

■【40～60代の男性450名へ調査】ミドル・シニア世代の「体毛事情」

中高年男性が“実感”する《シニア毛》とは？

「40歳を過ぎたら…」4割 VIO脱毛『興味ある』

◎【医療脱毛専門院院長が解説】中高年男性が脱毛する理由（5点）とは？

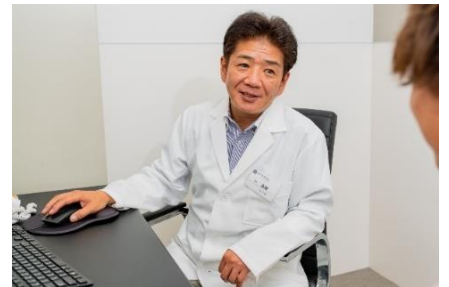
人生100年時代。健康寿命が延び、これからも長く続く人生を「いかに健康で楽しく過ごすか」を考え、ミドル・シニア世代から自身の老後も視野に入れ、新しいことを学んだり（リスキリング）、運動（スポーツ・トレーニング）に取り組んだり、昔やりたかったことに挑戦する方が増えています。

この世代が若年層であった20～30年前は、現在のように脱毛サロンやクリニックなど体毛処理を専門とする機関やサービス、価格が今ほど身近ではありませんでした。そんな世代が、中高年になったいま「体毛」とどのように向き合っているのでしょうか。



そこで2024年9月16日の『敬老の日』を前に、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、2024年7月23日の1日間、40～60代の男性450名を対象に、【中高年男性の体毛事情・毛との向き合い方に関するアンケート調査】を実施しました（インターネット調査）。

なお、同リリース内では【「中高年世代の男性」が今、医療脱毛を選択する理由とは？／①老後への投資（介護脱毛・ヒゲ脱毛）②低価格③早くて痛みが少なくなった④シニア毛を意識⑤脱毛へのハードル減（パートナーほかのススメほか）】について、並びに「耳毛（シニア毛）について」など、当院総院長の赤塚正洋医師が詳しく解説いたします。



■【中高年男性に聞く／自身の体毛との向き合い方】

調査結果のまとめ：男性の医療脱毛専門院『メンズリゼ』調べ ※各質問の詳細・データは別紙参照

- 1：【中高年の運動習慣】男性の6割（62.4%）が「運動している」と回答
- 2：【日頃からおこなっている運動】男性の6割以上が「ウォーキング」と回答し最多に（66.9%）
◎50代・60代は「ゴルフ」がトップ5にランクイン
- 3：【20代までの「脱毛」経験】男性の9割（90.9%）が「経験なし」
◎世代が下がるほど脱毛経験者が多い結果に
- 4：【20代までに脱毛を経験しなかった理由】「興味がなかった」がトップ回答に（63.6%）
◎2位に「概念がなかった」と回答（32.0%）
- 5：【他人の長く伸びた耳毛（シニア毛）】中高年男性の5割が「気になったことがある」と回答
◎世代別では40代が最も多く、半数が「気になったことがある」と回答（50.0%）
- 6：【40歳を過ぎて「眉・鼻・耳」の毛が伸びやすくなったと感じる？】男性の半数以上が「感じる」と回答（54.7%）
◎最多は40代男性で6割近く（56.0%）が「感じる」と回答
- 7：【アンダーヘア脱毛への興味】男性の4割が「おこなってみたい」と回答（38.9%）
◎世代が下がるほど「アンダーヘア脱毛」への関心が高い傾向に
- 8：【VIO脱毛もV（ビキニライン）デザイン：トップ3】①自然に整える ②無毛型 ③逆三角形
◎40代・50代男性の4割が「無毛型」を希望

■【赤塚正洋医師が解説】「中高年世代の男性」が今、医療脱毛を選択する理由とは？ 5選

▼① 老後への投資（介護脱毛・ヒゲ脱毛）

高齢になるとシワやたるみが増し、ヒゲの自己処理を自分自身や介護者が行うことが困難な行為になることも。子育てや仕事がひと段落した頃、自身の老後を意識して、毛が白くなる前に「介護脱毛（※）」や「ヒゲ脱毛」を始める方は多くいらっしゃいます。

