

白髪・グレイヘアに関する意識調査 2024

40代・50代女性で増す白髪の不安、白髪ケアの始め時は？

理美容室での白髪染め頻度、物価高で18.6%が減少、76.0%は変化なし

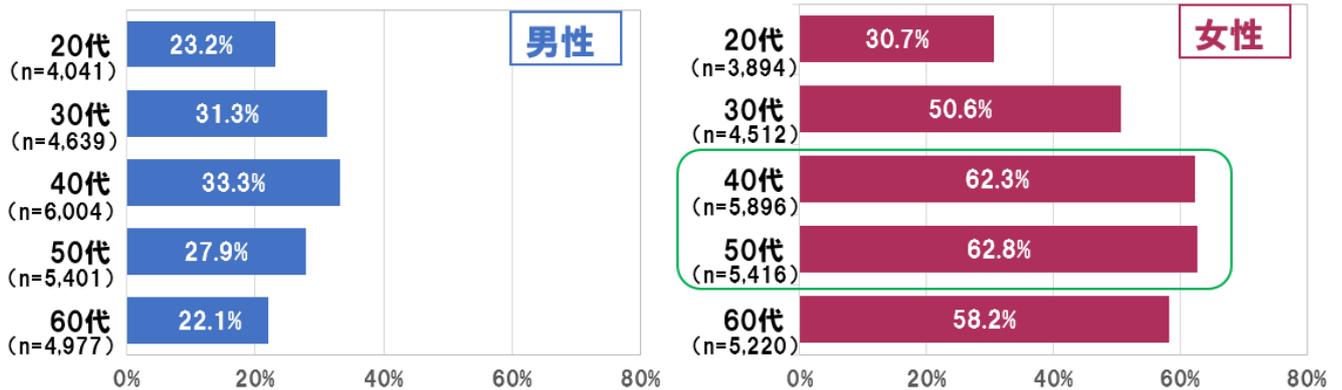
株式会社リクルート（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：北村 吉弘）の美容に関する調査研究機関『ホットペッパービューティーアカデミー』（<https://hba.beauty.hotpepper.jp/>）は、「白髪対策」関心の高まりを受け、2016年より20～69歳の男女を対象に「白髪・グレイヘア」に関する意識調査を実施しています。2024年の結果を以下の通り発表致します。

■将来の白髪に対する不安<スクリーニング調査>

40代女性の62.3%、50代女性の62.8%が白髪に対して不安を感じており、他の年齢層に比べて特に高い割合であることが明らかに。40代・50代女性が白髪ケアに対する強い関心を持っていることがうかがえる。

Q. 今後や将来を考えた時、白髪についてどの程度不安に思っていますか。

（単一回答、男性 n=25,062、女性 n=24,938）



※ 「とても不安」「やや不安」の合計値を表示

<研究員からのコメント>



男性は40歳前後、女性は42歳を過ぎた頃から白髪ケアを始める傾向がありますが、特に40代・50代の女性が白髪に対して不安を抱いていることが分かります。これは、白髪ケアを始めることで自身のこれまでの印象やスタイルが変わってしまうことへの懸念の表れかもしれません。40代・50代は、若い頃からヘアカラー（おしゃれ染め）を積極的に楽しんできた世代でもあります。そのため、白髪ケアにおいても「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」と考える人が増えているのは、この世代の美意識やスタイルへのこだわりが反映された結果と言えるでしょう。

（『ホットペッパービューティーアカデミー』研究員 田中 公子）

本件に関する
お問い合わせ先

<https://www.recruit.co.jp/support/form/>

<以下、本調査>

■白髪ケアを始めた年齢

白髪ケアを始めた年齢の平均は男性が40.1歳、女性は42.9歳。過去数年においても、男性の開始年齢は40歳前後、女性は42～43歳で推移している。

Q. あなたご自身が、「白髪染め」または「(白髪も一緒に染める)ヘアカラー／おしゃれ染め」「白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト」を始めた年齢をお知らせください。(数値回答) ※矛盾回答を除いて集計

