

<11月19日は「いい息の日」>

4人に1人が一日の歯みがき回数「1回」のみ

口の悩みの47.0%が「臭い」

家族など親しい相手の口臭は半数以上が「積極的に指摘」

今年も、クリスマス、忘年会、新年会など、何かと人と接する機会が多くなる時期を迎えます。そうした時にどうしても気になるが「口の臭い」。11月19日の「いい息の日」を機に、ご自分の口の臭いを見直してみてもいいですか？

自然派の歯みがき粉「薩摩刀豆 なたため歯みがき」を販売している、有限会社マイケア（東京都新宿区／代表者 前野沢郎 <http://www.mycare.co.jp>）は、2013年10月17日(木)～21日(火)、関東・関西在住の40歳以上の男女870人を対象に、「口臭に関する調査」（インターネット調査）を実施しました。

本調査によると、「1日の歯磨き回数」を「2回」と回答する人が最も多く、全体の約半数の47.6%を占める結果となりました。次いで「3回」が23.9%。ただし、「1回」と回答した人も2位の「3回」とほぼ同数の23.7%にも及ぶことが分かりました。男性150人・女性56人（対象者4人中1人）が、1日1回しか歯を磨いていません。

「口周り」のトラブルで悩んでいる人は全体の2割強（23.2%）。具体的な悩みについては「口臭がある／気になる」とする人が最も多く、その内の47.0%でした。悩みを自覚したのは、「40代」と回答する人が最も多く35.1%、「30代」が24.3%、「50代」が18.3%と続きます。しかし、全体の約2割の人は、10代、20代から既に悩み始めていたことも明らかになりました。

また、口臭を自覚してから、全体の約7割（69.8%）が「意識や行動に変化があった」と答えています。それらの具体的な例としては「人と近づいて話すのを控えるようになった」（14.9%）、「歯みがきを徹底するようになった」（12.1%）という行動を挙げている人が目立ちました。

なお、自分の口臭に対し、約半数（47.5%）が「人から指摘を受けたことがある」と回答。性・年代別では、男性55歳以上が最も多く、63.0%でした。「自分の口臭を指摘した人」は、「配偶者」（50.0%）が最も多く、次いで「家族／親族」（32.3%）、自分にとって非常に身近な人物からの指摘が圧倒的に多いことが分かります。一方、「恋人」から指摘を受けた人はわずか4.2%にとどまっています。

一方で、「人の口臭を指摘したことがあるか」については、全体の 80.2%が「ない」と回答。約半数が「人から指摘を受け」ながら、「人に対して指摘をしたことがある」人は 2 割弱という、対照的な結果となりました。男女別に見ると、指摘したことがある「男性」が 12.1%であるのに対し、「女性」は 27.3%と、男女の差が大きく開いていることも分かります。

さらに、口臭を感じた相手が「親しい間柄」（家族・友人・恋人等）の場合、全体の半数以上である 54.3%が「言葉で伝える」という積極的な行動を取っています。しかし、相手が「それほど親しくない」場合は、「息を吸わないようにする」（28.3%）、「何もしない」（19.2%）、「距離を置く／逃げる」（13.1%）など、多くの人が消極的な行動を取ることが明らかになりました。

普段口臭ケアを行っている場所は、「自宅」とする人が大半（79.6%）を占めています。自宅ケアの内容は「オーラルケア商品の使用」がトップで 34.6%。次いで「歯みがきの徹底」で 31.5%でした。

「ハミガキ」を選ぶ際に重視するポイントでは、「健康を保つ効果」を挙げる人が最も多いながら（27.8%）、「値段の安さ」を挙げた人も（23.4%/2位）存在しています。

※「薩摩刀豆 なたまめ歯みがき」とは

古来、中国では不思議な力をもつ豆として親しまれてきた「なたまめ」。その有用成分「カナバニン」は体に溜まった老廃物をすっきりさせると言われています。

このなたまめ独自の成分を使用した「薩摩刀豆 なたまめ歯みがき」は、市販の歯磨き粉や口臭用のガムなどでは根本的な解決が難しいとされる、厄介な口臭をぬぐい去る働きが期待されています。

また、一般的に使用されることが多い合成界面活性剤を一切使用していないため、体にも環境にもやさしい、自然派の歯みがきです。



本調査結果の概要は、以下の通りです。

【本件に関するお問い合わせ先】

有限会社マイケア 企画広報部 麦島

<http://www.mycare.co.jp/>

TEL. 03-3513-0080

Email: info@mycare.co.jp

【調査概要】

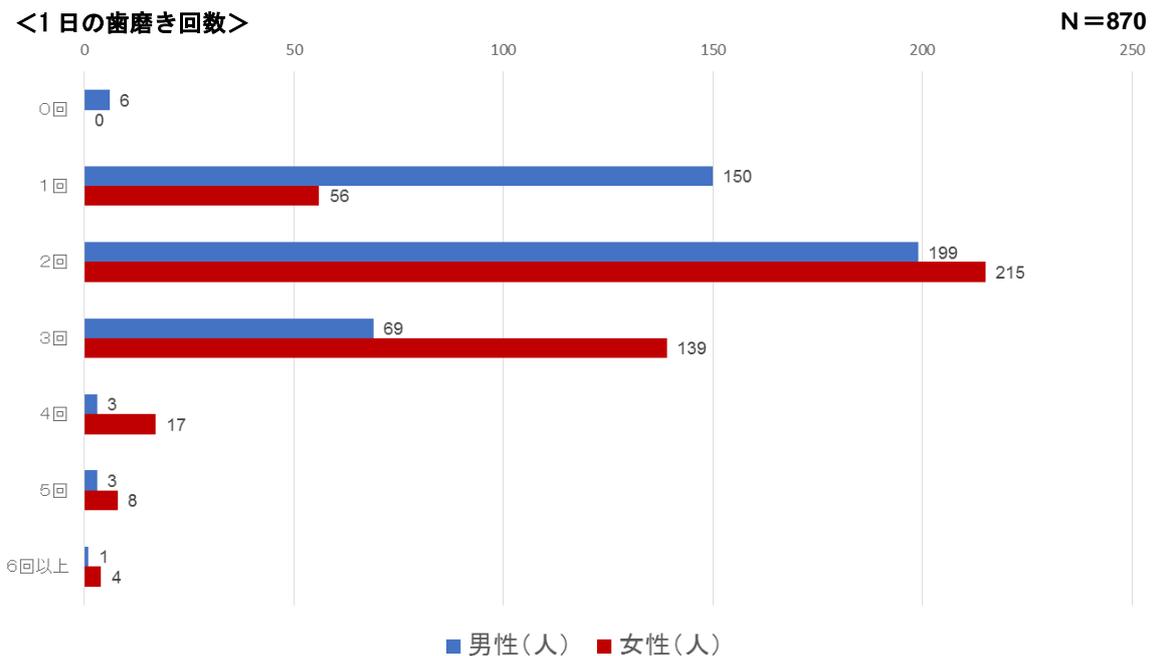
調査対象：関東・関西在住の40歳以上の男女870人

調査タイトル：「口臭に関する調査」

調査方法：インターネット調査

調査期間：2013年10月17日(木)～21日(火)

