

「現代日本人男性のスキンケアに関する意識と肌の実態に関する調査」

マンダムが初めて男性の肌実態を調査

株式会社マンダム（本社：大阪市、社長執行役員：西村元延 以下マンダム）は、日本人男性のスキンケアに関する意識調査及び、男性の顔面皮膚の実態を調査しましたので報告いたします。日本における男性化粧品市場は、ヘアケア&育毛市場を中心として拡大してきました。しかし男性の晩婚化、未婚化による社会人のライフスタイルの変化により、おしゃれ意識や行動にも変化が見られ、ようやくスキンケア市場が活性してきたように思われます。しかし、女性に比べ男性の皮膚研究はほとんどされていないのが現状です。男性化粧品をコア事業としている当社では、より一層お客様に適する製品やサービスに活かしていくために女性とは異なる男性ならではのスキンケア意識、肌の実態を研究しており、今後もこの研究は継続する予定です。

調査の方法

1. 顔肌悩みに関する意識調査

- ・調査対象：男性合計 800 名（25～44 歳）
- ・調査方法：インターネットアンケート 顔の肌には何らかの悩みを持つと回答した男性はそのうち 427 名（5 歳区切り、各約 100 名）。
悩みの種類とその要因に関するアンケート調査。

2. 皮膚測定と生活習慣に関する調査

- ・期間：2004 年 11 月 10 日～2005 年 3 月 25 日
- ・調査対象：男性合計 49 名（19～62 歳） 平均 39.6 歳
- ・測定項目：顔面各部位の水分量、バリアー機能、皮脂の量、皮膚の堅さ・弾力性
- ・測定部位：額、鼻、目尻、ほほ上部・下部、顎

調査結果ダイジェスト

■ 意識

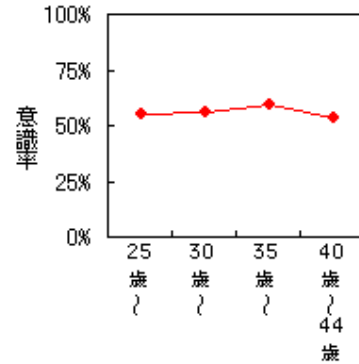
1. 男性の半数は肌の悩みを感じている。
2. 男性の肌の悩みは、年代を問わず「アブラ」と「乾燥」である。
3. 男性は色調変化「シミ・くすみ」より、形態変化「シワ・ハリ（たるみ）」の方が加齢意識が高い（女性と逆）。
4. 男性は、40 歳を超えると「アブラ」「乾燥」を含むすべての悩みを「加齢によるもの」と判断している。

■ 皮膚測定

1. 男性の肌は極端な混合肌。Tゾーンは脂性肌、Uゾーンは乾燥肌。
2. 男性の皮脂量は 60 歳過ぎても、なお多い。
3. 男性の肌の老化は「肌の硬さ」からやってくる！女性は逆にたるんでくる。
4. 男性の実年齢より若い肌・老け肌は全体の 40%。
5. 男性の肌の老化は、紫外線とT字カミソリ？女性のようにメンテナンス（スキンケア）が必要。

第1章 男性の顔肌の悩みに関する意識

1. 〈悩みの有無〉・男性の半数は肌の悩みを認識している。
 今回の調査では、それぞれの年代の約半数の男性が顔の肌に対する何らかの悩みを意識していました（グラフ1）。
 若者もミドルにおいても、肌への関心度の高さがうかがわれます。



