

日本一「敏感肌」に悩んでいるのは京都府民！？ 肌トラブル発生時も3人に1人がいつものスキンケアを継続！

- アレルギー敏感肌研究室 敏感肌全国調査 -

全薬工業株式会社（以下全薬工業）は、「アレルギー敏感肌研究室」の設立に伴い、敏感肌に関するインターネット全国調査を実施いたしました。

「アレルギー」は、長年の皮膚病薬研究と製薬会社のノウハウを基に2001年に誕生したコスメシューティカルブランドです。「安全性」と「有効性」、そして心地よい使用感で敏感肌に悩む多くの方々からご支持をいただいております。

今回の調査の結果、「肌が常に敏感だ」と答えた割合が最も多かったのは京都府で40%でした。全国的には、敏感になりやすい季節として約6割の方が冬と回答し、空気が乾燥する冬は1年を通して最も敏感になりやすいという傾向が見られました。一方、肌トラブル発生時も3人に1人はスキンケア方法を変えていないという結果も出ており、敏感肌への対策ができていない人が多いようです。

<敏感肌に関する調査概要>

- ・調査主体 : 全薬工業
- ・調査期間 : 10月6日（金）～10月10日（火）
- ・分析対象 : 全国の25歳～49歳の女性（年代・都道府県で均等割付）
- ・調査方法 : インターネット調査
- ・有効回答数 : 1,410人

<調査結果サマリー>

- ◇ 日本一「敏感肌」に悩んでいるのは京都府民！？40%が肌が常に敏感と回答。
- ◇ 20代後半の85%以上が「敏感肌」を感じた経験あり！
- ◇ 「敏感肌」になりやすい季節はやっぱり冬だった！
- ◇ 4割以上の方が「敏感肌」の状態を理解できていない！？
- ◇ 肌トラブルがあっても3人に1人はスキンケアを変えていなかった。



美容家
岡本静香

<美容家 岡本静香さんからのアドバイス>

若手美容家として美容誌、ファッション誌でおなじみの岡本静香さんより、敏感肌対策についてアドバイスを頂きます。

<アンケート結果詳細>

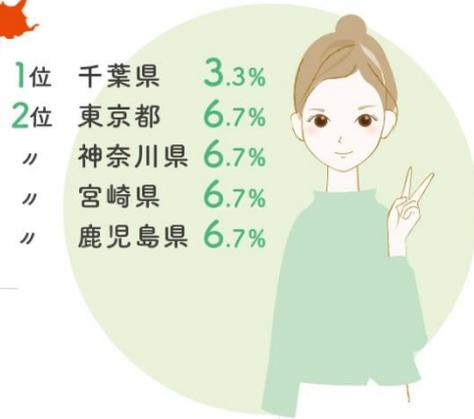
日本一「敏感肌」に悩んでいるのは京都府民!? 40%が肌が常に敏感と回答。

あなたの肌は敏感だと思いますか。(各都道府県 n=30)

敏感肌が多い都道府県



敏感肌が少ない都道府県



◇ 日本一「敏感肌」に悩んでいるのは京都府民!? 40%が肌が常に敏感と回答。

肌は敏感だと思うかという質問に対して、「常に敏感である」と答えた方は、全国平均で18.4%でした。都道府県別では京都府が最も多く40.0%と、全国平均の2倍以上に上りました。続いて北海道が36.7%、青森県・秋田県・長野県が30.0%という結果になりました。

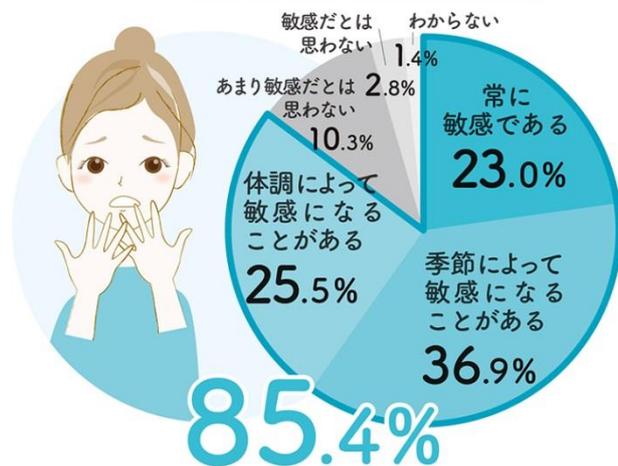
一方、敏感肌が少なかった都道府県は、1位が千葉県(3.3%)、2位が東京都・神奈川県・宮崎県・鹿児島県(6.7%)という結果になりました。

◇ 20代後半の85%以上が「敏感肌」を感じた経験あり!

