

&lt; 報道関係各位 &gt;

株式会社 **アデランス**

## &lt; 子どものヘアケアに関する意識調査 &gt;

小学生以下の子どもを持つ母親を対象に調査を実施

**ママの約75%は子どもの髪に“悩みあり”と回答！**

～毛髪診断士指導講師が子どものシャンプー方法について解説～

毛髪・美容・健康のウェルネス事業をグローバル展開する株式会社アデランス（本社：東京都品川区、代表取締役社長 津村 佳宏）では、小学生以下の子どもを持つ母親310名を対象に、「子どものヘアケアに関する意識調査」をインターネット調査で実施しました。

当社では、創業以来、髪の特権家として髪のお悩みを抱えているお客様をサポートしてきました。今回は、子どもと過ごす時間の増える年末年始の時期に向けて、子どもを持つ母親が抱える“子どもの髪悩み”をテーマに調査を実施しました。調査結果に加え、子どものシャンプーに関する正しい方法や選び方について、当社の毛髪診断士指導講師が解説します。

## 主な調査結果トピックス

◆ ママの約75%は子どもの髪に“悩みあり”と回答！

子どもの髪に関するお悩み 1位は「セルフヘアカット」

◆ 子どものシャンプー「洗い残し」の悩みがトップに

正しいシャンプー選びに悩みを抱えるママも多い傾向も

◆ 子どものシャンプーで最も重視するのは「やさしい成分」◆ 小学生の約7割は「大人と同じシャンプー」を使用していると回答

## アデランスの髪のエキスパートが子どもの髪について解説（一部抜粋）

## &lt; 子どもの髪の特徴 &gt;

- 子どもの髪は大人よりもデリケート？

## &lt; 正しいお手入れ方法をご紹介 &gt;

- 子どもの年齢に合わせた洗い方のコツ
- ヘアドライのポイントは“8割乾燥”
- 子ども用から大人用シャンプーへの切り替え時期は？
- 子どもの髪にリンスやトリートメントは必要？

<調査概要>

- 調査名：子どものヘアケアに関する意識調査
- 調査対象：小学生以下の子どもを持つ母親 310名（有効回答数）
- 割付方法：以下①～②の2区分 各155名
  - ①「未就学児（小学生未満）の子どもを持つ母親」
  - ②「就学児（小学生）の子どもを持つ母親」
- 調査期間：2023年11月7日（火）～8日（水） 2日間
- 調査方法：インターネットアンケート
- 調査委託先：株式会社マクロミル

