

## 【梅雨のふとんケアに関する意識調査】

**湿気が気になる梅雨…「ふとんの湿気対策」で、驚きの調査結果が！？**  
**ふとんで感じる不快感 第1位は「ジメジメ感」！！**  
**なんと8人に1人は、ふとんをカビさせてしまったことがあった！？**  
**ふとんの湿度が上がると、睡眠の質が下がる！？**

レイコップ・ジャパン株式会社（代表取締役社長 リ・ソンジン）は、湿気が多くなる梅雨に先駆け、睡眠を重視する男女800名に対して、「梅雨のふとんケアに関する意識調査」を行いました。

気象庁が発表した2014年の気象データ\*によると、平均湿度が一番高いのは6月の75%で、7月と8月が74%で次に湿度が高い時期となり、これから梅雨～夏にかけて1番湿気の多い時期となります。

今回の意識調査の結果では、2人に1人がふとんに関して不快に感じた経験があり、その不快感の1位は「ふとんのジメジメ感（56.5%）」でした。また、ふとんがジメジメしやすい雨の日にふとんの湿気対策をしている人は僅か17%と、湿気の多い日に湿気対策をしていない人が多いことが明らかになりました。

そこで睡眠評価研究機構 代表・医学博士の白川氏に、ふとんの湿度と睡眠の関係性について聞いたところ、ふとんの湿度が上がると、睡眠の質が悪化するということもわかりました（※出典：気象庁 過去の気象データ）。

【調査結果ダイジェスト】 ※調査の概要及び詳細は次項をご参照下さい。

◆ **睡眠を重視している人の97.5%が、綺麗なふとんで寝たいと思っている。しかし、そのうち「ふとんケア※を行っていない人」はなんと6割以上！！**

睡眠を重視している800人に、「綺麗なふとんで寝たいと思っているか」と質問したところ、97.5%の人が「綺麗なふとんで寝たい」と思っていることがわかりました。

しかし、「綺麗なふとんになるよう、ふとんのケアをしているか」と聞いたところ「あまりしていない（38.8%）」、「ほとんどしていない（24.5%）」と約6割以上の人が睡眠を重視しているにも関わらず「ふとんケア」をしていないことがわかりました。

※ふとんケア：天日干し、ふとん洗濯、ふとんクリーナーの利用など

◆ **ふとんを不快に感じたことがある人の理由1位は「ジメジメ感」だった。中には、ふとんをカビさせてしまったことがある人もいた！！**

ふとんに関して「不快に感じたことがあるか」と質問をしたところ、2人に1人(51%)が、不快に感じた経験があることがわかりました。

その理由を聞くと「ふとんがジメジメしていた」が56.6%と1位でした。

また、過去の「ふとんに関する失敗談」を聞いたところ、「ふとんをカビさせてしまったことがある（13.4%）」という経験をしている人も意外と多いということがわかりました。

◆ **湿気が多い雨の日にふとんケアをしている人はわずか17%だった！**

「雨の日にふとんケア（湿気対策）を行っているか」聞いたところ、「ふとんケアをしている」と答えた人はわずか17.1%と少数派でした。

◆ 睡眠評価研究機構 白川修一郎先生「ふとんの湿度が上がると、睡眠の質が下がる？」

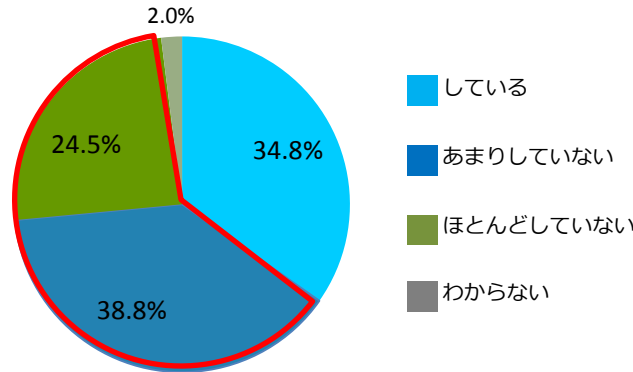
## 睡眠を重視している人の97.5%が、綺麗なふとんで寝たいと思っている。 しかし、そのうちふとんケアを行っていない人はなんと6割以上！