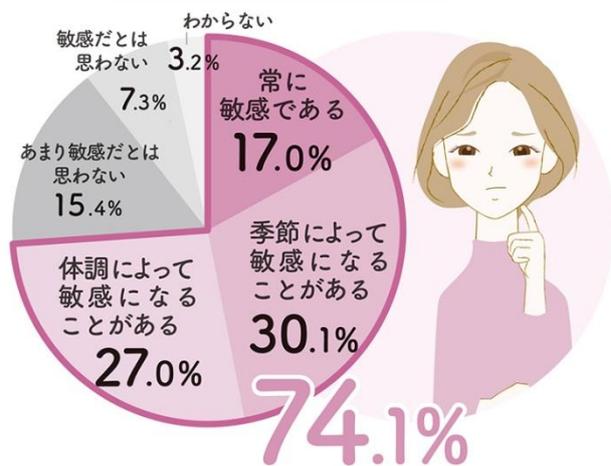
20代後半の85%以上が肌が敏感になった経験あり!

あなたの肌は敏感だと思いますか。

20代後半 (n=282)



40代 (n=564)



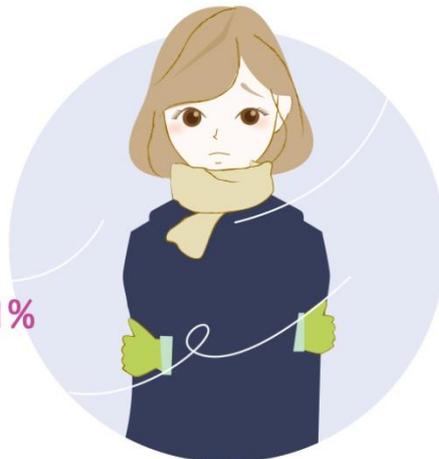
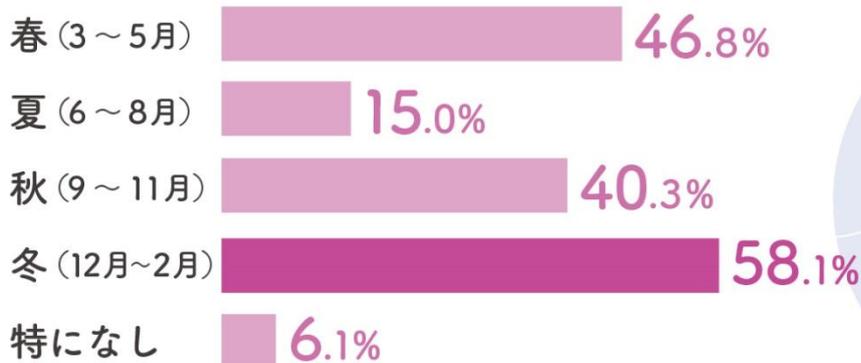
肌が敏感だと思うかという質問に対して、「常に敏感である」、「季節によって敏感になることがある」、「体調によって敏感になることがある」と回答した方を合わせた割合を年代別に比較すると、20代後半が最も多く、85.4%にのびりました。

これは、40代の74.1%と比較しても10%以上高い結果となっており、敏感肌に悩んでいる方が多いことが浮き彫りになりました。

◇ 「敏感肌」になりやすい季節はやっぱり冬だった！

「敏感肌」になりやすい季節はやっぱり冬だった！

あなたの肌が敏感になりやすい季節を教えてください。(複数回答 n=472)



肌が敏感だと思うかという質問に、「季節によって敏感になることがある」と答えた方に、肌が敏感になりやすい季節はいつかを聞いたところ、冬と答えた方が全体で最も多く58.1%でした。そして春が46.8%、秋が40.3%、夏が15.0%と続く結果になりました。気温が低下し、乾燥することで肌が敏感になる方が多いようです。

◇ 4割以上の方が「敏感肌」の状態を理解できていない！？

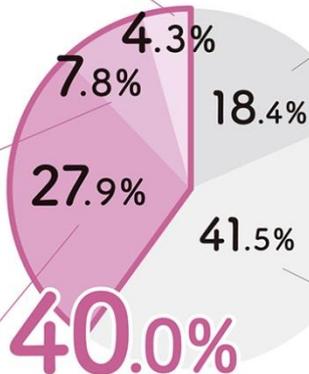
4割の人が「敏感肌」の状態を理解できていない！？

敏感肌についての理解度を教えてください。(n=1,410)

