

【紫外線に関する意識調査 2019】

男女とも「日焼けによるシミそばかすを防ぎたい」

年間を通じた対策意識は低い

株式会社カネボウ化粧品

カネボウ化粧品は、20代～60代の男女を対象に、紫外線に対する意識調査*を行いました。男女共通の意識や、それぞれ異なる意識、年代別の特徴などをご紹介します。

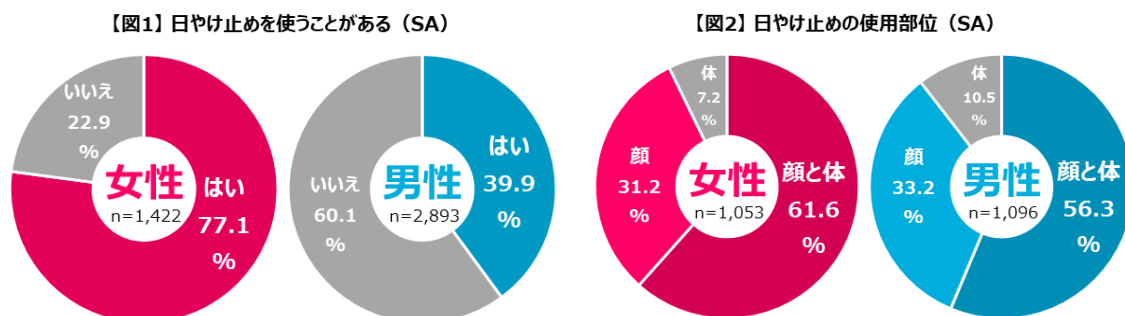
*インターネット調査（2019年1月）／20～60代男女n=4,315

【サマリー】

- P1
- 日焼け止め使用率は、女性 77%、男性 39%
 - 使用理由トップは男女ともに「日焼けによるシミやそばかすを防ぐため」
- P2
- 日焼け止めの使用時期は男女差が大きい
 - 「一年中」使用は女性でも4割、男性は「夏のみ」
 - 「紫外線が強い時期だけ防げば充分」という意識も
 - 日焼け止めは「塗り直すのが面倒」
 - 日焼け止めに求める機能はさまざま
- P3
- 美肌維持には一年を通じた紫外線対策が必要

カネボウ化粧品が20代～60代の男女4,315名を対象に行った調査では、「日焼け止めを使うことがある」と回答したのは、女性では77%、男性では39%でした（図1）。女性に比べると、まだまだ男性の使用率は低いようです。

次に、「日焼け止めを使うことがある」と回答した人に使用部位を尋ねると、顔だけ、体だけと部位を限って使用している人は少なく、男女ともに半数以上が「顔と体どちらにも」使用していると答えました（図2）。



◆使用理由◆ ～男女ともに「日焼けによるシミやそばかすを防ぐため」～

「顔」または「顔と体どちらにも」日焼け止めを使用すると回答したうちの男女882名に、より詳細を尋ねました。

『日焼け止めを塗る理由』については、男女ともに最も多かったのは「日焼けによるシミ

やそばかすを防ぐため」でした。女性の75.1%、男性の46%がこれを理由に挙げました。

◆使用時期◆ ～日やけ止めを使わない時期がある～

『日やけ止めを使用する時期』については、男女で大きな差が見られました(図3)。女性は、「一年中」という回答が最も多いものの、全体の4割に留まりました。

【図3】日常的に日やけ止めを使用する時期 (SA)
(n=男性441名・女性441名)

女性全体		20代		30代		40代		50代		60代	
1位	一年中 42.2%	一年中 37.5%	一年中 34.8%	一年中 50.0%	一年中 46.6%	一年中 42.0%					
2位	夏のみ 21.3%	夏のみ 30.7%	夏のみ 23.6%	夏のみ 18.2%	夏のみ 17.0%	夏のみ 17.0%					
3位	春～秋 13.6%	春～夏 15.9%	春～秋 16.9%	春～夏 13.6%	春～秋 17.0%	春～秋 17.0%					
4位	春～夏 12.9%	春～秋 6.8%	春～夏 11.2%	春～秋 10.2%	春～夏 14.8%	春～夏 9.1%					
5位	レジャー時のみ 4.5%	レジャー時のみ 3.4%	レジャー時のみ 7.9%	レジャー時のみ 3.4%	レジャー時のみ 3.4%	夏～秋 8.0%					
男性全体		20代		30代		40代		50代		60代	
1位	夏のみ 34.2%	夏のみ 38.6%	夏のみ 28.1%	夏のみ 45.5%	夏のみ 33.0%	レジャー時のみ 29.5%					
2位	レジャー時のみ 18.8%	一年中 27.3%	一年中 21.3%	レジャー時のみ 19.3%	レジャー時のみ 25.0%	夏のみ 26.1%					
3位	一年中 13.6%	春のみ 6.8%	レジャー時のみ 13.5%	春～秋 10.2%	夏～秋 13.6%	夏～秋 17.0%					
4位	夏～秋 10.4%	春～秋 6.8%	春～秋 11.2%	夏～秋 10.2%	一年中 12.5%	春～夏 10.2%					
5位	春～秋 7.7%	レジャー時のみ 6.8%	夏～秋 9.0%	春～夏 9.1%	春～夏 6.8%	春～秋 5.7%					

