

◎【20～40代女性495名へ調査】7割「デリケートゾーンの悩みを感じたことがある」

《デリゾの悩み順》①黒ずみ ②かゆみ ③臭い ④毛量 ⑤大きさ・長さ

■VIO脱毛の一般化で増加する「女性器の悩み」のナゼ～形成外科専門医で医学博士の鈴木知佳医師が解説

近年、フェムテックやフェムケアの発展・普及により、自身のデリケートゾーンと向き合うことが増えました。なかでもアンダーヘアケアの一環で「VIO脱毛（アンダーヘア脱毛）」を選択する女性は多く、形を整えるだけでなく介護脱毛や清潔感を求め、すべてのヘアを脱毛しツルツルにする「ハイジニーナ」を希望される女性は年代を問わず多く存在。一般化しつつあります。

それに伴い、美容外科『東京イセアクリニック』（医療法人社団心継会／新宿区 総院長・吉種克之 以下「当院」）の場合、【VIO脱毛が一般化し、アンダーヘアの毛がなくなったことでこれまで毛で隠れていた部分がよく見えるようになり、今まで気にならなかった自分の女性器の色や大きさ、形が気になり始めた】と、悩みを打ち明ける女性患者さまもここ数年で増えたと感じます。

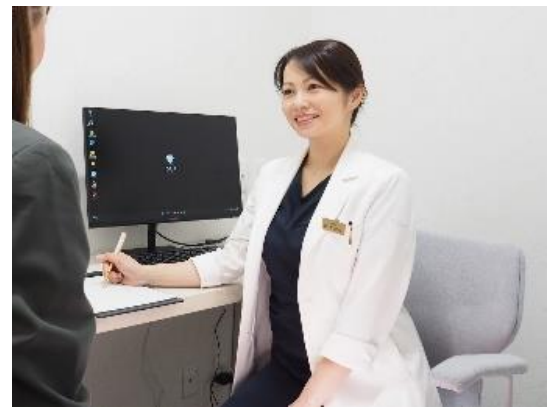
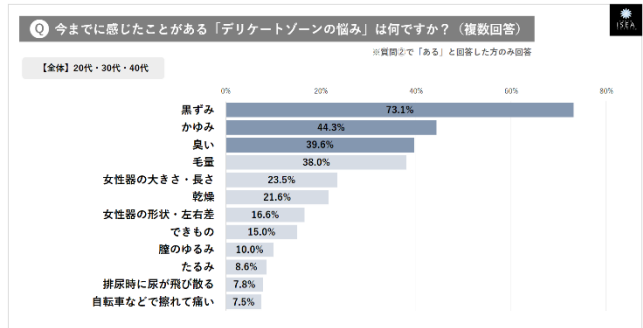
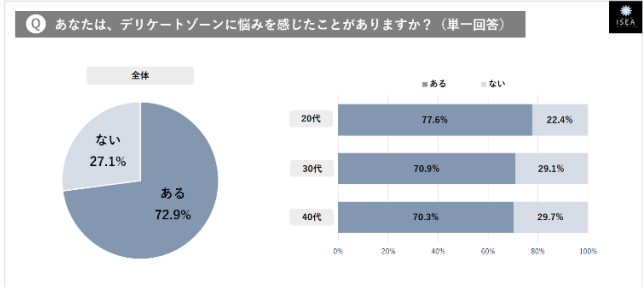
デリケートゾーンのトラブルや悩みは友人同士でも面と向かっては相談しづらいもの。そこで当院では20代～40代女性495名（各165名）を対象に【女性のデリケートゾーン悩みに関する調査】を実施（2023年3月10日～11日の2日間／インターネット調査）。

調査結果では、【デリケートゾーンの悩みがあるか】の質問に対して7割以上の女性が「感じたことがある（72.9%）」と回答。世代別では20代が最も多く8割近く（77.6%）が悩みがあると回答しました。また、【デリケートゾーンにどのような悩みがあるのか】には、《女性特有の悩みTOP5》は「①黒ずみ ②かゆみ ③臭い ④毛量 ⑤女性器の大きさ・長さ」の順になりました。