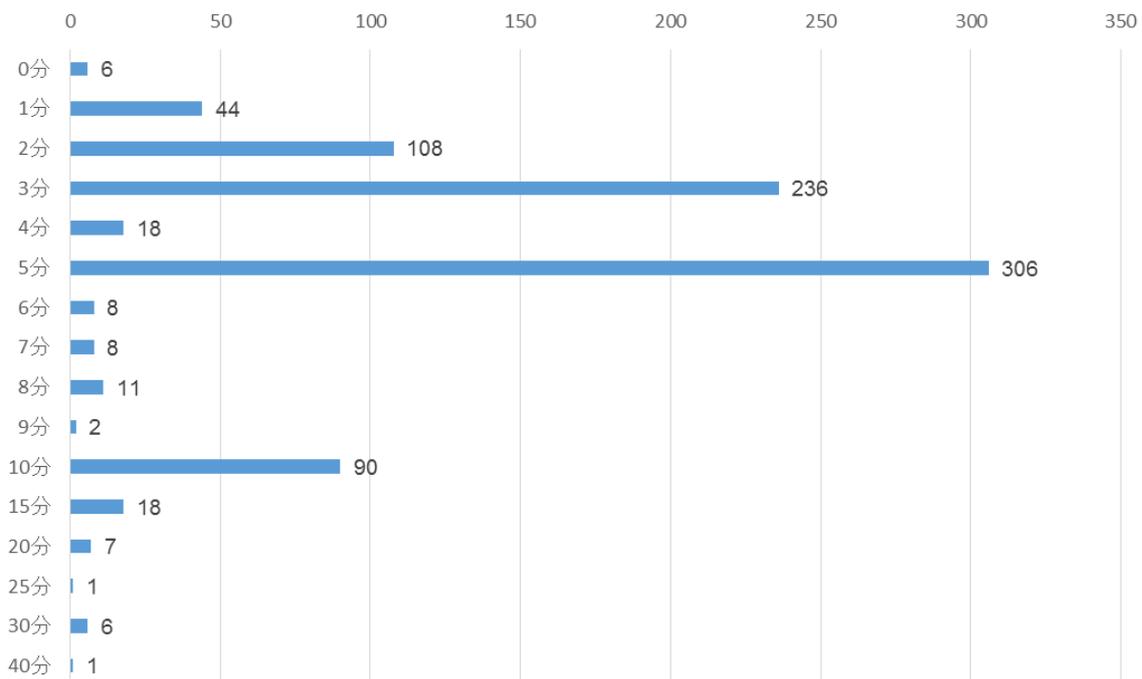
■あなたの1日の歯磨き回数と、1回の歯磨きにかかるおおよその時間を教えてください。



	男性(人)	女性(人)	合計(人)	%
0回	6	0	6	0.7%
1回	150	56	206	23.7%
2回	199	215	414	47.6%
3回	69	139	208	23.9%
4回	3	17	20	2.3%
5回	3	8	11	1.3%
6回以上	1	4	5	0.6%
	431	439	870	100.0%

- 全対象者対象の1日の平均値は、「回数:2.11回/時間:4.98分」であった。
- 食事の回数から推察すると、朝・晩は磨くが、昼食後は磨かない人が多いことが推測される。また、その観点では、毎食後に磨いているものと推測される3回/日の人は208人(23.9%)。
- 歯みがき回数が増えるにつれ、女性の割合が高くなる傾向にある。
- 1日4回以上磨く人は36人(4.2%)。その一方で1日1回も歯を磨かない人が6人(0.7%)。

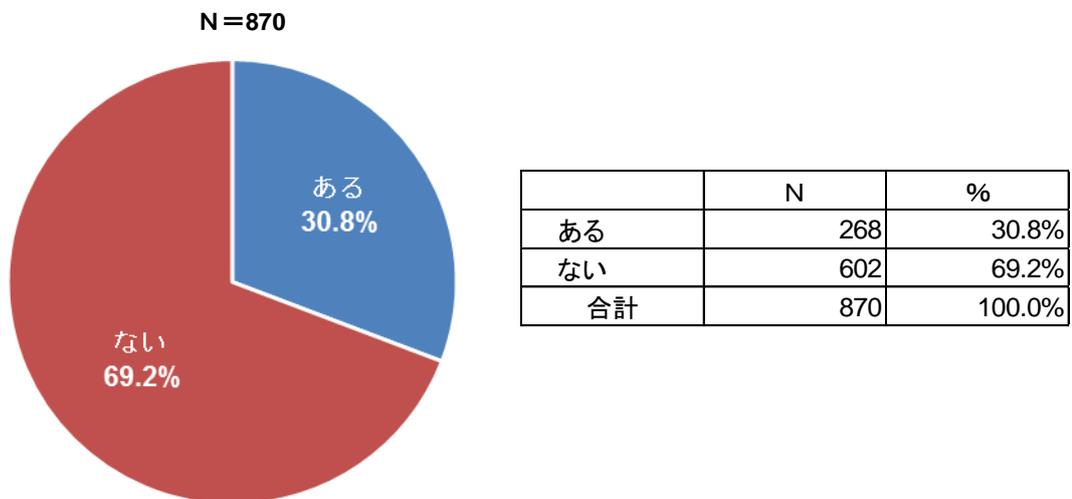
<1回の歯磨き時間>



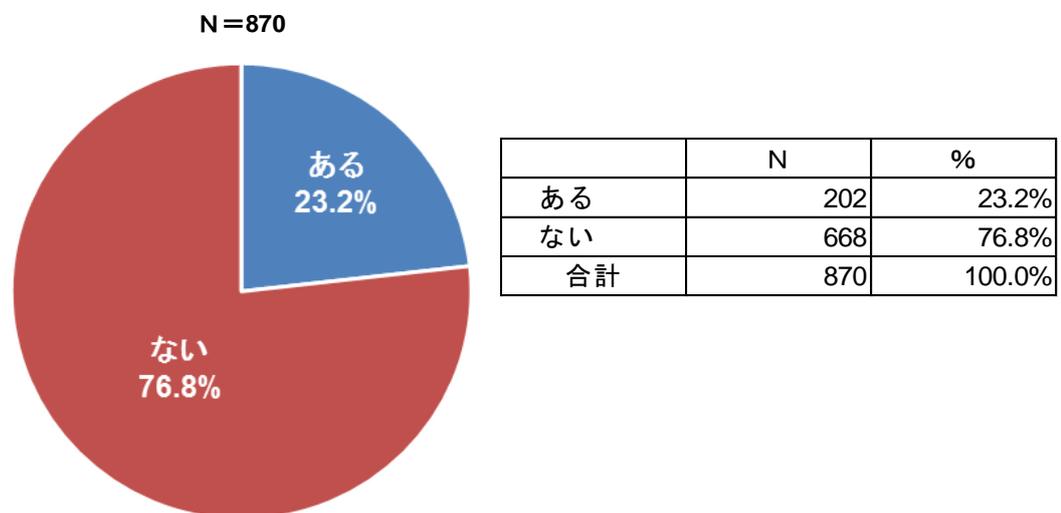
	N	%
0分	6	0.7%
1分	44	5.1%
2分	108	12.4%
3分	236	27.1%
4分	18	2.1%
5分	306	35.2%
6分	8	0.9%
7分	8	0.9%
8分	11	1.3%
9分	2	0.2%
10分	90	10.3%
15分	18	2.1%
20分	7	0.8%
25分	1	0.1%
30分	6	0.7%
40分	1	0.1%
総計	870	

