。最近では、中高年女性用のヘアケア製品や、女性用の育毛剤・発毛剤も続々と発売されるなど、女性向けヘアケア市場が盛り上がりを見せています。そんな中、ナガセ ビューティケアでは、働く女性の薄毛に関する意識を探ります。今回の調査では、事前に「あなたは自分のこととして薄毛に対し、どのようなお気持ちに近いですか」と質問し、「気にしているが、対処はしていない」、「気にしており、対処している」とお答えいただいた、「薄毛が気になる」20代から60代の働く女性500人を対象としました。

## 働く女性の「薄毛」に関する意識調査の総括

### ■自身の薄毛が気になる働く女性、「あきらかに薄毛」が約2割、「やや薄毛」は約5割

薄毛が気になる働く女性に、「現在、ご自身の薄毛の状態はどの程度だと感じていますか」と質問したところ、約2割が「あきらかに薄毛だと感じている」(21.0%)と回答し、さらに5割近くが「やや薄毛だと感じている」(49.0%)と答えました。年代別に見てみると、意外にも20代で「薄毛だと感じている」(77.0%)との回答(「あきらかに薄毛だと感じている」17.0%、「やや薄毛だと感じている」60.0%)が最も多い結果となりました。(→調査結果の詳細はP. 5)

### ■現在、「薄毛だと感じていない」人でも、「気になる」の回答が多く

#### 年代問わず、将来的な薄毛の不安が浮き彫りとなる結果に

「ご自身の薄毛がどの程度気になりますか」と質問したところ、8割以上が「気になる」(82.8%)と回答しました(「とても気になる」28.2%、「やや気になる」54.6%)。また、【1】「現在、ご自身の薄毛の状態はどの程度だと感じていますか」の質問に、「そこまで薄毛だと感じていない」、「いまは薄毛だと感じていない」と答えた150人においても、約半数が薄毛については「気になる」と回答し(「とても気になる」2.7%、「やや気になる」49.3%)、薄毛の状態に関わらず、薄毛を気にしている人が多い結果となりました。さらに、【12】「ご自身の薄毛について思うことを、なんでも結構ですので教えてください」という質問に対しても、年代問わず将来的な薄毛の不安の回答が目立ちました。

(→調査結果の詳細はP. 5)

### ■薄毛が気になる部分は、「分け目」、「つむじ」、「頭頂部」

#### 気になりだしたきっかけは「ボリュームがなくなってきた」、「分け目が目立つようになってきた」

薄毛の気になる部分を質問したところ、「分け目」(56.2%)が1位となり、次いで「つむじ」(35.6%)、「頭頂部」(32.0%)があがりました。年代別に見てみると、どの年代も「分け目」が1位にあがり、40代からは「頭頂部」が上位にあがる傾向が見られました。また、薄毛が気になりだしたきっかけを質問したところ、「ボリュームがなくなってきた」(59.4%)が1位となり、「分け目が目立つようになってきた」(53.4%)、「抜け毛が気になるようになってきた」(48.4%)が続きました。さらに、誰に指摘されたかを質問すると、「母」(29.3%)が1位にあがり、次いで「同性の友人」(18.7%)、「夫」(17.3%)があがりました。(→調査結果の詳細はP. 6、7)

### ■人知れず悩む薄毛、「誰かに相談したことはない」回答が半数を占める

薄毛について、誰かに相談したことがあるかどうかを質問したところ、約半数が「誰かに相談したことはない」(51.0%)と回答しました。【2】で、薄毛の状態に関わらず、多くの人が薄毛を気にしている結果となりましたが、誰にも相談したことの無い現状が浮かびあがりました。

(→調査結果の詳細はP. 8)

### ■薄毛による気持ちや行動の変化、「他人の視線が気になるようになった」

#### ■「他人の頭が気になるようになった」ともに約3割

薄毛による気持ちや行動の変化を聞いてみると、「他人の視線が気になるようになった」(30.8%)が1位、続いて2位に「他人の頭が気になるようになった」(29.6%)があがりました。また、年代別に見てみると、30代で唯一「自分に自信が持てなくなった」(37.0%)が1位となりました。

(→調査結果の詳細は P. 9)

### ■薄毛に影響していると思うこと、1位「加齢」、2位「ストレス」

「ご自身のことや生活・行動習慣であってはまること／一般的に薄毛に影響していると思うこと」を質問してみると、どちらにおいても、1位に「加齢」(「生活・行動習慣」70.6%、「薄毛に影響」63.8%)、2位に「ストレス・精神的疲労がある」(「生活・行動習慣」58.4%、「薄毛に影響している」53.8%)があがりました。「加齢」や「ストレス・精神的疲労」は日々の生活で実感しており、それは「薄毛」にも影響していると感じている働く女性が多いことが分かりました。

(→調査結果の詳細は P. 10)

### ■髪・頭皮のために大切だと思っけていても行えていないことは、

#### ■「ストレスを溜めない」、「正しい食生活」、「睡眠をとる」

#### ■実際に行っていることは、手軽に行える「日傘を使う」、「帽子を被る」

「髪・頭皮のために大切だと思っけて、また実際に行っていることを教えてください」と質問したところ、「大切だと思っけて」では、「ストレスを溜めない」(80.2%)が1位。次いで、「正しい食生活」(77.2%)、「睡眠をとる」(75.2%)があがりました。一方、「実際に行っていること」では、「頭皮マッサージ」が1位(32.4%)、次いで、「正しい食生活」(27.8%)、「睡眠をとる」(26.4%)があがりました。

大切だと思っけていることと実際に行っていることの差を見てみると、「ストレスを溜めない」、「正しい食生活」、「睡眠をとる」で差が大きく、大切だと思っけていても、実際にはなかなか行えていない現状が浮かび上がりました。また、「日傘を使う」、「帽子を被る」は、大切だと思っけており、実際に手軽に行えていることだとわかりました。

(→調査結果の詳細は P. 11、12)

