

20代～40代の働く女性300人に聞く、「気候・環境変化と肌意識調査」

そのくすみ、気候の変化が原因かも！？

# 現代女性は「乾燥くすみ<sup>\*</sup>」に要注意！

気象予報士・美容ライター 大貫未記さんが提言！

※乾燥によるくすみのこと。

カネボウ化粧品のスキンケアブランド「DEW（デュウ）」では、20代～40代の働く女性300人を対象に、気候・環境の変化と肌に関する調査を行いました。主な調査結果は以下の通りです。

## 調査結果サマリー

### 働く女性の9割が気候や環境の変化によって肌への影響があると考えている

- ★ 働く女性の8割強が日本の気候・環境の「変化」を実感。変化TOP3は「猛暑日」「気温差」「気温上昇」。
- ★ 働く女性の9割が「気候や環境の変化は肌に影響する」（89.7%）と考えている。

### エアコン使用が長時間化している働く女性たち、約半数が「ほぼ一年中」エアコン漬けの日々

- ★ 働く女性の半数が「ほぼ一年中」（47.3%）エアコンを使用し、7割がエアコンの「使用時間が長くなった」（73.3%）と回答。

### 乾燥に悩む女性ほど、顔の印象に関する悩みを実感

- ★ 働く女性の8割は「肌の乾燥」（80.3%）を実感。
- ★ 働く女性の6割以上が「顔色が冴えないと感じる」（66.3%）、「夕方になると疲れて見える」（65.3%）など顔の印象に関する悩みがあり、特に「肌の乾燥」に悩む人ほど、その傾向が高い。

**調査概要** ● 調査時期：2018年12月26日（水）～27日（木） ● 調査方法：インターネット調査

● 調査対象：首都圏在住の20代～40代の働く女性300人（おもに内勤で働く女性150人、おもに外勤で働く女性150人）

※調査結果の構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはなりません。



気象予報士で美容ライターの大貫さんに聞く 気候・環境変化と「乾燥くすみ<sup>\*</sup>」に要注意！

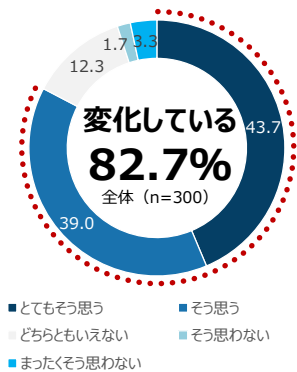
# 働く女性が実感する気候・環境の変化とエアコン使用状況

## 働く女性の8割が気候・環境の変化を実感！「猛暑日の増加」「気温差の激化」「気温上昇」など

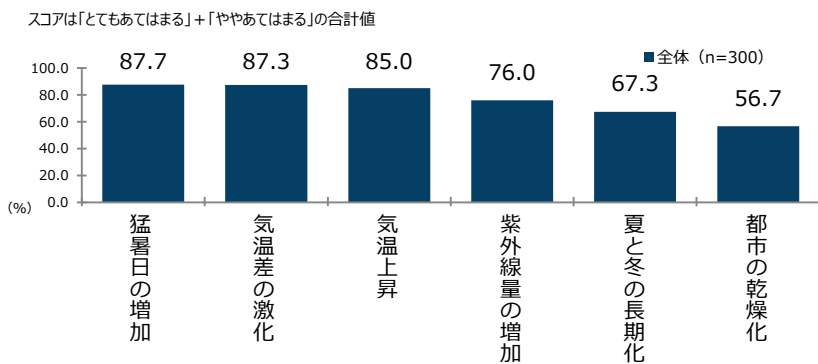
地球温暖化や気候変動などにより、わたしたちを取り巻く環境が変化しています。20代～40代の働く女性300人に、日本の気候や環境が変化していると思うかと聞くと、全体の82.7%が「変化している」と感じています [図1]。

具体的にどのような変化を感じているのかを聞くと、「猛暑日の増加」(87.7%)、「気温差の激化」(87.3%)、「気温上昇」(85.0%) がトップ3となっています [図2]。

[図1] 日本の気候・環境が変化している



[図2] 日本の気候・環境の変化を実感すること

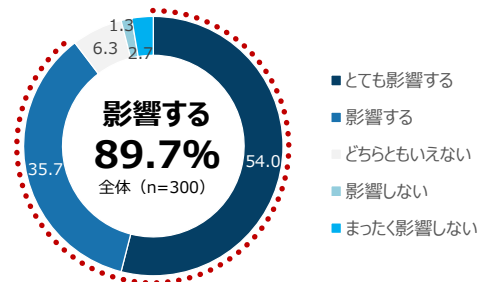


## 働く女性のほぼ9割が、気候・環境の変化は

### “肌に影響する”と考えている

では、気候や環境の変化は肌に影響すると思うかと聞くと、半数が「とても影響する」(54.0%)と答え、「影響する」(35.7%)を加えるとほぼ9割の女性が「影響する」(89.7%)と答えています [図3]。