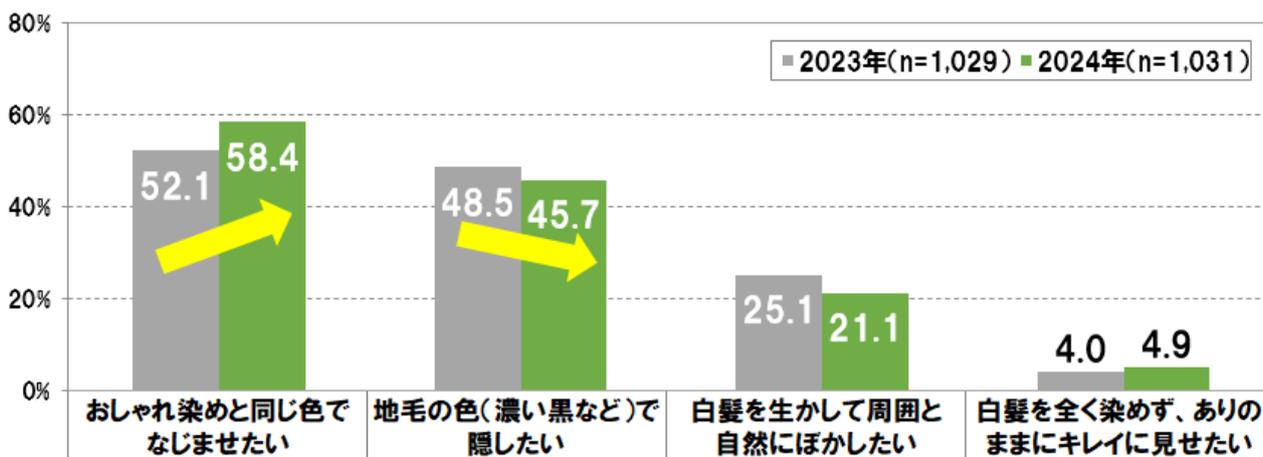
	男性		女性	
	平均年齢	n数	平均年齢	n数
2024年	40.1歳	272	42.9歳	744
2023年	40.7歳	267	42.7歳	742
2022年	39.8歳	267	42.6歳	756
2021年	40.4歳	259	42.6歳	769
2020年	41.2歳	258	43.2歳	775

■理想的な白髪のカラーリング

最も多かった回答は「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」で、前年の52.1%から増加。一方、2位の「地毛の色(濃い黒など)で隠したい」という回答は45.7%で、前年の48.5%から減少。白髪を自然になじませることへの関心が高まっている一方で、白髪を隠す従来の方法がやや減少していることが明らかに。

Q. あなたが理想とする白髪のカラーリングとしてあてはまるものを全てお選びください。

(複数回答) ※「その他」は非表示



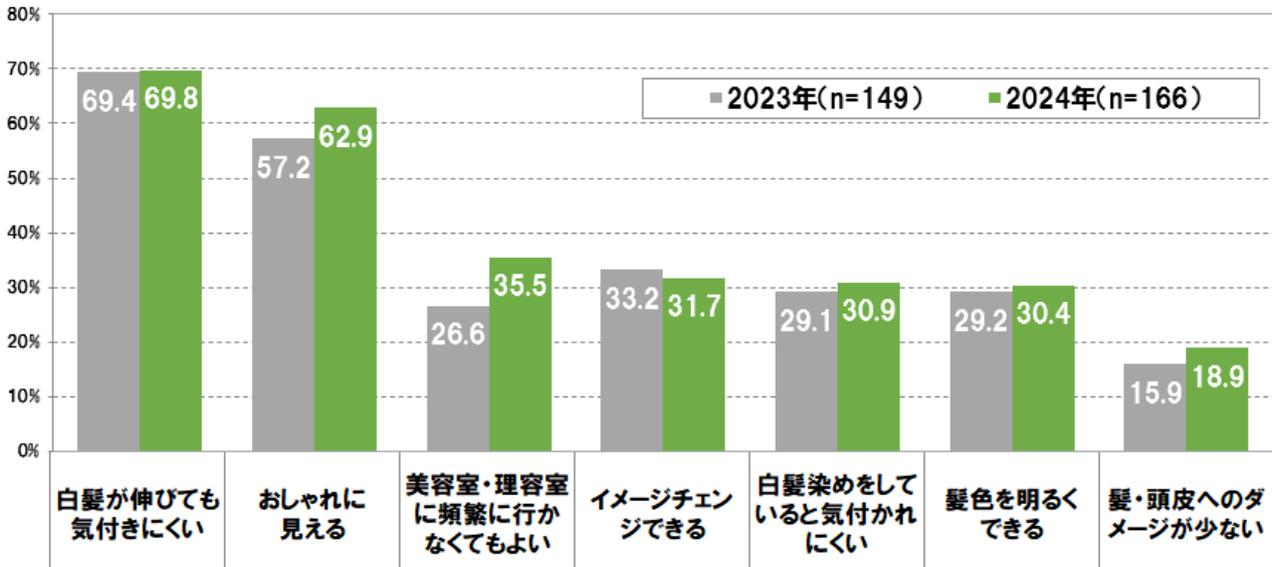
■白髪ぼかしをやりたい理由

最も多かった理由は「白髪が伸びても気付きにくい」が69.8%で、前年の69.4%とほぼ同じに。次に「おしゃれに見える」が62.9%で、前年の57.2%から増加。全体的に前年と同程度かやや増加傾向が見られる。

Q. 「白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト」（白髪を生かし、明るいハイライトを周囲に入れて白髪をぼかす、目立たなくする）を今後（も）実施したいと思う方はその理由について教えてください。（複数回答）