### ■薄毛は「心配」や「憂鬱」、「なんとかしたい」

#### ■深刻な悩みにも関わらず「専門医への通院」は2.8%

「ご自身の薄毛について思っけて、なんでも結構ですので教えてください。」と質問したところ、年代問わず、将来的な薄毛の不安が浮き彫りとなり、「心配」や「憂鬱」、「なんとかしたい」など深刻な悩みであることがわかる回答が多く見受けられました。しかし、【11】の髪や頭皮のために実際に行っていることで「専門医に通院する・処方薬を飲む」は2.8%しかおらず、薄毛は深刻な悩みであるにも関わらず、なかなか治療へ行くまでの行動には至っていないことが分かりました。

(→調査結果の詳細は P. 13)

### ■薄毛が気になる働く女性からみた男性の薄毛、「清潔感があればよいと思う」が1位

「女性から見た男性の薄毛について、あなたの気持ちに近いものをお選びください」と質問したところ、「清潔感があればよいと思う」(58.4%)が1位。次いで「本人のキャラクターに合っけていれればよいと思う」(38.8%)、「さまざまな理由(加齢、ストレス等)があるので仕方ない」(36.2%)があがりました。

(→調査結果の詳細は P. 14)

## 働く女性の「薄毛」に関する意識調査

### 【調査概要】

アンケート対象：全国の「薄毛」が気になる有職女性500名

年齢：20歳代～60歳代(20代100人、30代100人、40代100人、50代100人、60代100人)

地域：全国

調査方法：インターネットによるアンケート記入式

調査時期：2015年7月2日～3日

### 【調査項目一覧】

- 【1】現在、ご自身の「薄毛」の状態はどの程度だと感じていますか。……………P.5
- 【2】現在、ご自身の「薄毛」の状態について、どの程度気になりますか。……………P.5
- 【3】「薄毛」が気になる部分はどこですか。……………P.6
- 【4】「薄毛」が気になりだしたのは何歳からですか。……………P.6
- 【5】「薄毛」が気になりだしたきっかけは何ですか。……………P.7
- 【6】最初に「薄毛」を指摘した人はだれですか。……………P.7
- 【7】「薄毛」について誰かに相談したことはありますか。……………P.8
- 【8】「薄毛」を解消できるとしたら、月にいくらまでなら払いたいと思いますか。……………P.8
- 【9】「薄毛」によるご自身の気持ちや行動の変化がありましたら教えてください。……………P.9
- 【10】ご自身のことや生活・行動習慣であてはまること／一般的に「薄毛」に影響している  
と思うことをお答えください。……………P.10
- 【11】髪または頭皮のために大切だと思うこと、また実際に行っていることを教えてください。……………P.11,12
- 【12】ご自身の「薄毛」について思うことを、なんでも結構ですでお聞かせください。……………P.13
- 【13】女性から見た男性の「薄毛」について、あなたの気持ちに近いものをお選びください。……………P.14

**【1】 現在、ご自身の「薄毛」の状態はどの程度だと感じていますか。(単一回答・%)**

**薄毛が気になる働く女性  
自分は「あきらかに薄毛」が約2割、「やや薄毛」は約5割**

薄毛が気になる働く女性に、「現在、ご自身の薄毛の状態はどの程度だと感じていますか」と質問したところ、約2割が「あきらかに薄毛だと感じている」(21.0%)と回答し、さらに5割近くが「やや薄毛だと感じている」(49.0%)と答えました。年代別に見てみると、意外にも20代で「薄毛だと感じている」(77.0%)との回答(「あきらかに薄毛だと感じている」17.0%、「やや薄毛だと感じている」60.0%)がもっとも多い結果となりました。

**【全体(%)】**



**【2】 現在、ご自身の「薄毛」の状態について、どの程度気になりますか。(単一回答・%)**

**現在、「薄毛だと感じていない」人でも「気になる」の回答が多く  
年代問わず、将来的な薄毛の不安が浮き彫りとなる結果に**

「ご自身の薄毛がどの程度気になりますか」と質問したところ、8割以上が「気になる」(82.8%)と回答しました(「とても気になる」28.2%、「やや気になる」54.6%)。年代別に見てみると、40代で「気になる」と回答した人が最も多い結果となりました。

また、【1】で、「そこまで薄毛だと感じていない」、「いまは薄毛だと感じていない」と答えた150人においても、約半数が薄毛については「気になる」と回答し(「とても気になる」2.7%、「やや気になる」49.3%)、薄毛の状態に関わらず、薄毛を気にしている人が多い結果となりました。

さらに、【12】「ご自身の薄毛について思うことを、なんでも結構ですので教えてください」という質問に対しても、年代問わず将来的な薄毛への不安が浮き彫りとなる回答が目立ちました。

**【全体(%)】**



**■【1】で薄毛だと感じていない人の回答【n=150(%)】**

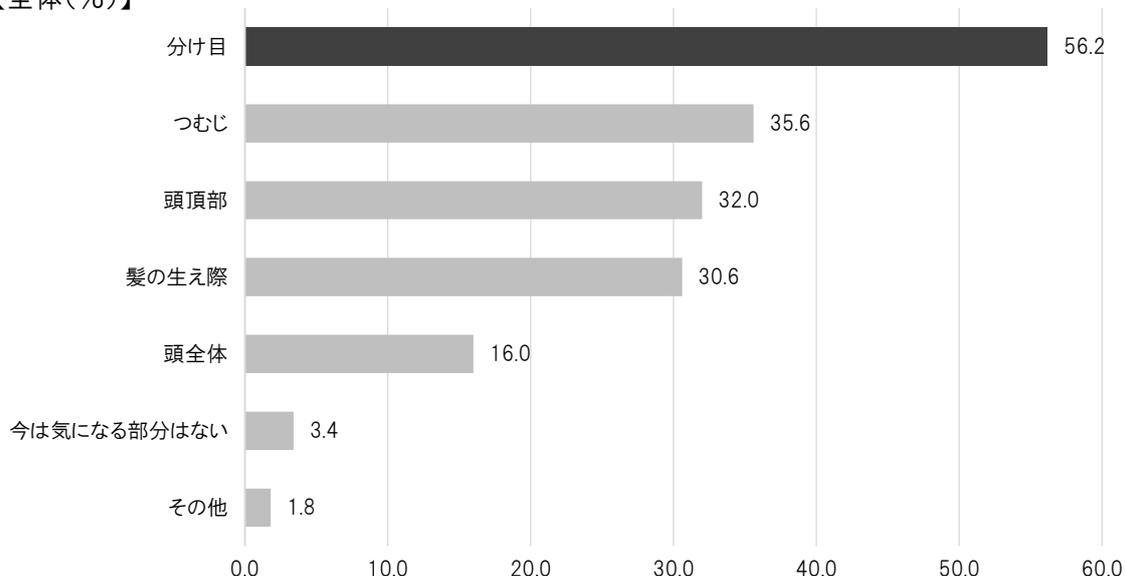
そこれまで「薄毛」だと感じていない いまは「薄毛」だと感じていない	とても気になる	やや気になる	あまり気にならない	気にならない
	2.7	49.3	42.0	6.0

