

## アンチエイジングは「ツヤ髪」から!?

「見た目年齢」は「髪」がポイント 86.8%

髪的美しさは「うるおい・ツヤ」で決まる 90.4%

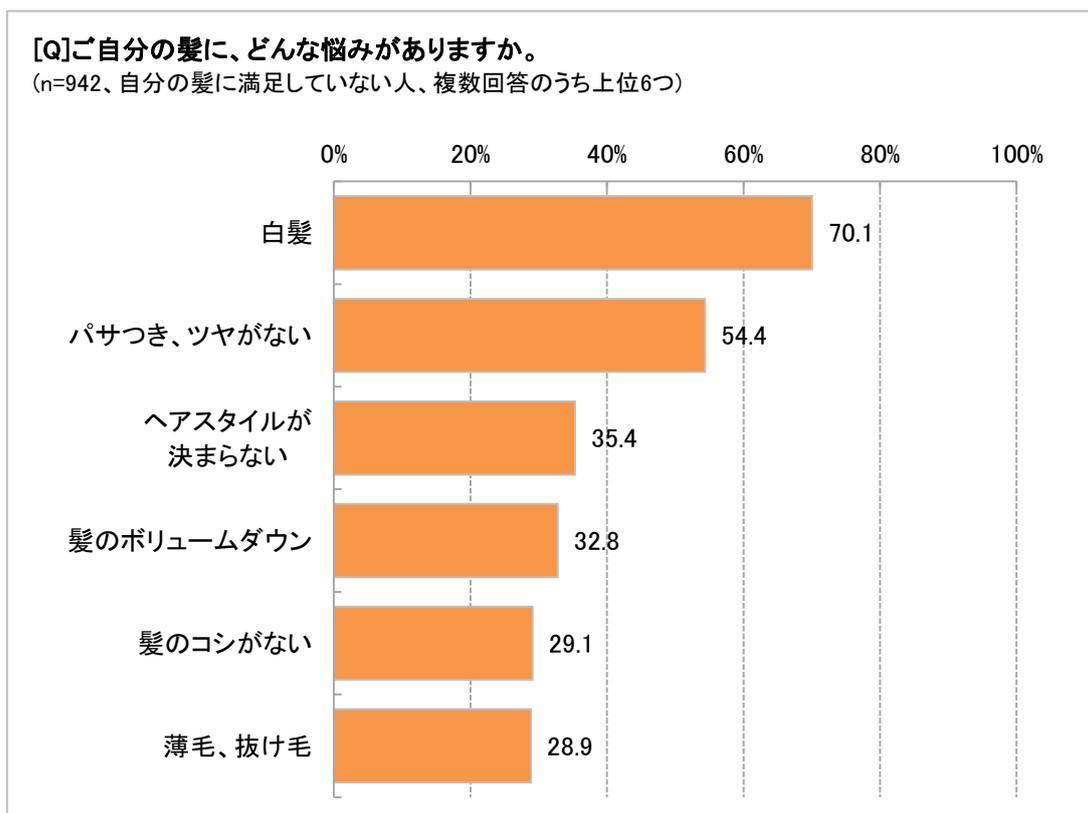
「オレンジページ暮らし予報」では、全国の成人女性を対象に「髪の悩み」について調査を実施しました。「自分の髪に満足していない」と回答したのは全体の86.0%。「白髪」「パサつき・ツヤがない」「ボリュームダウン」などに悩んでいる方が目立ちました。実践しているヘアケアや、他の人の髪の毛で気になることなど、髪にまつわる女性の本音を探りました。

【ダイジェスト】

女性の髪の悩みは、「白髪」「パサつき・ツヤがない」に集中！

じつは、「髪」こそが見た目年齢を左右する重要ポイント!?