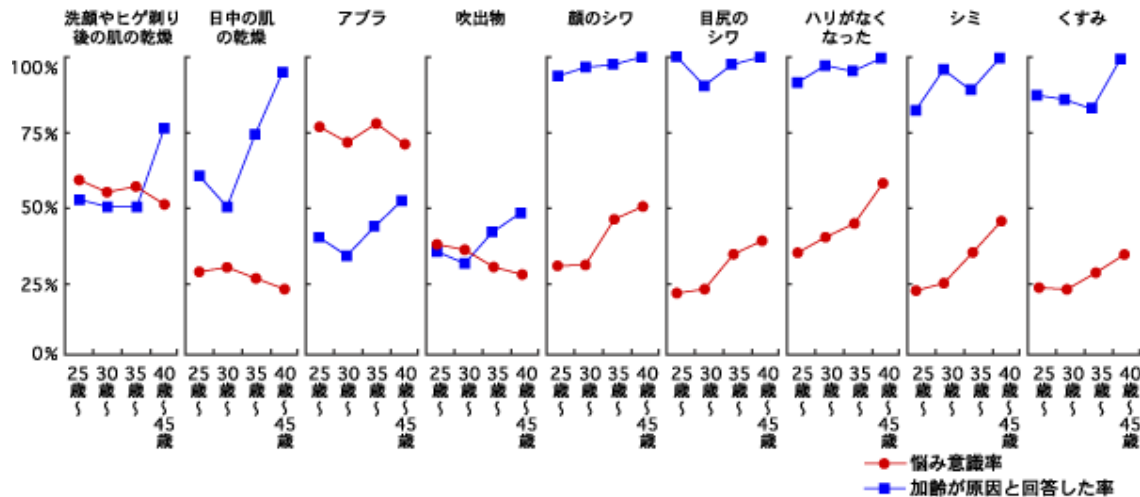
グラフ1 年齢と肌悩みの意識率

2. 〈悩みの内容〉

(1) 肌の悩みは「アブラ」が1位、次いで「乾燥」

悩みの内容に関して、「アブラ」が年代を問わず悩みとして高い意識を示しており、悩みを有する男性の約75%が感じています。最近のマダムの調査で、男性のあぶらとり紙使用経験率が20代68%、30代44%、40代16%、50代15%（いずれも社会人）に達するという結果でしたが、それを反映する結果だと考えられます。女性は、「シミやしわ」等の明らかな老化現象の方が悩みとして意識が高くなりますが、男性は「アブラ」の方が圧倒的に高く、アブラによるベタツキやテカリ等の問題が日常化しているといえるでしょう。

また、「アブラのベタツキやテカリ」とともに、「乾燥」に悩む男性も年代かかわらず多いことがわかりました。特に洗顔やヒゲ剃り後の乾燥を気にされる方が多いことがわかります（グラフ2）。



グラフ2 男性の顔肌に対する悩み意識とその原因

(2) 肌の加齢意識は40歳から

悩みとして意識の高かった「アブラ・乾燥」ですが、それ以外の肌の悩みも40歳を過ぎると、「年齢のせい」にする男性が多くなってきます。この後に述べますが、男性は、実は年をとっても変わらず顔面にアブラが多い状態ですが、年齢とともに肌トラブルに対する意識も変化し、アブラが多いことも年齢のせいだと認識するようです。

(3) 男性の肌の悩みは「シワ・たるみの悩み」 > 「シミの悩み」

女性の肌の3大悩みである「シミ・シワ・たるみ」は、男性の肌の悩みとしてはそれほど大きくないようです。但し、女性と同様、年齢を経るほど上昇します。例えば、肌の悩みのある40~45歳の、50%の人が「ハリが無くなった」ことを悩みとしてあげています。また女性は「シミ・くすみ」のような色調変化の方が、「シワ・ハリ（たるみ）」のような形態的変化より悩みとして先行しますが、男性の場合はその逆で、「シワ・たるみ」に関する悩みが、「シミ・くすみ」に関する悩みよりも比較的高いようです。

以上のように、女性ほど深刻に捉えていないとしても、男性も顔の肌の悩みを抱えていて、加齢にしたがって、その悩みの深刻度が上昇していることが、アンケート調査からうかがえました。

第2章 男の顔の実態解明

今まで女性に関しては多くの皮膚計測の報告がありましたが、男性の顔面の部位ごとに測定した報告は、今回のマンダムの研究が初めてであり、「男性の顔肌の実態」を解明確認した意義ある調査結果です。