**【3】「薄毛」が気になる部分はどこですか。(複数回答・%)**

**薄毛が気になる働く女性  
気になる部分は「分け目」、「つむじ」、「頭頂部」**

薄毛の気になる部分を質問したところ、「分け目」(56.2%)が1位となり、次いで「つむじ」(35.6%)、「頭頂部」(32.0%)があがりました。年代別に見てみると、どの年代も「分け目」が1位にあがり、40代からは「頭頂部」が上位にあがる傾向が見られました。

**【全体(%)】**



**【年代別(%)】**

20代			30代		
1	分け目	54.0	1	分け目	62.0
2	つむじ	36.0	2	つむじ	41.0
3	髪の毛の生え際	35.0	3	髪の毛の生え際	38.0

40代			50代			60代		
1	分け目	54.0	1	分け目	61.0	1	分け目	50.0
2	頭頂部	38.0	2	つむじ	35.0	2	頭頂部	40.0
3	つむじ	33.0	3	頭頂部	30.0	3	つむじ	33.0

**【4】「薄毛」が気になりだしたのは何歳ですか。(自由回答・歳)**

続いて、薄毛が気になりだした年齢を質問してみると、平均値で、20代では20.8歳、30代では29.1歳、40代では36.2歳、50代では44.9歳、60代では50.4歳という結果になりました。

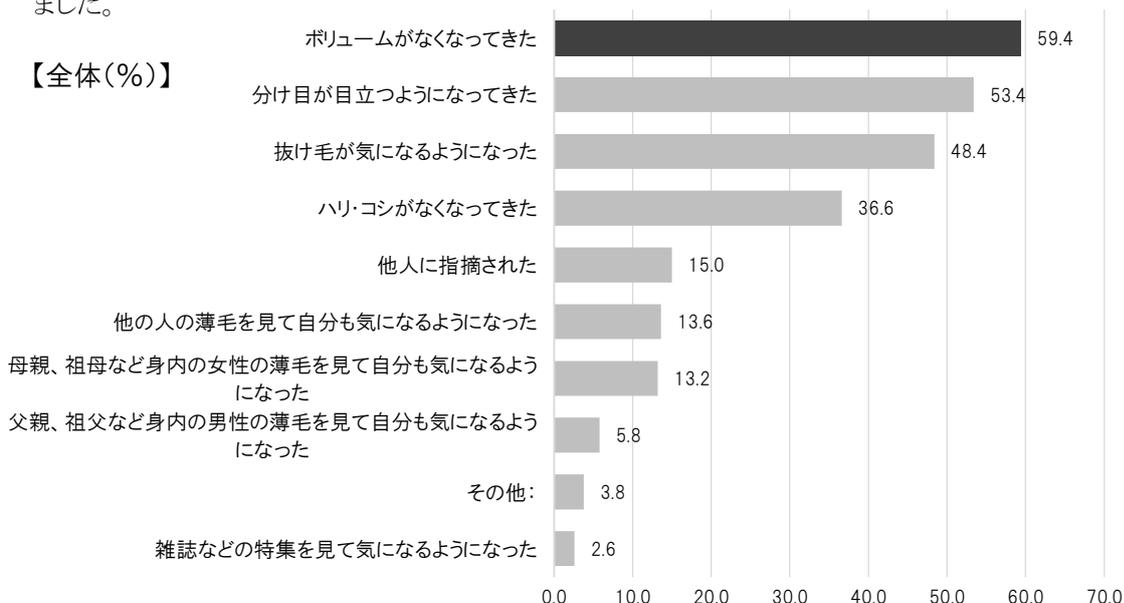
**■年代別の平均値**

20代	20.8歳
30代	29.1歳
40代	36.2歳
50代	44.9歳
60代	50.4歳

【5】「薄毛」が気になりだしたきっかけは何ですか。(複数回答・%)

**薄毛が気になりだしたきっかけは「ボリュームがなくなってきた」、「分け目が目立つようになってきた」**

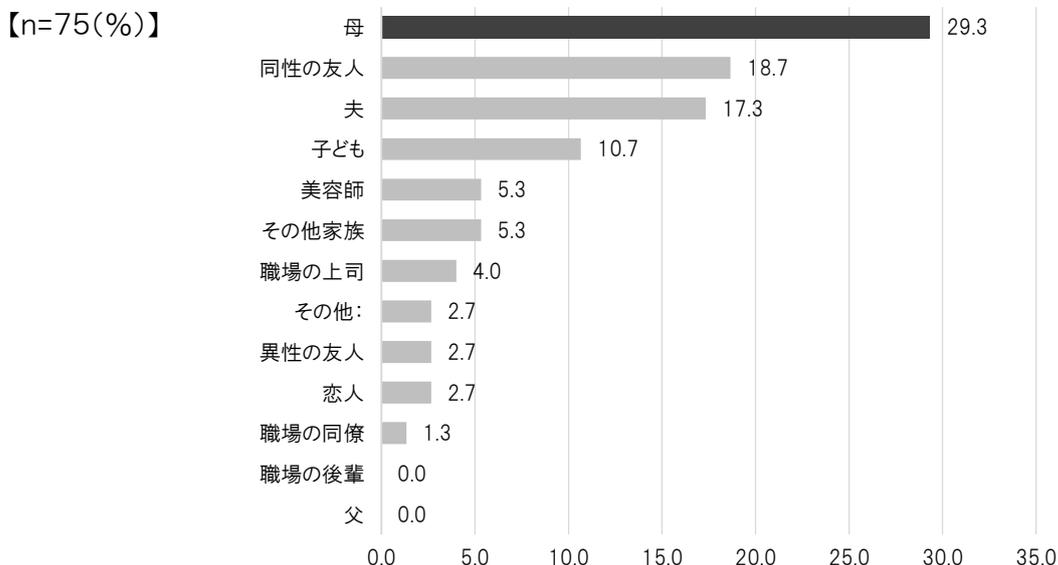
薄毛が気になりだしたきっかけを質問したところ、「ボリュームがなくなってきた」(59.4%)が1位となり、「分け目が目立つようになってきた」(53.4%)、「抜け毛が気になるようになってきた」(48.4%)が続きました。