髪的美しさは「うるおい・ツヤ」で決まる 90.4%

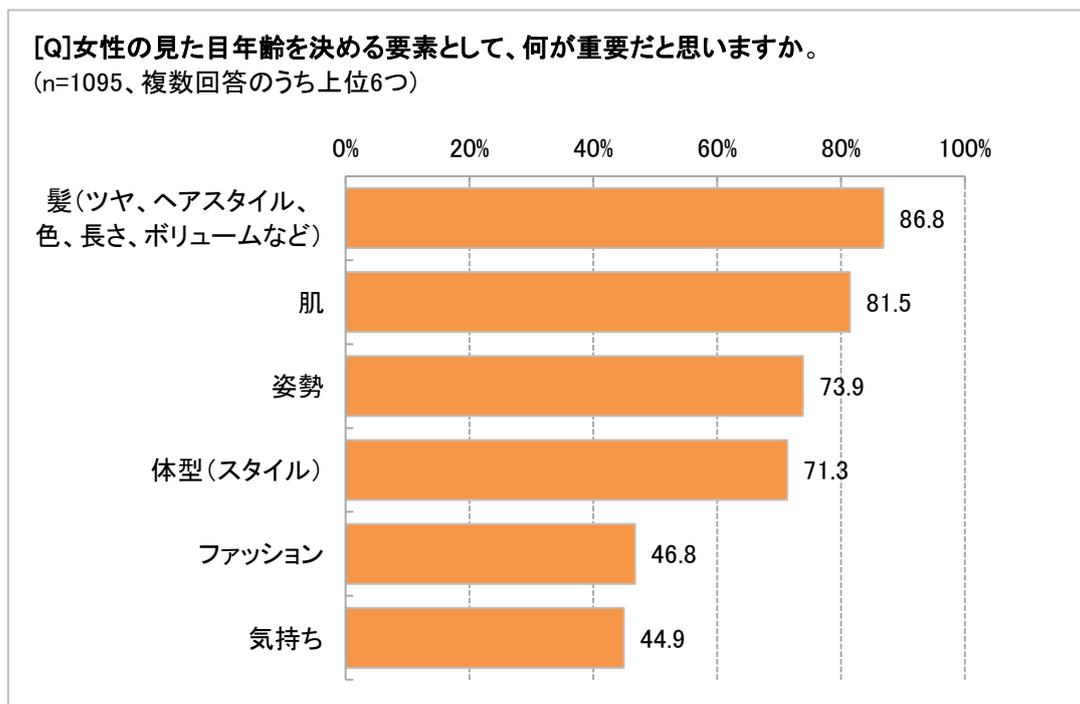


## 女性の髪の悩みは、「白髪」「パサつき・ツヤがない」に集中！

「自分の髪に満足していない」と答えたのは、全体の86.0%。この値は、20代が80.0%とやや低いものの、30代以上ではほぼ差がなく、髪に対して何らかの不満があるようです。悩みの内訳についてきいてみると、圧倒的に多かったのが「白髪」70.1%。黒髪の日本人にとって、白髪は目立ちやすいので悩んでいる人が多いよう。次いで「パサつき・ツヤがない」が54.4%と半数を超えていて、肌でも髪でも、うるおいの重要性を改めて認識する結果に。

ちなみに、髪の悩みは年代によって異なり、40代を境にガラッと変わります。20代では「パサつき・ツヤがない」が69.4%「枝毛・切れ毛」50.0%と、髪の乾燥やダメージが気になるよう。

ところが、40代になると「白髪」が70.6%とトップに躍り出て、60代以上では白髪のほかに「髪のボリュームダウン」54.5%が加わります。髪の悩みに対して、対策やケアをしている人は59.2%。今の髪の状態に不満を感じつつも、本音では「ヘアケアはめんどろ」と82.2%が感じており、できることならお手入れを簡単にしたいと思っているのかもしれませんが。