睡眠を重視している800人に、「綺麗なふとんで寝たいと思っているか」ときいたところ、97.5%の人が「綺麗なふとんで寝たい」と思っていることがわかりました。

綺麗なふとんで寝たい理由を聞くと「気持ちが良いから（85.8%）」、「良い睡眠が取れそう（44.1%）」、「疲れが取れそう（38.7%）」、「健康に良さそう（26.7%）」と綺麗なふとんで寝ることが自分自身の体や心に良さそうという意識が高いことがわかりました。

しかし、「綺麗なふとんになるよう、ふとんのケアをしているか」と聞いたところ「あまりしていない（38.8%）」「ほとんどしていない（24.5%）」と約6割以上の人が「ふとんケア」をしていないことがわかりました（図1）。綺麗なふとんで寝たい人が多い中で、ふとんケアをしている人は少数派であるようです。

図1,綺麗なふとんになるよう、普段ふとんケアをしていますか？  
ふとんケアとは、天日干し、ふとん洗濯、ふとんクリーナーの利用などを指します。（N=800 SA）



## ふとんを不快に感じたことがある理由、1位は「ジメジメ感（56.6%）」だった。 中には、ふとんをカビさせてしまったことがある人もいた！！

「ふとんに関して不快に感じたことがあるか」を聞いたところ、2人に1人(51%)が不快に感じた経験があることがわかりました。

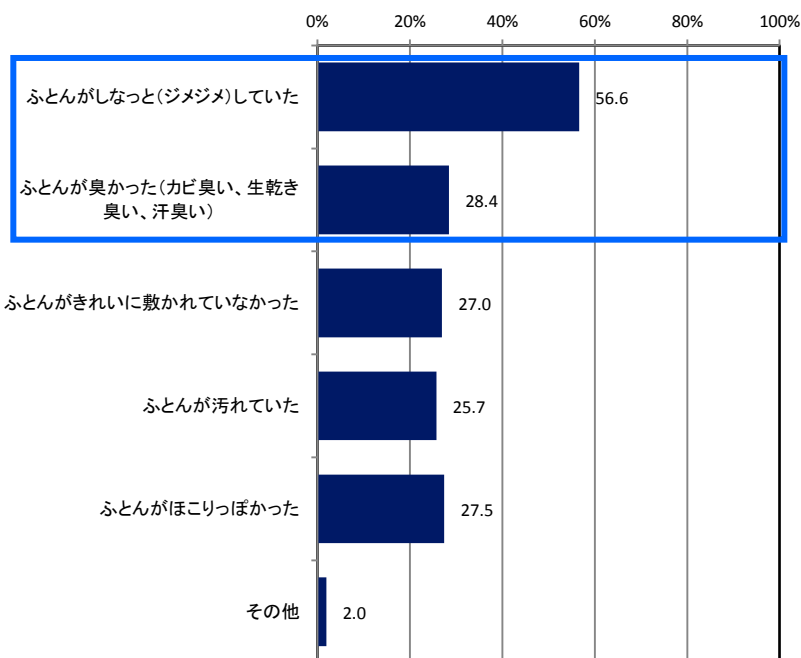
その理由を聞くと「ふとんがジメジメしていた（56.6%）」が1位、「ふとんが臭かった（カビ臭い、生乾き臭い、汗臭い）（28.4%）」が2位でした（図2）。

過去の「ふとんに関する失敗談」を聞いたところ、中には「ふとんをカビさせてしまったことがある（13.4%）」という経験をしている人も意外と多いということがわかりました。

ここから考えると不快に感じることの主な原因は「ジメジメ、カビ臭い」など、ふとんの湿気が起因していると考えられます。

また、ふとんがジメジメすると感じる時期は「梅雨の時期（84.5%）」が1位、「夏の時期（44.0%）」が2位と、梅雨～夏にかけて湿度が高い時期に結果が集中したことから、梅雨～夏の時期はふとんが不快に感じやすい時期と言えます。

図2,ご自身の家で寝る時に、ふとんに関して、不快に感じたことのある方にお聞きします。不快と感じたのはどんな時でしたか？  
（N=800 MA）



# 湿気が多い雨の日にふとんケアをしている人はわずか17%だった！

ふとんがジメジメしたり、カビ臭く感じたことがあると答えた方に、その際の対策を聞いたところ、「天日干し (69.8%) (図3)」が約7割で圧倒的であることがわかりました。

