

メディア関係者各位

2022年10月4日  
株式会社アートネイチャー

## 20～40代のヘアケアに興味がある男性を対象に実態調査を実施 ヘアケアを始めたきっかけ、「モテたいから」が全世代で上位に 紫外線が髪・頭皮へ影響することを、約8割が認知 40代の約5人に1人が日傘で紫外線対策を行っている実態も明らかに “秋の日差し”にも万全の紫外線対策を

毛髪に関する総合サービスを提供する株式会社アートネイチャー（本社：東京都渋谷区 代表取締役会長兼社長：五十嵐祥剛）は、全国の20～40代のヘアケアに興味がある男性1,000名を対象に＜男性のヘアケアに関する実態調査＞を行いました。主な調査結果は以下の通りです。

### ■主な調査結果トピックス

- ・ヘアケアを始めたきっかけは、全世代を通して「身だしなみの一環」「清潔感を出したい」「髪や頭皮に変化を感じたため」が上位に。「モテたい」という意向は全世代で4位にランクイン。
- ・髪や頭皮の悩み、20代は「くせ毛/うねり」など髪質を気にする項目が選ばれる一方で、30～40代は「白髪」「薄毛」「抜け毛」など見た目に寄った悩みが上位を占める結果に。
- ・全世代の2割以上が「頭皮マッサージ」を実施。自宅で簡単にできるセルフケアとして取り入れる人が一定数いることが明らかに。
- ・紫外線が髪・頭皮へ影響することを、約8割が認知。認知している人の約6割が対策を講じ、全世代で約5人に1人が日傘・UVケア用品を使用して対策を行っているという結果に。
- ・ヘアケアにかかる時間は全ての世代で「5分～15分」がトップに。20代では「15分～30分」も比較的多い傾向に。
- ・シャンプー、トリートメント/コンディショナーは低価格帯の選択が多いものの、1割強の人はこだわりを持って3,000円以上の商品を購入している実態が明らかに。
- ・ヘアケア商品の情報源、20代は「SNS」が1位、30～40代は「メディアから」と世代間で情報取得方法に差が生じる結果に。

### ■調査概要

調査の名称	: 男性のヘアケアに関する実態調査
調査方法	: インターネット調査
委託調査企業	: 楽天インサイト株式会社
調査地域	: 全国
調査対象者	: ヘアケアに興味がある20代～40代 男性1,000名 (20代 333名、30代 334名、40代 333名)
実施期間	: 2022年8月3日～8月4日

### ■引用・転載時のクレジット表記のお願い

※本リリースの引用・転載は、クレジットを明記していただけますようお願い申し上げます。

株式会社アートネイチャー実施「男性のヘアケアに関する実態調査/2022年」

<男性のヘアケアに関する実態調査 サマリー>

■ヘアケアを始めたきっかけは、全世代を通して「身だしなみの一環」「清潔感を出したい」「髪や頭皮に変化を感じたため」が上位に。「モテたい」という意向は全世代で4位にランクイン

Q.ヘアケアを始めたきっかけは何ですか。(複数回答) ※1位:赤 2位:オレンジ 3位:水色 4位:緑

全体順位	回答項目	全体 (n=978)	20代 (n=327)	30代 (n=330)	40代 (n=321)
1位	身だしなみの一環	53.5%	53.2%	54.8%	52.3%
2位	清潔感を出したい	46.0%	52.6%	43.6%	41.7%
3位	髪や頭皮に変化を感じたため	45.5%	34.6%	47.3%	54.8%
4位	モテたいから	14.5%	17.4%	14.5%	11.5%
5位	家族からの指摘	10.6%	12.2%	10.3%	9.3%
6位	恋人・パートナーからの指摘	8.3%	12.2%	7.2%	5.6%
7位	知人・友人からの指摘	5.1%	7.6%	4.2%	3.4%
8位	仕事関係者(部下、同僚、上司)からの指摘	3.3%	5.5%	2.4%	2.1%
9位	周りが行っているからなんとなく	3.0%	3.9%	3.0%	2.1%
10位	その他	0.5%	0.6%	0.9%	0.0%