【6】最初に「薄毛」を指摘した人はだれですか。(単一回答・%)

**薄毛を指摘されたのは、「母」が1位**

【5】で「他人に指摘された」と回答した人に、誰に指摘されたかを質問すると、「母」(29.3%)が1位にあがり、次いで「同性の友人」(18.7%)、「夫」(17.3%)があがりました。

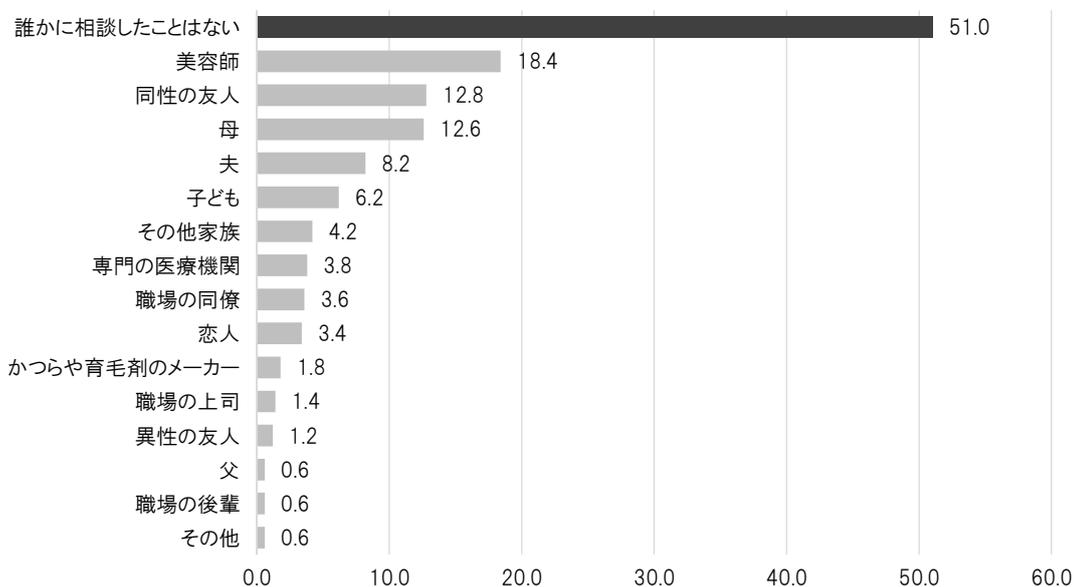


**【7】「薄毛」について誰かに相談したことはありますか。(複数回答・%)**

**人知れず悩む薄毛  
「誰かに相談したことはない」回答が半数を占める**

薄毛について、誰かに相談したことがあるかどうかを質問したところ、約半数が「誰かに相談したことはない」(51.0%)と回答しました。【2】で、薄毛の状態に関わらず、薄毛を気にする人が多い結果となりましたが、誰にも相談したことがない現状が浮かび上がりました。

【全体(%)】



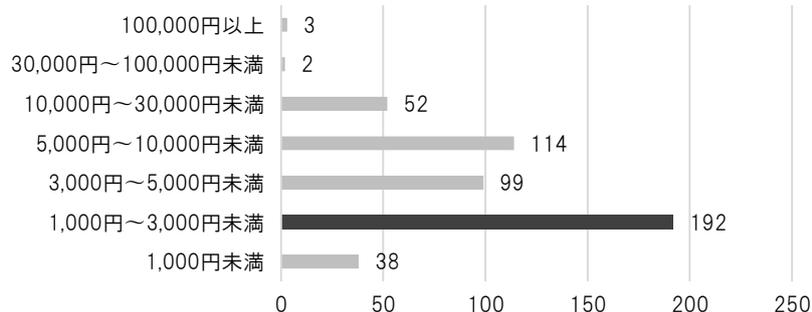
**【8】「薄毛」を解消できるとしたら、月にいくらまでなら払いたいですか。  
(自由回答・円)**

**薄毛を解消するためにつけられる金額は、  
平均4,266円／月**

「薄毛を解消できるとしたら、月にいくらまでなら払いたいですか」という質問に対して自由にお答えいただいたところ、平均で月4,266.98円となり、最大では100,000円の回答がありました。また、分布を見てみると、「1,000円～3,000円未満」と回答した人が最も多い結果となりました。

