

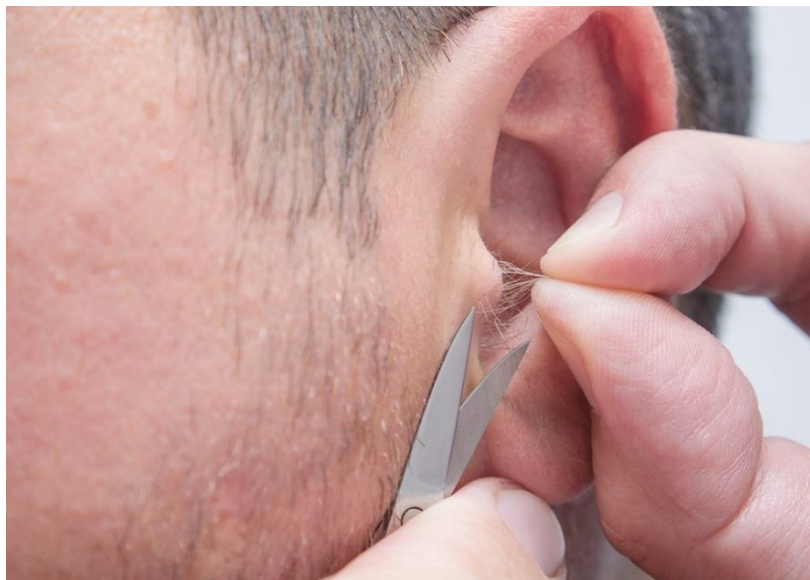
■【敬老の日、直前！】40～60代男性へ「耳毛」について調査  
「40歳を過ぎたら…」

6割以上の中老年男性が“実感”する《シニア毛》とは？

《シニア毛》… 加齢や老化に伴い、鼻・耳・眉などの「毛」が濃く太く伸び続ける現象  
その「原因」や「対策」を、医療脱毛専門院の総院長（医師）が解説

男性であってもスキンケアやメイク、ネイルや眉の手入れなど身だしなみや日常のケアに気を配る方が増えています。その傾向は中老年やシニア層も例外ではなく、今や世代や性別関係なく「美容」への関心が高まっています。そしてそのムーブメントは「体毛の在り方」においても同様に広がっています。

家庭用の光美容器やセルフ除毛器などメンズグルーミング商品が多く販売され、男性が体毛の手入れをすることは今や一般的になりました。そのようななか、歳を重ねるにつれ男性は女性に比べて40代あたりから耳毛や眉毛、鼻毛など一部の毛が濃く・太く・長く成長し伸び続け、目立つようになる方がいます。



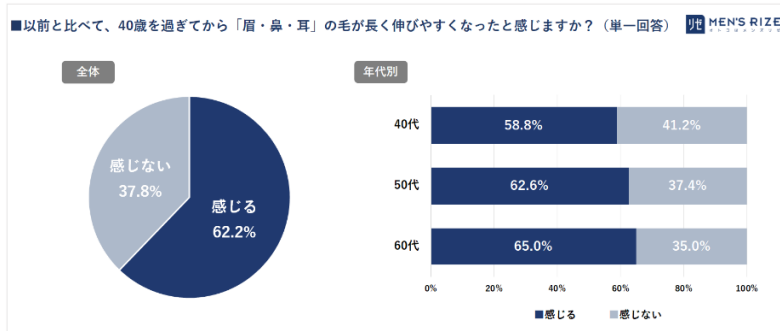
なぜそういった現象が起こるのか。また中老年男性たちはそのような「毛」に対して、どこまで気をつけ、日ごろどのようなケアをしているのでしょうか。

そこで、敬老の日が目前に迫る今、**全国26院を展開する男性専門の医療脱毛専門院『メンズリゼ』**（医療法人社団風林会 / 東京都新宿区、総院長:赤塚正洋 / 以下当院）では、ミドル・シニア世代男性の「耳毛」に着目し**2023年8月16日～17日の2日間・男性40～60代666名を対象に【「耳毛と加齢（シニア毛）」の意識調査】**を実施しました（インターネット調査）。

