

20代・30代の敏感肌アラサー女子に聞く、「敏感肌白書 vol.3」

春は、花粉やストレス、寒暖差… 月替わりの原因に肌が荒れやすい**ゆらぎ肌**の季節

敏感肌アラサー女子の47%が 春のスキンケアを買い足し

春のゆらぎ肌対策のための買い足し費用は4,071円

敏感肌のための低刺激性スキンケア「コラージュリペア」シリーズを展開する、持田製薬グループの持田ヘルスケア株式会社（本社：東京都新宿区、社長：秋田 伸二）では、全国の20代・30代の敏感肌のアラサー女子を対象とした調査レポート「敏感肌白書」を2019年7月より発行しています。第3号となる今回は「春」をテーマに、敏感肌アラサー女子たちの春の肌悩みについてレポートします。主な調査結果は以下の通りです。

「敏感肌白書 vol.3」サマリー

★敏感肌アラサー女子の春は、1年でいちばん肌がゆらぐ憂鬱な季節

- ・ 良い肌状態を保つのが難しい「ゆらぎ肌」、1年で肌のゆらぎを感じるのは「3月」「4月」がトップ2
- ・ 春（3～5月）に肌が最もゆらぐ「春ゆらぎ派」が4割。「冬ゆらぎ派」（35.0%）を上回る。

★花粉だけじゃない… 春のゆらぎ肌は月替わりに原因が発生！？

- ・ 春のゆらぎ肌の症状は、冬から続く「カサつき」と、春になると増える「かゆみ」。
- ・ 原因のトップは「花粉」だが、季節の変わり目の「寒暖差」や新生活の「ストレス」、「紫外線」などあれこれ複雑。

★敏感肌女性の半数が春にスキンケアを変えた経験あり！

- ・ ゆらぎやすい季節だから春のスキンケアは「重要」、46.6%がスキンケアの買い足しやブランド変更を実践。
- ・ 春のスキンケアにかかる費用は総額6,943円、うち春用の買い足し費用は4,071円とゆらぎ肌対策費が6割を占める。
- ・ 「春ゆらぎ派」のスキンケア費用は7,691円（+748円）、春用の買い足し費用は4,441円（+370円）と平均よりやや高め。

★「先回りケア」を習慣化する敏感肌女性は、肌満足度が高め

- ・ 毎月のスキンケアで、年間10カ月以上先回りケアを実践する「H層」は敏感肌女性の4人に1人（25.6%）。
- ・ 先回りケアH層は「自分の肌状態に満足」する割合も高め。

調査概要

■実施時期：2020年1月28日（火）～ 1月29日（水） ■調査方法：インターネット調査 ■調査対象：敏感肌症状のある全国の20代・30代の女性500人

敏感肌アラサー女子にとっての「春」

★敏感肌アラサー女子の42%が春がいちばん肌がゆらぐ“春ゆらぎ派” 敏感肌アラサー女子にとって、つらい季節が到来

20代・30代の敏感肌症状がある女性500人を対象に、春(3~5月)の肌状態について調査を行いました。

良い肌状態に保つのが難しい状態を「ゆらぎ肌」と呼びます。1年の中でゆらぎ肌を感じる月を聞くと、「3月」(57.6%)や「4月」(55.8%)と回答した人が半数を超え、トップ2となっています【図1】。

また、最もゆらぎ肌を感じる月を一つだけ選んでもらった結果、3~5月の「春」(42.4%)が最も高くなっており、12~2月の「冬」(35.0%)を上回っています【図2】。

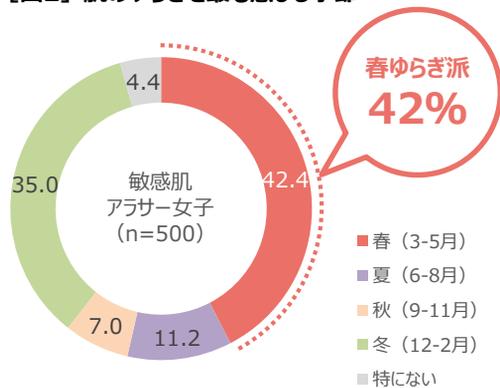
そんな不安定なゆらぎ肌に悩む季節、春のスキンケアは大切かと聞くと、83.2%が「重要だと思う」と答えています【図3】。