- 1回の歯磨きにかかる時間の平均は約5分だが、それ以下の1~4分の人、約半数の406人(46.7%)もいる(0回の人を除く)。
- 1回に10分以上かける人は、全体の1割強の123人(14.1%)。

■ 日常的に、口臭予防として気を付けていることはありますか。



■ 口臭について悩んでいることはありますか。

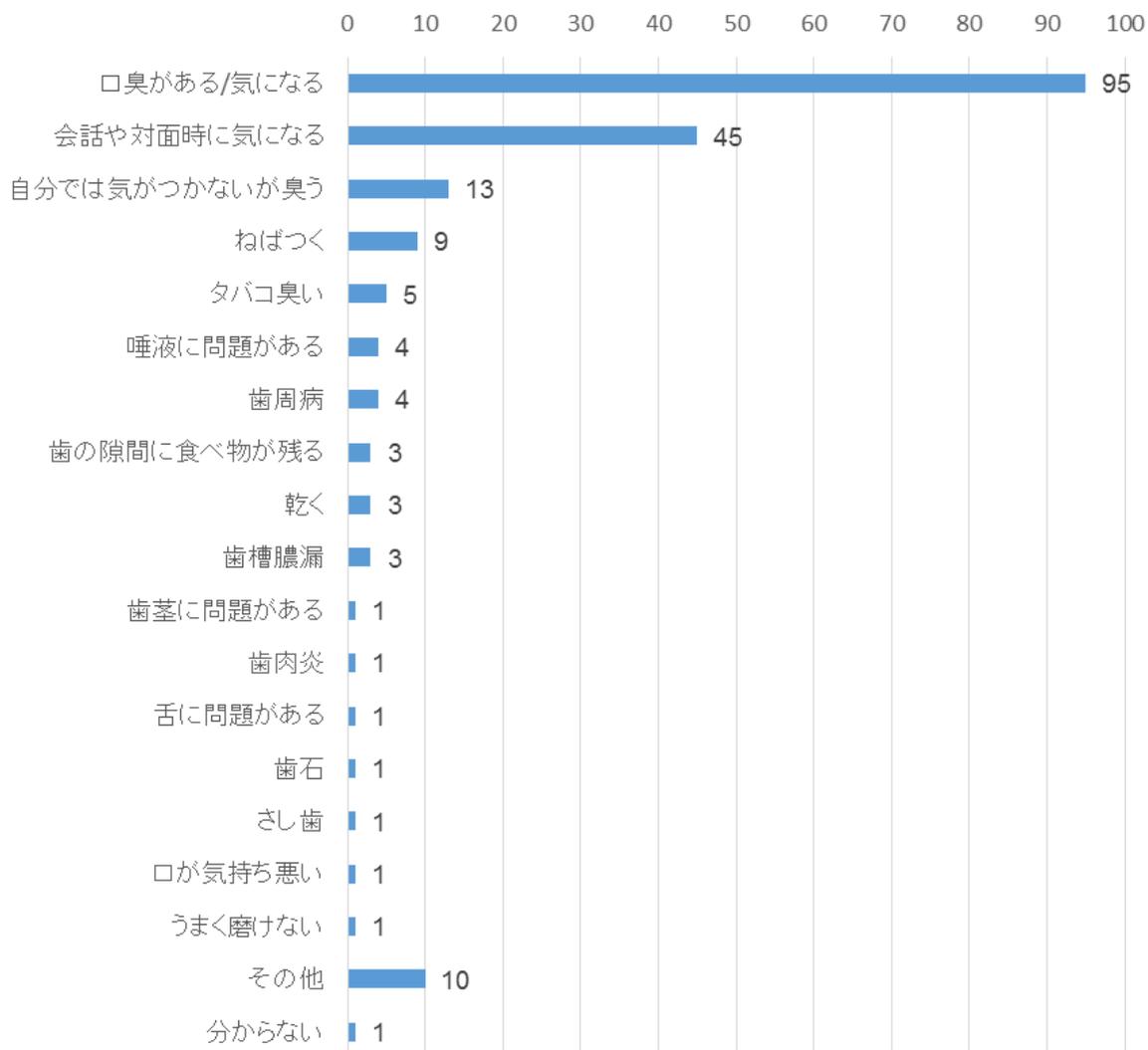


- 口臭に関して悩みをもつ人は、全体の約2割強(202人/23.2%)。
- 両データと単純に比較すると、現状では口臭に関して悩みは無いが予防策をとっている人が、約1割弱いるということになる。

