

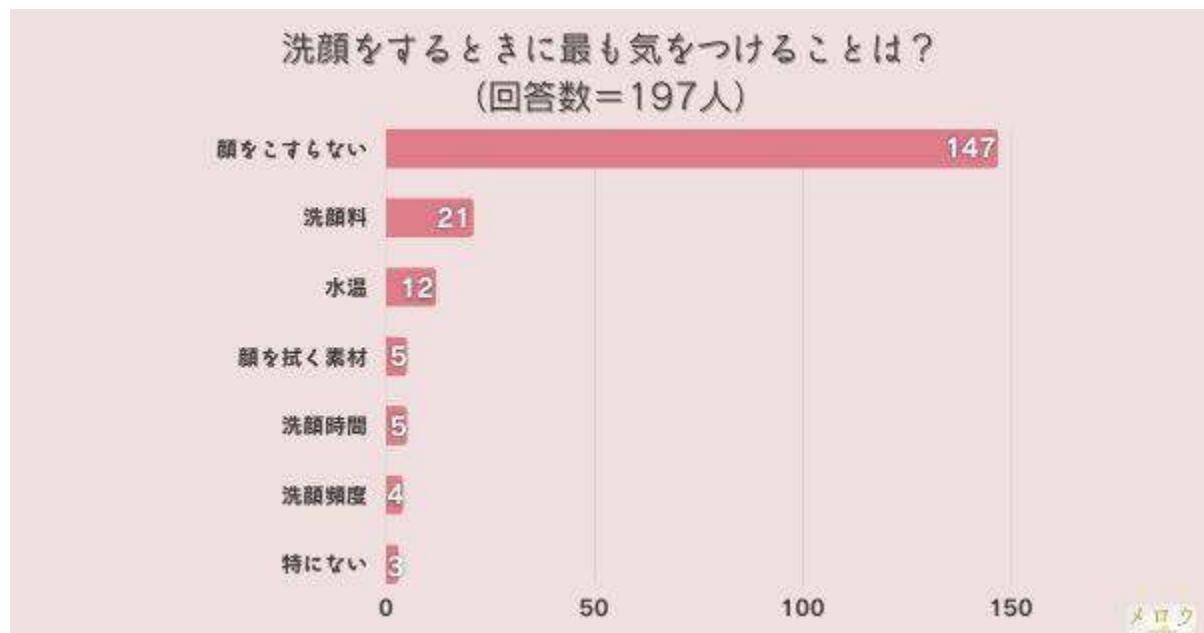
ARINA株式会社が運営する20代~50代18人の女性による美容レビューサイト「mellow-メロウ-」(<https://arina-p.co.jp/mellow/>)は、日本全国18歳以上の方を対象に「洗顔をするときに最も気をつけることは？」とアンケート調査を実施しました。その結果を公表します。

- 調査方法: インターネット調査
- 調査人数: 200人(10代:3人、20代:47人、30代:85人、40代:45人、50代:15人、60代以上:5人)
- 調査主体: ARINA株式会社、mellow-メロウ-
- 調査時期: 2022年8月3日
- 調査レポート: <https://arina-p.co.jp/mellow/cosmetics-63/>
- 発表日: 2022年8月9日

\* 本アンケート結果を引用する場合は「mellow-メロウ-」のURL (<https://arina-p.co.jp/mellow/>)を使用してください。

## 調査結果

「洗顔をするときに最も気をつけることは？」とアンケート調査した結果、1位は『顔をこすらない』でした。



### 1位: 顔をこすらない

- 無駄にこすりすぎるとシワになると聞いたから。
- 肌をやさしく扱わないと肌が荒れそうだからです。
- 摩擦が肌に良くないときいたので、よく泡立てて洗顔をするようにしているからです。
- 肌を痛めそうな気がするため。

- 顔をこすって洗うのはよくないと聞いたので、気をつけている。
- 冬場は寒くて泡立てが疎かになりがちなので泡洗顔ポンプを使うようになりました。顔をこすらなくなったように思います。

## 2位: 洗顔料

- 洗顔料は少し高価なものを選ぶと洗い上がりの肌が全く変わる。。
- 美容雑誌で見たから。
- 洗顔料によっては、突っ張ったり、肌荒れを起こしたりするものもあるので、自分の肌にあったものを選ぶようにしています。
- 肌が弱いので、赤ちゃんでも使えるものを使用している。
- 肌に合わないとピリピリして、皮膚にダメージがくるから。

## 3位: 水温

- むるま湯で洗う方が汚れが落ちやすい気がするため。
- 洗顔料を落とすときはぬるま湯を使い、最後に冷水で軽く洗顔しています。洗い上がりがすっきりして肌質もしっとりした効果を得られます。
- お湯だと洗った後に顔がつっぱってしまうから
- それなりぬるま湯でないと、しっかりとした洗顔ができないと思いますので、そこはきちんと守りたいです。
- なるべく冷たい水で顔を洗ってシャキッとしてます。

## 4位: 顔を拭く素材

- タオルだと雑菌が繁殖しやすいと聞いて、ティッシュで拭いています。
- 通常のタオルだと擦れてしまうため、ふわふわのタオルまたは、使い捨てのクレンジングタオルを使用。
- タオルで拭くと、吹き出物ができるから。かならずティッシュで拭いています。
- 友達にすすめられたから。

## 5位: 洗顔時間

- 優しくこすらず、時間をかけて洗顔すること。
- 朝と晩の2回。脂性肌なので一切外出しない休日でも2回洗顔しないとオイリーになってしまい、気になります。
- テレビにて洗顔時間が長いと余計なものまで落としてしまうと聞いてからあまり時間をかけないようにしています。

## 6位: 洗顔頻度

- 朝の洗顔はあまりよくないと聞いたので、朝は拭き取り化粧水にし、夜にしっかり洗うようにしている。
- 肌質的にたくさん洗顔してもすぐ乾燥してしまうことがわかったため。

- やり過ぎると肌を傷つけカサカサになったから。

#### 7位: 特にない

- 何に気をつければいいのか分からないから。
- 特に気にせず洗顔をしている

## 【総括】今回のアンケートで洗顔をするときに最も気をつけること1位は『顔をこすらない』でした

近年、美容情報誌やテレビなどでも洗顔方法が話題になることが増えています。さまざまな情報が飛び交う中、今回のアンケートでは「顔をこすらない」ことを意識している方が多いとわかりました。

スキンケアでは、お肌に摩擦を与えないことが一般的になっているようです。

また、肌質によってこだわりの洗顔方法を持った方もおり、流行や一般論だけでなく自分のお肌に合った洗顔方法を見つけることが重要だと感じました。

**ARINA株式会社**は、運営するメディア「**mellow-メロウ-**」を通じて、1人でも多くの方が、自分にぴったりの商品と出逢えるよう、社会に貢献してまいります。

#### ■ARINA株式会社について

**ARINA株式会社**は、“メディアを通じ子育てを豊かに”を企業の**Vision**に掲げ、皆様の生活に寄り添ったライフスタイルメディアの展開やオウンドメディアの受託事業を展開しております。