

－ 髪の毛に対する世代間調査 －

ミレニアル世代 vs バブル世代 ヘアケア事情

衝撃！母の髪の毛が傷んでいると思っている娘は、なんと7割以上！

しかし、将来娘世代のヘアダメージは母世代を超えるとの結果に！

～まだ早いと思ってる！？今すぐ始めるべきインナーケアの重要性と、
美髪ドクターが教える健康髪へ導く生活習慣とは～

プラセンタ商品売上げNo.1※の株式会社協和(東京都新宿区、代表取締役：堀内泰司)は、「髪の毛に対する世代間調査」を実施致しました。本調査は2018年7月に実施し、調査会社(調査協力：シグナル)によるインターネット調査で女性600名を対象にアンケートを行いました。本アンケートは、バブル時代を経験した50代の母世代と、その娘世代にあたる20代から30代のミレニアル世代を対象とし、ヘアケアの認識格差や実態に関する調査を実施致しました。

※ H・Bフーズマーケティング便覧2014～2018 No.2 2012～2016年商品実績 (株)富士経済

調査トピック

1

母と娘の間の認識格差が発覚！

娘の73.7%は母の髪の毛が傷んでいると思っていた！

2

ミレニアル世代とバブル世代、ヘアケアでも世代間ギャップがあった

85.5% のミレニアル世代は将来の薄毛に不安を感じている

3

娘が思う母の理想は、“自然なままのナチュラルヘア”

母の過半数以上がカラーリングやパーマなどしているとの結果に。

4

娘世代は、母世代よりも約10年も早くカラーリングを開始

しかし、約 7割 がヘアケアに取り組んでおらず、ダメージは深刻に！？

5

約7割が“外側ケアのみ”で髪の毛のハリ・コシ・ツヤが叶うと思っていた！

大多数が本当に必要なインナーケアができていないと判明！

6

ヘアケアをしていないのは「面倒くさい」からだった

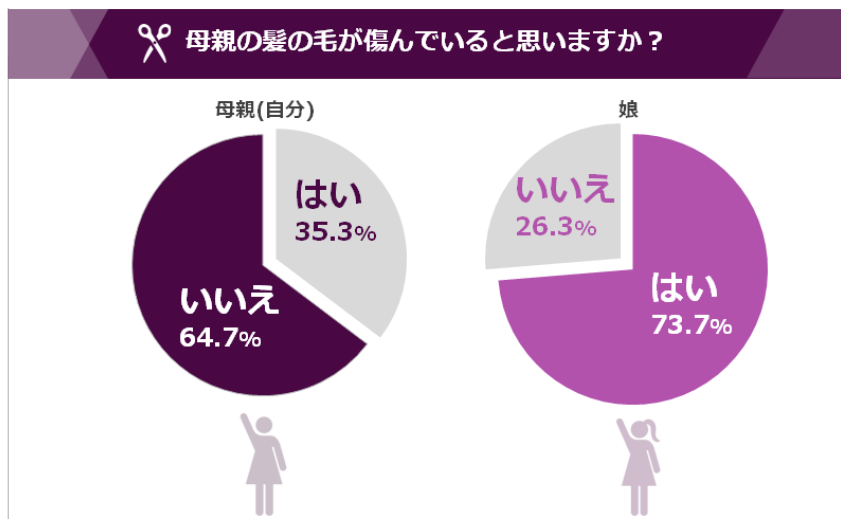
忙しい“時短女子”にピッタリのインナーケアアイテムをご紹介します！

トピック1

母と娘のお互いの印象はこんなにも違っていた！

母の6割以上は自分の髪の毛は傷んでいない、と認識しているが、娘の7割は母の髪の毛が傷んでいると思っていた！

50代の母世代に「自分の髪の毛が傷んでいると思うか」との質問に対しては、**傷んでいないと回答した人が64.7%**。一方20代から30代の娘世代に対して「自分の母親の髪の毛は傷んでいると思うか」では、**傷んでいると回答した人が7割を超える73.7%**だった。母世代にとっては、**自分が思っているよりも娘世代からは傷んでいると思われている**結果になった。