（白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライトについて現在実施している、もしくは現在していないがやってみたい人）

※「その他」「実施したいと思わない」は非表示



<研究員からのコメント>

白髪ぼかしは、白髪を生かしながら周囲の髪をハイトーンカラーで染める施術で、白髪が目立ちにくく、自然な仕上がりが特徴です。また、ハイトーンカラーを使用することで、トレンド感のあるスタイルも実現できます。白髪ぼかしを希望する理由からは、「白髪ケアはしたいけれど、おしゃれも楽しみたい」というニーズがうかがえます。さらに、「白髪染めはすぐに根元が白くなるため、頻繁なケアが必要」といった白髪染めのデメリットを解消する施術としても支持されているのでしょう。

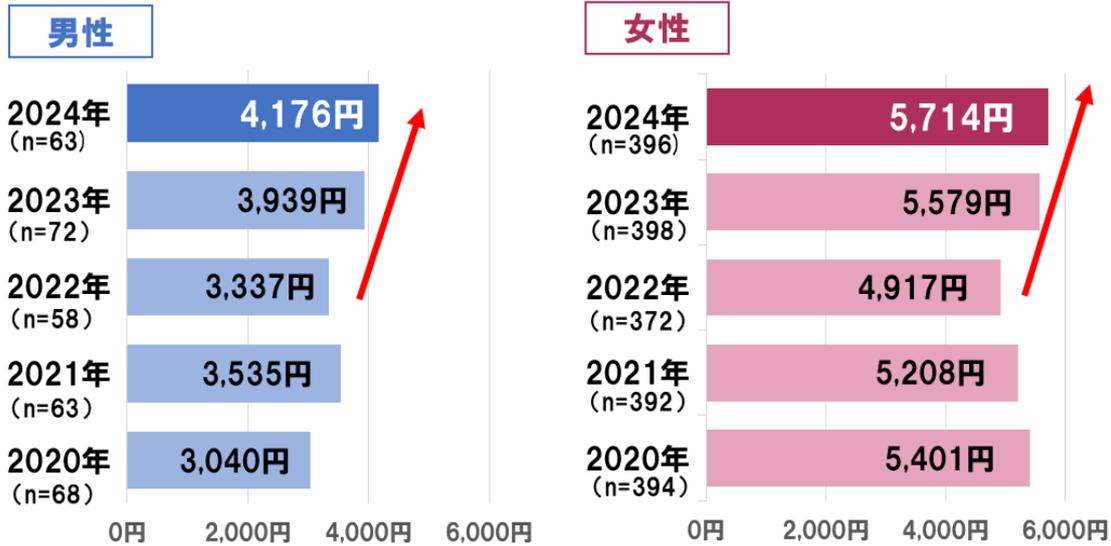
（『ホットペッパービューティーアカデミー』研究員 田中 公子）

■理美容室で、白髪染めに使っている金額

男性の平均金額は 4,176 円、女性の平均金額は 5,714 円となっており、前年の金額よりもそれぞれ増加。2022 年以降、白髪染めにかかる金額が年々増加している傾向が見られる。

Q. あなたが普段行っている理美容室で「白髪染め」に使っている 1 回あたりの金額をお知らせください。

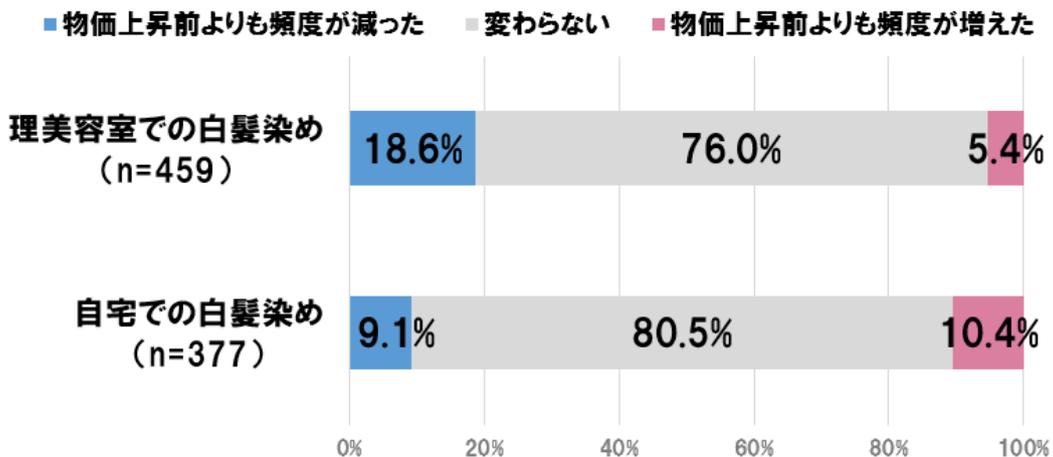
(単一回答の加重平均値、現在実施している白髪対策ベース)