ヘアケアを始めたきっかけを聞いたところ、全世代を通して「身だしなみの一環(53.5%)」、「清潔感を出したい(46.0%)」「髪や頭皮に変化を感じたため(45.5%)」が上位を占める結果となりました。中でも「髪や頭皮に変化を感じたため」においては、世代が高まるにつれて選択した人が多いことから、加齢とともに頭皮の変化が気になってくる壮年~中年層の実態が浮き彫りになりました。また、「モテたいから」という理由は、全世代で4位にランクインし、いずれの世代においてもヘアケアへのモチベーションの一因となっているようです。

■髪や頭皮の悩み、20代は「くせ毛/うねり」など髪質を気にする項目が選ばれる一方で、30~40代は「白髪」「薄毛」「抜け毛」など見た目に寄った悩みが上位を占める結果に

Q.髪や頭皮の悩みは何ですか。(複数回答) ※1位:赤 2位:オレンジ 3位:水色 4位:緑

全体順位	回答項目	全体 (n=1,000)	20代 (n=333)	30代 (n=334)	40代 (n=333)
1位	白髪	41.1%	23.4%	42.8%	57.1%
2位	薄毛	34.9%	25.5%	36.5%	42.6%
3位	抜け毛	28.0%	27.6%	29.9%	26.4%
4位	くせ毛/うねり	26.9%	32.7%	24.3%	23.7%
5位	頭皮のべたつき	18.4%	16.8%	19.8%	18.6%
6位	髪のパサつき	17.3%	18.6%	16.5%	16.8%
7位	かゆみ	17.0%	17.4%	18.9%	14.7%
8位	髪の細さ	16.8%	14.1%	17.7%	18.6%
9位	フケ	16.6%	18.6%	18.3%	12.9%
10位	頭皮の臭い	15.3%	17.7%	15.6%	12.6%

髪や頭皮の悩みでは「白髪(41.1%)」、「薄毛(34.9%)」、「抜け毛(28.0%)」、「くせ毛/うねり(26.9%)」がいずれの世代でも上位を占める結果となりました。「白髪」「薄毛」「抜け毛」の悩みは、世代が高まるにつれて選択した人の割合が多くなる傾向に。20代は「くせ毛/うねり」の悩みが32.7%で1位、「抜け毛」が2位、「薄毛」が3位、「白髪」が4位でした。それに対して30~40代では4位までが真逆の順位になっています。年齢が上がるにつれて悩みが髪質より髪のボリューム、直接的な見た目に代わっていることが分かります。

■全世代の2割以上が「頭皮マッサージ」を実施。自宅で簡単にできるセルフケアとして取り入れる人が一定数いることが明らかに

Q. あなたが実施しているヘアケアについて、あてはまるものを全てお答えください。(複数回答)

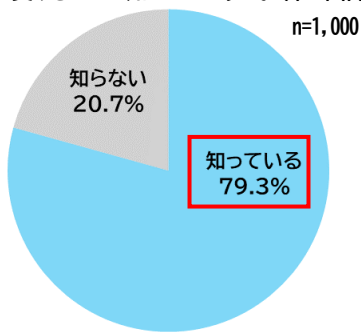
※1位：赤 2位：オレンジ 3位：水色

全体順位	回答項目	全体 (n=1,000)	20代 (n=333)	30代 (n=334)	40代 (n=333)
1位	シャンプー	92.6%	92.5%	94.9%	90.4%
2位	トリートメント/コンディショナー	66.5%	74.2%	69.2%	56.2%
3位	ドライヤー	57.6%	65.5%	62.6%	44.7%
4位	頭皮マッサージ	23.8%	21.9%	23.4%	26.1%
5位	ブラッシング	18.5%	19.2%	16.8%	19.5%
6位	育毛剤	17.5%	11.7%	16.2%	24.6%
7位	ヘアトニック/エッセンス	10.8%	9.0%	10.2%	13.2%
8位	発毛剤	9.1%	8.4%	7.5%	11.4%
9位	ヘアサロンでのケア	6.7%	6.9%	6.3%	6.9%
10位	UVケア	3.4%	5.1%	2.4%	2.7%
11位	ヘアケア機器の使用	3.3%	3.9%	3.0%	3.0%
12位	ヘアケアを実施していない	2.2%	1.8%	1.2%	3.6%
13位	その他	0.7%	1.8%	1.2%	3.6%