『デリケートゾーンの悩みTOP5では1位に「黒ずみ」、5位に「女性器の大きさ・長さ」がランクインしていますが、女性器の左右差やはみ出たアンダーリップ（小陰唇）、黒ずみを切除し縫合する外科的な方法「小陰唇縮小術」で治療することが可能です。この手術は女性特有の悩みを解決するフェムケアの一つとして紹介されつつありますが、このような解決策があることをまだご存じない女性も多いと感じます。』とは、同院の形成外科専門医で医学博士の鈴木知佳医師・談（写真）。本リリースでは、鈴木医師による【女性特有のお悩みや近年の傾向について】見解コメントとともに、実際に当院で「小陰唇縮小術」を行なった患者さま2名による体験談を記載しています。

※当院の治療は保険適用外の自由診療です。「小陰唇縮小術」料金は片側¥143,000(税込) / 両側¥253,000(税込)

※「小陰唇縮小術」リスクは主に内出血、腫れ、炎症、瘢痕、疼痛、乾燥など <https://www.tokyoisea.com/female/shouinshin.html>



■女性のデリケートゾーンに関する意識調査／20代～40代の女性495名に聞く

※当データやコメントを使用の際は、クレジット表記『東京イセアクリニック』を記載くださいませ

- ①【アンダーヘアの形】V・I・Oともに世代が下がるほど「無毛」率が増加
- ◎【Vライン】20代女性の約5人に1人は「無毛」（40代女性の2.2倍）
- ②【デリケートゾーンの悩み】女性の7割以上が「悩みを感じたことがある」と回答（72.9%）
- ◎20代が最も多く8割が悩みを持つ結果に。（悩みを感じたことあると回答：20代77.6%、30代70.9%、40代70.3%）
- ③【デリケートゾーンの悩みTOP5】①黒ずみ ②かゆみ ③臭い ④毛量 ⑤女性器の大きさ・長さ
- ④【デリゾ悩みを感じる時は？】①生理 ②自己処理 ③下着や水着の着用 ④アンダーヘア脱毛 ⑤性行為
- ⑤【友達とデリケートゾーンの話（悩み・相談）をする？】8割以上が「話さない」と回答（85.9%）
- ⑥【デリゾの悩み解消法】外科的な方法で解決できることを半数「知らない」（49.3%）
- ◎「知っている」は全体で2割以下（18.0%）にとどまり、「何となく知っている」は3割（32.7%）に

## ■当院で「小陰唇縮小術」を受けられた患者さま（2名）による体験談

### ◎【30代後半の女性患者さま】

昔からデリケートゾーンの臭いや黒ずみが気になってはいましたが、30代前半（5年前）から特に「臭い」が気になり始めました。臭いが気になるためしっかり洗っていると、洗い過ぎてしまい、今度は「痒み」が出てしまうなど悪化してしまいました。この状態が続くと衛生的にも精神的にも良くないと思い悩んでいたなかで「小陰唇縮小の手術がある」と知り、受けることを決意しました。術後は悩んでいた痒みがなくなり臭いも気にならなくなりました。洗い過ぎることもなくなり、かぶれることもなくなったのでとても満足です。デリケートゾーンの悩みが解決したことで以前よりも前向きな気持ちになりました。また、手術した事を友人に伝えました。初めは驚いていましたが「悩みがなくなって良かったね」と一緒に喜んでくれました。

### ◎【30代半ばの女性患者さま】

デリケートゾーン（小陰唇）の悩みで1番悩んでいたのが「見栄えの要素」です。銭湯や温泉など人の裸を見る機会がある際に、他人の身体と比較して気になるようになったのがキッカケでした。もともと、外科的な方法で解決できることは知っていたので、色々調べ手術を受けることに決めました。手術直後は慣れていなかったこともあり、排泄時に飛び散ってしまうようなシーンもありましたが、結果的に見栄えもスッキリ綺麗になったことでコンプレックスも解消され、「こんなことなら、もっと早くすれば良かった！」と思っています。人知れず悩んでいる方の参考になれば嬉しいです。