一方で「雨の日にふとんケア (湿気対策) を行っているか」を聞いたところ、「ふとんケアをしている」と答えた人はわずか17.1%(図4)。

雨の日にふとんケアを「していない」、「あまりしていない」と答えた方にその理由を聞くと1位は「天日干しが出来ないから (50.5%)」でした。

そのことから、ふとんの湿気対策の王道は今も「天日干し」であり、またそこに頼っている人が多いため、雨が多い梅雨は湿気対策を怠ってしまう人が多いと言えそうです。

図3, ふとんがジメジメしていたことがある、ふとんが臭かったと感じたことがある人にお聞きします。あなたはその時どのような対策をしますか？ (N=288 MA)

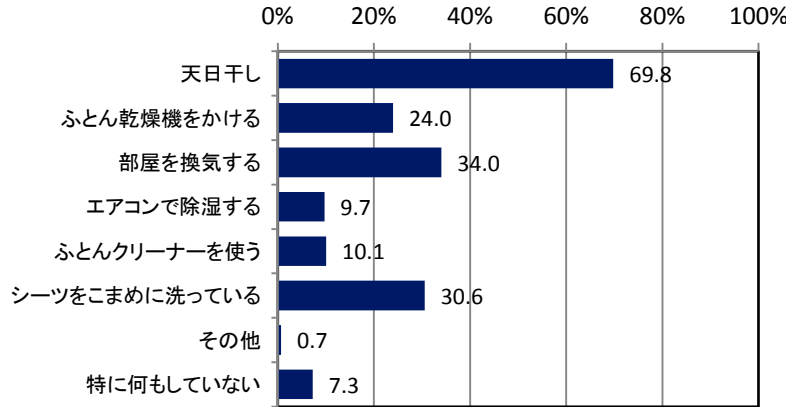
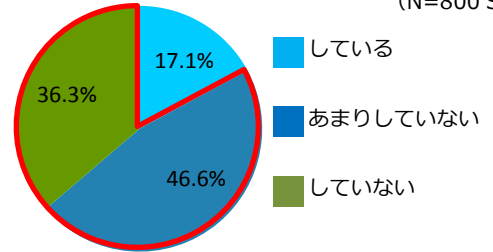


図4, 雨の日にふとんケア (湿気対策) をしていますか？ (N=800 SA)



## ふとんケアをしていない2人に1人は、ふとんの湿気対策の仕方がわからないという結果も

注目したいのは、雨の日にふとんケア (対策) を行わない人のうち3人に1人が「やり方が分からない」と答えており (図5)、またふとんケアの頻度が2カ月に1回以下という頻度の少ない人へ、その理由を聞いたところ「ちゃんとしたケアの仕方がわからない(47%)」が約半数でした(図6)。

このことから、ふとんの湿気対策の仕方自体を知らないという人が多いということがわかりました。

図5, 雨の日にふとんケアを行わない、あまり行わないと答えた方にお聞きします。なぜ雨の日にふとんケアを行わないのですか？ (N=800 MA)

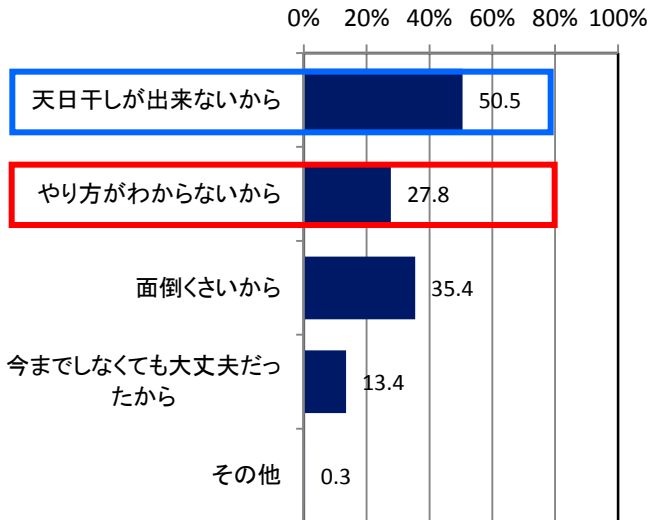
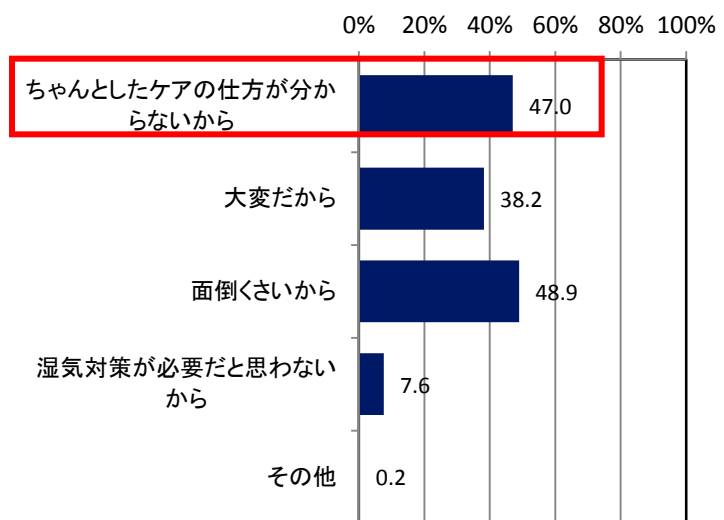