■「耳毛と加齢（シニア毛）」の調査結果と、その原因や対策を医師が解説

調査の結果、**6割以上の中老年男性が「40歳を過ぎてから眉・鼻・耳の毛が長く伸びやすくなった」と回答**（62.2%）。60代になると7割が「毛が伸びることを実感している」ことが分かりました。

また**「耳毛が生えているから、日ごろから処理している」男性は、年代が上がるにつれ増加**。「耳毛処理」をする男性は、40代だと全体の3割（32.1%）だったのが、50代をこえると4割以上が処理をしていることが判明しました（50代42.8%・60代43.5%）。



【他人の耳毛】については2人に1人、全体の半数が「気になったことがある（49.7%）」と回答。

【自分の耳毛を意識しだしたきっかけ・トップ3】は、1位「身だしなみの一環として常に意識」 2位「他人の耳毛を見てから」 3位「パートナーや家族からの指摘」が理由として続き、【耳毛の処理方法・トップ3】は、1位「毛抜き（58.2%）」 2位「電気シェーバー（26.6%）」 3位「理容室で処理してもらおう（23.3%）」が続くなど、ミドル世代が感じている他人や自分の「耳毛」に対する意識や、耳毛を意識し出したきっかけなどが、この調査で分かりました。

なお、男性の医療脱毛専門院『メンズリゼ』では、**【加齢や老化に伴い、耳・鼻・眉などの「毛」が濃く・太く・長く伸び続けてしまう現象】**を『シニア毛』と命名し、2021年9月17日にメディアへ発表（※ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000065.000020081.html>）。その『シニア毛』の原因や対策についてほか、**当院の理事長 兼 総院長の赤塚正洋医師が詳しく解説**いたします。

■【「加齢と耳毛」に関するアンケート意識調査】概要 (各詳細は次頁以降を参照ください)

- 調査機関：男性の医療脱毛専門院『メンズリゼ』 ※当データやコメント使用時はクレジット表記を記載
- 調査期間：2023年8月16日～17日の2日間
- 有効回答数：40歳～69歳の男性 666名を対象 (インターネット調べ)

■①【他人の耳毛、どう思う?】中高年世代の半数が「他人の耳毛、気にしたことがある (49.7%)」と回答

◎年代が上がるにつれ「他人の耳毛」が気になる傾向がある (40代 48.0% < 50代 49.1% < 60代 52.0%)

■②【自分の耳毛、どう思う?】

半数以上が「日ごろから耳毛のチェックしている (52.7%)」と回答、チェックしない派 (47.3%) を上回る

- ◎耳毛チェックしている人の内訳：4割「耳毛があり処理する」(39.5%) + 1割「耳毛はないがチェックする」(13.2%)
- ◎年代が上がるにつれ「自分の耳毛が生えていて処理する男性」は増加 (40代 32.1% < 50代 42.8% < 60代 43.5%)

■③【耳毛を意識したきっかけは?】その理由トップ3:

1位「身だしなみの一環として常に意識」 2位「他人の耳毛を見てから」 3位「パートナーや家族からの指摘」

▼耳毛があると自身で認識し、耳毛処理をしている方

◎トップに6割以上が「身だしなみの一環として常に意識 (60.8%)」と回答、次点に3割以上が「他人の耳から毛が生えているのを見た (32.3%)」と続く / 年代が下がるほど「身だしなみの一環として常に意識」している傾向に

▼耳毛はないが、耳毛がないかをチェックしている方

◎トップは「身だしなみの一環として常に意識 (50.0%)」で半数が回答、次点に「他人の耳から毛が生えているのを見た (39.8%)」が続く / 60代では半数が「他人の耳から毛が生えているのを見て (48.3%)」チェックしたことが判明

■④【耳毛の処理方法は?】トップ3:

