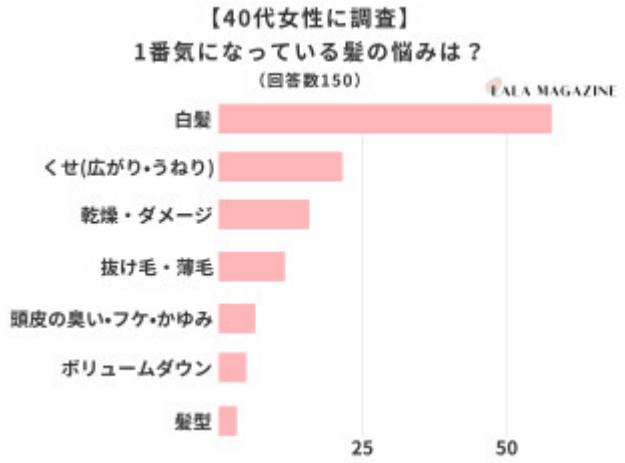
【40代女性に調査】今1番気になっている髪の悩みは？「白髪」が圧倒的1位！



株式会社LALA（本社：京都府京都市、代表取締役：下川直人）が運営する、美容のプロがヘア・メイク・コスメの基礎知識や美容の雑学をわかりやすく解説するメディア「LALA MAGAZINE」は、40代の女性150人に「今1番気になっている髪の悩み」と「1番お金を使っているヘアケアアイテム」についてアンケート調査を実施しました。その結果をサイト内（https://lalahair.co.jp/magazine/hair/40s-hair-troubles/）にて公開しました。

◆調査概要

・調査対象：40代女性
・調査日：2022年4月16日
・調査方法：インターネットによる任意回答
・調査人数：150人

データ・画像を引用される際は、出典元として必ずこちらのURL（https://lalahair.co.jp/magazine/hair/40s-hair-troubles/）をご記載いただきますよう、お願いいたします。

◆調査結果

アンケート調査の結果、40代女性が今1番気になる髪の悩みは「白髪」が1位となりました。
2位に「くせ(広がり・うねり)」、3位に「乾燥・ダメージ(枝毛・切れ毛)」と続き、6位「ボリュームダウン」、７位「髪型」という結果になりました。ランキング形式でご紹介します。

1位.白髪

・白髪染めをしてもすぐに目立ってしまう。かといっておしゃれ染めをしてもきれいにならないので、この先どのように白髪と向き合っていけばいいのか常に悩んでいます。こまめに染めていくしかないのでしょうが、傷みも気になります。トリートメントタイプも試しましたが、手間はあまり変わりませんでした。

・1ヶ月もすると白髪が生えてくるのでとても悩んでいます。美容院に行くのももったいないし、自分で染めるのも上手にできないので悩んでいます。

・美容院で白髪染めをしているのですが、しっかりと染めてもらっても2週間ほどすると根元の白髪が目立ってしまうのが悩みです。

1位は「白髪」のお悩みとなりました。

白髪が増えた、染めてもすぐに目立つ・生えてくるというお悩みが多数寄せられました。みなさん、美容室、自宅での白髪染め、白髪染めトリートメントなどで染めています。

しかし、美容室で白髪染めをしても２週間 1ヶ月ほど経つと白髪がキラキラと目立つようになる、自宅での白髪染めはコストを抑えられる反面、難しい、面倒といった声が。

白髪染めのスパンが短いことで、髪の痛みを懸念したり、経済的にも負担となっているようです。

2位.くせ(広がり・うねり)
・若い頃はほぼ直毛で、クセやうねりが気になることはほとんどなかったんですが、40歳を超えたあたりから軽くブローしても言うことを聞いてくれない毛が出てくるようになり、年齢を重ねるにつれ日増しにクセやうねりが気になるようになっていきました。

・元々凄い癖毛でいつもストレートをかけています。梅雨時や湿気の多い時は広がりやうねりが酷くスタイリングに時間がかかるのが悩みです。

・加齢が進むにつれて、髪のうねりが強くなってきてしまい、髪が乾燥したような、艶がなくなったような状態になってしまいます。また、広がりやすいので、髪をおろせることが少なくなってしまいました。

2位のお悩みは「くせ(広がり・うねり)」。

くせで悩んでいる方は、昔からの場合と年齢を重ねてからの場合があるようです。年齢を重ねてから気になるようになったという方のなかには、艶がなくなった、パサパサするようになったといった声も。