脱毛はシニア期を快適かつ衛生的に過ごすための選択肢であり、自身への心理的負担の軽減にも繋がります。また、「人生100年時代」と言われる今、これからも長く続く人生を「いかに健康で楽しく過ごすか」を考え、運動やトレーニングを始められる方が多くいらっしゃいますが、例えば脱毛をすると水泳時の自己処理の手間を省き、運動時の摩擦やムレ、臭いなどの不快感を防ぐ効果もあります。それをメリットとし、「老後への投資の一環」として脱毛を選択する方も多いのです。

※『介護脱毛』においては2017年1月に当院が概念を創出し、命名した背景があります。誕生のきっかけは2016年の「敬老の日」の頃で、当院ではデリケートゾーンの脱毛を希望する中高年世代が増加していることに着目。当初は【自分の老後を想定し、介護が必要になった時に排泄後の拭き取りや清拭時に介護者（第三者）に対し負担をかけないよう、毛が黒いうちにあらかじめアンダーヘア脱毛をしておく】この“老後への先行投資”を意識した行動を、当院で『介護脱毛』と命名し、2017年1月18日にメディア発表しました。

命名：2017年▶ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000007.000020081.html>

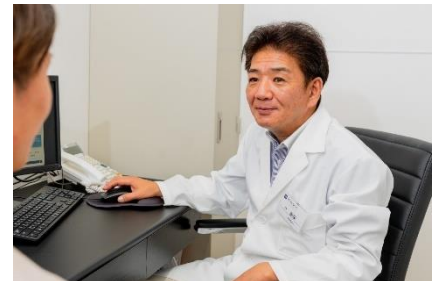
最新：2023年▶ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000086.000020081.html>

▼② 価格競争で手ごろな値段（低価格）で脱毛施術が受けられるようになったから

今から20年～30年ほど前は、世間一般に「脱毛」はまだ身近な存在ではありませんでした。かつての脱毛市場は全身脱毛に100万円以上、ワキ脱毛に20万円かかることも少なくなく、脱毛という非常に高価なイメージがありました。そのため、現在のミドル・シニア世代が若かったころ「専門機関で脱毛した」という人は多くありません。

しかし近年は、レーザー脱毛が進化し広く普及したことをはじめ、ここ数年で脱毛関連のサロンやクリニック数が急速に増えたことでの価格競争（競争激化）により低価格が進んだこと、またインターネットやSNSの普及により脱毛に関する情報を得る機会も多くなったことで、老若男女問わずより多くの皆さまが「脱毛」を身近に感じていただけるようになりました。

また、10年ほど前の脱毛業界は学生や若者（特に女性）をターゲットとした広告訴求が主流で、必然的に「脱毛＝美容の一環・若者や女性がするもの」という認識が一般的でしたが、近年は男性の間でも確実に脱毛需要が広がっています。



▼③ 早くて痛みが少なくなったから

脱毛機器の改良によりスピーディーで痛みが少ない施術を提供することが可能になった点も挙げられます。併用して医療機関では脱毛時に「麻酔が使用できる」という点も、痛みが弱い男性にとってチャレンジするきっかけにもなっています。

▼④ 「シニア毛」を意識して

若いときは気にならなかった眉毛や耳毛が、ミドル世代に差し掛かるころから気になりだす男性が増えます。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。



当院『メンズリゼ』は、この【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しました。

命名【第1弾・2021年度】▶ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000065.000020081.html>

【第2弾・2023年度】▶ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000087.000020081.html>

▼⑤ 「脱毛」に対するハードル（敷居）が高くなかったから

多くの芸能人やインフルエンサーが脱毛をしていることをメディアや SNS で公言し、パートナー（恋人や配偶者など）や子どもたち（娘・息子）からのススめもあって、脱毛に対する抵抗感が減り、脱毛に興味を持つ方も増えています。

■【赤塚正洋医師が解説】「耳毛」について

▼【耳毛を医療脱毛するメリット】

特に「耳の毛」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。自分では見にくい分、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。

そのような部位だからこそ、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。老後を想定し「介護脱毛（※1.）」の観点から、将来長く伸びてしまうかもしれない「耳毛」を、毛が黒い今うちに医療脱毛をすることで、その煩わしさから解放されます。「いくつになっても清潔感を保っていたい」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。