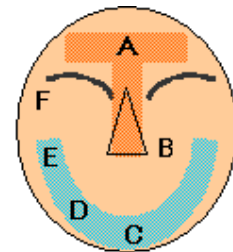
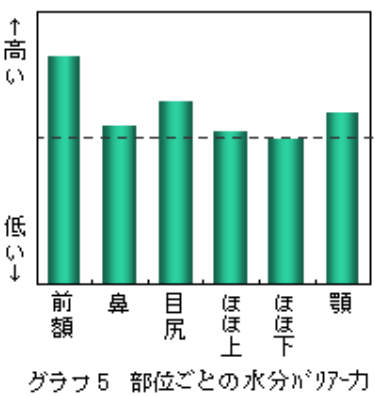
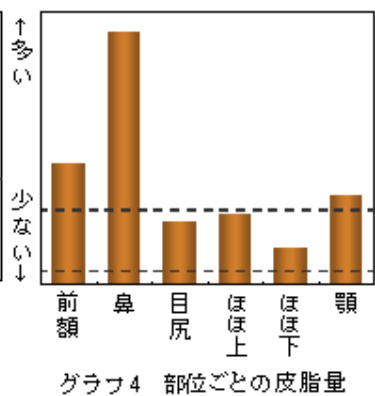
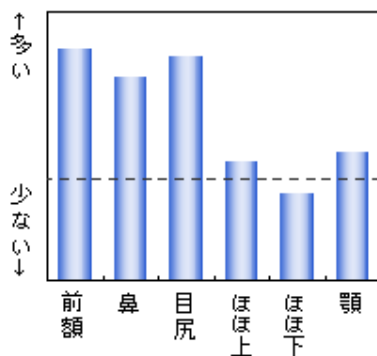


図 TゾーンとUゾーン

測定部位	Tゾーン	A 前額部	B 鼻部側面	
	Uゾーン	C 下顎部中心	D ほほ下部	E ほほ上部
	目周辺	F 目尻		

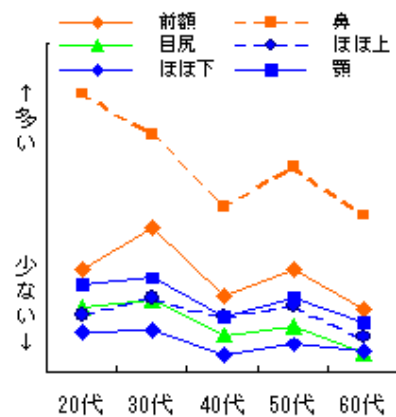
1. 〈水分、油分状態〉・・・女性よりも極端な混合肌。Tゾーンは脂性肌、Uゾーンは乾燥肌。男性のUゾーン（ほほ・あご）の水分量はTゾーン（額・鼻）の約1/2しかないことがわかりました（グラフ3）。皮脂の量は鼻部で最も高く、ほほ部の4倍も分泌されています（グラフ4）。女性のTゾーンとUゾーンの皮脂量と水分量の格差より男性の方が大きいことがわかりました。特に、男性のほほの下部は、水分量、水分バリアー力、皮脂量ともに顔面中最も少なく、まさに乾燥サバク状態といってもよい状態でした。これは年齢とは関係なく、男性の全世代で共通する傾向でした。（グラフ3, 4, 5）。



2. 〈皮脂量〉・・・Tゾーンのオイリー状態は60過ぎても続く・・・

男性の顔の悩みとして最も多かった「顔のアブラ」、すなわち皮脂量は、年をとってもあまり変化しません。女性は30歳を過ぎると劇的に低下しますが、男性は全体的に年齢と共にわずかに低下傾向を示すものの、額、鼻は60歳を過ぎてもかなりのアブラを出し続けています（グラフ6）。

顔のアブラの悩みが一生続く理由が理解できます。Tゾーンは「アブラ」で、Uゾーンは「乾燥」という、まさに男性の肌悩みアンケート結果を裏付ける男性の肌の実態が明らかになりました。