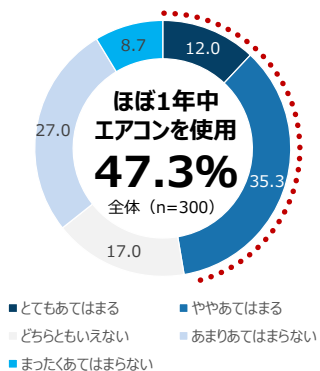
[図3] 気候・環境の変化は肌に影響する



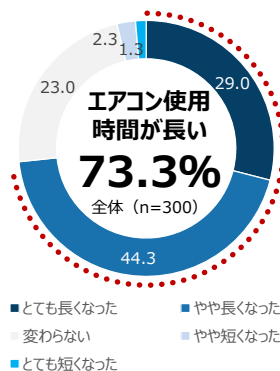
## 働く女性の半数がほぼ一年中エアコンを使用。さらに、エアコンの使用時間も長時間化する傾向に

エアコンの使用状況を聞くと、約半数が「ほぼ一年中エアコンを使用」(47.3%)していると答え [図4-1]、約7割がエアコンの使用時間が長くなった」(73.3%)と答えています [図4-2]。

[図4-1] ほぼ一年中エアコンを使用している



[図4-2] エアコンの使用時間が長くなった



※調査結果の構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはなりません。

# 乾燥環境で働く女性の肌トラブル

## 働く女性の8割が悩む「肌の乾燥」。

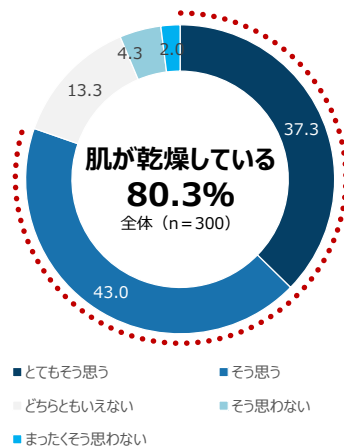
肌が乾燥している人ほど「顔色が冴えないと感じる」「疲れて見える」悩みが高い傾向に。

年間を通じてエアコンを長時間使用している女性たち。8割の働く女性が「肌が乾燥している」（80.3%）と実感しています【図5】。

また、現在の肌悩みについて聞くと、「鏡にうつった自分を見て、顔色が冴えないと感じることがある」（66.3%）、「夕方になると疲れて見える」（65.3%）など、6割以上の女性から顔の印象に関する悩みが挙がっています。

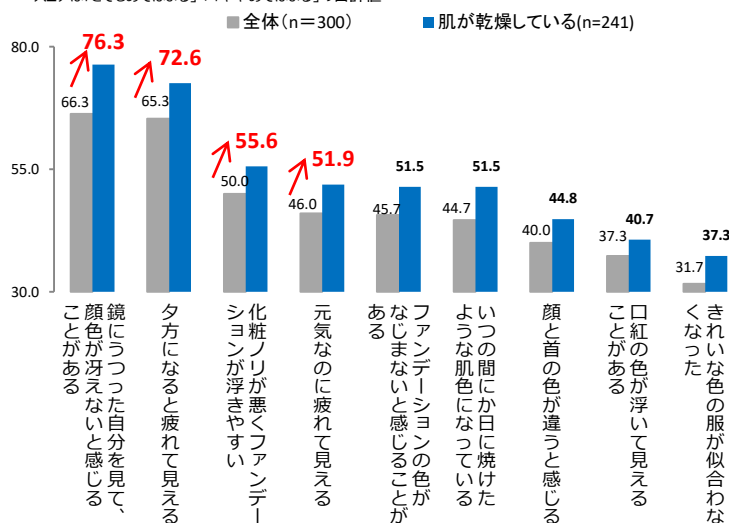
中でも、現在の肌の状態で「肌が乾燥している」と答えた女性（241名）の悩みを見ていくと、「鏡にうつった自分を見て、顔色が冴えないと感じることがある」（76.3%）「夕方になると疲れて見える」（72.6%）とより多くの人が感じていることがわかりました。乾燥に悩む女性ほど、顔の印象に関する悩みを実感していると言えます。働く女性が感じるこうした悩みは、実は乾燥が原因によるところが大きいかもしれません【図6】。