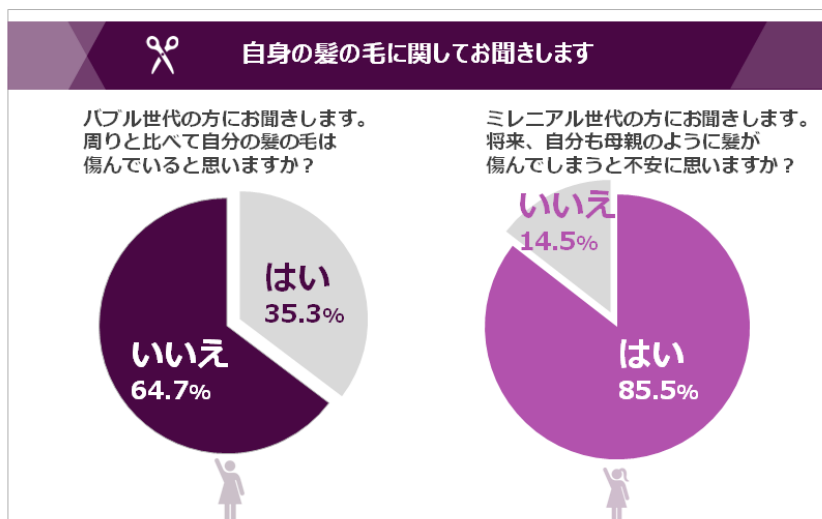
トピック2

ヘアケアにも世代間ギャップが顕著に出ている！？

楽観的なバブル世代と、現実的で将来が不安なミレニアル世代

バブル世代の6割以上が自分の髪は傷んでいないと回答する一方、将来の薄毛やヘアトラブルが不安なミレニアル世代は8割以上

ミレニアル世代から髪が傷んでいると思われているが、**自分の髪の毛は「傷んでいない」と64.7%**が回答したバブル世代。一方ミレニアル世代は、**将来自分の髪も母のように傷んでしまうと不安に思っている割合はなんと85.5%**もいるという結果になった。景気のよい時期に育ったバブル世代は自身の髪に対して楽観的な考えで、低成長とデフレの時代を経験したミレニアル世代は、髪の将来に対しても現実的で不安を抱えているといった、世代間の格差を表す結果になった。

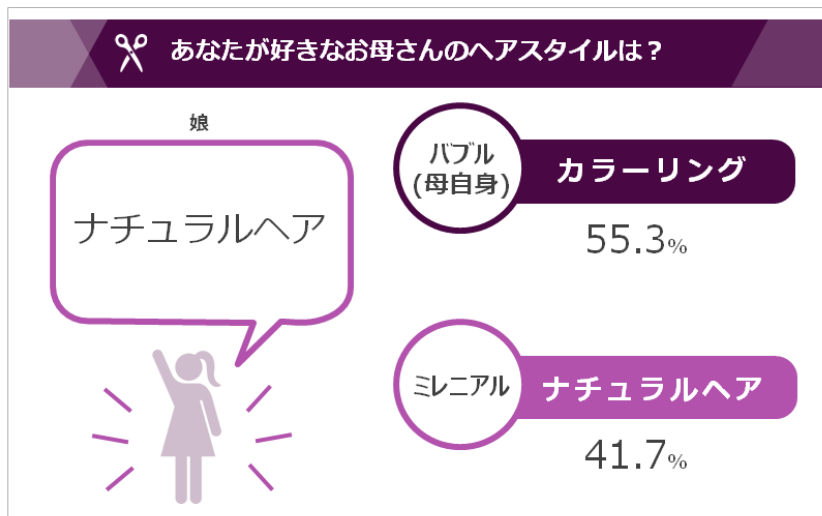


トピック3

娘は、“ナチュラルヘア”の母が好き！

しかし、現在ナチュラルヘアの母世代は3割未満で、半数以上がカラーリングやパーマをしているとの結果に。

母世代の最も多いヘアスタイルは、「カラーリング」が55.3%と半数以上。何もしていない自然なままのナチュラルヘアにいる人は27.3%と、3割に届かない少数派だった。一方、娘世代に「母親に似合うヘアスタイル」に関して質問すると、「ナチュラル(自然のまま)」が半数に迫る41.7%だった。娘世代は母世代に、自然のままのヘアスタイルでいてほしいと願っていると判明した。