※本調査結果では、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても100%にならない場合があります

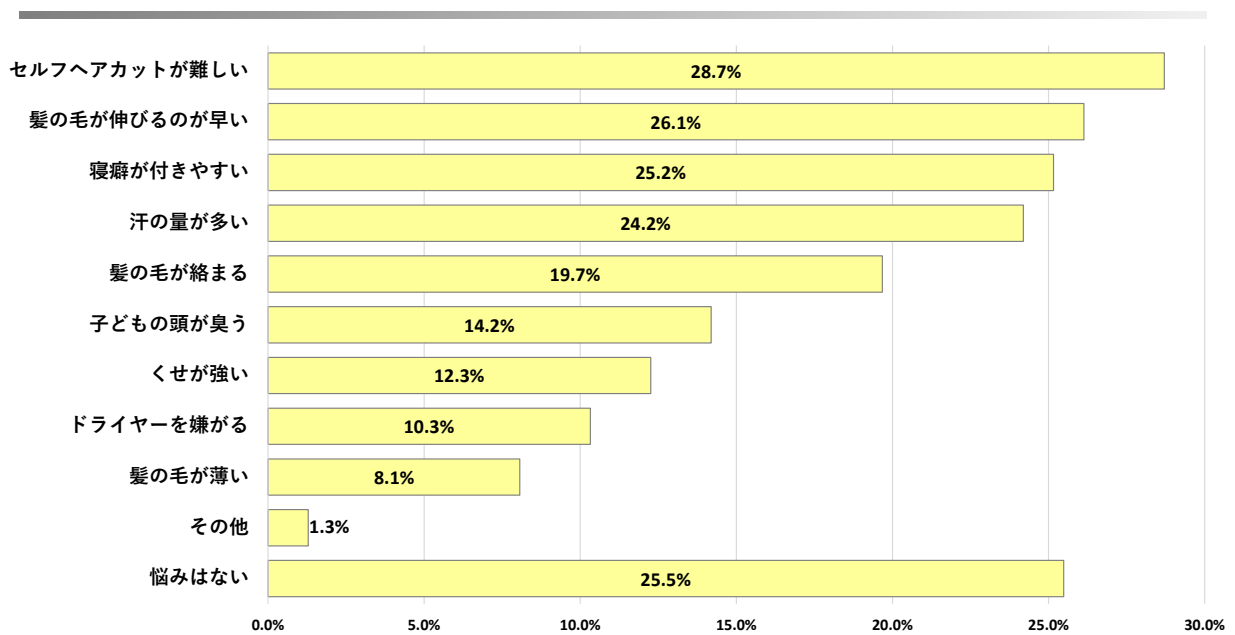
◆ママの約75%は子どもの髪に“悩みあり”と回答！

子どもの髪に関するお悩み 1位は「セルフヘアカット」

まず、子どもの髪の毛やヘアケアに関するお悩みを尋ねたところ、最も回答が多かったのは「セルフヘアカットが難しい」（28.7%）という結果になりました。中々子どもがじっとしてしてくれなかったり、自宅ではアイテムが揃っていなかったりと、子どものセルフヘアカットには様々なハードルも考えられ、難しさを感じている方も多い様子が見えます。次いで「髪の毛が伸びるのが早い」（26.1%）、「寝癖が付きやすい」（25.2%）と続きました。

一方、「悩みはない」と回答した方は25.5%に留まっており、全体の約75%の母親は子どもの髪の毛に関して何らかの悩みを感じていることが分かりました。

Q.子どもの髪の毛やヘアケアに関するお悩みはありますか？（複数回答／n=310）



また、この質問を子どもの年齢別に見たところ、小学校入学前の未就学児の母親は、全体の結果と同様に「セルフヘアカットが難しい」（35.5%）がトップとなりました。2位は同率で「寝癖が付きやすい」「汗の量が多い」（21.9%）となっています。

一方、小学生の子どもを持つ母親では、「髪の毛が伸びるのが早い」（31.0%）がトップとなりました。

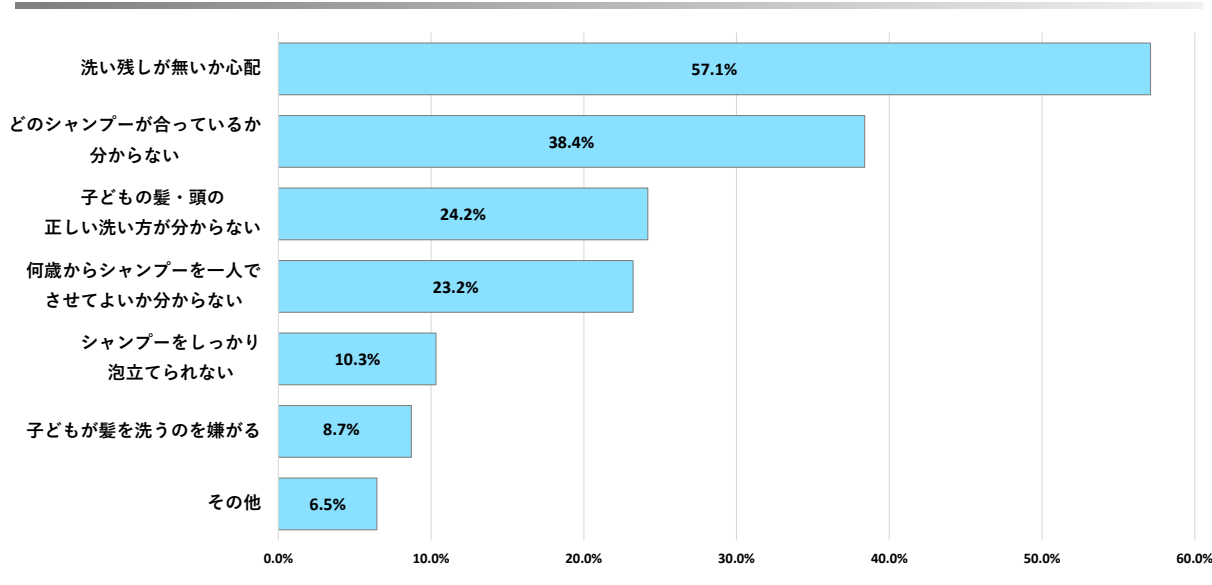
	1位	2位	3位	4位	5位
未就学児の母親 (n=155)	セルフヘアカットが難しい (35.5%)	寝癖が付きやすい 汗の量が多い (21.9%)※同率		髪の毛が伸びるのが早い (21.3%)	髪の毛が絡まる (18.7%)
就学児(小学生) の母親 (n=155)	髪の毛が伸びるのが早い (31.0%)	寝癖が付きやすい (28.4%)	汗の量が多い (26.5%)	子どもの頭が臭う セルフヘアカットが難しい (21.9%)※同率	