## ■「東京イセアクリニック」日本形成外学会認定 専門医・医学博士：鈴木知佳医師による解説

近年では、VIO脱毛（アンダーヘア脱毛）が一般化したことで、これまで毛で隠れていた女性器が見えるようになり、それまで気にしなかった小陰唇の黒ずみや大きさ、左右差に気が付いて、来院し悩みを相談されるケースが少なくありません。女性器の悩みで小陰唇は最もご相談の多い部位。小陰唇肥大の原因は生まれつきによるものがほとんどで性経験が豊富だからという訳ではありません。主に下記のようなご相談が挙げられます。

- 「形状での悩み」 …小陰唇の大きさや左右が非対称など
- 「臭いに関する悩み」 …皮膚の肥大により垢や汚れがたまりやすくなり、臭いが気になる
- 「痛みでの悩み」 …性行為時にはみ出たアンダーリップが巻き込まれて痛い  
自転車に乗ったときにすれて不快感がある、下着とこすれて痛い
- 「色の悩み」 …黒ずみ
- 「排尿時の悩み」 …尿が小陰唇に引っ掛かり飛び散る、排尿のし辛さから日常生活に支障
- 「パートナーからの指摘」 … 他人からの指摘により気になるようになった



小陰唇の肥大を治療するとなるとレーザーなどで縮小することはできないので、粘膜側が少し隠れる程度の皮膚を残して余分な部分を切除する外科的な手術が第一選択肢となります。「手術」となると怖いと思われる方が多いですが、大がかりな手術ではなく20分程で終わる治療です。

女性器の悩みは人に話しづらく、また他人と比較しづらいことから、一人で悩みを抱えてしまう方が多くいらっしゃいますが、症状で悩まれているのであれば、いちど医師へご相談され、コンプレックスを解消できる治療を選ばれるのも良いのではと思います。最近では、将来を見据えて、介護をしてくれる人に迷惑がかからないようにしたい、見た目を綺麗にしておきたい、という患者さまもいらっしゃいました。



### ◎鈴木知佳（すずき ちか）医師 プロフィール（※インタビュー取材も承っております）

平成24年に東京医科大学卒業・東京医科大学初期研修。平成26年東京医科大学形成外科入局。東京医科大学、大学関連病院にて形成外科助教などを経て令和1年に東京イセアクリニック入職。昨今、多くの情報が飛び交う中で、「患者様が納得いくまでとことん向き合うこと。」「患者様に最高の治療を届けること。」ことで「正しい美容整形」の知識や情報を伝えることを大切にしており、メディア出演や取材などにも幅広く協力を行っている。プライベートでは一児の母でもある。

所属学会：日本形成外科学会認定 専門医・医学博士・日本形成外科学会 会員・日本美容外科学会(JSAPS) 会員

・Instagram [https://www.instagram.com/chika\\_isea/](https://www.instagram.com/chika_isea/) ・YouTube <https://www.youtube.com/channel/UCGmTmTngy4FC3tlc2RT6RCg>

**①【アンダーヘアの形】V・I・Oともに世代が下がるほど「無毛」率が増加**

◎【Vライン】20代女性の約5人に1人は「無毛」（40代女性の2.2倍）

●質問／あなたのアンダーヘアについて近いものを教えてください。（単一回答）

▼Vライン（ビキニライン）

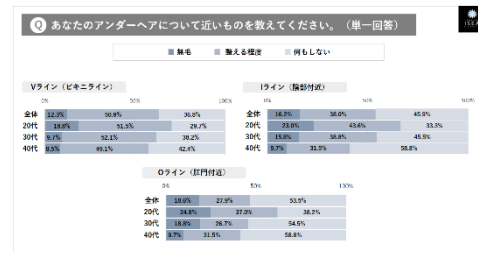
無毛	12.3%	(20代 18.8%、30代 9.7%、40代 8.5%)
整える程度	50.9%	(20代 51.5%、30代 52.1%、40代 49.1%)
何もしない	36.8%	(20代 29.7%、30代 38.2%、40代 42.4%)