平均値:4,266.98円  
最大値:100,000円

【全体(人)】

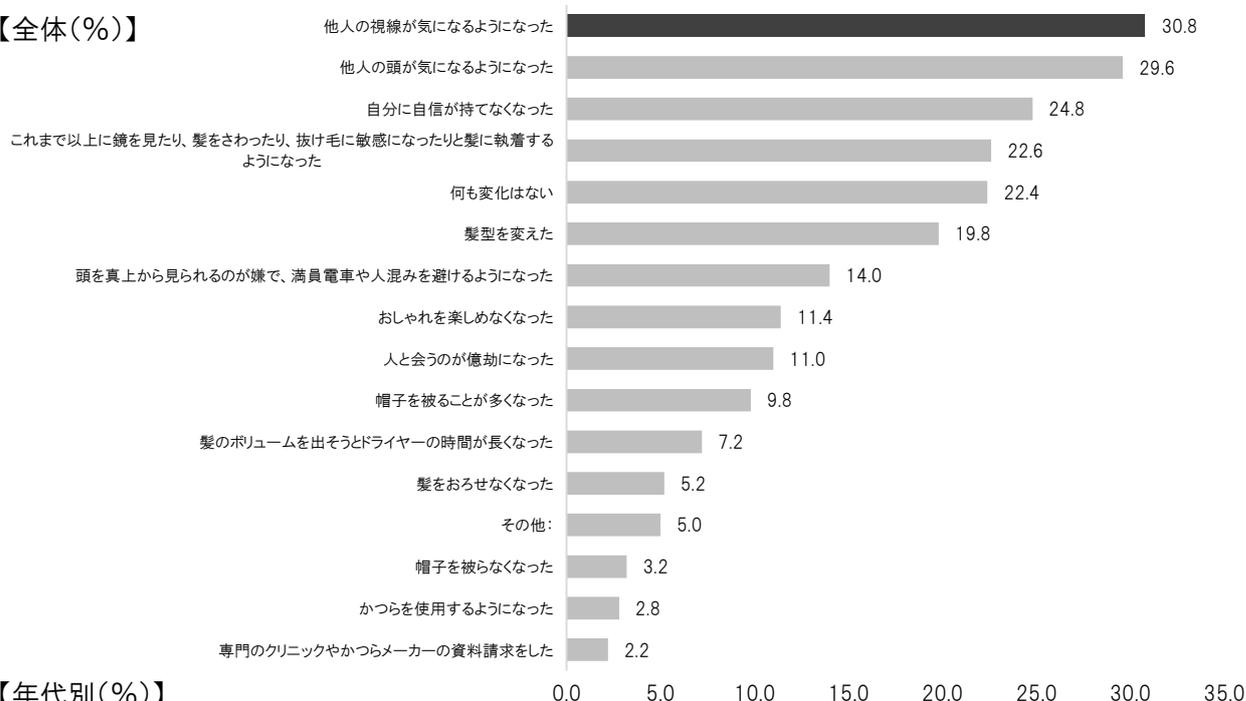


【9】「薄毛」によるご自身の気持ちや行動の変化がありましたら教えてください。  
(複数回答・%)

## 薄毛による気持ちや行動の変化 「他人の視線が気になるようになった」 「他人の頭が気になるようになった」ともに約3割

薄毛による気持ちや行動の変化を聞いてみると、「他人の視線が気になるようになった」(30.8%)が1位、続いて2位に「他人の頭が気になるようになった」(29.6%)があがりました。また、年代別に見てみると、30代で唯一「自分に自信が持てなくなった」(37.0%)が1位となりました。

### 【全体(%)】



### 【年代別(%)】

#### 20代

1	他人の頭が気になるようになった	34.0
2	他人の視線が気になるようになった	32.0
2	これまで以上に鏡を見たり、髪をさわったり、抜け毛に敏感になったり髪に執着するようになった	32.0
4	自分に自信が持てなくなった	31.0
5	髪型を変えた	21.0

#### 40代

1	他人の視線が気になるようになった	33.0
2	他人の頭が気になるようになった	29.0
3	自分に自信が持てなくなった	25.0
4	これまで以上に鏡を見たり、髪をさわったり、抜け毛に敏感になったり髪に執着するようになった	19.0
5	髪型を変えた	17.0

#### 60代

1	他人の頭が気になるようになった	32.0
2	これまで以上に鏡を見たり、髪をさわったり、抜け毛に敏感になったり髪に執着するようになった	23.0
3	他人の視線が気になるようになった	21.0
3	髪型を変えた	20.0
5	自分に自信が持てなくなった	14.0
5	帽子を被ることが多くなった	14.0

#### 30代

1	自分に自信が持てなくなった	37.0
2	他人の視線が気になるようになった	33.0
3	これまで以上に鏡を見たり、髪をさわったり、抜け毛に敏感になったり髪に執着するようになった	26.0
3	他人の頭が気になるようになった	26.0
5	髪型を変えた	25.0