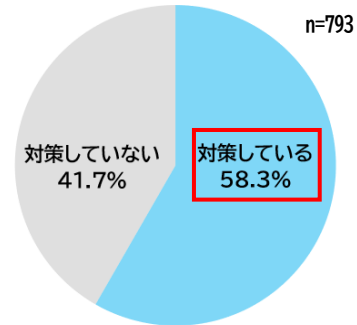
実施しているヘアケアについて尋ねたところ「シャンプー (92.6%)」「トリートメント/コンディショナー (66.5%)」「ドライヤー (57.6%)」と続く一方で、全世代の2割以上 (23.8%) の人が、「頭皮マッサージ」を選択する結果となりました。シャンプーやトリートメント、ドライヤーブローなど日常的に行うケアは一般的ですが、手軽にできるセルフケアとして「頭皮マッサージ」を取り入れる人が一定数いることが分かりました。

■紫外線が髪・頭皮へ影響することを、約8割が認知。認知している人の約6割が対策を講じ、全世代で約5人に1人が日傘・UVケア用品を使用して対策を行っているという結果に

Q. 紫外線によって髪や頭皮がダメージを受けることを知っていますか。(単一回答)



Q. 紫外線の髪や頭皮への影響を知っていると答えた方は紫外線対策を行っていますか。(単一回答)



Q. 対策していると答えた方はどのような紫外線対策を行っていますか。(複数回答)

※1位：赤 2位：オレンジ 3位：水色

全体順位	回答項目	全体 (n=462)	20代 (n=153)	30代 (n=160)	40代 (n=149)
1位	帽子を使っている	63.4%	56.2%	67.5%	66.4%
2位	極力外出しないようにしている	21.4%	25.5%	21.3%	17.4%
3位	日傘を使っている	18.7%	24.8%	12.5%	18.8%
4位	紫外線対策となるUVケア用品を使っている	17.9%	24.8%	16.9%	12.1%
5位	分け目を変えるようにしている	16.0%	22.2%	11.9%	14.1%

紫外線によって髪や頭皮がダメージを受けることを知っていますか、という質問に対して全世代を通して約8割(79.3%)が知っていると回答。知っていると回答した人のうちの約6割(58.3%)が何かしらの紫外線対策を行っていると回答しました。

対策の内容については、全世代を通して「帽子を使っている」という回答が1位。また、全世代で「日傘を使っている」「UVケア用品を使っている」と回答した人は約2割(各18.7%/17.9%)。40代でも18.8%の人が日傘を使っているということが分かりました。今回の調査で、ヘアケアに興味がある人は積極的に紫外線対策を行っていることが明らかになりました。

■ヘアケアにかかる時間は全ての世代で「5分～15分」がトップに。20代では「15分～30分」も比較的多い傾向に

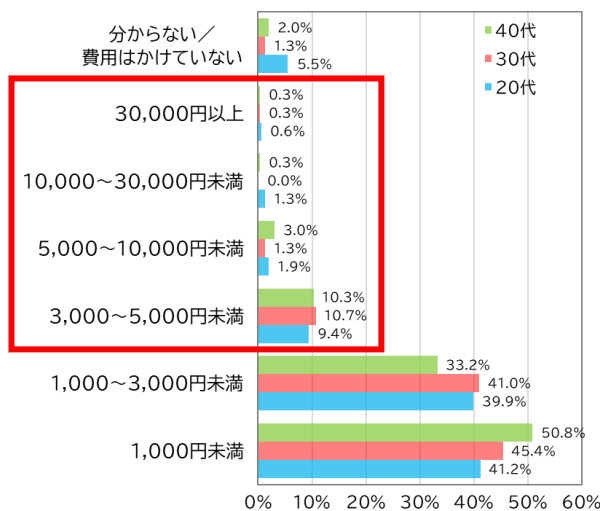
Q. ヘアケアにかかる時間はどのくらいですか。※1日あたりにかける時間をお答えください。(単一回答)  
※1位:赤 2位:オレンジ 3位:水色