▼Iライン（陰部付近）

無毛	16.2%	(20代 23.0%、30代 15.8%、40代 9.7%)
整える程度	38.0%	(20代 43.6%、30代 38.8%、40代 31.5%)
何もしない	45.9%	(20代 33.3%、30代 45.5%、40代 58.8%)

▼Oライン（肛門周囲）

無毛	18.6%	(20代 24.8%、30代 18.8%、40代 9.7%)
整える程度	27.9%	(20代 37.0%、30代 26.7%、40代 31.5%)
何もしない	53.5%	(20代 38.2%、30代 54.5%、40代 58.8%)



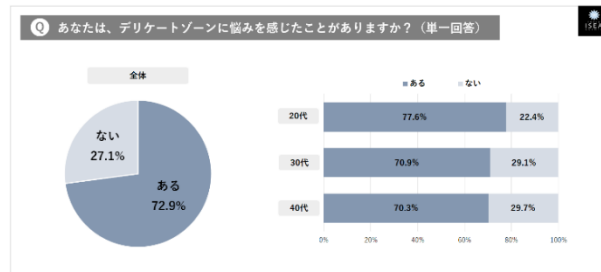
**②【デリケートゾーンの悩み】女性の7割以上が「悩みを感じたことがある」と回答（72.9%）**

◎20代が最も多く8割が悩みを持つ結果に。（悩みを感じたことあると回答：20代77.6%、30代70.9%、40代70.3%）

●質問／あなたは、デリケートゾーンに悩みを感じたことがありますか？

（単一回答）

ある	72.9%	(20代 77.6%、30代 70.9%、40代 70.3%)
ない	27.1%	(20代 22.4%、30代 29.1%、40代 29.7%)



**③【デリケートゾーンの悩みトップ5】①黒ずみ ②かゆみ ③臭い ④毛量 ⑤女性器の大きさ・長さ**

◎女性の7割が「黒ずみ」に悩んでいる結果に（73.1%）

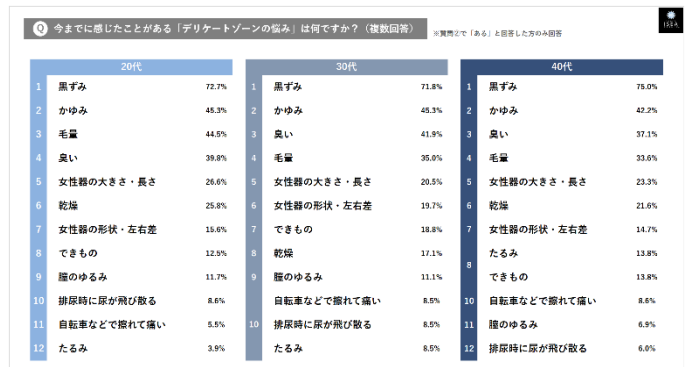
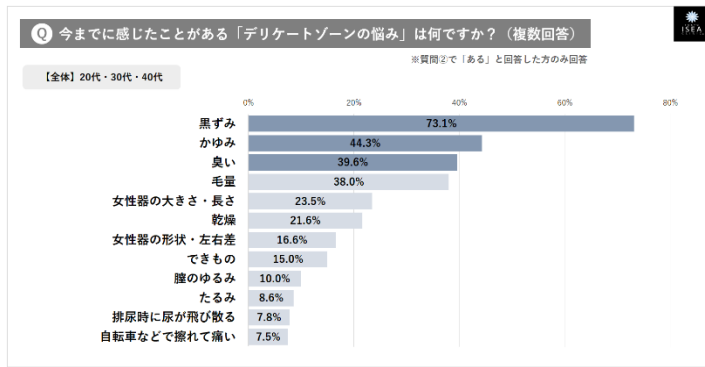
◎「女性器の大きさ・長さ」に悩む方は2割、うち20代は4人に1人が悩みを抱えている事が判明（26.6%）