敏感肌という言葉も肌の状態もあまり理解していない

敏感肌という言葉は知っているが、敏感肌の状態については理解していない

敏感肌という言葉は知っているが、敏感肌の状態についてはあまり理解していない



敏感肌という言葉も敏感肌の状態も理解している

敏感肌という言葉は知っており、敏感肌の状態もある程度理解している

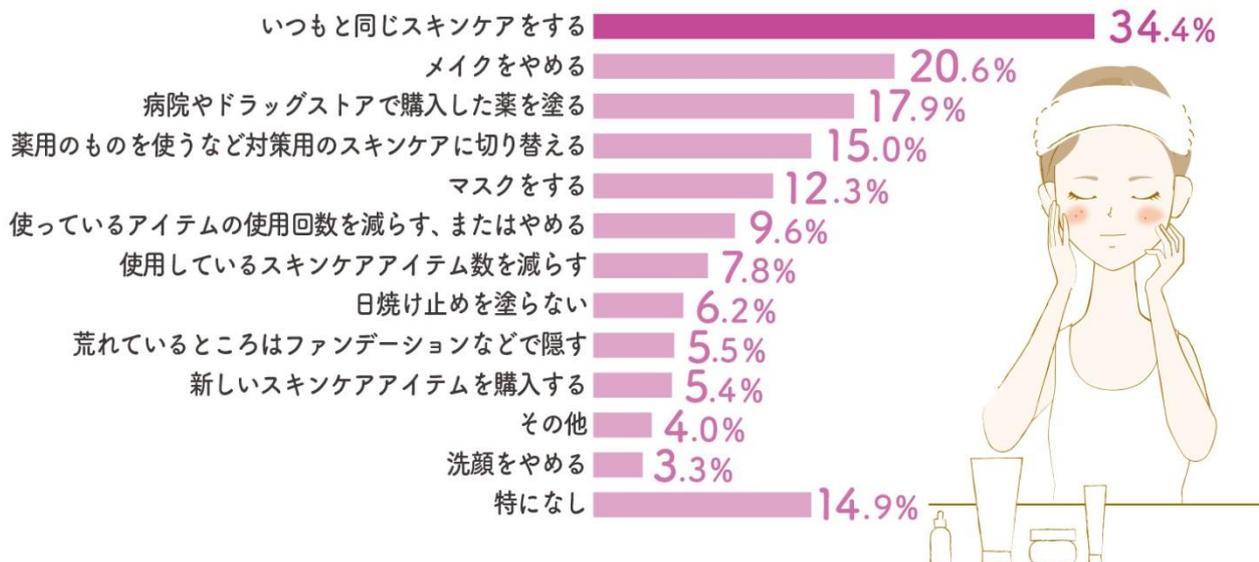


敏感肌についての理解度を聞いたところ、「敏感肌という言葉は知っているが、敏感肌の状態についてはあまり理解していない」、「敏感肌という言葉は知っているが、敏感肌の状態については理解していない」、「敏感肌という言葉も肌の状態もあまり理解していない」と答えた方が全体で合わせて40.0%となり、4割以上の方が「敏感肌」がどのような状態を指すのかということをしちゃんと理解できていないことが明らかになりました。

◇肌トラブルがあっても3人に1人はスキンケアを変えていなかった。

肌トラブルがあっても3人に1人はスキンケアを変えていなかった。

肌が敏感になる、肌荒れなど肌トラブルが起こった時どのような対策をしていますか。
(複数回答 n=1,410)



敏感肌や肌荒れなどのトラブルが起こった時に、どのような対策をしているか質問したところ、「いつもと同じスキンケアをする」という回答が全体で最も多く34.4%でした。2番目に多かったのが「メイクをやめる」で20.6%、3番目が「病院やドラッグストアで購入した薬を塗る」で17.9%という結果になりました。

また、「いつもと同じスキンケアをする」と答えた方の割合を年代別にみると、20代後半では41.5%、40代前半では26.6%と、15.0%近い差がありました。若い人の方が、肌トラブル発生時でも普段のスキンケアを続けている人が多い傾向にありました。

美容家 岡本静香さんが敏感肌対策についてアドバイス！

・敏感肌について

敏感肌とは、少しの刺激でもかゆみ、ピリピリ感などを感じやすい肌状態のことをいいます。

また、赤みや、パーツごとの急激な乾燥なども挙げられます。外部刺激から肌を守るバリア機能としても作用している、「角層」が乱れた状態、という説もあります。原因として、ストレス、紫外線、乾燥、急激な温度変化など様々なことが言われています。