1位「毛抜き (58.2%)」 2位「電気シェーバー (26.6%)」 3位「理容室で処理してもらう (23.3%)」

■⑤【シニア毛】6割以上の中高年男性が「40歳を過ぎてから眉・鼻・耳の毛が長く伸びやすくなった」と回答 (62.2%)

- ◎年代が上がるにつれて、毛が伸びることを「実感している」中高年男性が増加 (40代 58.8% < 50代 62.6% < 60代 65.0%)
- ◎60代になると7割が、毛が伸びることを「実感している」結果に

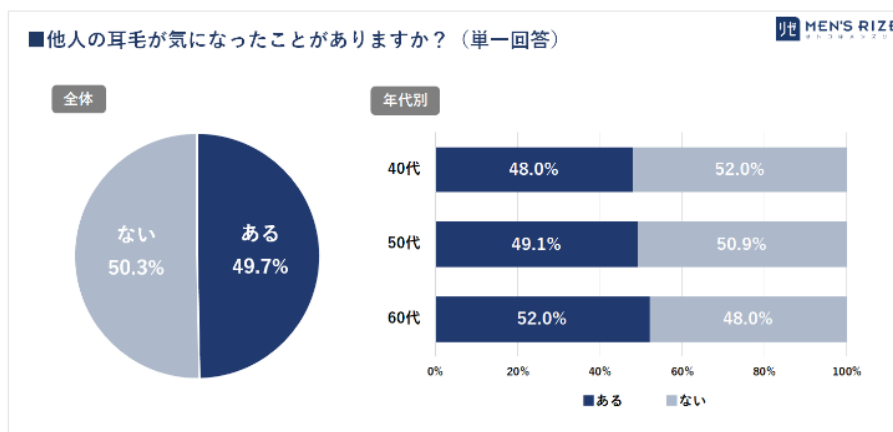
◆①【他人の耳毛、どう思う?】中高年世代の半数が「他人の耳毛、気になったことがある (49.7%)」と回答

◎60代「気になったことがある (52.0%)」が最多

◎年代が上がるにつれて「他人の耳毛」が気になる傾向がある (40代 48.0% < 50代 49.1% < 60代 52.0%)

■質問/他人の耳毛が気になったことはありますか? (単一回答)

- ある 49.7% (40代 48.0%、50代 49.1%、60代 52.0%)
- ない 50.3% (40代 52.0%、50代 50.9%、60代 48.0%)



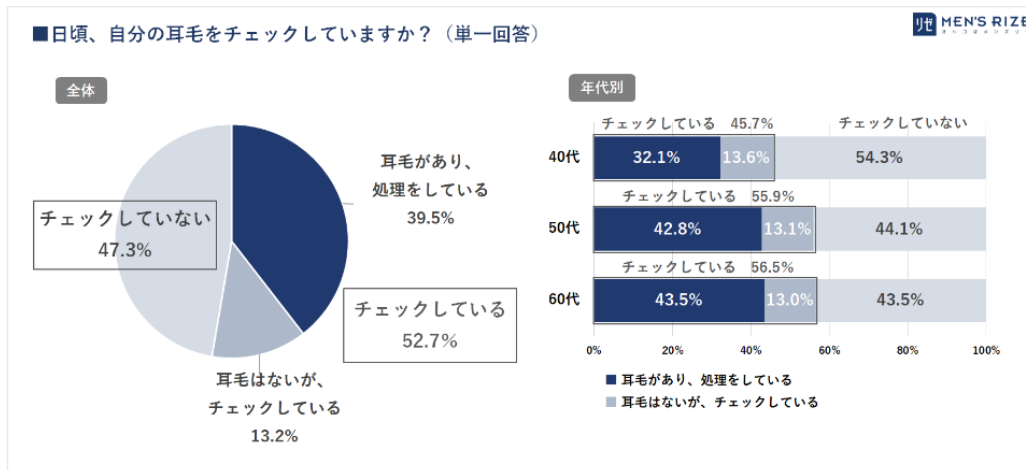
◆②【自分の耳毛、どう思う？】

半数以上が「日ごろから耳毛のチェックしている（52.7%）」と回答、チェックしない派（47.3%）を上回る

- ◎耳毛チェックしている人の内訳：4割「耳毛があり処理する」（39.5%）+1割「耳毛はないがチェックする」（13.2%）
- ◎年代が上がるにつれ「自分の耳毛が生えていて処理する男性」は増加（40代 32.1% < 50代 42.8% < 60代 43.5%）