●質問／今までに感じたことがある「デリケートゾーンの悩み」は何ですか？（複数回答）

※質問②で「ある」と回答した方のみ回答

黒ずみ	73.1%	(20代 72.7%、30代 71.8%、40代 75.0%)
かゆみ	44.3%	(20代 45.3%、30代 45.3%、40代 42.2%)
臭い	39.6%	(20代 39.8%、30代 41.9%、40代 37.1%)
毛量	38.0%	(20代 44.5%、30代 35.0%、40代 33.6%)
女性器の大きさ・長さ	23.5%	(20代 26.6%、30代 20.5%、40代 23.3%)
乾燥	21.6%	(20代 25.8%、30代 17.1%、40代 21.6%)
女性器の形状・左右差	16.6%	(20代 15.6%、30代 19.7%、40代 14.7%)
できもの	15.0%	(20代 12.5%、30代 18.8%、40代 13.8%)
膣のゆるみ	10.0%	(20代 11.7%、30代 11.1%、40代 6.9%)
たるみ	8.6%	(20代 3.9%、30代 8.5%、40代 13.8%)
排尿時に尿が飛び散る	7.8%	(20代 8.6%、30代 8.5%、40代 6.0%)
自転車などで擦れて痛い	7.5%	(20代 5.5%、30代 8.5%、40代 8.6%)





④【デリゾ悩みを感じる時は？】①生理 ②自己処理 ③下着や水着の着用 ④アンダーヘア脱毛 ⑤性行為

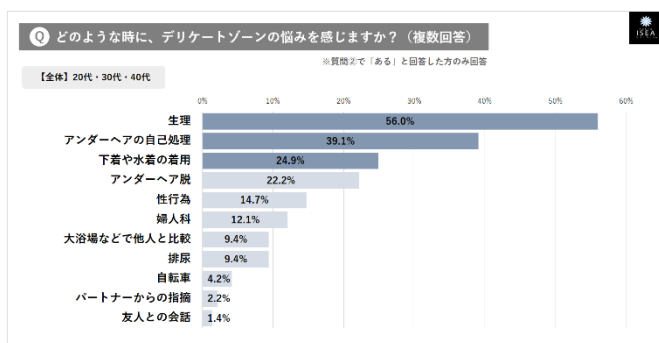
◎女性の半数以上が「生理時」にデリケートゾーンの悩みを感じると回答（56.0%）

◎「アンダーヘアの自己処理」「アンダーヘア脱毛」時に悩みを感じると回答がトップ5内にランクイン

●質問/どのような時に、デリケートゾーンの悩みを感じますか？（複数回答）

※質問②で「ある」と回答した方のみ回答

生理	56.0%	(20代 57.8%、30代 58.1%、40代 51.7%)
アンダーヘアの自己処理	39.1%	(20代 44.5%、30代 35.0%、40代 37.1%)
下着や水着の着用	24.9%	(20代 21.1%、30代 22.2%、40代 31.9%)
アンダーヘア脱毛	22.2%	(20代 29.7%、30代 20.5%、40代 15.5%)
性行為	14.7%	(20代 19.5%、30代 16.2%、40代 7.8%)
婦人科	12.1%	(20代 6.3%、30代 11.1%、40代 19.8%)
大浴場などで他人と比較	9.4%	(20代 10.2%、30代 5.1%、40代 12.9%)
排尿	9.4%	(20代 8.6%、30代 11.1%、40代 8.6%)
自転車	4.2%	(20代 3.9%、30代 2.6%、40代 6.0%)
パートナーからの指摘	2.2%	(20代 3.1%、30代 1.7%、40代 1.7%)
友人との会話	1.4%	(20代 0.8%、30代 2.6%、40代 0.9%)