（※1.: <https://www.mens-rize.com/knowledge/kaigodatsumo.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。

▼【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。耳は傷をつけると出血しやすい場所です。また、耳毛カッターやはさみは耳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。

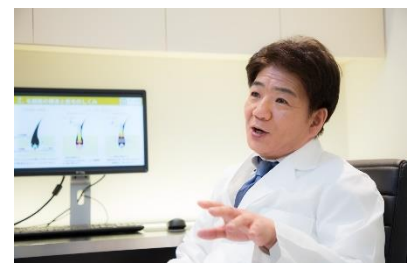
◎参考：『耳毛の医療脱毛』（照射シーン動画：https://www.youtube.com/watch?v=2_-LPiFAdoM）

※当院では『セレクト全身脱毛』から「耳毛脱毛」が可能です（<https://www.mens-rize.com/price/select/>）

■男性の医療脱毛専門院『メンズリゼ』（女性はりゼクリニック）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『りゼクリニック』（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の提供に取り組んでいる。



各質問・詳細

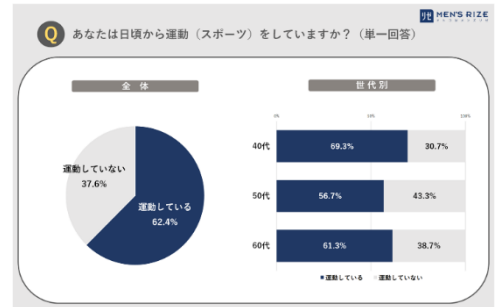
※当データやコメントを使用の際はクレジット表記【男性の医療脱毛専門院『メンズリゼ』】を記載ください

◆①【中高年の運動習慣】男性の6割(62.4%)が「運動している」と回答

◎40代の7割が「運動している」と回答し、世代別で最多に(69.3%)

■質問/あなたは日頃から運動(スポーツ)をしていますか?(単一回答)

運動している 62.4% (40代 69.3%、50代 56.7%、60代 61.3%)
運動していない 37.6% (40代 30.7%、50代 43.3%、60代 38.7%)



◆②【日頃からおこなっている運動】6割以上が「ウォーキング」と最多回答に(66.9%)

◎「ストレッチ・体操」が2位にランクイン

◎50代・60代は「ゴルフ」がトップ5にランクイン

◎5人に1人(22.8%)が「ランニング(ジョギング)・マラソン」と回答、40代は4人に1人(27.9%)と最多

◎【トップ3】①ウォーキング(66.9%) ②ストレッチ・体操(31.3%) ③ランニング・マラソン(22.8%)

■質問/日頃からおこなっている運動(スポーツ)は何ですか?(複数回答)

※質問①で「はい」と回答した方のみ回答

運動の種類	40代 (%)	50代 (%)	60代 (%)
ウォーキング	66.9%	68.3%	76.1%
ストレッチ・体操	31.3%	32.7%	31.5%
ランニング・マラソン	22.8%	27.9%	12.0%
家庭用の運動器具を使用した運動	21.4%	26.9%	12.0%
ゴルフ	14.2%	12.5%	15.2%
サイクリング・自転車	12.1%	17.3%	7.6%
テニス	7.5%	8.7%	4.4%
スイミング	5.3%	3.9%	4.4%
エアロビクス	3.6%	5.8%	2.2%
ヨガ・ピラティス	3.2%	6.7%	2.2%
その他	7.5%	4.8%	7.6%