## ◆子どものシャンプー「洗い残し」の悩みがトップに

### 正しいシャンプー選びに悩みを抱えるママも多い傾向も

続いて、子どものシャンプーに関するお悩みを尋ねたところ、半数以上の母親が「洗い残しが無いか心配」（57.1%）と回答する結果となり、子どもがしっかり髪を洗えているのか、心配する方が多い様子が見えてきます。次いで、「どのシャンプーが合っているかわからない」が38.4%で2位となっており、子どものシャンプー選びに悩まれる方も多いことが分かります。

#### Q.子どものシャンプーに関するお悩みはありますか？（複数回答／n=310）

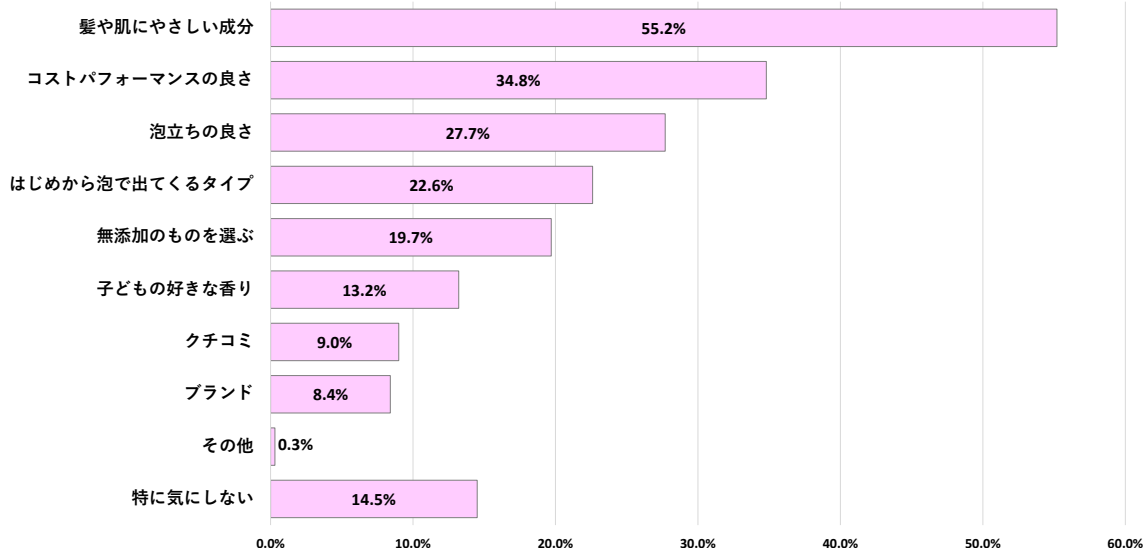


## ◆子どものシャンプーで最も重視するのは「やさしい成分」

子どものシャンプーを選ぶ際に重視することを尋ねたところ、半数以上の方が「髪や肌にやさしい成分」（55.2%）と回答しました。次いで「コストパフォーマンスの良さ」が34.8%で2位となり、家計の面からシャンプー選びをする方が多いことも分かります。