⑤【友達とデリケートゾーンの話（悩み・相談）をする？】8割以上が「話さない」と回答（85.9%）

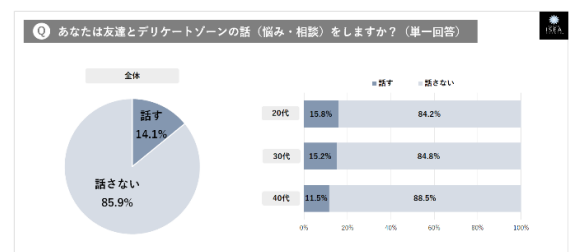
◎世代が上がるにつれデリケートゾーンの悩み相談をしない傾向に

◎40代では約9割が「デリケートゾーンについて話さない」と回答（88.5%）

●質問/あなたは友達とデリケートゾーンの話（悩み・相談）をしますか？

（単一回答）

話す	85.9%	(20代 84.2%、30代 84.8%、40代 88.5%)
話さない	14.1%	(20代 15.8%、30代 15.2%、40代 11.5%)

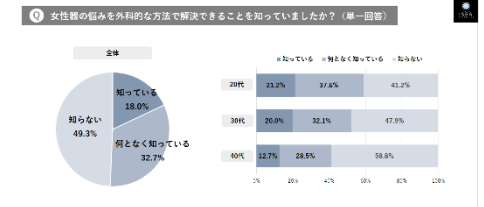


## ⑥【デリゾの悩み解消法】外科的な方法で解決できることを半数「知らない」(49.3%)

- ◎「知っている」は全体で2割以下(18.0%)にとどまり、「何となく知っている」は3割(32.7%)に
- ◎世代が下がるにつれ「知っている」「何となく知っている」方が多い傾向に

### ●質問/女性器の悩みを外科的な方法で解決できることを知っていましたか？(単一回答)

知っている	18.0%	(20代 21.2%、30代 20.0%、40代 12.7%)
何となく知っている	32.7%	(20代 37.6%、30代 32.1%、40代 28.5%)
知らない	49.3%	(20代 41.2%、30代 47.9%、40代 58.8%)



## ■「小陰唇縮小術」の流れ

手術の際に邪魔になる部分の剃毛を行います。お悩みの部分が取り除かれるように切除ラインを正確にデザインし、局所麻酔後にメスで大きさや形を整え、縫合して終了です。痛みの感じ方に個人差はありますが、手術中に痛みを感じることはほとんどありません。出血しやすい部位のため術後20~30分程度待合室で待機後に帰宅となります。

・詳細：<https://www.tokyoisea.com/female/shouinshin.html>

※「小陰唇縮小術」料金は片側¥143,000(税込) / 両側¥253,000(税込)

※2週間運動はお控えください。性交渉は1ヶ月控えましょう。

その他リスクは主に内出血、腫れ、炎症、瘢痕、疼痛、乾燥など

■【参考：YouTube 動画】鈴木知佳医師が解説(右記はサムネイル)

小陰唇大きいかも？女性器のコンプレックス解消方法

<https://www.youtube.com/watch?v=kd0CFJ1m0-Y>



## ■東京イセアクリニック

◎予約専門無料ダイヤル : 0120-963-866

◎診療時間 : 11:00~20:00 (不定休、予約制)

◎所在地 : 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 5-27-3 やまとビル 5階

・公式 Web サイト : <https://www.tokyoisea.com/>

・公式 Instagram : <https://www.instagram.com/iseaclinic/>

・公式 Twitter : <https://twitter.com/iseaclinic>



### ◎『東京イセアクリニック』院長 吉種克之医師 プロフィール:

東京医科大学 卒業。昭和大学形成外科にて外科、整形外科、麻酔科で研修を行なった後、大学関連病院にて形成外科、美容外科の研修、大手美容外科クリニックの理事、指導医、診察部長を経て2010年に東京イセアクリニック 診療部長に就任。現在、東京イセアクリニックの院長  
所属学会：日本形成外科学会 認定専門医、日本美容外科学会 認定専門医



アンケートリリースに関するお問合せやご取材は、下記までご連絡ください

【東京イセアクリニック/医療法人社団心継会】<http://www.tokyoisea.com>

広報部：伊藤 有堀 下谷 [pr@junikai.or.jp](mailto:pr@junikai.or.jp)

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 8階 Tel. 03-5291-5270