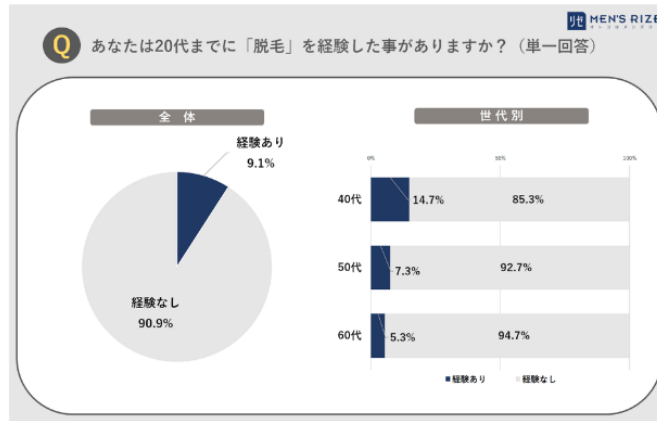
世代	順位	運動の種類	割合 (%)
40代	1	ウォーキング	68.3%
	2	ストレッチ・体操	32.7%
	3	ランニング・マラソン	27.9%
	4	家庭用の運動器具を使用した運動	26.9%
	5	サイクリング・自転車	17.3%
	6	ゴルフ	12.5%
	7	テニス	8.7%
	8	ヨガ・ピラティス	6.7%
	9	エアロビクス	5.8%
	10	スイミング	3.9%
50代	1	ウォーキング	55.3%
	2	ストレッチ・体操	29.4%
	3	ランニング・マラソン	28.2%
	4	家庭用の運動器具を使用した運動	24.7%
	5	ゴルフ	15.3%
	6	サイクリング・自転車	10.6%
	7	テニス	8.4%
	8	スイミング	8.2%
	9	エアロビクス	2.4%
	10	ヨガ・ピラティス	0.0%
60代	1	ウォーキング	76.1%
	2	ストレッチ・体操	31.5%
	3	ゴルフ	15.2%
	4	ランニング・マラソン	12.0%
	5	家庭用の運動器具を使用した運動	12.0%
	6	サイクリング・自転車	7.6%
	7	テニス	4.4%
	8	スイミング	4.4%
	9	エアロビクス	2.2%
	10	ヨガ・ピラティス	2.2%

◆③【20代までの「脱毛」経験】男性の9割（90.9%）が「経験なし」

- ◎世代が下がるほど脱毛経験者が多い結果に
- ◎60代男性の9割が「脱毛経験なし」と最多（94.7%）

■質問／あなたは20代までに「脱毛」を経験した事がありますか？（単一回答）

経験あり	9.1% (40代 14.7%、50代 7.3%、60代 5.3%)
経験なし	90.9% (40代 85.3%、50代 92.7%、60代 94.7%)



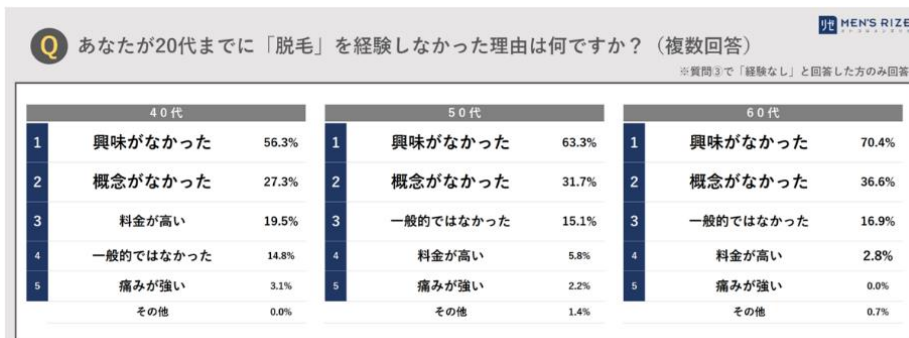
◆④【20代までに脱毛を経験しなかった理由】「興味がなかった」がトップ回答に（63.6%）

- ◎2位に「概念がなかった」と回答（32.0%）
- ◎40代男性の2割が「料金が高い」という理由で脱毛をしなかったと回答（19.5%）
- ◎世代が上がるほど「興味がなかった」と回答が増える結果に

■質問／あなたが20代までに「脱毛」を経験しなかった理由は何ですか？（複数回答）

※質問③で「経験なし」と回答した方のみ回答

興味がなかった	63.6% (40代 56.3%、50代 63.3%、60代 70.4%)
概念がなかった	32.0% (40代 27.3%、50代 31.7%、60代 36.6%)
一般的ではなかった	15.7% (40代 14.8%、50代 15.1%、60代 16.9%)
料金が高い	9.1% (40代 19.5%、50代 5.8%、60代 2.8%)
痛みが強い	1.7% (40代 3.1%、50代 2.2%、60代 0.0%)
その他	0.7% (40代 0.0%、50代 1.4%、60代 0.7%)