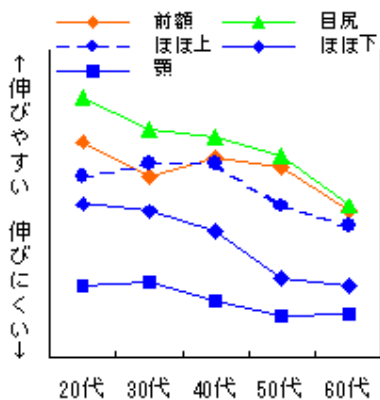
グラフ6 皮脂量の年齢変化

第3章 加齢に伴う男の肌の変化

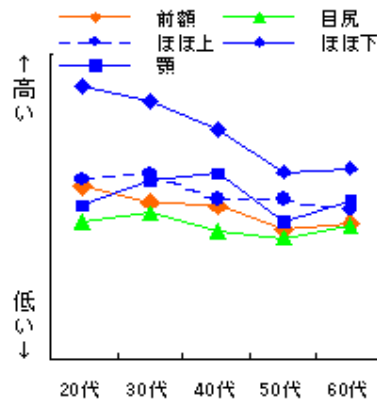
これまでは平均的な男性の肌状態についてご説明してきました。ここからは、男性の肌の加齢に伴う変化と、その変化の促進要因についてお話しします。

男性の肌の加齢状態を判断するには、水分量でも皮脂量でもなく、肌の硬さ・弾力などの肌の物性変化であることが、今回の研究より明らかとなりました。

1. 〈肌の硬さ〉・・・男性の顔は、加齢とともに表面が硬くなって、弾力がなくなる



グラフ7 肌の伸びの年齢変化 (硬さ)



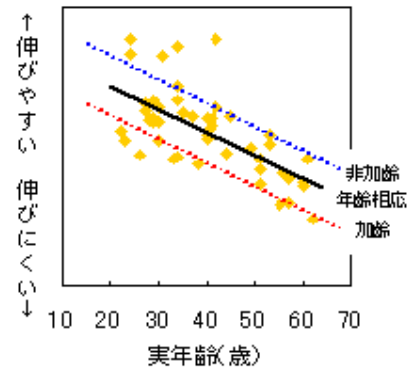
グラフ8 肌の弾力性の年齢変化

男性の顔の肌は、年齢とともに表面の伸びが悪くなるのがわかりました。表面が硬くゴワつく傾向にあるようです（グラフ7）。一方、肌の弾力性は、年齢とともに低下することが顕著でした。よく、寝起きで枕などのシワが顔面の「カタ」として残ることがありますが、年齢を経るごとに、その「カタ」が戻りにくくなることを実感

することがあります。今回の結果は、そのような老化現象を裏付けていると考えます（グラフ8）。男性の肌表面の硬さは、表面角層の水分量の低さと関係していると考えられます。水分量が低いと、表面の柔軟性がなくなり硬くなります。また、皮膚表面から数100マイクロメートル内側に存在する真皮という皮膚組織の状態が、皮膚の弾力性に大きく影響することが知られていますが、今回の試験結果から、男性のこの真皮組織が加齢に伴って老化して、その弾力性を失っていくのだと考えられます。すなわち、ほほの組織的状态が、男性の顔の肌における老化のバロメーターとっていいのではないのでしょうか。

2. 加齢に伴う粘弾性変化〈実年齢とは異なる肌の加齢状態〉

男性の肌は年齢と共に硬くなり、引っ張っても伸びにくくなることを説明いたしました。グラフ 9 は、ほぼ下部における肌の伸びやすさと実年齢との関係を示しています。年齢と共に肌が伸びにくくなることは一目瞭然ですが、その程度に個人差があることに、マンダムは注目しました。このデータより、10 人中約 6 人の肌はほぼ実年齢相応に加齢状態にあり（以下「年齢相応」と呼びます）、残りは促進している（以下「加齢」と呼びます）、もしくは肌の加齢が進行していない状態（以下「非加齢」と呼びます）であると考えられます。この差の要因は何なのでしょう？詳細な解析の結果、それは各個人の生活習慣の差に起因するということが判りました。