■質問／日頃、自分の耳毛をチェックしていますか？（単一回答）

■チェックしている	52.7%（40代 45.7%、50代 55.9%、60代 56.5%）
耳毛があり、処理をしている	39.5%（40代 32.1%、50代 42.8%、60代 43.5%）
耳毛はないが、チェックしている	13.2%（40代 13.6%、50代 13.1%、60代 13.0%）
■チェックしていない	47.3%（40代 54.3%、50代 44.1%、60代 43.5%）



■③【耳毛を意識しだしたきっかけは？】その理由トップ3：

1位「身だしなみの一環として常に意識」2位「他人の耳毛を見てから」3位「パートナーや家族からの指摘」

▼耳毛があると自身で認識し、耳毛処理をしている方

- ◎トップに6割以上が「身だしなみの一環として常に意識（60.8%）」と回答、次点に3割以上が「他人の耳から毛が生えているのを見た（32.3%）」が続く
- ◎年代が下がるほど「身だしなみの一環として常に意識」している傾向に
- ◎40代の7割が「身だしなみの一環として常に意識（69.0%）」と回答し、年代別でトップ

▼耳毛はないが、耳毛がないかをチェックしている方

- ◎トップに2人に1人が「身だしなみの一環として常に意識（50.0%）」と回答、次点に4割が「他人の耳から毛が生えているのを見た（39.8%）」が続く
- ◎60代では半数が「他人の耳から毛が生えているのを見て（48.3%）」チェックしだしたことが判明

■質問／耳毛を意識し始めたきっかけは何ですか？（複数回答）

※質問②で「耳毛があり、処理をしている」「耳毛はないが、チェックしている」と回答した方のみ

▼「耳毛があり、処理をしている」と回答した方

身だしなみの一環として常に意識	60.8%	(40代 69.0%、50代 58.9%、60代 56.7%)
他人の耳から毛が生えているのを見た	32.3%	(40代 33.8%、50代 34.7%、60代 28.9%)
パートナーや家族からの指摘	13.7%	(40代 12.7%、50代 11.6%、60代 16.5%)
知人などからの指摘	4.6%	(40代 5.6%、50代 5.3%、60代 3.1%)
耳毛に関するニュースやSNS記事を見て	4.6%	(40代 1.4%、50代 7.4%、60代 4.1%)
父親や祖父の耳毛を見た(遺伝を心配)	3.0%	(40代 4.2%、50代 2.1%、60代 3.1%)
その他	6.5%	(40代 5.6%、50代 5.3%、60代 8.2%)

▼「耳毛はないが、チェックしている」と回答した方

身だしなみの一環として常に意識	50.0%	(40代 46.7%、50代 62.1%、60代 41.4%)
他人の耳から毛が生えているのを見た	39.8%	(40代 50.0%、50代 20.7%、60代 48.3%)
パートナーや家族からの指摘	6.8%	(40代 6.7%、50代 10.3%、60代 3.4%)
父親や祖父の耳毛を見た(遺伝を心配)	6.8%	(40代 13.3%、50代 6.9%、60代 0.0%)
知人などからの指摘	5.7%	(40代 6.7%、50代 6.9%、60代 3.4%)
耳毛に関するニュースやSNS記事を見て	4.5%	(40代 0.0%、50代 3.4%、60代 10.3%)
その他	2.3%	(40代 3.3%、50代 0.0%、60代 3.4%)