■口臭について、普段悩んでいることはどんなことですか。

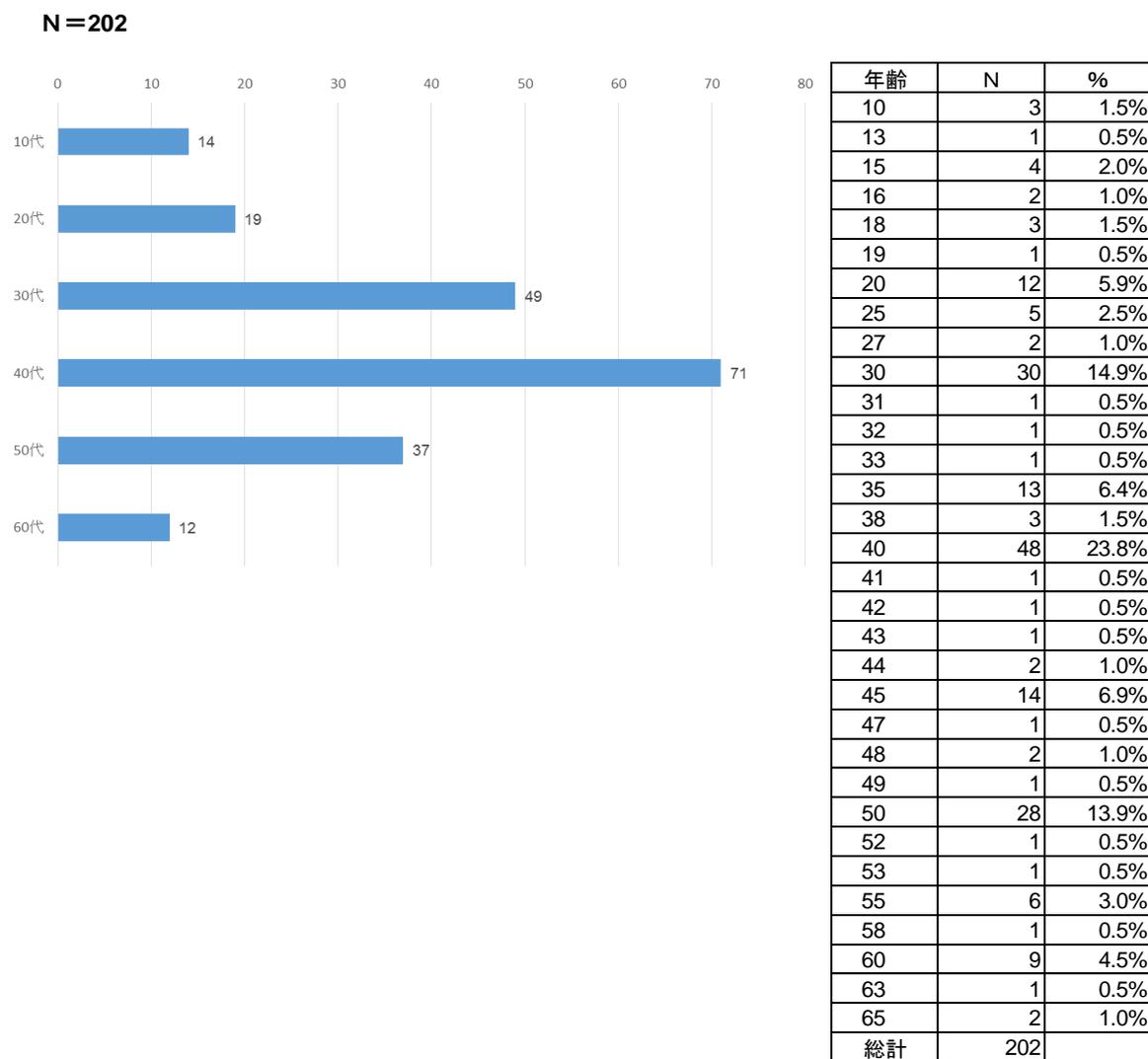
(FA/第1位を定量的に集計)

N=202



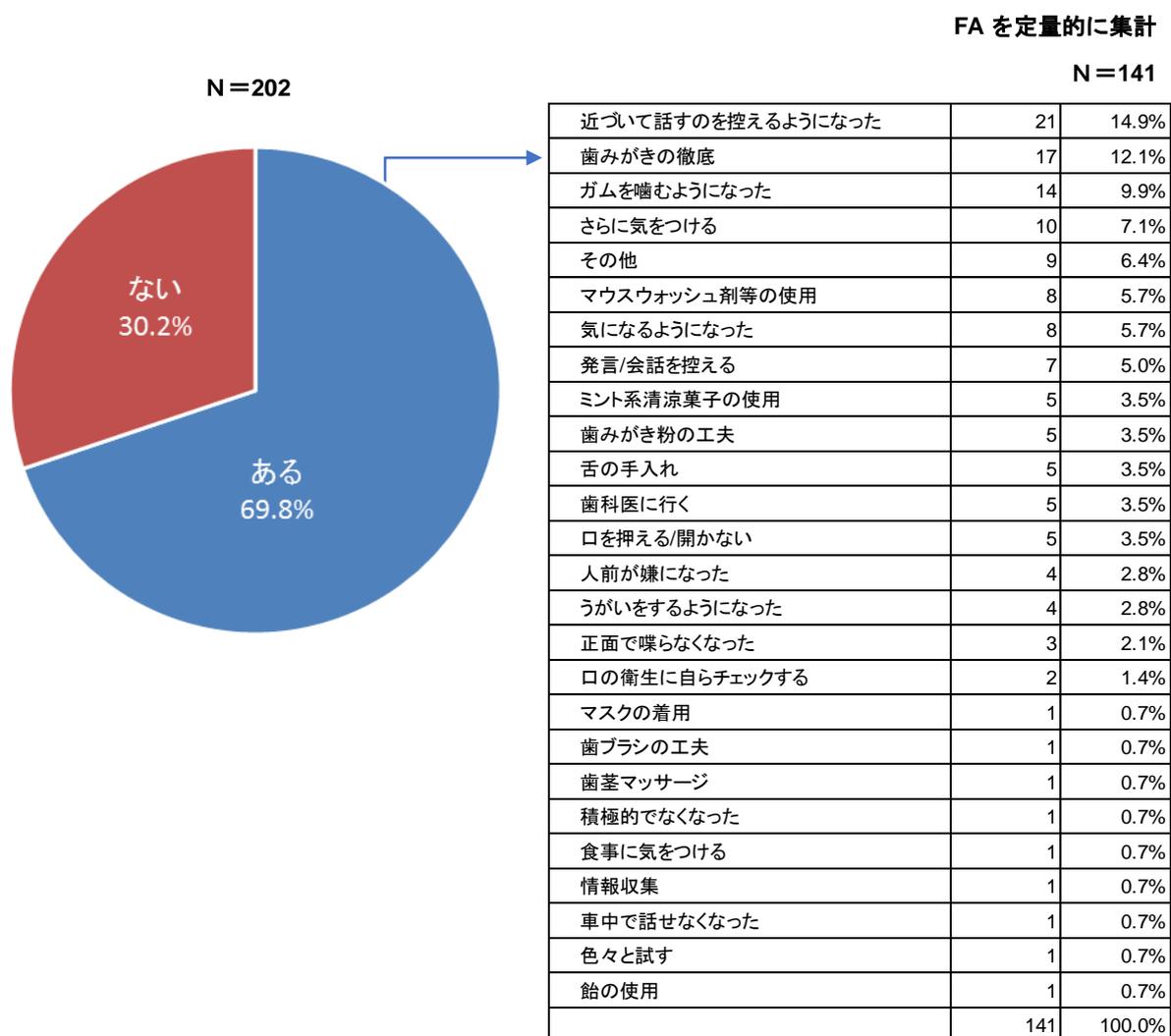
- 口内に関する悩みのトップは「口臭」関連(95人/47.0%)。
- その結果、他人との会話の際に気になる人が2割強存在(45人/22.3%)。
- 本調査データから見る限り、「歯周病」「歯槽膿漏」といった、比較的重い症状の口腔内の病気を意識している人は少ない。