トピック4

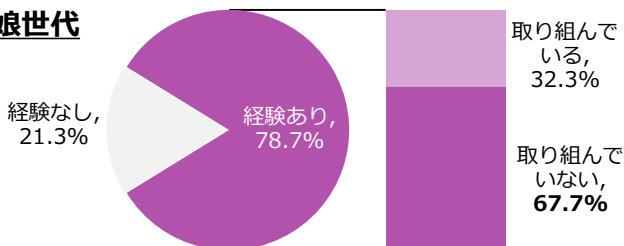
娘世代のヘアダメージは母世代よりさらに深刻に！？

娘世代は、母世代よりも約10年も早くカラーリングを始めているが、約7割もの方がヘアケアに取り組んでいないという実態が判明

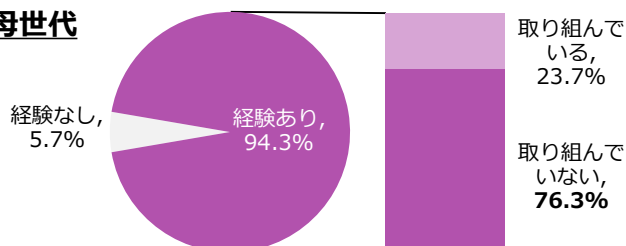
パーマ・カラーリングの経験有無について、20代から30代の娘世代では78.7%、50代の母世代では94.3%が経験したことがあると回答。さらに、パーマ・カラーリングを開始した平均年齢に関する調査では、娘世代は平均18歳で、母世代では平均27歳との結果だった。娘世代の方が母親よりも約10年も早くカラーリングを開始しているとの結果にもかかわらず、「ヘアケアに取り組んでいない」と答えた娘世代は、67.7%との結果だった。

パーマ・カラーリングの経験有無及び、現状のヘアケア取り組みについて

娘世代



母世代



美髪ドクターも娘世代の頭皮ダメージに警鐘！

昨今では、小学生や中学生からカラーやパーマを許可しているところも多いです。その場合、自分で染めることで頭皮に医薬部外品に使われているヘアダイ(染色液)がついてしまい、頭皮環境を悪化させている可能性があります。また、スナック菓子やジャンクフードを幼少期から食べていることで、皮膚の内側からの影響も合わせて若い世代の頭皮ダメージ増加傾向が見られます。

また、30代であっても妊娠のタイミングで、シミやニキビなどの皮膚の不調と共に、薄毛も悩まれて相談に来院される方はとても多いです。(皮膚科専門医 鈴木医師)



約7割が“外側ケアのみ”で髪の毛のハリ・コシ・ツヤが叶うと思っていた！
健康的な髪にはハリ・コシ・ツヤが大切だとわかっていながら、
大多数が本当に必要なインナーケアができていないと判明！

健康的な髪の特徴とされるハリ・コシ・ツヤを保つ方法に関する質問には、両世代とも過半数以上が「**外面からのヘアケア方法(リンス、コンディショナーなど)**」が大切と回答(ミレニアル世代は71.0%で、バブル世代は60.7%)。また、髪の毛のハリ・コシ・ツヤを出すために**現在行っているヘアケアも、半数以上が外面からのヘアケア方法**と判明した。ヘアケアを実施している内容は、**外面からのヘアケア方法が圧倒的に多い**との結果になった。この結果を受けて、根本からのヘアケアの大切さを美髪ドクターに伺った。



根本からのヘアケアの大切さを美髪ドクターから伝授

～健康髪でいるために必要な“ハリ・コシ・ツヤ”はインナーケアが重要だった～

ポイント①：薄毛の原因は男女で違う！

◆女性の薄毛の原因：ストレス、女性ホルモンの減少、冷え性、過剰な洗髪

女性特有の薄毛は、局所的ではなく全体的に薄くなっていくのが特徴。毛根はあるものの、髪自体が細く弱くなることで毛髪密度が低下することで地肌が見え、薄毛になる。

◆男性の薄毛の原因：遺伝、男性ホルモンの影響、ストレス、血行不良、頭皮の汚れ

男性特有の薄毛は、生え際や頭頂部など局所から進行。毛髪が軟毛化し、頭皮が硬くなることで毛包がなくなり薄毛になる。

男性の薄毛は毛根部分の細胞が男性ホルモンに弱いので、薄毛になるという遺伝的要素が強く影響しています。女性は、**加齢、ストレス、食生活、パーマやヘアダイ(染毛剤の使用)のしすぎ**など複数の要素が関係していることが多いです。多くの女性は、毛髪に使うものは気にしますが**内部からのケアができていないのが実情**です。(皮膚科専門医 鈴木医師)