■耳毛を意識し始めたきっかけは何ですか？(複数回答)  
▼「耳毛があり、処理をしている」と回答した方

	全体	40代	50代	60代
身だしなみの一環として常に意識	60.8%	69.0%	58.9%	56.7%
他人の耳から毛が生えているのを見た	32.3%	33.8%	34.7%	28.9%
パートナーや家族からの指摘	13.7%	12.7%	11.6%	16.5%
知人などからの指摘	4.6%	5.6%	5.3%	3.1%
耳毛に関するニュースやSNS記事を見て	4.6%	1.4%	7.4%	4.1%
父親や祖父の耳毛を見た(遺伝を心配)	3.0%	4.2%	2.1%	3.1%

■耳毛を意識し始めたきっかけは何ですか？(複数回答)  
▼「耳毛はないが、チェックしている」と回答した方

	全体	40代	50代	60代
身だしなみの一環として常に意識	50.0%	46.7%	62.1%	41.4%
他人の耳から毛が生えているのを見た	39.8%	50.0%	20.7%	48.3%
パートナーや家族からの指摘	6.8%	6.7%	10.3%	3.4%
知人などからの指摘	6.8%	13.3%	6.9%	0.0%
耳毛に関するニュースやSNS記事を見て	5.7%	6.7%	6.9%	3.4%
父親や祖父の耳毛を見た(遺伝を心配)	4.5%	0.0%	3.4%	10.3%

◆④【耳毛の処理方法は？】トップ3：

1位「毛抜き(58.2%)」 2位「電気シェーバー(26.6%)」 3位「理容室で処理してもらう(23.3%)」

◎全体：①毛抜き(58.2%) ②電気シェーバー(26.6%) ③理容室で処理してもらう(23.3%)

◎40代：①毛抜き(63.4%) ②電気シェーバー(25.4%) ③ハサミ(22.5%)

◎50代：①毛抜き(58.9%) ②電気シェーバー(27.4%) ③理容室で処理してもらう(25.3%)

◎60代：①毛抜き(53.6%) ②理容室で処理してもらう(29.9%) ③電気シェーバー(26.8%)

■質問/耳毛の処理方法を教えてください。(複数回答)

※質問①で「耳毛があり、処理をしている」と回答した方のみ回答

毛抜き	58.2%	(40代 63.4%、50代 58.9%、60代 53.6%)
電気シェーバー	26.6%	(40代 25.4%、50代 27.4%、60代 26.8%)
理容室で処理してもらう	23.3%	(40代 15.5%、50代 25.3%、60代 29.9%)
ハサミ	22.1%	(40代 22.5%、50代 17.9%、60代 25.8%)

カミソリ	12.9%	(40代 15.5%、50代 17.9%、60代 6.2%)
脱毛	0.8%	(40代 0.0%、50代 1.1%、60代 1.0%)
その他	1.9%	(40代 0.0%、50代 1.1%、60代 4.1%)

■耳毛の処理方法をお答えください。（複数回答）

※質問②で「耳毛があり、処理をしている」と回答した方のみ

	全体	40代	50代	60代
毛抜き	58.2%	63.4%	58.9%	53.6%
電気シェーバー	26.6%	25.4%	27.4%	26.8%
理容室で処理してもらう	23.3%	15.5%	25.3%	29.9%
ハサミ	22.1%	22.5%	17.9%	25.8%
カミソリ	12.9%	15.5%	17.9%	6.2%
脱毛	0.8%	0.0%	1.1%	1.0%