■口臭における悩みについて、何歳くらいから悩んでいますか。



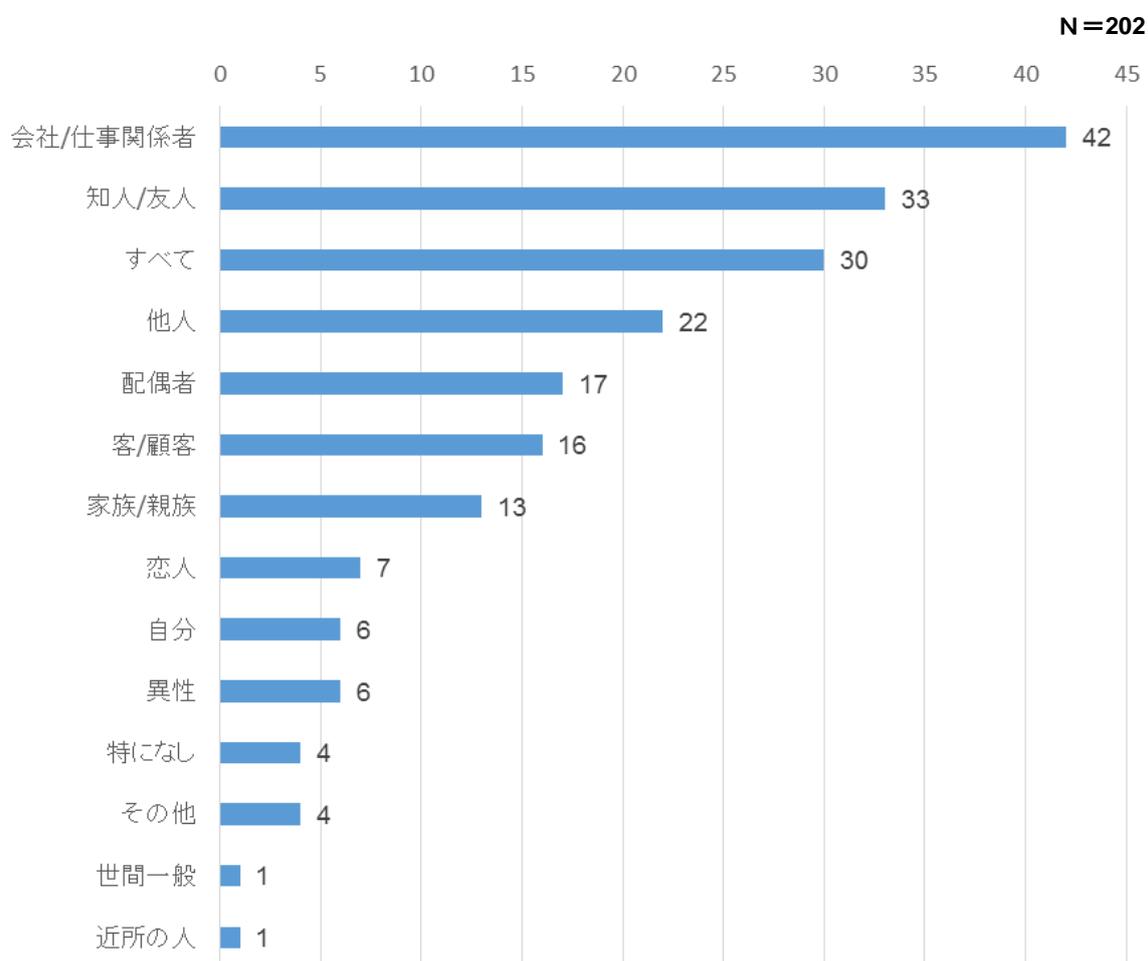
- 各悩みのスタート時期のピークは「40代」で、約4割弱の人がこの時期から悩み始めている(71人/35.1%)。
- ただし、全体の約2割は20代以前から悩み始めている(33人/16.3%)。

■自分の口臭を自覚してから、心境や行動に変化はありましたか。



- 自分の口臭を自覚してから、約7割の人の意識や行動が変化している(141人/69.8%)。
- 変化してとるようになった行動・意識のトップは、「近づいて話さなくなる」という消極的な内容(21人/14.9%)。
- 一方積極的な行動変化としては、「歯みがきの徹底」(17人/12.1%)。

■ 自分自身の口臭を最も気にするのは、誰の前ですか。



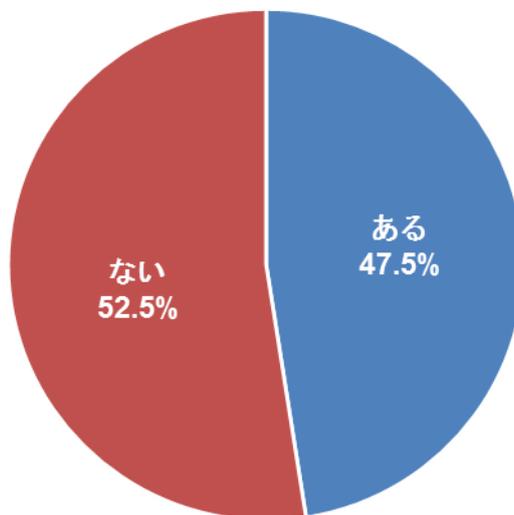
	N	%
会社/仕事関係者	42	20.8%
知人/友人	33	16.3%
すべて	30	14.9%
他人	22	10.9%
配偶者	17	8.4%
客/顧客	16	7.9%
家族/親族	13	6.4%
恋人	7	3.5%
自分	6	3.0%
異性	6	3.0%
特になし	4	2.0%
その他	4	2.0%
世間一般	1	0.5%
近所の人	1	0.5%
	202	100.0%

- 自分自身の口臭を最も気にするのは、「会社/仕事関係者」の前(42人/20.8%)。「客/顧客」の前と回答した人(16人/7.9%)と合わせると約3割の人が仕事関係で最も気にしていることになる。