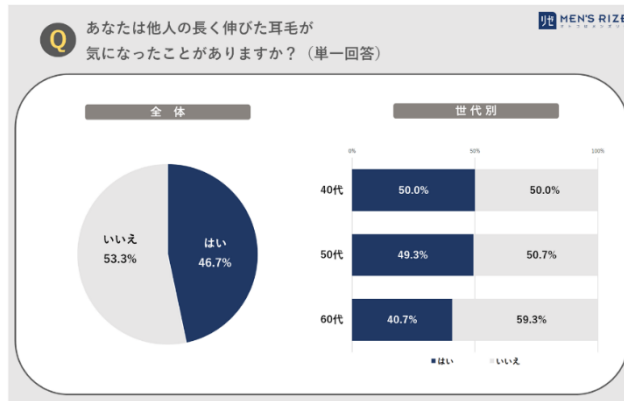


◆⑤【他人の長く伸びた耳毛（シニア毛）】男性の5割が「気になったことがある」と回答（46.7%）

- ◎世代別では40代が最も多く、半数が「気になったことがある」と回答（50.0%）
- ◎世代が下がるほど「気になったことがある」と回答が増える結果に

■質問／あなたは他人の長く伸びた耳毛が気になったことがありますか？（単一回答）

はい 46.7% (40代 50.0%、50代 49.3%、60代 40.7%)
いいえ 53.3% (40代 50.0%、50代 50.7%、60代 59.3%)

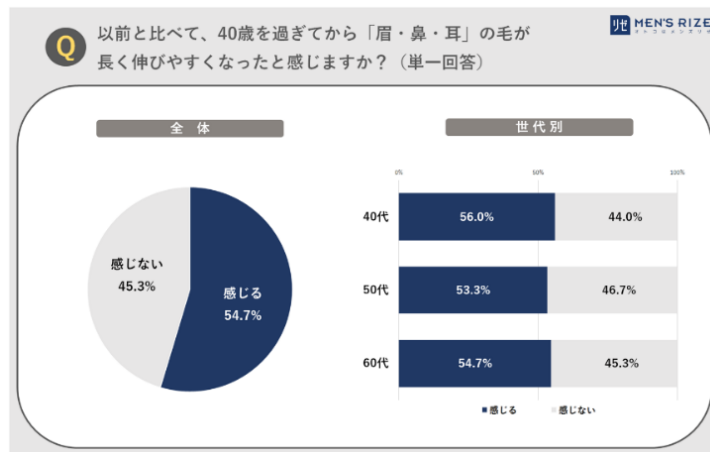


◆⑥【40歳を過ぎて「眉・鼻・耳」の毛が伸びやすくなったと感じる？】男性の半数以上が「感じる」と回答（54.7%）

- ◎最多は40代男性で6割近く（56.0%）が「感じる」と回答
- ◎男性の2人に1人が「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 54.7% (40代 56.0%、50代 53.3%、60代 54.7%)
感じない 45.3% (40代 44.0%、50代 46.7%、60代 45.3%)

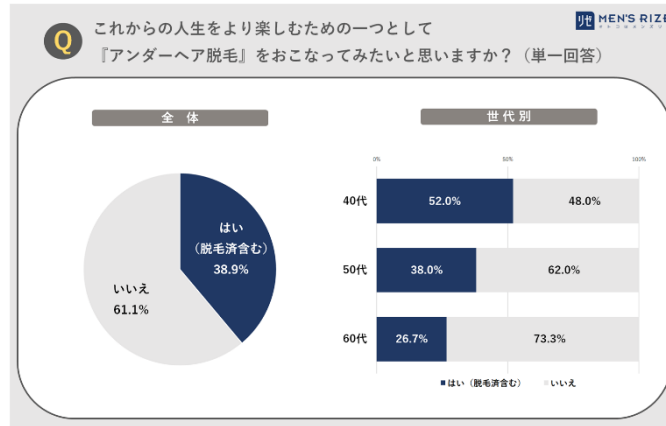


◆⑦【アンダーヘア脱毛への興味】4割が「おこなってみたい」と回答（38.9%）

- ◎世代が下がるほど「アンダーヘア脱毛」への関心が高い傾向に
- ◎40代男性の半数（52.0%）が「おこなってみたい」と回答し、世代別で最多

■質問／これからの人生をより楽しむための一つとして『アンダーヘア脱毛』をおこなってみたいと思いますか？（単一回答）

はい（脱毛済含む） 38.9%（40代 52.0%、50代 38.0%、60代 26.7%）
いいえ 61.1%（40代 48.0%、50代 62.0%、60代 73.3%）