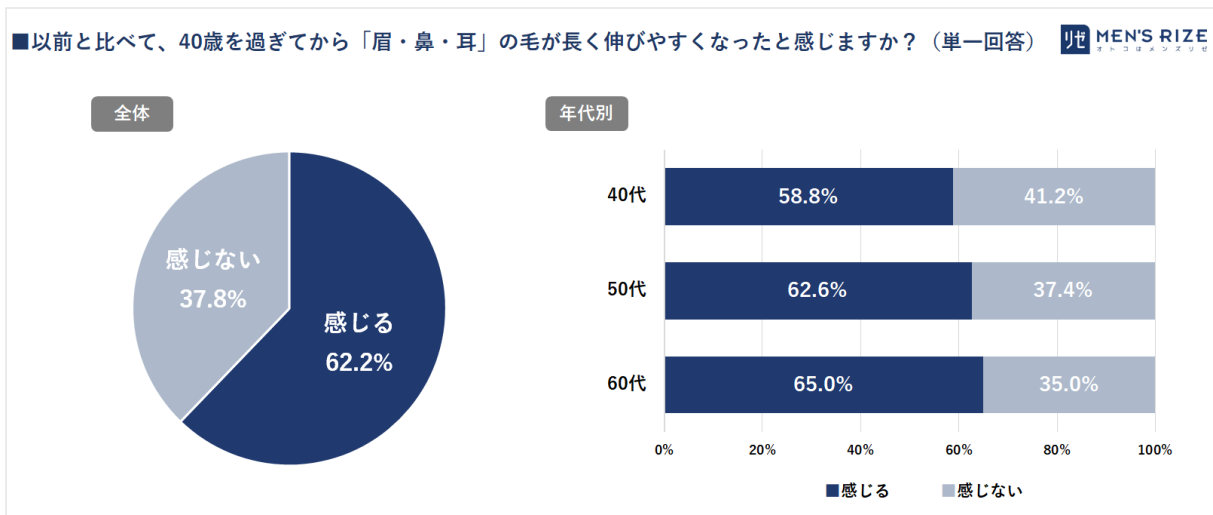
◆⑤【シニア毛】6割以上の中高年男性が「40歳を過ぎてから眉・鼻・耳の毛が長く伸びやすくなった」と回答（62.2%）

◎年代が上がるにつれて、毛が伸びることを「実感している」中高年男性が増加（40代 58.8%、50代 62.6%、60代 65.0%）

◎60代になると7割が、毛が伸びることを「実感している」結果に

■質問／以前と比べて、40歳を過ぎてから「眉・鼻・耳」の毛が長く伸びやすくなったと感じますか？（単一回答）

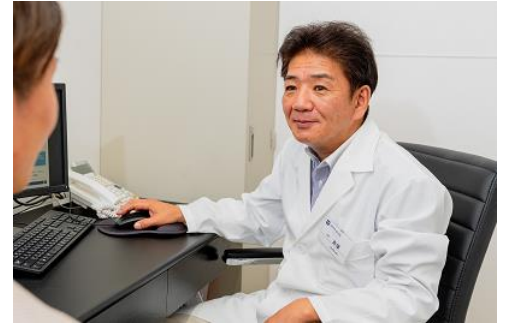
感じる	62.2%	(40代 58.8%、50代 62.6%、60代 65.0%)
感じない	37.8%	(40代 41.2%、50代 37.4%、60代 35.0%)



■【赤塚医師が解説】加齢（老化）とともに伸び続ける『シニア毛』の原因と対策、医療脱毛のメリットとは？

◎【シニア毛】

若いときは気にならなかった耳毛が、歳を重ねて気になるのは何故でしょう？それは「毛周期が長くなるから」と考えられます。本来、一定の長さになると抜け落ちるはずの毛が加齢（老化）に伴い毛根にある毛乳頭周辺の「毛母細胞」という細胞組織が衰えることが原因で、毛の生え変わり毛周期が長くなることにより若い時には産毛のうちに抜け生えていた毛がなかなか抜けず濃く太く成長し、耳毛や鼻毛、眉毛などの「毛」が長く伸びてしまっているように見え、目立つようになるのです。



◎【耳毛を医療脱毛するメリット】

特に「耳毛」は短髪であることが多い男性の方が人目につきやすい部位です。髪や衣類で隠れない部位だからこそ、清潔感のある耳は好印象を与えることにつながります。自分では見えにくい部位だからこそ、お手入れが煩わしく自己処理もしにくく誤ってお肌を傷つけてしまう可能性もあります。そんな部位だからこそ、医師または医師の監督・指示のもと看護師が担当する『医療脱毛』はお勧めです。医療脱毛をすることで、その煩わしさから解放されます。