■ 人から口臭について指摘をされたことがありますか。誰から指摘を受けましたか。

<指摘を受けたことがあるか>

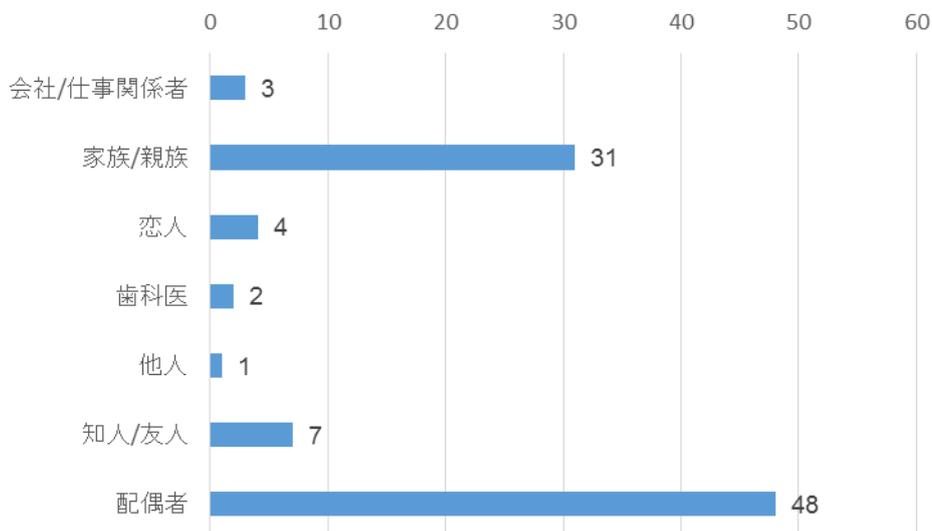
N=202



	N	%
ある	96	47.5%
ない	106	52.5%
合計	202	100.0%

<指摘を受けた相手>

N=96

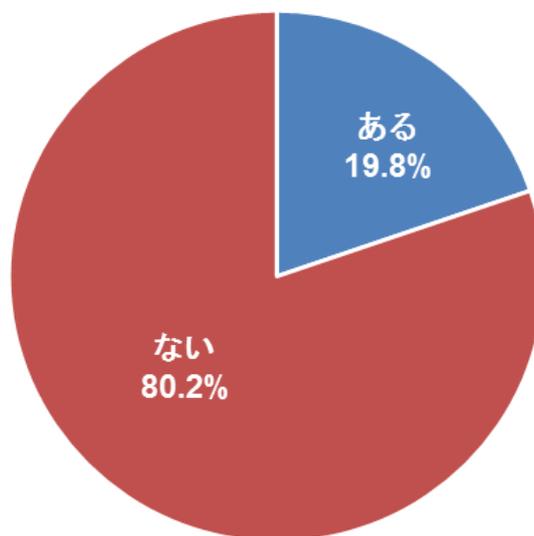


- 自分の口臭を自覚している人の約半数(96 人/47.5%)が、他人から口臭に関しての指摘を受けたことがあると回答。
- 指摘した人では「配偶者」(48 人/50.0%)、「家族/親族」(31 人/32.3%)が多く、「会社/仕事関係者」から指摘された人は圧倒的に少ない(3 人/3.1%)。

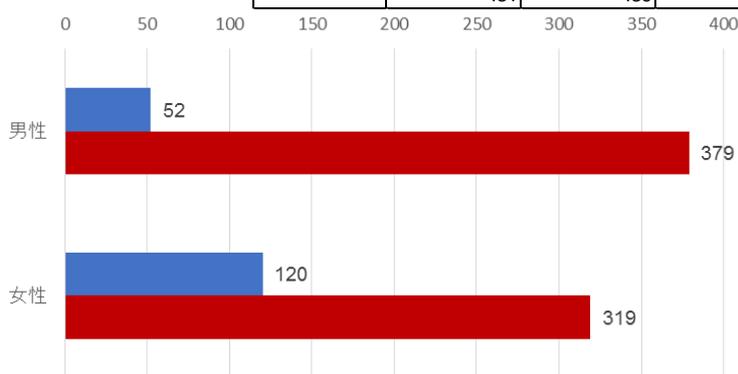
■人の口臭を指摘したことがありますか。あると回答した方は、誰を指摘しましたか。

<指摘をしたことがあるか>

N=870



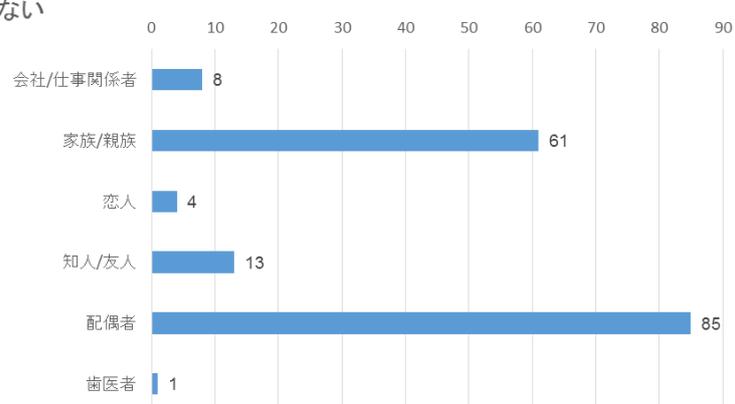
	男性	女性	合計(人)	%
ある	52	120	172	19.8%
ない	379	319	698	80.2%
	431	439	870	100.0%