■物価高が白髪ケアに与える影響

理美容室での白髪染めでは、76.0%が「変わらない」と回答する一方で、18.6%は「頻度が減った」と回答。自宅での白髪染めに関しては、80.5%が「変わらない」とし、9.1%が「頻度が減った」と回答。

Q. 近年（2022 年頃～）の物価高の影響により、以前（～2021 年頃）と比べて「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。(単一回答、現在実施している白髪対策ベース)



< 研究員からのコメント >

理美容室での白髪染めに使う金額は2年連続で増加しており、物価高の影響が考えられます。また女性では、従来の白髪染めから「おしゃれ染めを使った白髪染め」や「白髪ぼかし」など、トレンドの変化も影響していると考えられます。

物価高の中でも、理美容室等での白髪染めの頻度は「変わらない」とする人が大半ですが、減らした人も一定数存在します。これからは、理美容室だからこそ提供できる質の高い施術や、その人らしさを引き出す提案がより一層求められるでしょう。

(『ホットペッパービューティーアカデミー』研究員 田中 公子)

■白髪がすてきだと思ふ有名人

男性有名人では「吉川 晃司」が連続で1位を獲得し、2位は「舘 ひろし」、3位は「岩城 滉一」。トップ3に大きな変動はない。4位の「佐藤 浩市」は2022年から、5位の「松重 豊」は2023年から、それぞれ大きくランクアップしている。女性有名人では、連続で1位が「近藤 サト」、2位は「草笛 光子」、3位は「中尾 ミエ」という結果に。

Q. あなたが、「白髪・グレイヘアがすてきだと思ふ有名人」を、男性・女性それぞれ思い付く順に3人までお知らせください。(各3人までの自由回答)

	年	2024	2023	2022
	n=	1,031	1,029	1,031
男性有名人	吉川 晃司	1位	1位	1位
	舘 ひろし	2位	4位	3位
	岩城 滉一	3位	2位	2位
	佐藤 浩市	4位	5位	15位
	松重 豊	5位	10位	11位

	年	2024	2023	2022
	n=	1,031	1,029	1,031
女性有名人	近藤 サト	1位	1位	1位
	草笛 光子	2位	2位	2位
	中尾 ミエ	3位	3位	3位
	竹下 景子	4位	8位	13位
	手塚 理美	5位	4位	6位

■調査概要

調査名 : 白髪・グレイヘアに関する意識調査 2024

調査手法 : インターネットリサーチ

調査期間 : スクリーニング調査 (2024年7月8日~2024年7月9日)

本調査 (2024年7月19日~2024年7月25日)

調査対象 : スクリーニング調査 : 50,000人 ※人口動態に基づき性年代を割り付け

本調査 : 1,031人 (全国20~69歳男女、理美容室の利用頻度が3カ月に1回以上で、現在白髪があり白髪を気にしている、白髪染めまたは白髪ぼかしをしている人)

※スクリーニング調査での出現率を基にウェイトバックを実施

※図表内の%の値は小数第2位を四捨五入しているため、差分や合計値において、単純計算した数値と合致しない場合があります。

※平均金額の算出方法 : 回答形式は選択肢方式としていますが、便宜上選択肢の中央値を用いて平均金額を算出しました。ただし、選択肢の中で最も高額な「2万円以上」のみ「20,500円」として算出しています。

詳細はこちら : <https://hba.beauty.hotpepper.jp/search/trade/hair/shiraga/60631/>

■『ホットペッパービューティーアカデミー』とは

美容に関する調査研究機関。「美容の未来のために、学びと調査・研究を」をビジョンに2014年に開校しました。美容サロンのマネジメントやマーケティングを学ぶ「経営セミナー」、美容センスなどの「調査研究」、訪問美容・女性活躍・SDGsなどの情報提供・イベント開催などをはじめとした「サステナビリティ活動」を柱に、全て無料で美容業界へ情報発信しています。これらの活動により、美容業界の成長に寄与する場の提供を目指しています。

リクルートグループについて

1960年の創業以来、リクルートグループは、就職・結婚・進学・住宅・自動車・旅行・飲食・美容などの領域において、一人ひとりのライフスタイルに応じたより最適な選択肢を提供してきました。現在、HRテクノロジー、マッチング&ソリューション、人材派遣の3事業を軸に、60を超える国・地域で事業を展開しています。リクルートグループは、新しい価値の創造を通じ、社会からの期待に応え、一人ひとりが輝く豊かな世界の実現に向けて、より多くの『まだ、ここにはない、出会い。』を提供していきます。

詳しくはこちらをご覧ください。

リクルートグループ：<https://recruit-holdings.com/ja/> リクルート：<https://www.recruit.co.jp/>