また、近年では自分の老後を想定して、長く伸びてしまうかもしれない耳毛を、毛が黒い今のうちに脱毛してしまおうと、医療脱毛を希望する男性もいらっしゃいます。男性の美意識の高まりや、「介護脱毛」の浸透により、「いくつになっても清潔感を保ってほしい」と意識する男性にとって、耳毛の医療脱毛はメリットと言えるでしょう。<https://www.mens-rize.com/knowledge/senior.html>

◎【「耳毛の脱毛」は耳の機能を損なわないのか？】

耳毛は、耳の「防御機能」として、外からの刺激や異物の侵入を防ぐといった役割があります。

耳の穴からゴミやほこりが侵入してくるのを防ぎ、外が寒い時の冷たい空気の侵入を防いで耳の中の環境を整えてくれるという役割もあります。ただし当院で脱毛可能な範囲は外側の毛のみなのでこれらの「防御機能」には影響はないと考えます。

※メンズリゼは『セレクト全身脱毛』から「耳毛脱毛」を選択・施術可能 <https://www.mens-rize.com/price/select/>

◎【耳毛カッターなどのアイテムは安全か？】

耳毛カッターやはさみは刃を使用するものがあり、処理する際に耳を傷つけてしまう可能性があります。また、耳は傷をつけると出血しやすい場所です。耳毛カッターやはさみは毛をカットするだけでまた生えてくるため一時的な除毛効果に過ぎません。

◎毛をつくる組織自体を破壊する医療機関（クリニック）での「医療レーザー脱毛」と、「エステ脱毛」はまったく違います

私もメンズリゼが提供する『医療レーザー脱毛（医療脱毛）』は、毛包に存在する毛を再生させる細胞（幹細胞）をレーザーによって破壊することにより「永続的な脱毛効果」を得る方法で、医師または医師の監督・指示のもと看護師が行なう脱毛です。

多くは厚生労働省より認可を受けた『医療用レーザー脱毛機』を使用しており、レーザーによって毛をつくる組織を破壊することで生えてくる毛を確実に減らすため、効果が確実な脱毛方法です。「毛をつくる組織を破壊する」ことは医療行為にあたるため、本来「脱毛」は医療機関のみで許されています。

一方、エステティックサロンでの美容脱毛は「光によって毛根にダメージを与える」という行為自体は変わらないものの、使用する機器の出力(光の強さ)が弱く制限されるため、『医療脱毛』と比べ効果が出るまでに時間がかかり、一時的に毛が生えてこなくなっても時間が経過すると毛が元の状態に戻ってしまうことがあります。

しかしながら、一時的であっても減毛が可能な程度のエネルギーを照射する処置は「医療行為」になるため、本来エステシャンが施術を行なうエステサロンでは脱毛できません。多くのエステでは制毛や除毛という言葉が使われています。

----

■医療脱毛専門院『リゼクリニック』（男性はメンズリゼ）赤塚正洋理事長：プロフィール

研修医終了後、外科系医師として計20年間大学病院に勤務。その後一般病院にて外来・病棟診療手術に従事。元々美容医療に興味があり現在は全国で26院展開する医療脱毛専門院『リゼクリニック』（男性はメンズリゼ）の法人理事長。美容医療の不透明な部分をなくすべく開院以来患者様へのリスク開示を徹底。すべての患者様に十分な効果を実感していただけるよう、質の高い知識と技術を提供できるよう日々業務に取り組んでいる。

本リリースに関するお問い合わせ先

広報：伊藤・有堀・下谷

[pr@rizeclinic.com](mailto:pr@rizeclinic.com)



■《美容皮膚科リゼクリニック（オトコはメンズリゼ）／医療法人社団風林会》

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 8F

TEL:03-5155-6535／FAX:03-5155-2969

<https://www.mens-rize.com/>