また、3位・4位には「泡立ちの良さ」（27.7%）、「はじめから泡で出てくるタイプ」（22.6%）が入りました。前問のシャンプーに関するお悩みで、約1割の方が「シャンプーをしっかり泡立てられない」と答えていることから、シャンプーの“泡”を重要視している方が多いことも分かります。

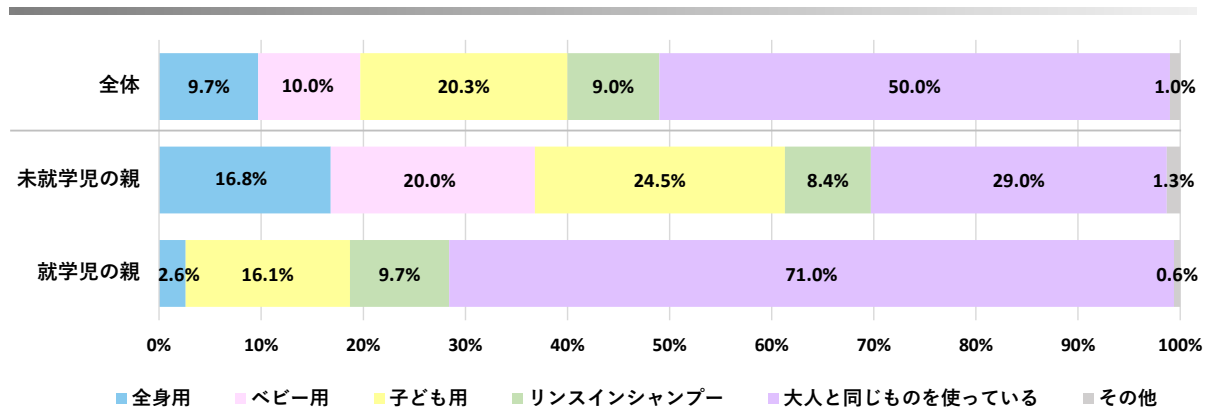
#### Q.子どものシャンプーを選ぶ際に重視することはありますか？（複数回答／n=310）



## ◆小学生の約7割は「大人と同じシャンプー」を使用していると回答

子どもが使用しているシャンプーの種類を尋ねたところ、子どもの年齢で大きな違いが見られました。未就学の子どもでは、「子ども用」（24.5%）や「ベビー用」（20.0%）と答えた方の割合が高かったのに対して、小学生の子どもになると、約7割が「大人と同じものを使っている」（71.0%）と回答しました。

Q.子どもが使っているシャンプーの種類を教えてください（単数回答／n=310）



## ◆洗い方やシャンプーの選び方など、子どもの髪悩みは多岐にわたる回答が

子どもの髪やヘアケアに関して、お悩みや知りたいことを、自由記述形式で尋ねたところ、髪の洗い方やシャンプーの選び方から、ヘアドライのお悩みなど、多岐にわたる回答が寄せられました。

### 【具体的な回答（一部抜粋）】

#### <シャンプーの選び方について>

- ・何歳から大人と同じシャンプーを使ってもいいのか？
- ・大人と同じシャンプーとコンディショナーを使っているが、子ども用を使うべきか悩む
- ・子ども用シャンプーと大人用シャンプーは何が違うのか？
- ・シャンプーのみ使っているが、リンスを使用した方がいいのか？

#### <髪の洗い方について>

- ・正しい子どもの髪の洗い方をきちんと知りたい
- ・子どもがひとりで髪を洗うと毛の根元や地肌をしっかりと洗えていない
- ・頭皮の汚れが落ちているか、泡を流し切れているかがわからない

#### <汗や臭い、痒みなど>

- ・フケや痒みを防ぎたい
- ・汗をかきやすいので臭くなる
- ・洗い方が悪いのか、洗った後でも臭い

#### <その他>

- ・自分で髪の毛を乾かすことができない
- ・頭部の地肌の保湿について知りたい
- ・セルフカットしたいけど、髪の毛を上手く切れない
- ・髪の毛が細くて絡まりやすい

