

8割以上の方がTシャツの下に着るインナー選びに悩むと回答 春夏のコーディネートには欠かせない 「Tシャツ」下のインナーの選び方を解説！

だんだん暖かくなり、Tシャツが活躍する季節がやってきました。Tシャツはさまざまなシルエットや丈の中から好みのもの、自分の骨格に合ったものを選ぶ方が多い中、その下に着るインナーに悩んでいる方は80%に及ぶことが分かりました。透けそうな白Tシャツや、汗ジミが目立つ濃色Tシャツを着る際に、特に悩まれるようです。

今回は、Tシャツ着用時のインナー選びのポイントを解説していきます。



Tシャツのインナー問題！悩みの第1位は？

グンゼの公式Xを使用したアンケート調査によると、Tシャツ着用時は80%の方がインナー選びについて悩んでおり、特に「Tシャツの色やデザインによっては悩む」が約60%でした。どのような時にインナー選びで悩むかというアンケートでは、「透けそうな白Tシャツを着用する時」が一番多くなっています。それに次いで、「汗ジミが目立ちそうな濃色Tシャツを着用する時」のインナー選びに悩む人も約3割で、「透け」や「汗ジミ」の問題が多くを占めているようです。

調査期間 : 2025年4月3日～4月4日

調査対象者 : @gunze_jp 公式Xのフォロワー 116,832名 4月4日時点

調査方法 : 公式Xアンケート機能

【調査結果】

Q1. Tシャツ着用時、インナー選びで悩むことはありますか？（計85票）

よく悩む	21%
Tシャツの色やデザインによっては悩む	59%
悩まない	20%

Q2. どのような時にインナー選びで悩みますか？（計85票）

透けそうな白Tシャツを着用する時	44%
汗ジミが目立ちそうな濃色Tシャツを着用する時	28%
薄手のTシャツを着用する時	17%
クロップド丈などの短い丈のTシャツを着用する時	11%

Tシャツの下のインナー着用時に押さえておきたいポイント

①透けないこと

Tシャツを着る際、女性であれば下着のデザインの透け、男性であれば乳首の透けを防ぐためにインナーが活躍します。しかし、そのインナーが透けているとがっかりですよね。そのため、特に白Tシャツでは、インナーの色選びも重要になってきます。襟や袖周りはインナーと肌との境目が目立ってしまうため、**自分の肌の色に近い色を選ぶ**のがポイントです。

<袖>

白色インナー着用時 ベージュインナー着用時



<襟>

白色インナー着用時 ベージュインナー着用時



②汗ジミ対策

汗をかいた際、胸汗、脇汗がTシャツにしみ出ると見栄えが悪いですよね。汗が出た瞬間吸い取って外にうつらないよう処理をするために、**よく汗をかく脇にパッドがついたものや、吸水速乾性の高い素材のインナー**を選んでみてはいかがでしょうか。

③Tシャツにひびかないこと

インナーの種類によっては、Tシャツにインナーの襟や袖の折り返し部分がひびいて、凹凸が気になることはありませんか？そのようなお悩みには、**生地端が切りっぱなしのカットオフインナー**を選ぶことで、かさばらずTシャツにひびかないのでおすすめです。

【メンズ版】Tシャツにぴったりなグンゼのインナーをご紹介します

in.T



■【Tシャツ専用インナーin.T】袖なし・汗取りパッド付きスリーブレス

サイズ：S、M、L、LL、

種類：ミスティピンク、クリアベージュ、スモークオレンジ、
オリーブ、ブラック

価格：¥1,650（税込）

透けない、汗ジミ対策、ひびかないといえばTシャツ専用インナー in.T。汗取りパッド付で、TシャツやYシャツを着たときに出る汗ジミもしっかりキャッチ。衿、袖、裾に縫い目のないきりっぱなしの為、見た目はもちろん、インナーを着ていることを忘れてしまうほど快適。首元はあえて広めに設計しているので、インナーのチラ見えを防止します。

in.T



■【Tシャツ専用インナーin.T】汗取り付きスリーブレス（ハーフ丈）

サイズ：M、L、LL

種類：クリアベージュ、ブラック

価格：¥1,650（税込）

Tシャツ専用インナー in.Tから、さらに猛暑対策として、涼しさを極めた新スタイルAiry half（エアリーハーフ）がデビュー！汗をかく場所に効果的に生地を配置し、それ以外の箇所は「涼しい＝何も着用しない状態」という発想のもと、Tシャツをおしゃれに、快適に着こなすための革新的なTシャツ専用ハーフ丈インナーです。

【レディース版】Tシャツにぴったりなグンゼのインナーをご紹介します



■【キレイラボ】ひんやり軽のび綿混 汗取り付きラン型インナー

サイズ：M、L、LL、3L

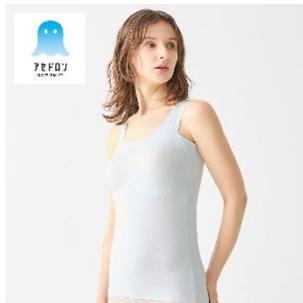
種類：ノーブルベージュ、パールサックス、ブラック

価格：¥1,870（税込）

「縫い目」が無く、脇部分には汗取りパッド付きで、汗ばむ季節にぴったりのインナーシリーズ。ひんやりした触感の綿混素材です。再生繊維のレーヨンをミックスすることで、やわらかく優しい肌ざわりに。よく伸びる素材で、体にこことよくフィットします。



肌にも低刺激で、下着のラインが書きにくく見た目もすっきり



■【アセドロン】汗取り付きブラトップ

サイズ：M、L、LL

種類：サックス、ブラック、ベージュヘザー

価格：¥2,530（税込）

汗対策といえばこの素材、グンゼ史上最高クラスの「汗解消テクノロジー」を搭載したアセドロン。珪藻土の自然のパワーから着想を得た多孔質構造のグンゼ独自開発素材によって、衣服内の汗と湿気を「サッと吸湿、シュッと放湿、パッと速乾」。衣服内の不快の根本原因、“アセ”を“ドロン”と瞬時に解消。襟元・裾がカットオフ仕様で、ひびきにくい。丸型パッドは取り外しができるため、シーンに合わせて使い分けが可能です。



■【完全無縫製】ハーフトップ

サイズ：M、L、LL、3L

種類：グレーモク、ベージュ、スモークピンク、ブラック、ミスティブルー、スカイグレー

価格：¥2,090～¥2,310（税込）

「縫い目」をなくした、完全無縫製のハーフトップ。ネックライン、裾はきりっぱなし、洗濯タグは転写プリントなので、下着のラインが洋服に浮き出にくくなっています。年間快適な綿混素材。伸縮性の良い生地で、体にこことよくフィット。肌なじみの良いベージュやスモークピンクがおすすめです。