敏感肌のアラサー女子にとって、春は1年の中で最もゆらぎ肌を痛感する悩ましい季節となっているようです。

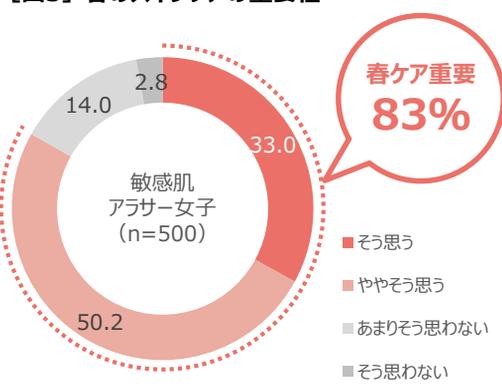
【図1】肌のゆらぎを感じる月(複数回答)



【図2】肌のゆらぎを最も感じる季節



【図3】春のスキンケアの重要性



春は
1年でいちばん
肌がゆらぐ…

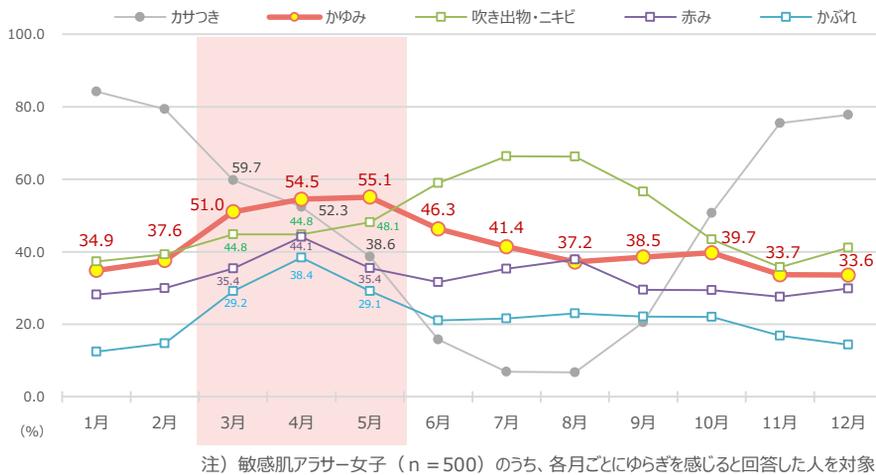


敏感肌アラサー女子の、春のゆらぎ肌の症状と原因

★春のゆらぎ肌、いちばん悩ましい症状は「かゆみ」

では、肌のゆらぎを感じる時期にどんな症状が出るのか聞いてみました。かゆみや赤み、カサつきなど11の症状を挙げたところ、当てはまる症状が5割以上と多いのが、3月は「カサつき」(59.7%)「かゆみ」(51.0%)、4月は「かゆみ」(54.5%)、「カサつき」(52.3%)、5月は「かゆみ」(55.1%)でした。これらの月別の推移を見ると [図4] のようになり、冬にピークを迎えた「カサつき」と、これから増えてくる「かゆみ」が交差する、カサカサとかゆかゆのつらい肌状態になっています。

【図4】 ゆらぎを感じる時期に出る肌の症状



●月別のゆらぎ肌の症状

3月 (n=288)

- 1位: カサつき (59.7%)
- 2位: かゆみがある (51.0%)
- 3位: 吹き出物やニキビ (44.8%)
- 4位: 赤みがでる、赤くなる (35.4%)
- 5位: かぶれやすくなる (29.2%)

4月 (n=279)

- 1位: かゆみがある (54.5%)
- 2位: カサつき (52.3%)
- 3位: 吹き出物やニキビ (44.8%)
- 4位: 赤みがでる、赤くなる (44.1%)
- 5位: かぶれやすくなる (38.4%)

5月 (n=158)

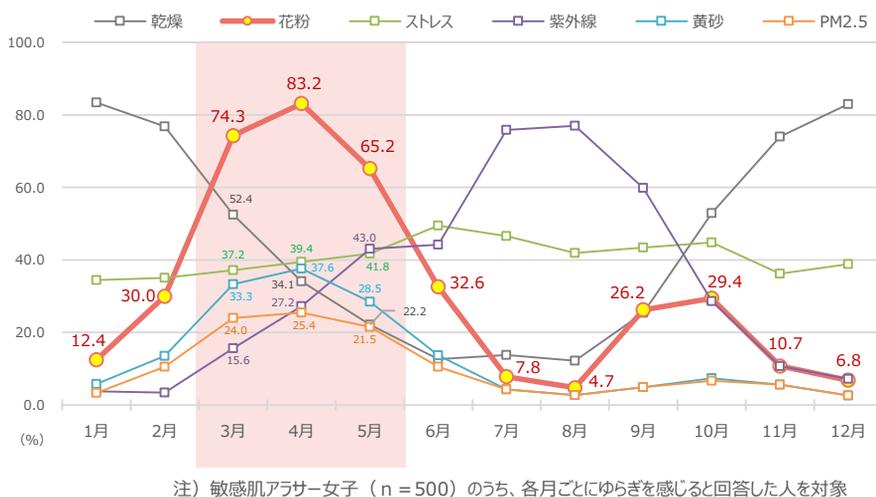
- 1位: かゆみがある (55.1%)
- 2位: 吹き出物やニキビ (48.1%)
- 3位: カサつき (38.6%)
- 4位: 赤みがでる、赤くなる (35.4%)
- 5位: かぶれやすくなる (29.1%)