グラフ 9 ほぼ下部の肌の伸びやすさ

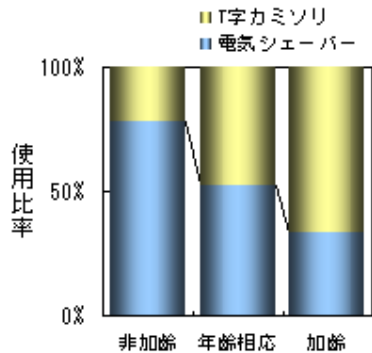
～男性の顔肌の老化は、紫外線などの外的要因による影響が大きい～

さて、一般的に、女性を対象とした皮膚の老化現象は、生理的（内面的）老化（例えばホルモンバランスの変調）と紫外線による光老化の 2 つの影響が大きいという報告があります。男性の顔の肌はどうでしょうか。先述したように、加齢と共に男性の肌は「引っ張っても伸びにくくなること」が明らかになりました。この結果は、これまで報告されている女性の生理的な老化による肌の「たるみ」とは反対の傾向です。男性の肌は生理的な老化よりも、外部からの要因、例えば紫外線が、顔肌の加齢変化を加速させていることを示しています。

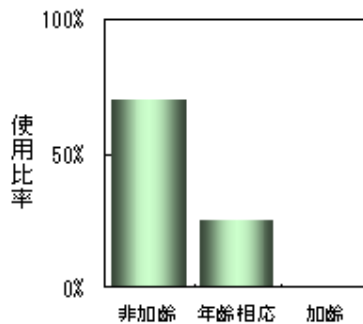
～「紫外線」と「T 字カミソリの使用」で加齢変化が促進される～

それでは、肌の老化を促進させる生活習慣とは何でしょうか？同年代の男性よりも肌が硬い、つまり肌が加齢傾向にある方は、スポーツ・レジャー時などの多量の紫外線を浴びてしまうときに、サンスクリーン剤を使用する習慣が乏しいことがわかりました（グラフ 11）。

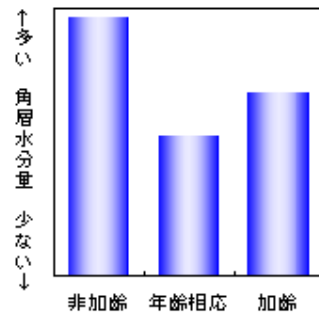
また、同年代より肌が加齢傾向にある男性では、T 字カミソリでヒゲ剃りをしている方が多く、逆に肌の若さを保っている男性は、電気シェーバーでヒゲ剃りをしている方が多いことがわかりました（グラフ 10）。T 字カミソリは、より強く肌表面を物理的に刺激していると思われます。



グラフ 10 ヒゲ剃り手段と肌の加齢状態との関係



グラフ 11 サンスクリーン剤の使用と肌の加齢状態との関係



グラフ 12 角層水分量と肌の加齢状態との関係

また、肌が加齢傾向にある人は、肌の水分バリアー力が低く、水分量も低い傾向でした（グラフ12）。同年代でも生活習慣により、肌状態には大きな個人差が生じることがわかります。適切な紫外線防御やヒゲ剃り前、中、後のスキンケアが重要であり、これらの悪影響を軽減する可能性があることを示しています。

第4章 最後に

本当に無防備な男の肌は、スキンケアが必要

紫外線、ヒゲ剃りなど、男の肌は様々な外敵にさらされているにもかかわらず、多くの男性は何の対処もしていない、常に無防備な状態です。今回の結果は、スキンケアによる日頃の肌のメンテナンスが、若々しい肌を保つ為に男性にとって重要であることを示しています。

男性の約半数は肌悩みを持たないと答えました。しかしながら、実際の計測結果から考えると、多くの男性が、なんらかの肌トラブルを抱えていると考えられます。しかし女性と比べ男性はサンスクリーン剤を日常的に使う習慣が無く、ヒゲ剃り後のスキンケアを含む基礎化粧品の使用率が低く、全体的にスキンケア意識が乏しいのが実情です。今回の結果から、男性の方にもスキンケアの重要性をさらに認識していただくことが必要であることがわかりました。

マンダムは、今後も、最も男性の肌を理解し研究している会社であり続け、男性の肌トラブルや悩みを解決する新しいスキンケア商品を提案していきたいと考えています。