#### 50代

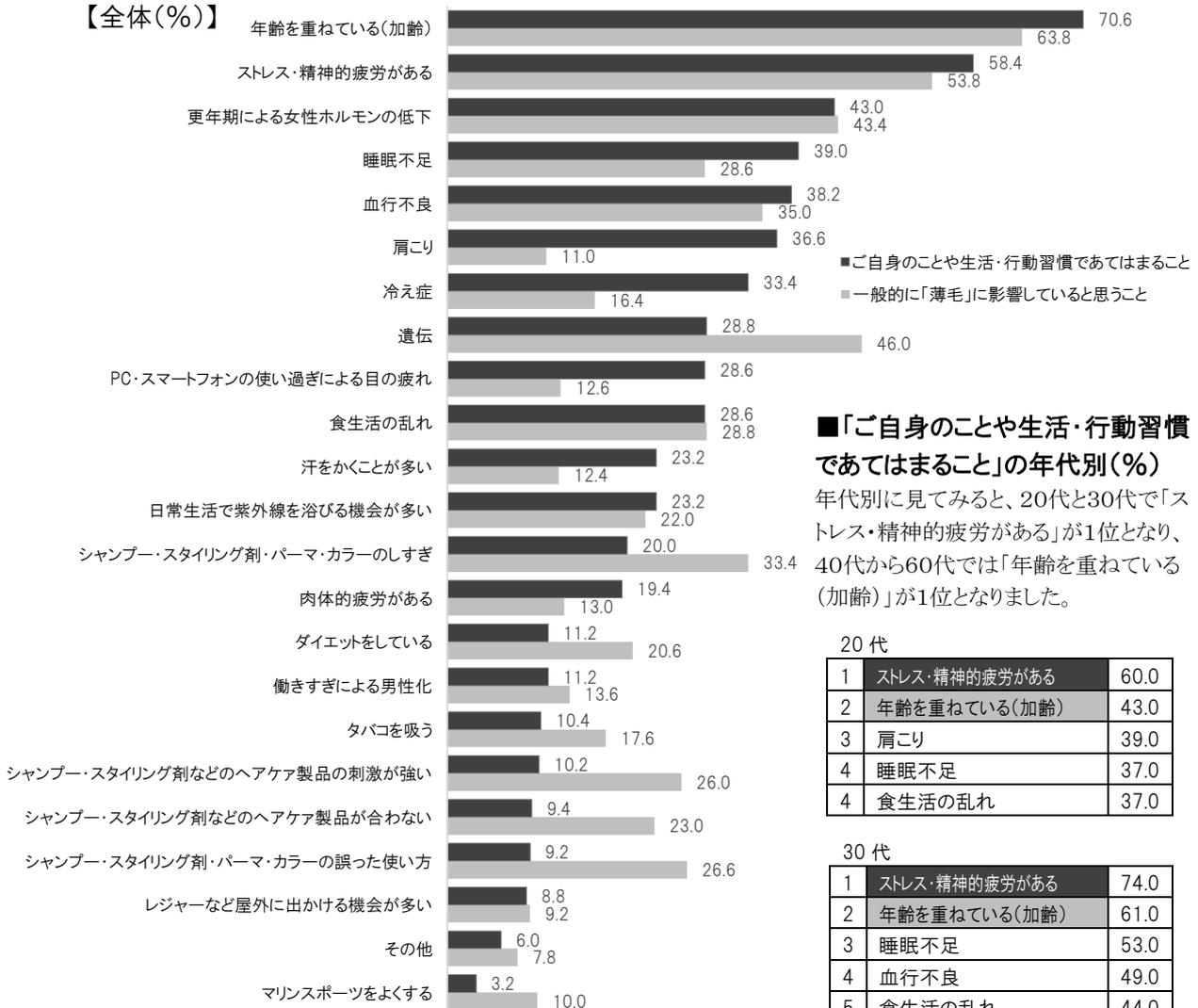
1	他人の視線が気になるようになった	35.0
2	他人の頭が気になるようになった	27.0
3	自分に自信が持てなくなった	17.0
4	髪型を変えた	16.0
5	これまで以上に鏡を見たり、髪をさわったり、抜け毛に敏感になったり髪に執着するようになった	13.0
5	頭を真上から見られるのが嫌で、満員電車や人混みを避けるようになった	13.0

【10】ご自身のことや生活・行動習慣であてはまること／一般的に「薄毛」に影響していると思うことをお答えください。(複数回答・%)

## 自分の生活・行動習慣にあてはまること 薄毛に影響していると思うこと ともに1位「加齢」、2位「ストレス・精神的疲労」

「ご自身のことや生活・行動習慣であてはまること／一般的に薄毛に影響していると思うこと」を質問してみると、どちらにおいても、1位に「加齢」(「生活・行動習慣」70.6%、「薄毛に影響」63.8%)、2位に「ストレス・精神的疲労がある」(「生活・行動習慣」58.4%、「薄毛に影響している」53.8%)があがりました。「加齢」や「ストレス・精神的疲労」は日々の生活で実感しており、それは「薄毛」にも影響していると感じている働く女性が多いことが分かりました。

### 【全体(%)】



### ■「ご自身のことや生活・行動習慣であてはまること」の年代別(%)

年代別に見てみると、20代と30代で「ストレス・精神的疲労がある」が1位となり、40代から60代では「年齢を重ねている(加齢)」が1位となりました。

#### 20代

1	ストレス・精神的疲労がある	60.0
2	年齢を重ねている(加齢)	43.0
3	肩こり	39.0
4	睡眠不足	37.0
4	食生活の乱れ	37.0

#### 30代

1	ストレス・精神的疲労がある	74.0
2	年齢を重ねている(加齢)	61.0
3	睡眠不足	53.0
4	血行不良	49.0
5	食生活の乱れ	44.0

#### 40代

1	年齢を重ねている(加齢)	79.0
2	ストレス・精神的疲労がある	60.0
3	更年期による女性ホルモンの低下	49.0
4	血行不良	43.0
5	肩こり	38.0

#### 50代

1	年齢を重ねている(加齢)	87.0
2	更年期による女性ホルモンの低下	67.0
3	ストレス・精神的疲労がある	52.0
4	血行不良	35.0
5	睡眠不足	34.0

#### 60代

1	年齢を重ねている(加齢)	83.0
2	ストレス・精神的疲労がある	46.0
3	更年期による女性ホルモンの低下	41.0
4	睡眠不足	34.0
5	肩こり	32.0