図6, ふとんケア (湿気対策) が2カ月に1回以下の方にお聞きします。ふとんケアの頻度が2カ月以下の理由をお答え下さい。 (N=474 MA)



# ふとんの湿気が健康に与える影響に関する関心は約9割と高い結果に！

「ふとんの湿気が健康に与える影響があると思うか」を聞いたところ、「あると思う（47%）」、「どちらかといえばあると思う（42.5%）」（図7）と約9割の人が、ふとんの湿気は健康に与える影響があると感じていました。

そこで、「健康に良い影響があるならば、ふとんクリーナー\*が欲しいですか」と聞いたところ、「とても欲しい38.4%」、「欲しい47.3%」（図8）と85%以上の人が欲しいと回答。このことから、ふとんの湿気が健康に与える影響に関する関心度は、とても高いということが言えそうです。

図7, ふとんの湿気が健康に与える影響はあると思いますか？  
(N=800 SA)

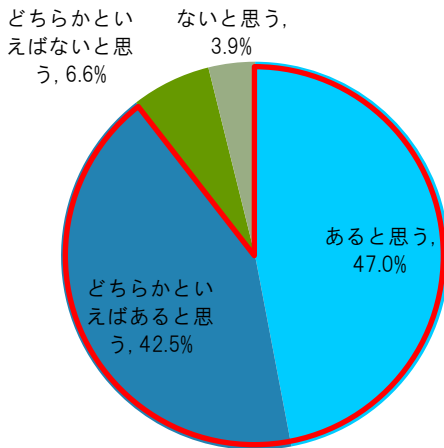
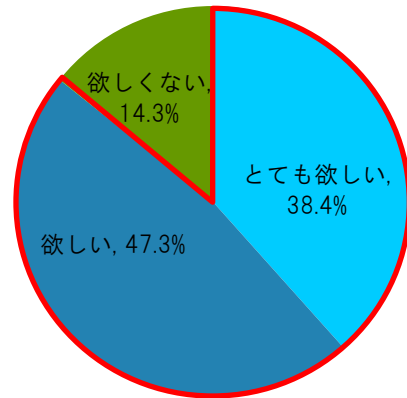


図8, 健康に良い影響があるならば、ふとんクリーナーが欲しいですか？ (N=727 SA)  
※ふとんクリーナー：ふとん専用のハンディタイプの掃除機



## <調査概要>

調査期間 : 2015年4月4日～4月6日

調査方法 : インターネット調査

調査対象 : 20～59歳の睡眠を重視している人 800人 (5歳ごとに均等割付)



白川修一郎先生  
睡眠評価研究機構 代表  
医学博士

## ふとんの湿度が高いと睡眠の質が下がる！？

「布団の湿度が上がる」ことで、「睡眠の質が下がる」ということはありますでしょうか？

感覚として、湿った寝具で寝ることで不快さはあると思うのですが。

寝床内気候の相対湿度が70%を超えるとむれ感が強くなり、中途覚醒（睡眠中に起きてしまうこと）も増えて睡眠の質が悪化します。寝室の相対湿度が高ければ、寝床内気候の相対湿度が高いために寝返りがあっても寝床内気候の相対湿度は解消されず、中途覚醒がおきやすくなり睡眠は質的に悪化します。