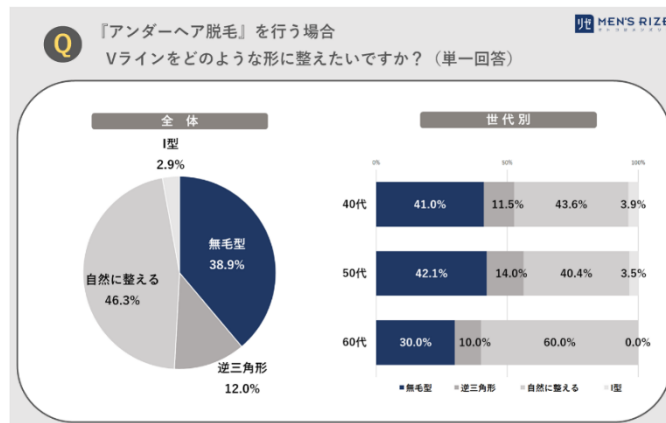
◆⑧【VIO脱毛もV（ビキニライン）デザイン：トップ3】①自然に整える ②無毛型 ③逆三角形

- ◎60代の男性の6割が「自然に整える」と回答
- ◎40代・50代男性の4割が「無毛型」を希望
- ◎50代男性は「無毛型」がトップ回答に（42.1%）

■質問／『アンダーヘア脱毛』を行う場合、Vライン（ビキニライン）をどのような形に整えたいですか？（単一回答）

※質問⑦で「はい（脱毛済含む）」と回答した方のみ回答

無毛型 38.9%（40代 41.0%、50代 42.1%、60代 30.0%）
逆三角形 12.0%（40代 11.5%、50代 14.0%、60代 10.0%）
自然に整える 46.3%（40代 43.6%、50代 40.4%、60代 60.0%）
I型 2.9%（40代 3.9%、50代 3.5%、60代 0.0%）



◆全国で26院展開する男性脱毛専門の医療脱毛専門院『メンズリゼ』

【MEN'S RIZE × かまいたち】お笑い芸人「かまいたち」が『メンズリゼ』の公式アンバサダーに就任
各CMやメイキング動画ほか特設サイトで公開中 ▶ <https://www.mens-rize.com/ad/>

- ◎診療科目：美容皮膚科（医療脱毛専門）
- ◎診療時間：10:00～20:00（不定休、予約制）※提携院は各院に準ずる
- ◎公式HP：<https://www.mens-rize.com/>

メンズリゼは、男性専門の医療脱毛専門院です。
全国に26院展開しており、ヒゲや全身、鼻毛やアンダーヘア周辺（男性器まわり）ほか全身すみずみまで脱毛施術が可能です。

なお、これまでの医療脱毛に加えて、美容皮膚科として2024年1月より新たに【肌治療（スキンケア施術）】の提供も開始。患者さまのニーズや効果、安全性などを総合的に判断し、ポテンツァやハイドラフェイシャルほか導入、順次拡大中。

女性は姉妹院である「リゼクリニック」があります。



◎医療脱毛は、医療用レーザー脱毛機で「毛根組織自体を破壊」します。

私どもが提供する『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根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。「毛根組織を破壊する」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。

◎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

エステティックサロンでの美容脱毛（光脱毛・フラッシュ脱毛など）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（光脱毛器）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。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行なうエステサロンでは脱毛はできません。多くのエステサロンでは制毛や除毛という言葉が使われています。（医師が存在しないエステサロンでの施術は法律で禁止されています。）

■2023年6月1日より人気お笑い芸人「かまいたち」（山内健司さん・濱家隆一さん）を公式アンバサダーに迎え、WEB上で最新デジタルCMを配信中

<https://prt看times.jp/main/html/rd/p/000000083.000020081.html>



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