一方、男性は全体では「夏のみ日常的に」が最も多く、次いで「季節を問わずレジャー時のみ」となりました。「一年中」と回答したのは13%に留まりましたが、年齢別に見ると20代、30代では2割以上で、他の年代と比べて紫外線に対する意識が高いようです。逆に、「季節を問わずレジャー時のみ」は、年齢が高いほどあてはまるようです。

日やけ止めを「一年中」使用すると回答した人以外に、『一年中使わない理由』を尋ねました。すると、男女ともに「紫外線が強い時期だけ防げば充分」「日やけ止めを塗るのが面倒」と考えている人が多いことがわかりました。

◆気になること◆ ～塗り直すのが面倒 女性は肌への負担も気になる～

さらに、『日やけ止めに関して気になることや困っていること』を尋ねると、男女ともに「塗り直すのが面倒」が最も多くなりました。本来日やけ止めは、紫外線カット効果を十分に発揮し続けるためにこまめな塗り直しが必要ですが、この点についてはどうしても面倒くさいと感じてしまうようです。また、女性は、塗り直し以外に「肌への負担」を気にしたり、「しっかり塗ることができているか不安」だと感じているようです。一方男性は、「選び方がわからない」と回答する人も多くいました。

◆求める機能◆ ～ニーズの多様性が明らかに～

【図4】日やけ止めに求める機能 (MA)
(n=男性441名・女性441名)

	女性	男性
1位	肌への優しさ 58.0%	高SPF・高PA 47.8%
2位	高SPF・高PA 51.7%	肌への優しさ 37.0%
3位	白くならない 44.7%	耐水性(ウォータープルーフ) 36.1%
4位	落としやすさ 32.7%	耐久性 29.9%
5位	感触の良さ 31.7%	白くならない 24.3%

『日やけ止めに求める機能』については、男女ともに、「高SPF・高PA」「肌へのやさしさ」を挙げる声が高いものの、回答が分されました(図4)。女性にとっては、「落としやすさ」や「感触の良さ」も重要なポイントになるようです。また男性では、レジャー時

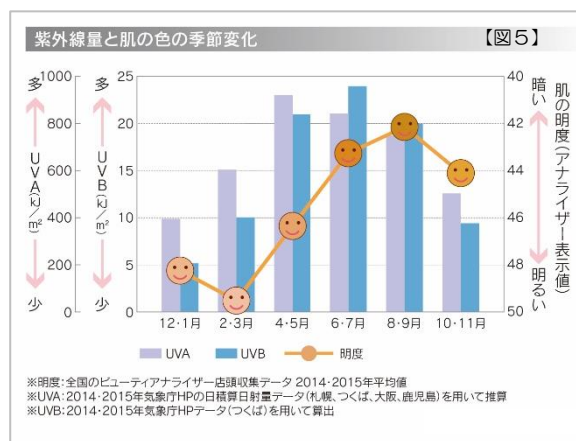
にのみ使用する人も多いためか、「耐水性」や「耐久性」が大きな基準になるようです。回答のばらつきから、日やけ止めにはさまざまなニーズがあることが明らかになりました。

◆まとめ◆ ～美肌のためには一年を通じた防御を～

今回の調査で、日やけ止めの使用率には男女差がありますが、「日やけによるシミやそばかすを防ぎたい」という美容意識は男女共通しており、男性も若い年代は他の年代に比べて一年中ケアしている人が多いことがわかりました。

しかし、一年を通じて紫外線対策をするという意識は、男女ともにまだまだ低いようです。紫外線は夏に多いというイメージがあるかもしれませんが、量の変動はあるものの一年中降り注いでいます(図5)。UVAとUVBでは紫外線の特徴が異なり、特に「浴びた」という実感が少ないUVAには注意が必要です。波長が長いと肌の奥まで届き、長期間浴び続けることで将来的なシワの発生につながるなど、肌の老化を促進してしまいます。

美肌を保つためには、紫外線が強い時期だけではなく、一年を通じた紫外線対策が大切なのです。



カネボウ化粧品美容研究所調べ



【自分好みの日やけ止めを見つけよう】

近年の日やけ止めは、大きく、ジェルタイプとミルクタイプに分けられます。ジェルタイプはみずみずしく心地よさが感じられ、ミルクタイプはしっかりと塗った感じを得ることができるなど、使用感が異なるので、まずは剤の好みで選ぶのもひとつの手です。

日やけ止めの基本機能である「紫外線カット効果」は、SPF値、PA値を参考に選びます。SPFとは紫外線B波から肌を守る効果を示す指数、PAとは紫外線A波から肌を守る効果を示す分類です。商品パッケージに表示されているので、選択時の目安にしてください。

さらに、日やけ止めごとに、汗や水に強いもの、バッグや衣服などによる日常のこすれにも強いもの、うるおい効果の高いもの、肌を明るく見せるものなど、それぞれ特長があります。自分好みの日やけ止めを見つけ、一年を通じた紫外線対策で美肌を保ちましょう。

※ SPF、PA表示は国際的な基準で1cm²あたり2mg塗布して測定した値です。商品選択時の目安とお考えください。紫外線防止効果を保つために、こまめにつけ直してください。