寝装具が湿っていれば、上記の状況を一層悪化させることになり、主観的、客観的にも睡眠の質を悪化させる原因となる可能性は高いと考えられます。

\*寝返りは、寝床内気候を快適な状態に調節するために生じる無意識の行動性体温調節です

# ふとんの乾燥時間比較実験 天日干し VS レイコップRP ふとんが乾くまでの時間差は、なんと約50倍！！

## 実験方法

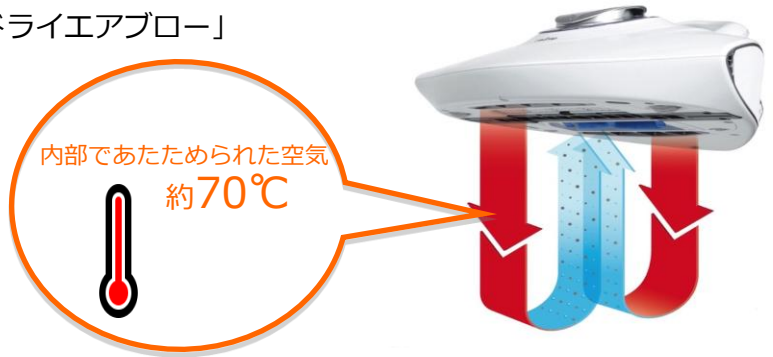
敷布団に塩化コバルトを塗布して、天日干しとドライエアブローを使用した状態での乾燥時間を比較する。

※塩化コバルトは、水分を失うと青色になり、水分を含むと元の赤色に変化する試薬。

## ドライエアブローとは？

レイコップRPに搭載された新機能「ドライエアブロー」

本体内部で約70℃にあたためられた空気を布団に送り込み、布団内部の水分を取り除く新機能。「光クリーンメカニズム」とあわせて、ハウスダストが発生しにくい布団環境をつくりながら、布団のハウスダストを効果的に除去します。



塩化コバルトを塗布した布団に、霧吹きで3回水をかける

塩化コバルトを塗布した布団に、霧吹きで3回水をかける



水分を含んだ塩化コバルトが青色から赤色に変化

水分を含んだ塩化コバルトが青色から赤色に変化

## 天日干し vs ドライエアブロー ふとん乾燥時間比較



天日干しで乾燥までかかった時間は51分56秒、ドライエアブローで乾燥までにかかった時間1分23秒と約50倍の違いがあり、ドライエアブローがふとんの湿気対策に効率的であることがわかりました。

## <ふとんクリーナー「レイコップ」について>

「レイコップ」は、レイコップ・ジャパン株式会社の代表リ・ソンジンが内科医としての経歴を活かして開発したふとんクリーナーで、医師が開発した特許技術「光クリーンメカニズム」を全てのモデルに共通で採用しています。「光クリーン」のUVランプ（紫外線）を布団に照射しながら、「たたき」で布団のハウスダストをたたき出し、布団に吸い付かない絶妙な吸引力でハウスダストを「吸引」する、オリジナルの特許技術です。

2007年の発売以来、世界24カ国で販売実績があるふとんクリーナー\*1で、日本では2012年2月から本格的に販売を開始し、250万台以上の累計販売台数を誇ります\*2。

\*1 2014年7月現在

\*2 2014年12月末

## <レイコップRPについて>

### RAYCOP RP (レイコップ アールピーRP-100)

「レイコップRP」は、布団の快適さをより向上させることを目指して開発された、レイコップのプレミアムモデルです。

新機能として、本体内部で約70℃にあたためられた空気を布団に送り込み、布団内部の水分を取り除く“ドライエアブロー”を搭載しました。



## <レイコップ・ジャパン株式会社について>

日本では2012年2月からふとんクリーナー「レイコップ」の本格的な販売を開始し、2012年6月設立。「レイコップ」の研究、開発、製造管理および販売を行う。

レイコップ公式サイト <http://www.raycop.jp>

## <レイコップ公式オンラインストア>

- レイコップオンラインストア <http://www.raycop.jp/store/>
- レイコップ公式ストア楽天市場店 <http://www.rakuten.ne.jp/gold/raycop/>
- レイコップ公式ストアYahoo!店 <http://store.shopping.yahoo.co.jp/raycop>