全体順位	回答項目	全体 (n=978)	20代 (n=327)	30代 (n=330)	40代 (n=321)
1位	5分～15分未満	52.0%	54.4%	55.5%	46.1%
2位	5分未満	27.2%	17.7%	27.6%	36.4%
3位	15分～30分未満	14.8%	18.0%	13.0%	13.4%
4位	30分～60分未満	4.3%	7.3%	2.4%	3.1%
5位	60分～120分未満	0.9%	1.2%	1.2%	0.3%
6位	120分以上	0.7%	1.2%	0.3%	0.6%

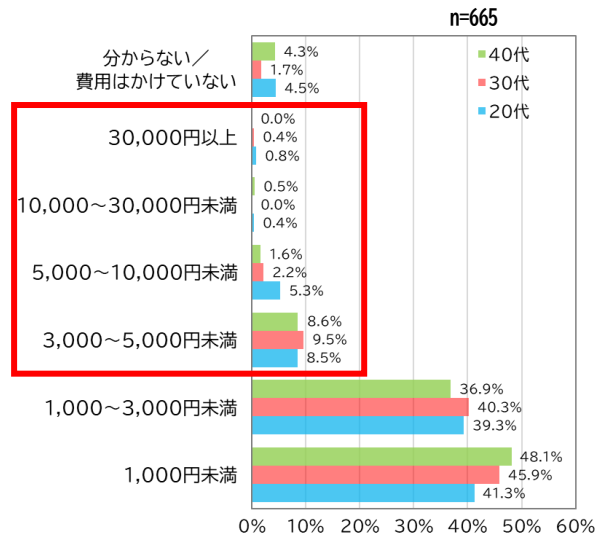
ヘアケアにかかる時間では20～40代全ての世代で「5分～15分未満」が約半数を占める結果(20代:54.4%、30代:55.5%、40代:46.1%)となりました。30～40代では、次いで「5分未満」という回答が多いものの(30代:27.6%、40代:36.4%)、20代においては約2割(18.0%)の人がヘアケアに「15分～30分未満」かけると回答するなど、若いうちからしっかりとケアを行う人が多いことがうかがえます。

■シャンプー、トリートメント/コンディショナーは低価格帯の選択が多いものの、1割強の人はこだわりを持って3,000円以上の商品を購入している実態が明らかに

Q. 毎月ヘアケアにいくらかけていますか。(シャンプー)  
n=926



Q. 毎月ヘアケアにいくらかけていますか。(トリートメント/コンディショナー)  
n=665



ヘアケアにかかる金額を聞いたところ、毎月シャンプーにかかる金額は全世代で「1,000円未満」が最も多く、次いで「1,000～3,000円未満」「3,000～5,000円未満」が続く結果になりました。同じく、消耗品であるコンディショナー/トリートメントにおいても同様の傾向が見られました。

全世代において、約半数の人がシャンプー、トリートメント/コンディショナーに「1,000円未満」と回答している一方で、各世代1割強の人は「3,000円以上」の比較的高価格帯のものを選択する傾向にあるなど、こだわりを持って商品を購入している人が一定数いることが分かりました。

■ヘアケア商品の情報源、20代は「SNS」が1位、  
30～40代は「メディアから」と世代間で情報取得方法に差が生じる結果に

Q. ヘアケア商品を選ぶ際、どのような情報を参考にしていますか。(複数回答)

※1位：赤 2位：オレンジ 3位：水色 4位：緑

全体順位	回答項目	全体 (n=1,000)	20代 (n=333)	30代 (n=334)	40代 (n=333)
1位	テレビ、雑誌、新聞などのメディアからの情報	33.4%	29.4%	31.1%	39.6%
2位	SNSの情報	27.1%	36.3%	26.6%	18.3%
3位	商品比較サイト・口コミサイト	27.0%	28.2%	26.3%	26.4%
4位	店頭の情報	19.1%	17.1%	21.6%	18.6%
5位	メーカー公式サイト	18.0%	19.5%	15.3%	19.2%
5位	商品パッケージの説明	18.0%	16.5%	19.5%	18.0%
7位	理・美容師からの情報	17.5%	16.2%	22.8%	13.5%
8位	家族、知人からの情報	15.2%	16.8%	15.3%	13.5%
9位	特になし／何となく	10.8%	9.0%	9.3%	14.1%
10位	検討しない	7.7%	8.7%	6.3%	8.1%
11位	その他	0.8%	0.9%	0.9%	0.6%