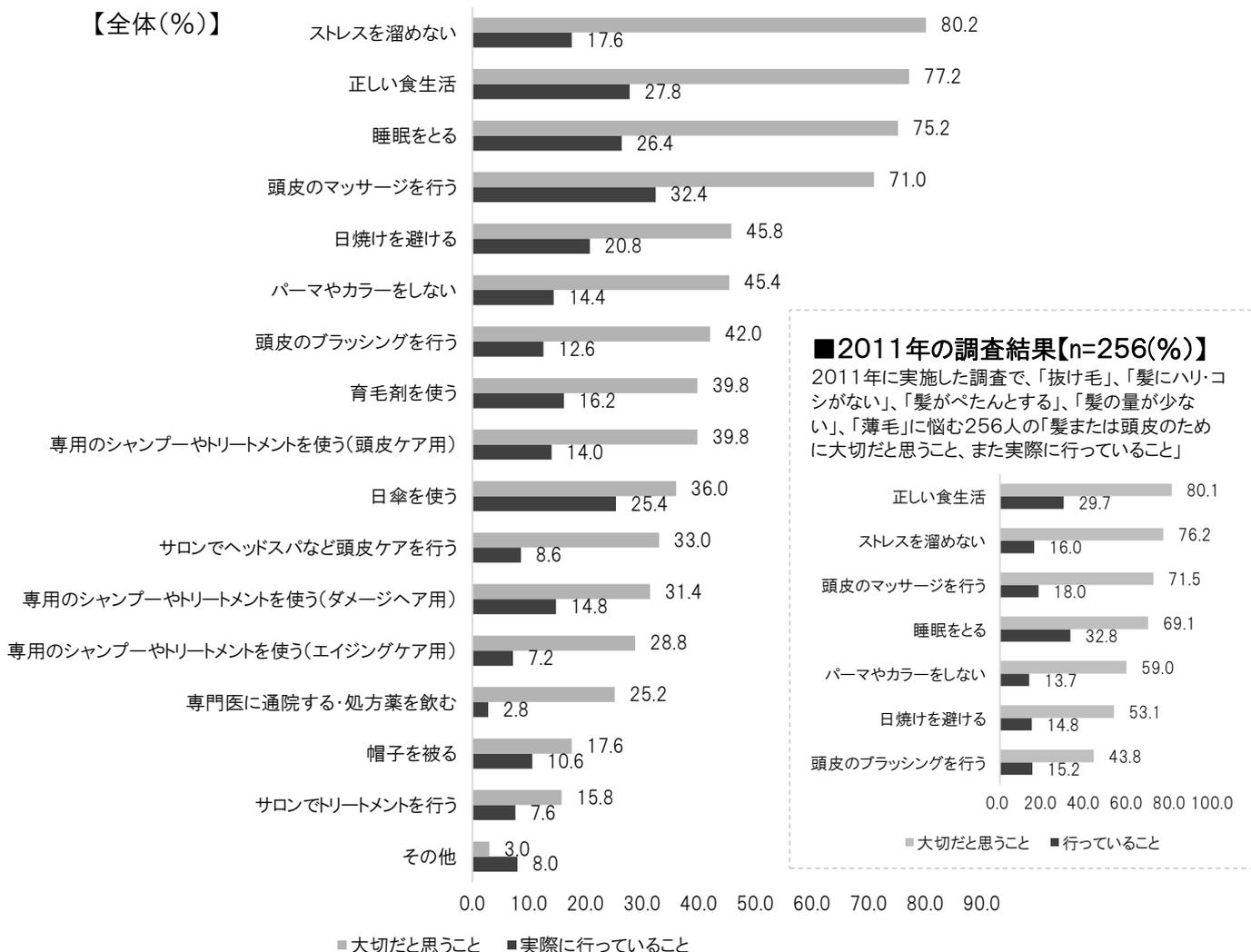
【11】 髪または頭皮のために大切だと思うこと、また実際に行っていることを教えてください。  
(複数回答・%)

## 髪・頭皮のために大切だと思っけていても行えていないこと 「ストレスを溜めない」、「正しい食生活」、「睡眠をとる」 実際に行っていることは 手軽に行える「日傘を使う」、「帽子を被る」

「髪・頭皮のために大切だと思うこと、また実際に行っていることを教えてください」と質問したところ、「大切だと思うこと」では、「ストレスを溜めない」(80.2%)が1位。次いで、「正しい食生活」(77.2%)、「睡眠をとる」(75.2%)があがりました。一方、「実際に行っていること」では、「頭皮マッサージ」が1位(32.4%)、次いで、「正しい食生活」(27.8%)、「睡眠をとる」(26.4%)があがりました。

大切だと思っていることと実際に行っていることの差を見てみると、「ストレスを溜めない」、「正しい食生活」、「睡眠をとる」で差が大きく、大切だと思っけていても、実際にはなかなか行えていない現状が浮かび上がりました。

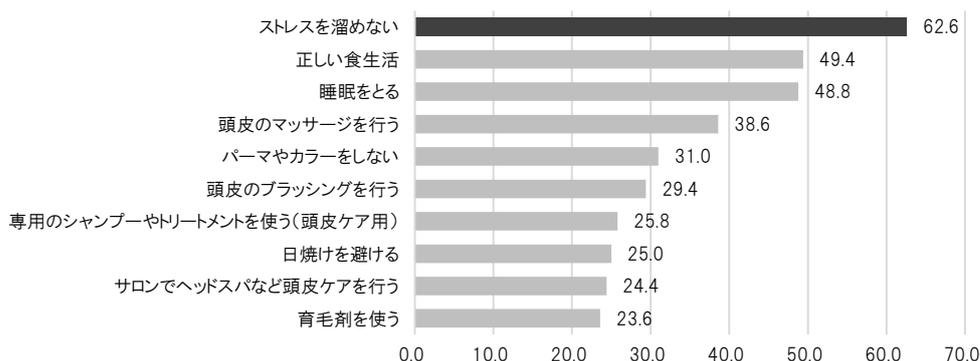
また、2011年の調査で、「抜け毛」、「髪にハリ・コシがない」、「髪がぺたんとする」、「髪の量が少ない」、「薄毛」に悩む256人の「大切だと思うこと、実際に行っていること」を見てみると、「実際に行っていること」では、「睡眠をとる」(32.8%)が1位、次いで「正しい食生活」(29.7%)、「頭皮のマッサージを行う」(18.0%)という結果でした。



■髪または頭皮のために大切だと思っても、実際には行えていないこと

【11】の「髪または頭皮のために大切だと思うこと」と「実際に行っていること」の差を見てみると、「ストレスを溜めない」が1位、次いで「正しい食生活」、「睡眠をとる」が続いて差が大きく、大切だと思っても実際にはなかなか行えていないことが分かりました。また、「帽子を被る」や「日傘を使う」は、大切だと思っており、実際に手軽に行えていることであることが分かりました。（「帽子を被る」の差:7.0%、「日傘を使う」の差:10.6%）

◇「髪または頭皮のために大切だと思うこと」と「実際に行っていること」の差(全体・%)



■「髪または頭皮のために大切だと思うこと、また実際に行っていること」の年代別

年代別に見てみると、大切だと思うことには、どの年代でも「ストレスを溜めない」が上位にあがりましたが、実際に行っていることではどの年代も上位にあがらず、解決できていない実態が浮かび上がりました。さらに、実際に行っていることにおいては、50代と60代で「育毛剤を使う」が上位にあがりました。

◇「髪または頭皮のために大切だと思うこと」の年代別(全体・%)