■ある ■ない

<指摘をした相手>

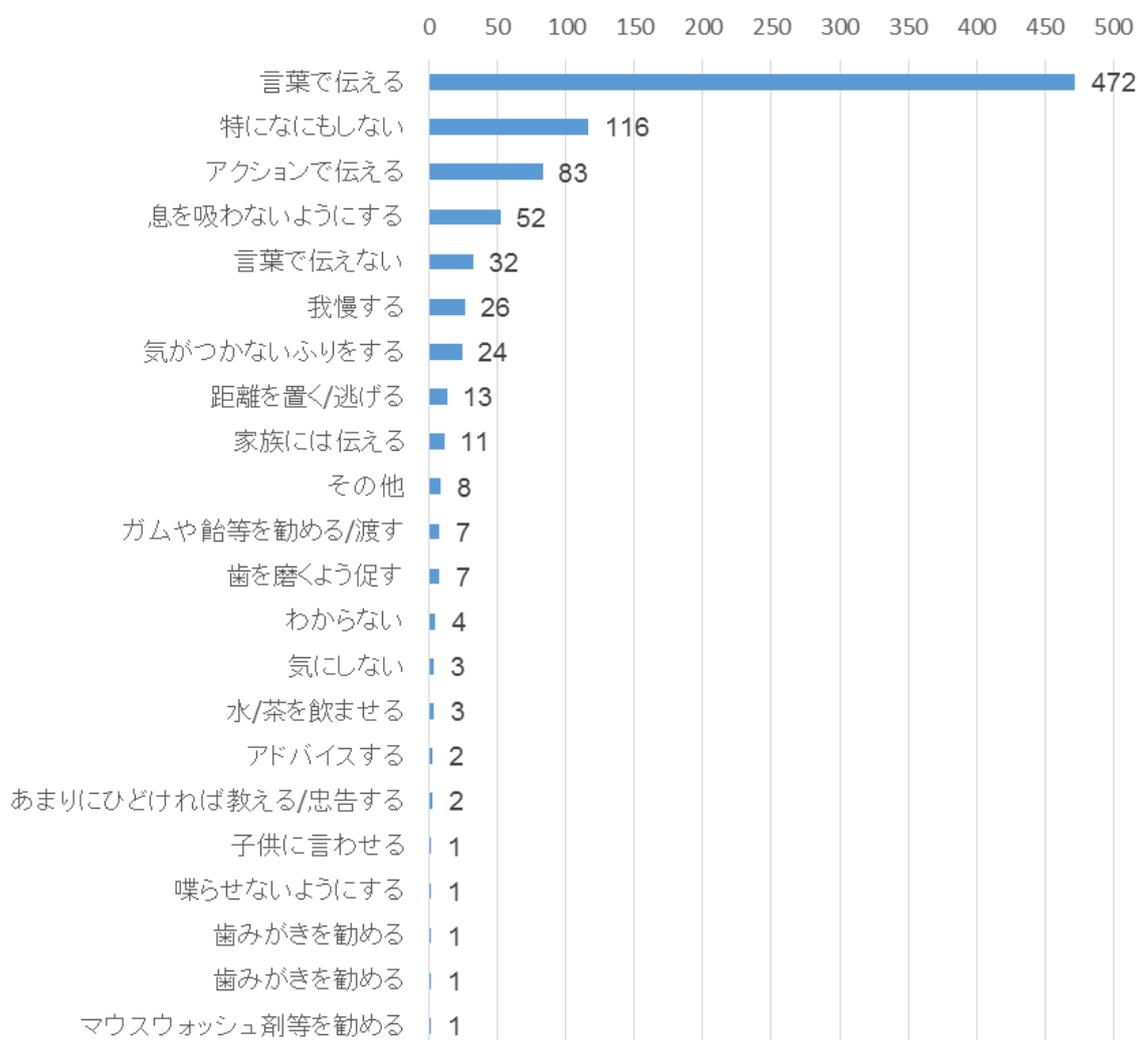
N=172



- 他人の口臭の事を指摘した経験者は、調査対象全体の約2割(172人/19.8%)に過ぎない。
- 指摘した対象は「配偶者」(85人/49.4%)「家族/親族」(61人/35.5%)という身内が圧倒的に多く、「会社/仕事関係者」に指摘したことがある人は、全体の5%にも満たない(8人/4.7%)。
- 男女別に見るとその差は大きく、女性の方が指摘している人が多いことが分かる。

■親しい間柄の口臭を感じたとき、あなたはどんな行動を取りますか。

N=870

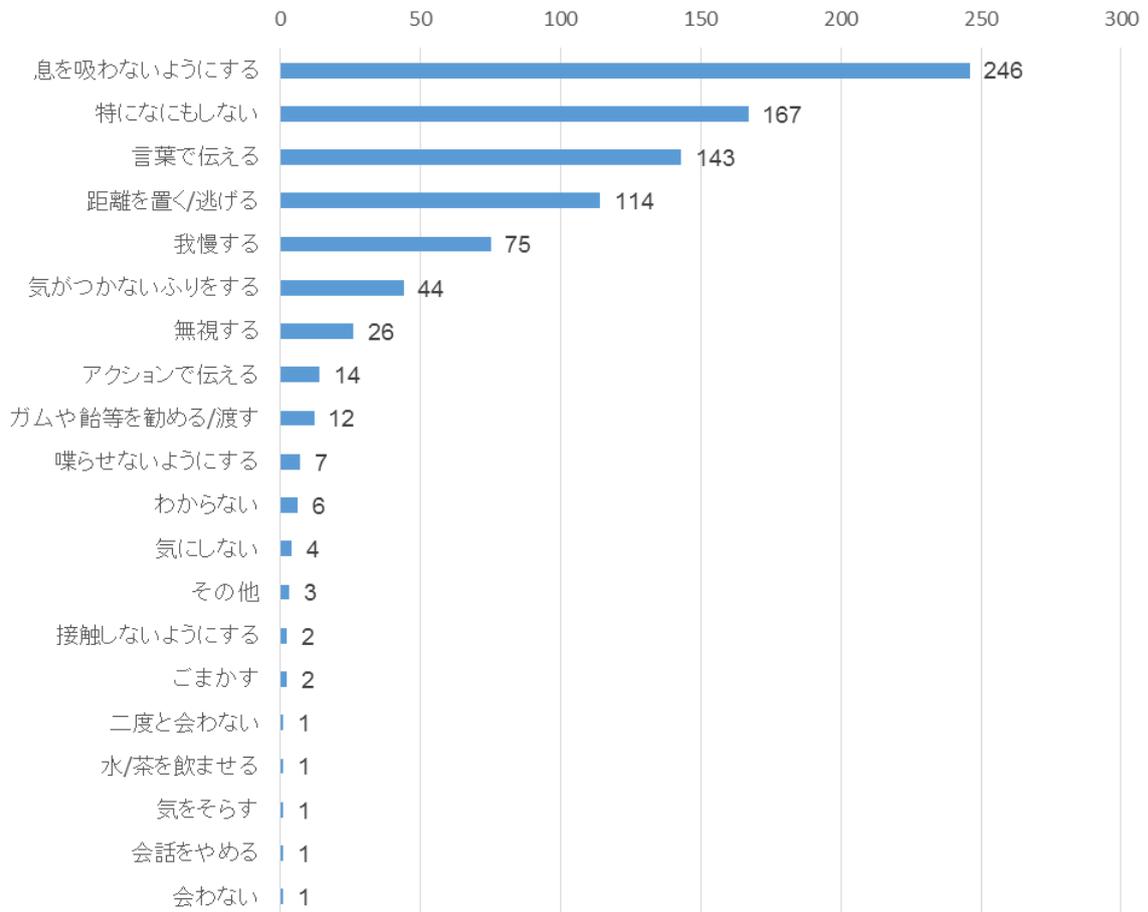


●相手が親しい間柄(家族・友人・恋人等)の場合、調査対象全体の半数強(472人/54.3%)の人が積極的に言葉で伝えると回答。

●ただし、その一方で、「特になにもしない」(116人/13.3%)「息を吸わないようにする」(52人/6.0%)といった消極的な人も約2割存在する。

■相手(あまり親しくない間柄)の口臭を感じたとき、あなたはどんな行動を取りますか。

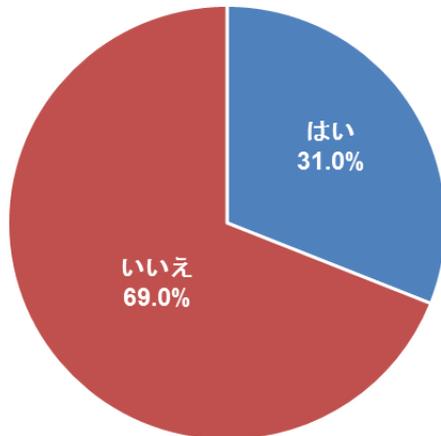
N=870



●相手がそれほど親しい人ではない場合、「息を吸わないようにする」(246 人/28.3%)「特になにもしない」(167 人/19.2%) といった消極的な行動をとる人が多く、「距離を置く/逃げる」(114 人/13.1%)「我慢する」(75 人/8.6%)も含めると、全体の約7割にもものぼる。