ポイント②：ヘアケアには外側(毛髪)と内側(頭皮)からのケアが必要！

◆毛髪のダメージ = トリートメント等のキューティクルケアで改善

毛髪は乾燥や紫外線など外的要因でキューティクルが損傷し、通常内部で保護されているタンパク質や水分、脂質が逃げ出し、枝毛や切れ毛の原因になる。

◆頭皮のダメージ = 頭皮の血流環境など、体中から働きかけるようなインナーケアが必要

毛細血管が硬化、血行不良が起こることで、髪をつくるもととなる毛母細胞の働きが滞り、ハリ・コシ・ツヤの損失や、毛髪そのものが作られなくなるなど薄毛の直接的な要因になる。

頭皮も肌の一部で、血管からの栄養で作られています。薄毛の対策や美しい髪の維持には規則正しいバランスのとれた食生活や、喫煙・過剰な飲酒などが関係します。よって、**インナーケアは毛髪のケア以上に大切**です。(皮膚科専門医 鈴木医師)

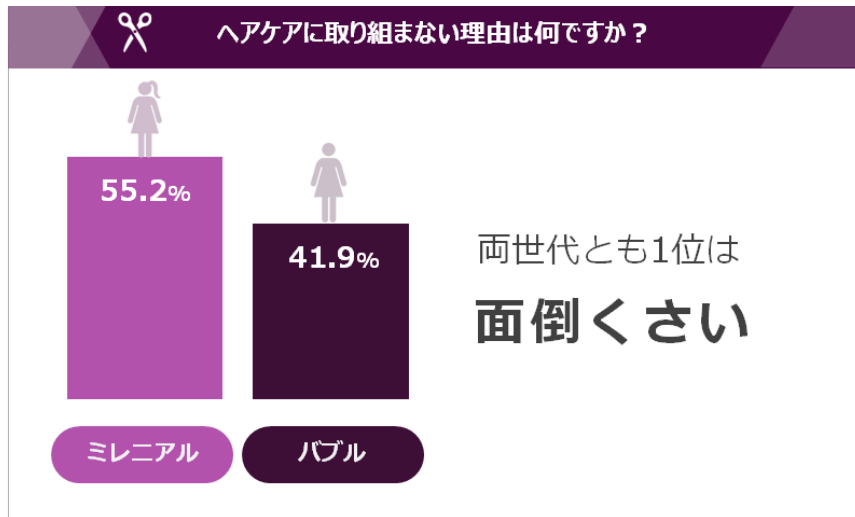


忙しい女性はヘアケアでも“時短”がキーワード！？

世代問わず、「面倒くさい」が最も多い回答だった。

“時短女子”にピッタリのインナーケアアイテムをご紹介します！

ミレニアル世代およびバブル世代の両世代ともにヘアケアに取り組まない理由は、「面倒くさい」からであると判明。その他の多い回答は「時間がない」「何をしたらよいかわからない」などが上位回答だった。



時短女子にぴったりなインナーケアアイテムとは！？

美しい髪の維持や薄毛対策には、**内部からのケアが大切です**。まずは、身近な食生活から見直し、髪の毛に良いと言われるワカメや黒ゴマなどを日々の食生活に取り入れると良いでしょう。一方、ジャンクフードや外食が多い世代の方たちは栄養をバランスよくとるのが難しい環境だと思います。食生活を整えつつ、サプリメントなどで手軽に長く続けられると良いと思います。
(皮膚科専門医 鈴木医師)



美髪&薄毛の救世主 話題の新成分「卵黄ペプチド」をご紹介します

髪によいものといえば、昔からワカメやひじきなどの海藻類、黒ゴマなどいろいろとありますが、最近注目されているのが「卵黄ペプチド」という成分。卵黄ペプチドとは、卵の黄身を特殊加工した成分で、卵を食べるだけでは摂取できません。血管の形成を促すVEGFなどの成長因子に関わり、血管を通じて酸素や栄養成分をしっかりと届ける特有の有効性が確認されました。そのような成分を摂取することも髪のインナーケア対策に有効であるとの研究結果が出ています。
(株式会社協和 研究・技術サポートグループ 宮内大治)



鈴木 稚子 (すずき わかこ) 医師
(皮膚科、美容皮膚科、美容外科)



<プロフィール>

1994年東京慈恵会医科大学医学部卒業
同大学皮膚科学教室
国立大蔵病院皮膚科
臨床研究部を経て、2017年9月23日
六本木スキンクリニックを開院

<資格>

医学博士
日本皮膚科学会正会員
日本抗加齢医学会
日本赤十字衣料センター登録医
トータルアンチエイジング 研究会副会長