20代			30代			40代		
1	正しい食生活	82.0	1	ストレスを溜めない	87.0	1	睡眠をとる	80.0
2	睡眠をとる	80.0	2	正しい食生活	78.0	1	ストレスを溜めない	80.0
3	ストレスを溜めない	78.0	3	頭皮のマッサージを行う	76.0	3	正しい食生活	77.0
4	頭皮のマッサージを行う	61.0	4	睡眠をとる	75.0	4	頭皮のマッサージを行う	76.0
5	パーマやカラーをしない	46.0	5	パーマやカラーをしない	59.0	5	日焼けを避ける	50.0
50代			60代					
1	ストレスを溜めない	79.0	1	ストレスを溜めない	77.0			
2	正しい食生活	73.0	2	正しい食生活	76.0			
3	睡眠をとる	71.0	3	頭皮のマッサージを行う	72.0			
4	頭皮のマッサージを行う	70.0	4	睡眠をとる	70.0			
5	日焼けを避ける	40.0	5	育毛剤を使う	51.0			

◇「実際に行っていること」の年代別(全体・%)

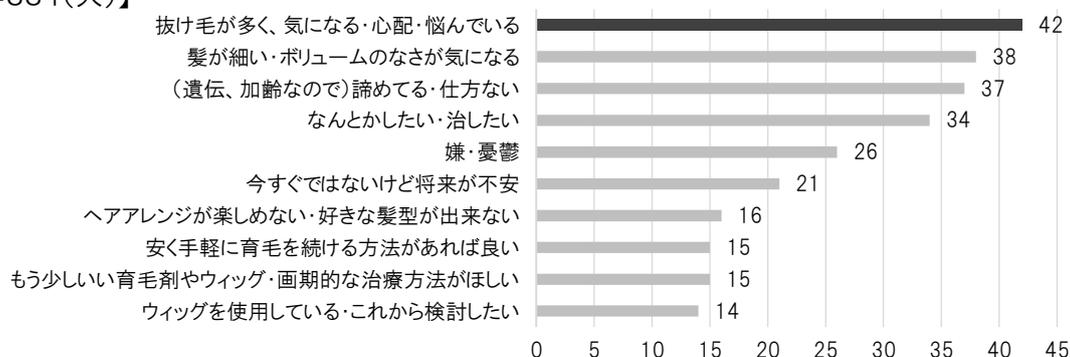
20代			30代			40代		
1	睡眠をとる	27.0	1	頭皮のマッサージを行う	36.0	1	頭皮のマッサージを行う	37.0
2	頭皮のマッサージを行う	25.0	2	日傘を使う	32.0	2	正しい食生活	27.0
3	正しい食生活	24.0	3	睡眠をとる	29.0	2	日傘を使う	27.0
4	日焼けを避ける	15.0	4	日焼けを避ける	27.0	4	睡眠をとる	25.0
4	日傘を使う	15.0	5	正しい食生活	24.0	5	日焼けを避ける	20.0
50代			60代					
1	頭皮のマッサージを行う	31.0	1	正しい食生活	38.0			
2	日焼けを避ける	27.0	2	頭皮のマッサージを行う	33.0			
2	育毛剤を使う	27.0	3	睡眠をとる	32.0			
2	日傘を使う	27.0	4	育毛剤を使う	30.0			
5	正しい食生活	26.0	5	日傘を使う	26.0			

【12】ご自身の「薄毛」について思うことを、なんでも結構ですので教えてください。  
(自由回答・人)

## 薄毛は「心配」や「憂鬱」、「なんとかしたい」 深刻な悩みにも関わらず「専門医への通院」は2.8%

「ご自身の薄毛について思うことを、なんでも結構ですので教えてください。」と質問したところ、年代問わず、将来的な薄毛の不安が浮き彫りとなり、「心配」や「憂鬱」、「なんとかしたい」など深刻な悩みであることがわかる回答が多く見受けられました。しかし、【11】の髪や頭皮のために実際に行っていることで「専門医に通院する・処方薬を飲む」は2.8%しかおらず、薄毛は深刻な悩みであるにも関わらず、治療へ行くまでの行動には至っていないことが分かりました。

【n=334(人)】



### 自由回答より一部抜粋

#### 20代

「元々髪の毛が細い、ボリュームがない」などの意見が目立つ

- ・毛が細いのでぺちゃんこになる、ボリュームが出ない。
- ・加齢や生活習慣の影響で薄くなったというより、元々髪の毛が細く量も少ないのでボリュームがないのが気になる。
- ・この先どうなるのか不安になる。

#### 30代

「抜け毛が多くなってきた、治療方法が知りたい」などの意見が目立つ

- ・出産後に薄くなるのが本当に元に戻るのか心配
- ・産後抜け毛がひどすぎて将来が不安だった
- ・あまり薬のようなものを使わず、日常的なケアで解消できるマニュアルがあればいいなあと思っています。

#### 40代

「薄くなってきていて不安、嫌だ」などの意見が目立つ

- ・髪にボリュームがないと貧相でみずばらしい感じだなあと嫌になります。
- ・年々薄くなってきているのでこの先不安です。
- ・これ以上薄くなったらと思うと憂鬱になる。

#### 50代

「ウィッグを使用中、または検討したい」などの意見が目立つ

- ・あまり薄毛が気になるようなら部分ウィッグや植毛も考えたい
- ・エレベーターの中にある防犯用ミラーが自分の頭の状態(薄毛)の確認に最適だと思う。
- ・10年後が怖い。

#### 60代

「加齢なので仕方ない」などの意見が目立つ

- ・加齢なのでいたしかたないかなと考えます
- ・頭皮マッサージを行いながらシャンプーをしているが、手間がかかるので段々手抜きになってきている。
- ・これ以上薄くしたくない。

【13】女性から見た男性の「薄毛」について、あなたの気持ちに近いものをお選びください。  
(複数回答・%)

## 薄毛が気になる働く女性からみた男性の薄毛 「清潔感があればよいと思う」が1位

「女性から見た男性の薄毛について、あなたの気持ちに近いものをお選びください。」と質問したところ、「清潔感があればよいと思う」(58.4%)が1位。次いで「本人のキャラクターに合っていればよいと思う」(38.8%)、「さまざまな理由(加齢、ストレス等)があるので仕方ない」(36.2%)があがりました。

【全体(%)】