★原因は花粉だけじゃない?!

春のゆらぎ肌の原因は月ごとに入れ替わる?

次に、肌のゆらぎ症状が出る原因は何だと思うかと聞くと、各月とも「花粉」がトップでした。しかし、まだ寒さの残る3月は「乾燥」や「寒暖差」、新生活でなにかと大変な4月は「ストレス」「体の疲れ」に加えて大陸からの「黄砂」、GWの5月には「紫外線」と、花粉だけではなくさまざまな要因が入り混じっています [図5]。春は、花粉に加え、これらさまざまな要因が短いサイクルで入れ替わることから、肌のゆらぎをより複雑にしているようです。

【図5】 肌のゆらぎを感じる原因



●月別のゆらぎ肌の原因

3月 (n=288)

- 1位: 花粉 (74.3%)
- 2位: 乾燥 (52.4%)
- 3位: 寒暖差 (気温や湿度の変化) (42.0%)
- 4位: ストレス (37.2%)
- 5位: 体の疲れ (35.8%)

4月 (n=279)

- 1位: 花粉 (83.2%)
- 2位: ストレス (39.4%)
- 3位: 黄砂 (37.6%)
- 4位: 寒暖差 (気温や湿度の変化) (36.9%)
- 5位: 体の疲れ (35.5%)

5月 (n=158)

- 1位: 花粉 (65.2%)
- 2位: 紫外線 (43.0%)
- 3位: ストレス (41.8%)
- 4位: 体の疲れ (40.5%)
- 5位: 生理 (30.4%)

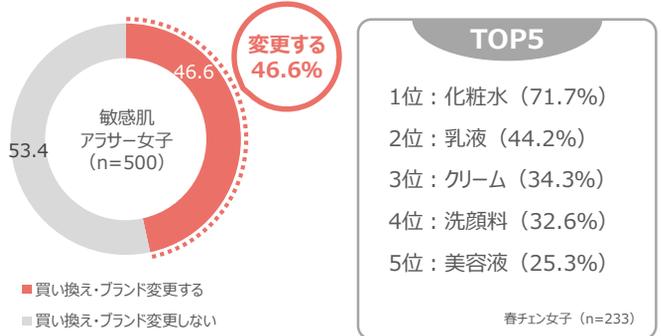
敏感肌アラサー女子の、春のスキンケア

★敏感肌アラサー女子の半数が、春用にスキンケアをチェンジ！

敏感肌アラサー女子に、春用にスキンケア用品を買い足したり、別のブランドに買い替えたりするかを聞いてみました。すると、全体の46.6%が「買い足しやブランド変更する」と答えています。

この春用にスキンケアを変更すると答えた「春チェン女子」233人にそのアイテムを聞くと、「化粧水」(71.7%)、「乳液」(44.2%)、「クリーム」(34.3%)の順でした [図6]。

[図6] 春用スキンケアの買い足し・ブランド変更



★春のスキンケア費用は平均6,943円

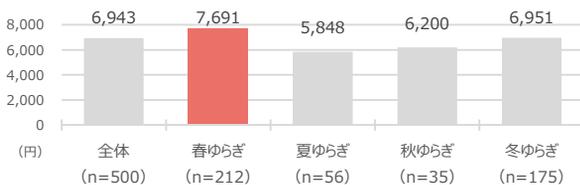
うち、春のゆらぎ肌対策費は平均4,071円

春 (3月～5月の3カ月間) のスキンケアにどれぐらい費用をかけているのか聞くと、敏感肌アラサー女子の春のスキンケア費用の総額 (①) は平均で6,943円となり、春用に買い足すスキンケア費用 (②) は4,071円となりました [図7]。春のスキンケア費用の約6割 (58.6%) が、春用に買い足したり変更したりするスキンケアに充てられている計算になります。この結果を [図2] の肌のゆらぎを最も感じる季節は「春」と答えた春ゆらぎ派 (212人) で見ると、春のスキンケア費用は平均で7,691円 (平均+748円)、春用に買い足すスキンケア費用は4,441円 (平均+370円) となりました。