また、くせが出やすい湿気の多い時は髪の扱いに困ることや、くせによってヘアアレンジの幅が

狭まることも悩みどころ。多くの方は、縮毛矯正やストレートパーマで対策をされています。

3位.乾燥・ダメージ(枝毛・切れ毛)
・年齢を重ねるにつれて、髪のダメージが目立つ様になって、艶やハリがなくなってきた事が1番の悩みの種です。

・ある年齢から部分的に髪の毛の絡まりが酷くなり、洗髪後ドライヤーで乾かす時などとても苦労する時がある。クシも通らないので手ぐしで髪の毛が切れないように解くので時間もかかるし苦労する。

・毛先にかけて指通りが悪く、ブラシでとかすとブチブチと切れて、枝毛が増えてきました。摩擦で静電気も起こります。

3位は「乾燥・ダメージ（枝毛・切れ毛）」です。

髪全体のダメージや枝毛・切れ毛の他、指通りが悪い、髪が絡まるといったお悩みが寄せられました。ダメージによって、髪のツヤやハリが失われてきたと悩む声も。

乾燥・ダメージのケアには、自宅でのトリートメントや洗い流さないトリートメントが重視されているよう。美容室でこまめにカットして髪を整えることを意識しているという方もいます。

4位.抜け毛・薄毛
・若い頃からボリュームの無さと薄毛に悩んでいました。38才の頃、長年担当して下さっている美容師さんに、AGAが進んでいるからこの先の事をちゃんと考えた方がいいと言われました。AGAは男性だけがなるものだと思っていたので、かなりショックでした。

・年々額が広くなっていって、生え際ギリギリにあったほくろがはっきり見えるようになりました。センターパートにしているのですが、前よりぺたんとしてきている気がします。

・40代半ば頃からホルモンバランスの乱れによる更年期障害の影響で、髪の毛が抜けるようになり、あっという間に薄毛になってしまった。

4位となったのは「抜け毛・薄毛」です。

ホルモンバランスの変化やストレスによって、髪が抜けるようになり薄毛になったというお悩みが多数ありました。なかには、担当美容師にAGAを指摘されたという経験を持つ方も。

髪型をふんわりと見せるように工夫したり、成分を意識したエイジングラインのシャンプーを使用したりするなどしてケアしているそう。

5位.頭皮の臭い・フケ・かゆみ
・40歳を超えてから頭皮に痒みが出て きむしってしまうようになった。元々薬品のアレルギーがあるため、シャンプーは肌に優しいものにしているのにも関わらず、洗髪剤を変えても薬を付けても収まらなくなってしまった。

・最近、髪の毛を洗っても頭皮の臭いがとても気になります。乾燥しているせいか、フケ・かゆみもあり悩んでいます。

・肌質が敏感になったのか、今まで使用していたシャンプーが合わなくなりました。頭皮の乾燥、それによるかゆみが気になります。

5位のお悩みは「頭皮の臭い・フケ・かゆみ」となりました。

頭皮が敏感になりかゆみが出たり、乾燥するようになったという声が。頭皮の臭いにも悩まされているようで、特に夕方になるととても気になるという声が多数寄せられました。

悩んでいる方々は、しっかり地肌を洗うことを重視しています。肌に優しい低刺激のシャンプーを選ぶなどして対策しているようです。

6位.ボリュームダウン
・髪の毛の量が減ったという訳ではないが、1本1本が細くなってきているようで、特におデコの生え際辺りが目立つようになってきた。髪の毛を結ぶと頭皮が何となく見えそうなので気になっている。

・元々猫っ毛で一本一本の毛が細く、ドライヤーでフワッと立ち上げても時間が経つにつれペタッとしてしまう。整髪料で立ち上げている。

・歳を増すにつれてだんだんとボリュームなくなって分け目も目立つようになってきた。薄毛とまでいかないが気になる。

6位は「ボリュームダウン」。

抜け毛や薄毛というよりも、髪が細くなってボリュームダウンしているというお悩み。

髪をふんわり立ち上げるのが難しい、髪を結ぶと生え際が気になるなどヘアセットに困り事があるよう。スタイリング剤を上手く使ってヘアセットしているとの声が。

7位.髪型
・年齢とともにどんな髪型にしたら良いか迷う。髪質はツヤがありサラサラのストレートなのであまり悩みがないが、若すぎずおばさんぽくないよう気をつけている。

・年齢を重ねるにつれて、年相応に似合う髪型が減ってきた。パーマをかけたりしても上品に仕上げないとだらしなく見えてしまう。

・髪型を変えてみたいが、変えて失敗（気に入らない）と、伸びるまで時間がかかるので、なかなかチャレンジする勇気が出ない。

7位となったのは「髪型」。

髪型のお悩みで1番多かったお悩みは、年齢に合った髪型選び。似合う髪型が分からないなどの声が。流行を追いすぎないようにするなど、髪型を選ぶ時に基準を置いている方も。