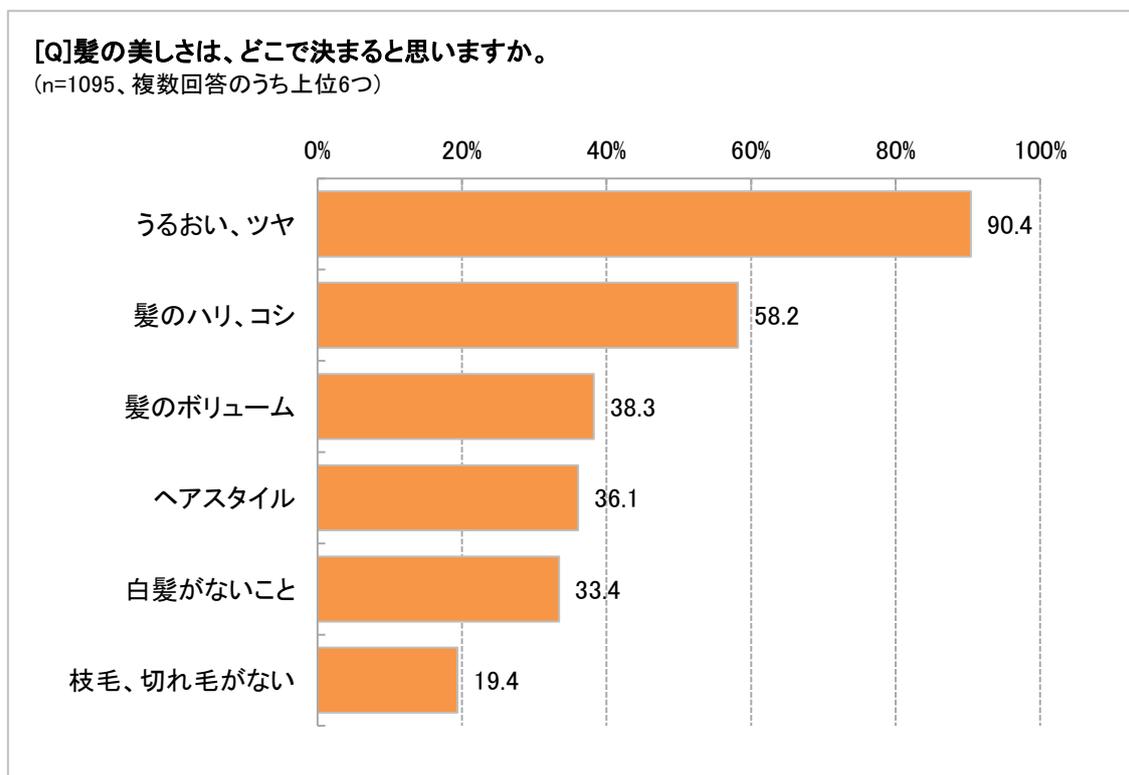


## じつは、「髪」こそが見た目年齢を左右する重要ポイント!?

「見た目年齢をいくつに見られたいか」についてきいてみたところ、「マイナス5歳」から「マイナス10歳」と答えた人を合計すると64.4%に達しました。「年相応」という回答も21.5%ありましたが、おしなべて「実年齢よりも若く見られたい」のが女心のようです。「女性の見た目年齢を決める要素」は何が重要かという問いに対しては、1位「髪(ツヤ、ヘアスタイル、ボリュームなど)」86.8%、2位「肌」81.5%、3位「姿勢」73.9%という意外な結果に。「髪は顔の額縁」とたとえられるように、顔立ちを引き立てるのはもちろん、ヘアスタイルや髪的美しさはその人の第一印象を大きく左右する可能性も。多くの人が、見た目年齢を判断する要素に「髪」を選ぶのは、自然なことかもしれません。とくに、若々しく見えるポイントとして注目したいのが「髪のツヤ」。

「人の髪に対して、どんなところを見ると疲れや年齢を感じますか」という質問に対して、「白髪」

77.0%、「パサついてツヤがない」71.0%、「薄毛」55.6%といった項目が並んでいます。「白髪」や「薄毛」といった老化のサインも多いけれど、「パサついてツヤがない」ことが、年齢や疲れを感じさせると感じる人が、7割にも達しています。髪の毛のうるおい・ツヤは、コンディショナーやトリートメントなどのセルフケアで変わってくる部分。ヘアケアを始めるのであれば、まずは「髪の毛のツヤ」対策から始めてみるとよいかもしれません。



### 髪の毛の美しさは「うるおい・ツヤ」で決まる 90.4%

今回のアンケートでは、95.7%の人が「髪の毛のきれいな人がうらやましい」と回答したように、美しい髪の毛は女性にとって永遠の憧れです。その美しさを決める要素については、「うるおい・ツヤ」が90.4%と圧倒的な1位に。次に「髪の毛のハリ、コシ」「髪の毛のボリューム」が続き、ハリとボリュームのある、つやつやした髪の毛が理想のようです。実際、「年を重ねても髪の毛がきれい・ヘアスタイルが素敵な芸能人は？」ときいてみると、「萬田久子さん。いつもきれいなストレートロングでツヤツヤしていて、年齢も若く見える！」(40代・フルタイム)、「仲間由紀恵さん。ずっときれいな黒髪ロングヘアを維持しているのがすごい」(30代・パート)など、ツヤのあるロングヘアを理由に挙げる人が多いよう。ロングヘア以外では、「天海祐希さん。ツヤもあってショートカットでも適度なボリュームがあり、バランスの良いヘアスタイルだなと思うからです」(30代・パート)、「真矢ミキさん。カラーリングが素敵でボリュームもあり、流行を取り入れている気がします」(50代・専業主婦)など、髪の毛のボリュームについてのコメントも目立ちました。また、近年注目の白髪を染めない「グレイヘア」で話題の草笛光子さんも、人気だったひとり。「草笛光子さんは、グレイヘアが素敵で若々しい。さわやかでナチュラルなところも憧れ！」(60代・専業主婦)と、白髪に悩む方から熱い視線が集まっているよう。「グレイヘアを試してみたい」と答えたのは、60代以上では46.4%に達しています。新たな美しさの基準として、さらに注目されるかもしれません。

古いことわざに、「一髪、二化粧、三衣装」とあるように、日本女性の美意識において、「髪」は重要視されてきました。アンチエイジングという、「肌」が注目されがちですが、思った以上に髪は他人から見られており、「見た目年齢」を測る基準ともなっているようです。「黒髪」であっても、「白髪」であっても、健康的なツヤ感が大切。健やかな髪の大切さを、改めて感じる調査となりました。

#### アンケート概要

●調査対象：オレンジページメンバーズ・国内在住の女性（有効回答数 1095 人）

●調査方法：インターネット調査 ●調査期間：2019 年 5 月 21 日～5 月 26 日

#### ●「オレンジページ暮らし予報」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐくまれた“くらしの目利き”たちが数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めてく次のくらし>を読み解いていくのが「オレンジページ暮らし予報」です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

#### ●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 34 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。発行部数=325,088 部（2018 年印刷証明付発行部数）。

#### この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

くらしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8418