春に最も肌がゆらぐ春ゆらぎ派の女性は、春のスキンケアにかかる費用も最も高くなっています。いつものスキンケアでこのトラブルを何とかしたい！そんな願いが金額に反映されているようです。

[図7] 春のスキンケア費用

①春のスキンケア費用の総額



②春用に買い足すスキンケア費用



敏感肌コラム：敏感肌アラサー女子の「先回りケア」の実態

肌トラブルが起こる前に対策する「先回りケア」

習慣化できている敏感肌アラサー女子は4人に1人。習慣化することで、肌満足度も高くなる傾向に

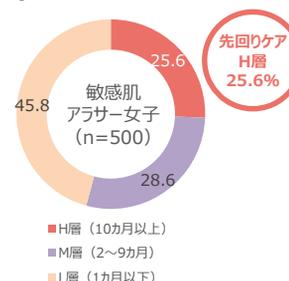
「先回りケア」とは、肌トラブルが起きる前にケアするお手入れのことです。

毎月行っているスキンケアについて、先回りケアを1年のうち10カ月以上実践する「H層」が25.6%、2カ月～9カ月実践する「M層」が28.6%、先回りケアを1カ月以下しかしない「L層」が45.8%でした。

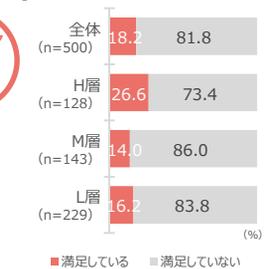
先回りケア実践度別のスキンケア意識は、H層は「自分の肌状態に満足」(26.6%)する割合が平均 (18.2%) より高く、M層 (14.0%) と比べると満足度はほぼ倍となり、先回りケアを習慣化することで肌満足度が高くなる傾向があることがわかります。

先回りケア実践度別スキンケア意識

Q.ふだんのスキンケアの方法は？



Q.自分の肌状態に満足している？



今回の調査では、敏感肌のアラサー女性の多くが、1年の中で春に最もゆらぎ肌に悩まされていることがわかりました。春は「花粉」をはじめとするさまざまな肌トラブルの要因が短いサイクルで次々に押し寄せ、複雑に絡み合っていることがその要因となっているようです。持田製薬グループの持田ヘルスケア株式会社から発売されている「コラージュリペア」は、敏感肌のための低刺激性スキンケアシリーズです。敏感肌のためのスキンケア用品を選ぶことで、ゆらぎ肌の春を快適に過ごしましょう。

★「コラージュリペア」の新アンサー！敏感肌マネジメント※1

常にストレスや環境変化にさらされている肌は、うるおいを保つための肌バリア機能が低下し、敏感肌の原因となる肌あれや乾燥などのトラブルを繰り返しがちです。「コラージュリペア」は、肌バリア機能の保持に着目したスキンケアシリーズです。新たに“敏感肌マネジメント※1”を提案、肌あれ防止成分と肌バリア機能に大切なうるおい成分で敏感・乾燥にアプローチする「先回りケア※2」と、先回りケアの継続で肌バリア機能をサポートする「習慣ケア※3」により、ゆるがない肌を目指します。

※1 敏感肌・乾燥肌の日常的な肌のお手入れ

※2 毎日のお手入れによって肌あれや乾燥を防ぐこと（医薬部外品のみ）

※3 朝晩など習慣的に行う肌のお手入れのこと

濃密なきめ細やかな泡で肌をやさしく洗う石鹸と、敏感肌のための薬用保湿化粧水で

春のゆらぎ肌の先回りケアを

洗顔からスキンケアをチェンジ！



肌に必要なうるおいは残しながら、汗や皮脂をきちんと落とします。うるおい成分配合でつっぱり感はおさえ、洗い上がりはさっぱり肌なめらか。

コラージュリペアソープ

100g 1,000円（税抜） メーカー希望小売価格

化粧品

うるおい成分：グリセリルグルコシド

角質層までしっかり浸透し、乾燥してかさつきがちな肌をみずみずしくうるおった肌に導きます。

コラージュリペアローションR（しっとり）／コラージュリペアローションRR（ともしっとり）

各150mL 2,700円（税抜） メーカー希望小売価格

医薬部外品

乾燥による小じわを目立たなくします（効能評価試験済み）