【図5】 肌が乾燥している



【図6】 現在の肌の悩み

スコアは「とてもあてはまる」+「ややあてはまる」の合計値



※調査結果の構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはなりません。

## ■ 肌にとっても過酷な気候・環境の変化

8割以上の方が実感している「猛暑日の増加」や「気温の上昇」は、気象データからもみとれます。そんな環境の変化を受け、約7割もの方が「エアコンを使用する時間が長くなった」と答え、「ほぼ一年中エアコンを使用している」という人はなんと約2人に1人です。エアコンは現代の私たちにとって必需品ですが、残念ながら肌にとってはあまり良い環境とは言えません。一般的にエアコンの効いた空間は乾燥しやすく、夏はエアコンで冷やされた汗とともに肌の水分が奪われてしまいます。

「気温差の激化」を感じている人も多いようですが、特にこの時期は三寒四温で気温差を感じやすい季節。実はこの気温差は肌に負担が大きく、肌の油分と水分のバランスが乱れるなど、肌が乾燥してキメが乱れやすくなります。

**気候や環境の変化は、わたしたちの肌にとっても過酷な状況と言えます。**「肌が乾燥している」という人が8割もいるこの結果が、何よりもその証と言えるでしょう。

肌が乾燥すると、角層の水分量の低下、キメの乱れ、角層の重層化によって肌の明度が下がり、くすんで見えてしまいます。近年の気候や環境の変化により長時間エアコンを使用している私たちは、常に肌が乾燥し、くすみやすくなっているのです。

**現代女性の「乾燥くすみ※」には、しっかりとうるおいを与え、乾燥によるくすみにアプローチして、顔全体の印象を明るくしていきましょう。**

※乾燥によるくすみのこと。



### 大貫未記（おおぬき・みき）さん

美容ライター・気象予報士・健康気象アドバイザー。

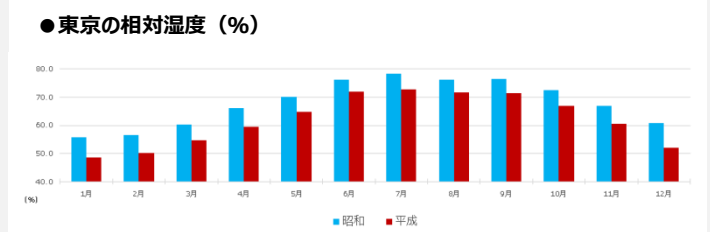
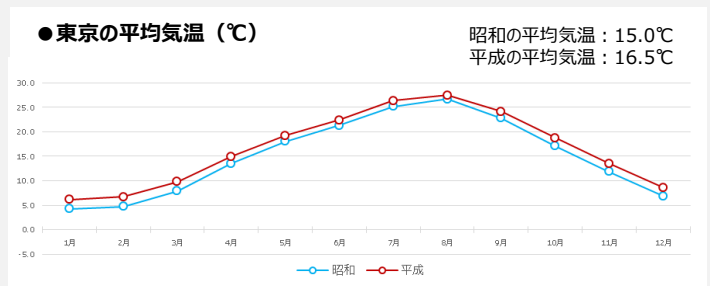
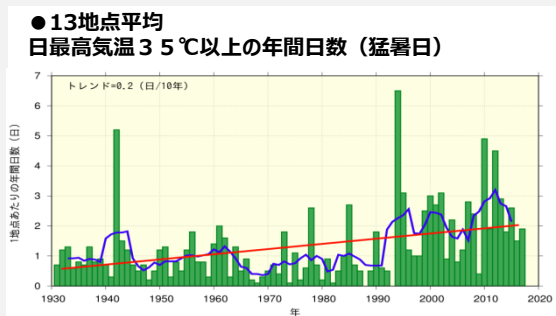
化粧品メーカーやドクターを取材するうち、肌や体が天気をはじめとする環境の影響を受けていることを痛感して、2003年に気象予報士の資格を取得。天気の観点からも美容を語れる稀有な存在。

## <ご参考資料> 昭和と平成の気候を比較すると、温暖化・乾燥化の傾向が明らかに

気象庁のデータによると、日本国内13地点で、1931～2017年にかけて観測した結果、日最高気温が35℃以上（猛暑日）の日数は増加傾向にあり、特に1990年代半ばを境に大きく増加していることがわかっています。

また、1927（昭和2）年～1988（昭和63）年までの昭和の時代と1989（平成元）年～2018（平成30）年の平成の時代との、東京の平均気温の月平均値を比較してみると、昭和の平均気温が15.0℃に対し平成は16.5℃となり、1.5℃高くなっています。また、相対湿度を比較すると昭和の方が湿度が高めで、平成の方がより乾いていることがわかります。

平成に入ってから猛暑日が増え、都市部では気温が上昇、湿度が低下し、実際肌にとっても過酷な環境に変化していることがうかがえます。



気象庁のホームページより