■ 普段、口臭の悩みに対してケアを行っていますか。

N=870



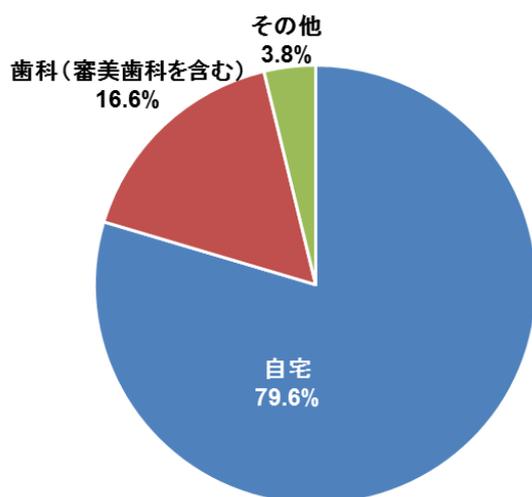
	N	%
はい	270	31.0%
いいえ	600	69.0%
合計	870	100.0%

- 調査対象全体の約3割しか、日頃から口臭に関するケアを行っていない。

■ あなたは普段、口臭ケアをどこで行っていますか。

【MA】

N=319



	N	%
自宅	254	79.6%
歯科(審美歯科を含む)	53	16.6%
その他	12	3.8%
合計	319	100.0%

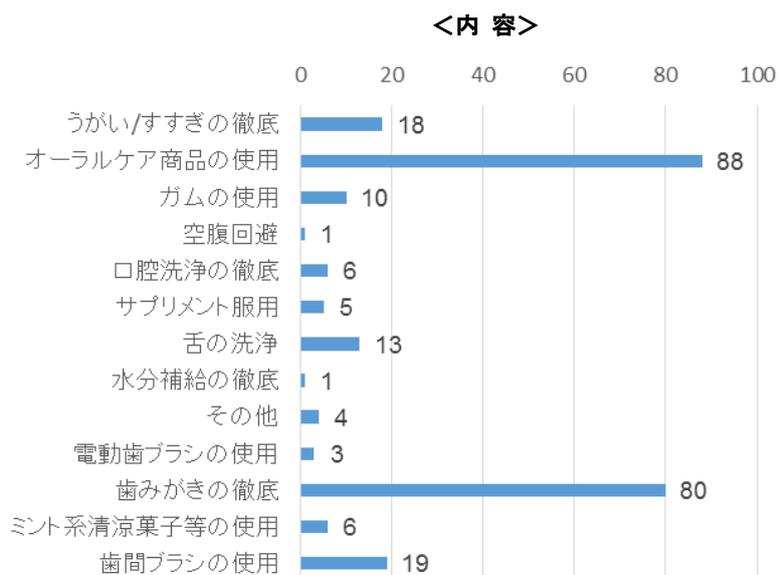
- 口臭ケアは、殆ど自宅で行われている。歯科を利用している人は2割にも満たない(53人/16.6%)。

■ どのような口臭ケアをどの程度の頻度で行っていますか。

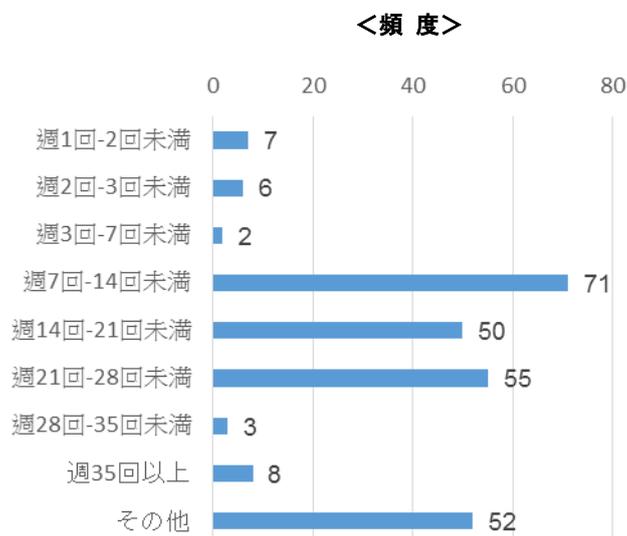
(第1位/自宅)

FA を定量的に集計

N=254



N=254



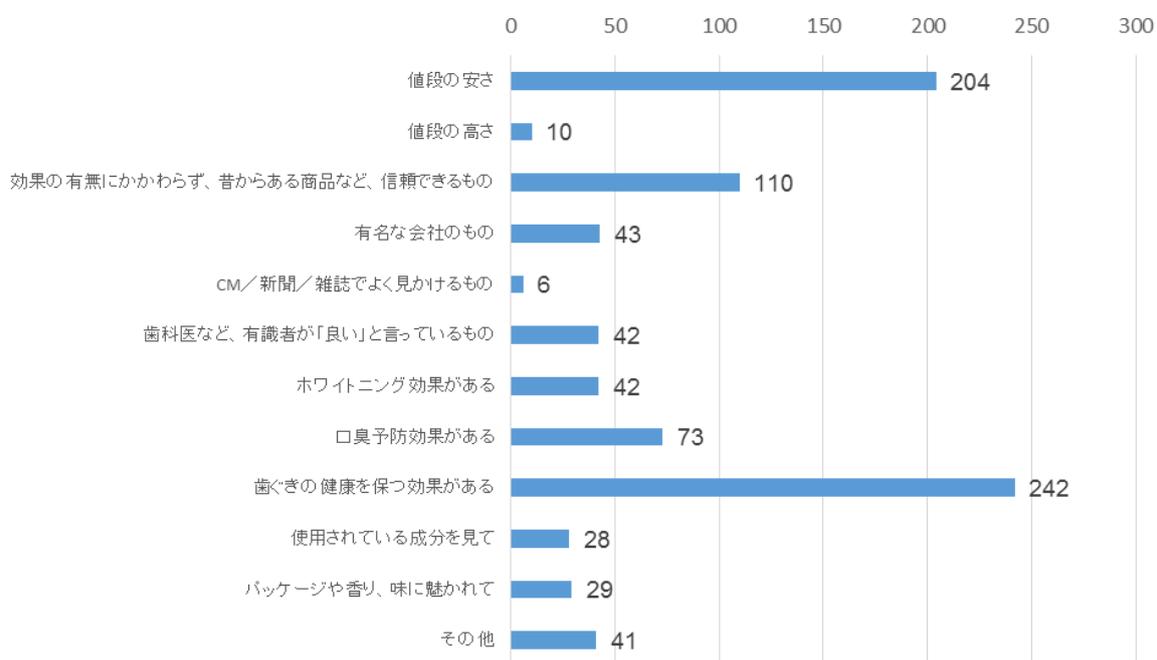
●自宅でのケア実施内容のトップは「オーラルケア商品」の使用(88人/34.6%)。次いで「歯みがきの徹底」(80人/31.5%)。

●頻度に関しては常識的な範囲だが、週35回(1日5回)以上と回答した人も8人いる。

■あなたがハミガキを選ぶ際、重視するポイントを順に教えてください。

(第1位)

N=870



- 商品購入時の重視する項目では、当然のことながら「健康を保つ効果のある」ものがトップ(242人/27.8%)だが、「値段の安さ」をあげる人が次いで多い(204人/23.4%)。
- また、その効果効能云々よりも、昔からある商品を重視する傾向も強い(110人/12.6%)。