ヘアケア商品の情報源は何ですか、という質問に対して、20代は「SNSの情報」が36.3%で最も多く、30～40代は「テレビ、雑誌、新聞などのメディアからの情報（30代：31.1%、40代：39.6%）」で最も多い結果となり、世代間で情報取得の手段に差が生じていることが分かりました。

レビューなどによってユーザーからの様々な意見、情報を取得することができる「商品比較サイト・口コミサイト」を選んだ人は全世代で一定数おり、商品を比較検討しながら購入する現代の商品選びの実態をうかがい知ることができました。

## 【アートネイチャー毛髪診断士からのアドバイス】

季節の変わり目でもある秋は、抜け毛が増える季節です。その原因のひとつは紫外線によるダメージ。夏の強い紫外線を浴び続けた頭皮は、乾燥しやすい状態です。頭皮を保湿し、頭皮環境を整えるケアが大切となります。

お風呂上りの髪を乾かす前に、保湿成分が配合された頭皮用ローションなどで頭皮環境を整えましょう。

紫外線は、一年中降り注いでいます。秋のレジャーなどで外出する機会が多いこの時期も、UV スプレーなどで、頭皮や髪の紫外線対策を行うことをおすすめします。

またこれからの季節、気温の低下とともに体が冷えて、血流が滞りやすくなってきます。血行不良は、「髪への栄養が届きにくくなる」、「老廃物が溜まりやすくなり、ヘアサイクルが乱れる」ことから、抜け毛や薄毛といったヘアトラブルを招いてしまいます。全身の血行をよくして新陳代謝を促し、頭皮の血流アップを図りましょう。



営業企画部 次長  
毛髪診断士 矢島 和子

### ＜これからの季節のおすすめのケア方法＞

#### **ポイント1：頭皮を温めて髪を洗う**

シャンプー前に、湯船に浸かるもしくは、シャワーでしっかりと湯洗いをすると頭皮が温められて、毛穴が開き、毛穴の皮脂や頭皮の汚れが落ちやすくなります。

髪の成長を促す成長ホルモンは睡眠中に分泌すると言われていいますので、頭皮や髪の汚れは、就寝前にしっかりと落とし、清潔な状態に保つことをおすすめします。

#### **ポイント2：シャンプーマッサージ**

シャンプー時に指の腹を使って優しくマッサージをするように洗うと、血行が促進され、毛根環境の改善につながります。そしてお風呂上りに自分に合った育毛剤を使用すると相乗効果が期待できます。

#### **■ HOW TO シャンプーマッサージ**

Step1：襟足から後頭部、頭頂部に向けて、指の腹をくるくるとらせん状やジグザグに動かして頭皮を動かすように洗う。

Step2：側頭部は耳周りから頭頂部に向かって、同じように頭皮を上げるイメージで洗う。

Step3：おでこの上の生え際から前頭部、頭頂部の真ん中に向かって頭皮を上を動かすように洗う。

#### **ポイント3：ドライヤーの使用**

髪を生乾きのままにしておくと頭皮の乾燥を招いたり、反対に蒸れてしまい雑菌が繁殖しやすくなり、においの原因になることもあります。濡れたままの状態では、キューティクルが開いた状態となり、髪はダメージを受けやすくなっているため、切れ毛や枝毛、髪のパサツキの原因となります。また、しっかりと乾かして就寝すると寝癖がつきにくくなりますので、朝のスタイリングが楽になり、時短につながります。

ブリーチやヘアカラー、パーマなどでヘアアレンジを楽しんでいる方は、ドライヤーでしっかりと乾かすことをおすすめします。

健やかな髪は、土台となる頭皮環境が大切です。正しいヘアケアのほか、十分な睡眠、バランスのいい食事や軽いストレッチなども取り入れてみてください。



この件に関する報道関係お問い合わせ

株式会社アートネイチャー 広報部

〒151-0053 東京都渋谷区代々木 3-40-7

TEL：03-3379-3688 / E-mail：an\_pr@artnature.co.jp

<https://www.artnature.co.jp/>

(証券コード：7823)