敏感肌かどうか、を個々で判断するのは難しいところですが、自分自身で「普段よりも調子が良くない」と心細く感じる時は、肌が敏感な状態と言って良いと思います。



美容家
岡本静香

・寒暖差によるダメージの蓄積

地球環境の変化により、どんどんと寒暖差も広がっていますし、乾燥や紫外線による肌ダメージも大きくなっています。今回の調査では夏は猛暑になり、冬は極寒の京都のみなさまが、敏感肌に一番悩まれているという結果も納得です。

要は、体調が崩れやすいような環境では、肌も、心も敏感になってしまうのです。まず、暑い、寒い、乾燥する、などの過酷な状況によって自分の肌も変わるということを知った上でケアしていくことが大切です。

・冬の敏感肌対策について

乾燥による肌トラブルを感じる際には、既にダメージが加速している状態。冬本番を迎える前に保湿を重ねて欲しいです。寒いと血行が悪くなるので、特に寒い地域の方は、食事や靴下で体を温めながら丁寧な保湿ケアをされると良いでしょう。敏感な状態から抜けられなくなると気持ちも落ちて

しまい、薬にすぎるとなってしまうと辛いですよね。なるべく普段の生活やスキンケアで良い状態にできるように、「昨日からの肌の変化」に注目してみてください。“ちょっとかゆい”や、“ちょっと痛い”、“ちょっと赤みが出たかも”などの“ちょっとのサイン”を見逃さないでほしいです。

・敏感肌に悩む20代後半の方へアドバイス

20代はちょっとした変化も「きっと大丈夫」と思って、気になってもそのまま見逃してしまいがちです。その瞬間は乗り切れるかもしれませんが、スキンケアは確実に未来の肌を変えて行きます。まずは、肌の調子が良いときも手を抜かずに洗う、保湿する、を丁寧なことに。体を温め、血行をよくすること。忙しい時期にこそ意識的に休む時間をとること。こういった本当に基礎的なことが、肌を支えているので続けていきましょう。

・肌トラブルの対策

肌状態がゆらぐ時期があるのは、誰もが同じですので心配する必要はありません。そんなときに、優しい使い心地の信頼できるコスメがあれば、焦らずにスキンケアができます。やさしくしっかり落としてくれるクレンジングや洗顔、浸透を感じる化粧水、しっとりとした油分をプラスしてくれる乳液やクリーム、悩みを軽くしてくれるスペシャルケア、いずれも敏感な時期も痛みやかゆみを感じずに使えるようなコスメがあると、あなたの肌の心強い味方になってくれるでしょう。

自分の肌を知ることは、自分を知ること。

さらに美しい肌になっていく、という決意をしてスキンケアを楽しんでみてください。

■岡本静香さん プロフィール

美容家。数々の美容誌やTVに出演の他、自身で発信するコラムやSNSは、心と美容をつなげる希望ある文章が話題を呼んでいる。美容家の枠を超え、現代の女性たちの力強い味方。

著書に『ふつうに過ごすだけでキラキラ変身していく』（ダイヤモンド社）、『岡本静香のすっぴん美容』（光文社）ほか。

公式HP：<http://shizukaokamoto.jp/>

■Arouge（アルージェ）について

敏感肌に悩むすべての女性のために、2001年に誕生した全薬工業の敏感肌用スキンケアブランド「Arouge（アルージェ）」。その誕生の背景には、皮膚トラブルに悩む方を見つめ、皮膚病薬の研究に取り組んできた製薬会社としての使命感があります。ちょっとした刺激で肌が敏感になり、荒れたり、乾燥したり…。

そんな敏感肌の状態からなかなか抜け出すことができない方のために、肌悩みを根本から見つめ直した敏感肌用スキンケアを届けたい。その思いから、製薬会社として長年培ってきたテクノロジーのすべてを注ぎ込んで誕生したのが「アルージェ」です。「アルージェ」は、これからも敏感肌で悩む方に寄り添い、健やかな肌へ導くスキンケアをお届けします。

Arouge（アルージェ）ブランドサイト：<https://www.arouge.com/>

■アルージェ敏感肌研究室について

アルージェ敏感肌研究室は、全薬工業が2017年9月に設立したWEBサイトで、製薬会社の視点で敏感肌レポートを発信しています。今後も、敏感肌に関する様々な情報を皆様に提供し、より敏感肌の正しい理解を深めていただけるよう更新していきます。

アルージェ敏感肌研究室HP：<https://www.arouge.com/lab/>