【40代女性に調査】今1番お金を使っているヘアケアアイテムは？

最もお金をかけているヘアケアアイテムは「シャンプー」と「洗い流さないトリートメント」が同率という結果に。
次いで「トリートメント」と続きました。票の多かったこの3つをご紹介します。

シャンプー
・頭皮のマッサージに欠かせないシャンプーは、根本から匂いも取り除いてくれるアイテムを選ぶようにしています。毛根から白髪が目立ってくるので、血行促進にもつながる自然素材の商品を選んでいます。

・頭皮に負担が少なそうな商品であり普段使いでケアできるので、手軽に抜け毛の予防になると思ったため使用しています。

・加齢に伴い髪の毛の質が変わってきているので、できるだけ良質に保つには品質の高いシャンプーやコンディショナーを使う必要がある気がするから。

白髪や抜け毛・薄毛、頭皮の臭いなどに悩む方々の多くがシャンプーを重視しているよう。刺激の少ないものを選び、しっかり地肌を洗って汚れを落とすことを意識しているとの声が多くありました。

また、シャンプーの時に頭皮マッサージをしている方も多数。洗うだけでなく、血行促進をして頭皮・髪のケアに繋げているようです。

【回答が多かった40代女性が使用しているシャンプー】
・Haru

・ケラスターゼ
・コタシャンプー など

洗い流さないトリートメント
・髪の質感を上げることが大切だと考えてヘアオイルの選択肢を重要視しています。1日量はあまり多くは使用しないものなので高めの物を使用しています。

・洗い流さないトリートメントを使うのと使わないのでは、全然髪の毛の艶と髪型に違いがあるので、一番お金をかけています。シャンプーとトリートメントは高いものを買ってもそこまで変わらない気がします。

・髪の毛がサラサラになるから使っています。これを使い始めてから美容院に行くと手触りが全然違うと言われます。

髪の乾燥やダメージのケアとして、洗い流さないトリートメントが使用されています。艶が出た、サラサラになったなど、使用後の髪の違いを実感しているよう。オイルを使っている方が多く、1回の使用量も多くないのでコスパが良いとの声も。

【回答が多かった40代女性が使用している洗い流さないトリートメント】
・ミルボン
・N.
・ケラスターゼ など

トリートメント
・髪の保湿をすることが1番、乾燥を改善することができると思っているため。高いトリートメントを使うと、うるおいが良い気がする。

・少しでも髪へのダメージや負担がかからないようにケアしています。また、艶感が髪全体にあった方が若い印象なので利用しています。

・トリートメントは髪の毛を保護する、髪の毛をサラサラにする大事な役割を果たしているからです。

髪のダメージケアや保湿のため、トリートメントを重視しているとの意見が多くありました。トリートメントにこだわったことで、髪に艶が出た、手触りが良くなったなどという声が。

美容室でお薦めしてもらったトリートメントを使っているという方もいるようです。

【回答が多かった40代女性が使用しているトリートメント】
・フィーノ
・ボタニスト

・オージュア など

◆まとめ

40代の女性の髪の悩みについてアンケート調査を行ったところ、「白髪」と回答したのは全体の37%でした。

多くの方が悩んでいたのは、白髪を染めてもすぐに抜けてしまいキラキラと目立ってしまうこと。白髪染めをするスパンも短くなるため、髪へのダメージが気になることはもちろん、経済的な負担にもなっているようです。

自宅での白髪染めはコストは抑えられるものの、難しいといった声も。繰り返す白髪染めは、自分に合った方法で染めるのがポイントになりそうです。

40代女性がヘアケアアイテムでお金をかけているのは、「シャンプー」「洗い流さないトリートメント」がそれぞれ29%となりました。

地肌をしっかり洗い、頭皮のケアをしたい方はシャンプーを。髪のダメージや乾燥をケアしたい方は、洗い流さないトリートメントを選んでいます。

洗い流さないトリートメントは、1回量が少量なので高価でもコスパが良いといった声も。何をケアしたいかで、お金をかけるアイテムが変わってきますね。

【LALA MAGAZINEについて】

LALA MAGAZINE [ララ
マガジン]では、美容のプロが『ヘア・メイク・コスメの基礎知識』や『美容の雑学』をわかりやすく解説。ヘアカタログ・ヘアケア・スキンケアコスメ・メイクアップコスメなどの情報、美容のプロがおすすめする美容アイテムを厳選して紹介しています。
https://lalahair.co.jp/magazine/

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com