## <ご参考>アートネイチャー商品のご紹介

日常にご使用いただく薬用シャンプー／コンディショナーや育毛剤、2022年10月に発売したばかりのジェンダーレスでご使用いただけるドライヤーなど、秋のヘアケアに最適なアートネイチャーの商品をご紹介します。



商品名 : LABOMO (ラボモ) アートブラック シャンプー (薬用)  
販売名 : AN 薬用シャンプーM2  
価格 : 2,750円(税込) 内容量:270mL 区分:医薬部外品  
効能又は効果:ふけ・かゆみを防ぐ。毛髪・頭皮の汗臭を防ぐ。  
毛髪・頭皮を清浄にする。毛髪・頭皮をすこやかに保つ。  
有効成分 : イソプロピルメチルフェノール、グリチルリチン酸ジカリウム  
サイト URL : <https://ec.artnature.co.jp/shop/g/957127/>



商品名 : LABOMO (ラボモ) アートブラック コンディショナー (薬用)  
販売名 : AN 薬用コンディショナーM2  
価格 : 2,750円(税込) 内容量:270mL 区分:医薬部外品  
効能又は効果:ふけ・かゆみを防ぐ。毛髪・頭皮の汗臭を防ぐ。  
毛髪・頭皮の水分・脂肪を補い保つ。裂毛・切毛・枝毛を防ぐ。  
毛髪・頭皮をすこやかに保つ。  
有効成分 : グリチルリチン酸ステアリル  
サイト URL : <https://ec.artnature.co.jp/shop/g/957128/>



商品名 : LABOMO (ラボモ) アートブラック ローション (薬用育毛剤)  
販売名 : AN 薬用育毛ローションM2  
価格 : 6,600円(税込) 内容量:90mL 区分:医薬部外品  
効能又は効果:育毛、薄毛、脱毛の予防、毛生促進、発毛促進、  
病後・産後の脱毛、養毛。  
有効成分 : ニンジン抽出液、タマサキツツラフジアルカロイド、  
グリチルリチン酸ジカリウム  
サイト URL : <https://ec.artnature.co.jp/shop/g/957129/>

### <LABOMO (ラボモ) アートブラック ヘアケアシリーズ>

LABOMO (ラボモ) アートブラック ヘアケアシリーズにはシャンプー・コンディショナー・育毛ローション (育毛剤) があります。シャンプーは汗や余分な皮脂などの頭皮や髪の汚れを落とし、毛髪や頭皮を健やかに保ちます。コンディショナーはうるおいを与え、頭皮を乾燥から守り、ふけ・かゆみを防ぎます。さらに抜け毛が気になる方はローションを使うことで発毛を促進。薄毛、脱毛の予防が期待できます。



商品名 : LABOMO うるつやドライヤー  
価格 : 36,300円(税込) 本体色 : オーロラホワイト  
電源 : AC100V (50-60Hz) 消費電力:1200W (TURBO時/HOT時)  
風量 : 1.3 m<sup>3</sup>/分 (TURBO時) 本体質量:約585g (セットノズル除く)  
電源コード : 約1.7m  
サイト URL : <https://ec.artnature.co.jp/shop/g/950438/>

### <LABOMO うるつやドライヤー>

『LABOMO うるつやドライヤー』は、高浸透ナノイー※1とミネラルマイナスイオン※2を搭載。乾かすだけで髪の内側までうるおいとまとまりのある髪に仕上げます。また、キューティクルを引き締め、密着性を高めるため、ヘアカラーした髪色が長持ち※3し、ブラッシングによる摩擦ダメージを抑えます。さらに、スキンモードを使用すると、顔周りのうるおいをキープし、お風呂あがりの乾燥しやすい肌をケア。時間や手間を最小限にしながら、サロン帰りのような、まとまりのあるつや髪をご体感いただけます。

※1 水に包まれた微粒子イオンであるナノイーの水分量を増やして、毛髪内部に浸透しやすくしたものの、

nanoe、ナノイー及びnanoeマークは、パナソニックホールディングス株式会社の商標です。

※2 ミネラルとは、亜鉛電極を含む放電ユニットから発生されるミネラルマイナスイオンです。

※3 周辺環境 (季節・湿度など) やカラー剤および個人差で、効果は異なります。