## ■アデランスの毛髪診断士指導講師が解説

### <調査結果について>

今回の調査結果からは、母親の多くが子どもの髪やケア方法に関してお悩みを抱えており、またそのお悩みも非常に多岐にわたることが分かりました。子どもの髪と頭皮はデリケートで大人ほど刺激に強くないため、髪の洗い方やシャンプーの選び方など、細心の注意を払っているという方も多いのではないのでしょうか。子どものヘアケアにおいては、小さい頃から習慣づけることが大切です。ここからは、子どもの髪の特徴やシャンプーの選び方、洗髪の仕方について解説します。

### <子どもの髪の特徴>

#### ▶ 子どもの髪は大人よりもデリケート？

子どもの頃は、髪の毛をつくる組織である「毛包」が小さいことから、伸びてくる髪の毛も大人と比べて細く、柔らかいため、とても繊細です。そのため、ちょっとしたことで切れてしまったり抜け落ちたりする場合があります。男女や個人で差がありますが、女性の場合、平均的に4~6年でヘアサイクルが一周するとされており、髪を切ったことがない子は、6歳頃までは新生児期に生えた非常にデリケートな部分が毛先に残っていると思いますので、ヘアアレンジの際も力を加えないよう、気をつけたいところです。

子どものヘアカットや髪の絡まりにお悩みの方も多いですが、髪が多いからと毛先をすいて軽くしすぎると、絡みの原因になりやすいので、ヘアカットはプロの方にお任せすることをおすすめします。

頭皮も大人と比べて敏感とされていますが、これは頭皮の皮脂量が、大人と比べて少ないためとされています。子どものヘアケアは、とにかく刺激を与えないことが大切です。



### <子どもの髪の正しい洗い方を解説>

#### ▶ 乳児期の赤ちゃんへのシャンプー方法

生後間もない赤ちゃんの皮脂量はとても少ないとされていますので、乾燥を防ぐため、香料やアルコール成分、着色料が入っているようなシャンプーは控えましょう。低刺激なベビーシャンプーや、全身を洗えるベビーソープがおすすめです。洗うときは泡で頭全体を包み込むようにやさしく洗いましょう。乳児期にも幼児期にも言えることは、しっかりとシャンプーをすすぐことが大切です。すすぎ残しは痒みや皮脂づまりといった頭皮トラブルのもとになりえます。また、手や爪で刺激を与えないように注意も必要です。

#### ▶ 幼児期の子どもへのシャンプー方法

子ども用シャンプーは、皮脂量が少し増える1歳を過ぎた頃から使用するケースが多いようです。子ども用のシャンプーは成分的には大人のものとはさほど変わりませんが、アミノ酸や弱酸性などの成分が含まれた、低刺激でマイルドなものを選びましょう。洗いは乳児期と同じように、しっかりと泡を作り、指の腹を使って刺激を与えないように洗うことがポイントです。また、汗や皮脂がたまりやすい夏場であれば、1日2回髪を洗っても大丈夫でしょう。その場合は子ども用シャンプーをさらにお湯で薄めて使うか、お湯で髪をすすぐだけにしましょう。

### ➤ ヘアドライのポイントは“**8割乾燥**”

デリケートな髪と頭皮のために、ドライヤーの使い方も、大人とは違うケア方法を心がけましょう。ダメージを抑えるために、夏であれば冷風、冬であれば弱めの温風で頭皮を中心に、髪は早めに8割がた乾かしましょう。ただし、夏でも冷房が効いた室内であれば弱めの温風を使用し、頭皮を冷やしすぎるのは避けましょう。髪は濡れた状態だと膨張して柔らかくなっているため、そのまま寝てしまうと寝ぐせやダメージの原因になることがあります。8割がた乾かして残りの2割は余熱で自然乾燥がおすすめです。



### ➤ 子ども用から大人用シャンプーへの切り替え時期は？

髪が伸び、毛がしっかりとコシのある状態になってきたら、大人用シャンプーへの切り替えを検討しても良い時期です。一般的には、幼稚園・保育園に入園するタイミングで大人用シャンプーに切り替えるのが目安とされています。ただ、小学校に入学した後でも、頭皮が敏感であれば無理に切り替える必要はありません。子どもの頭皮の状態に合わせて切り替えるのが良いでしょう。

### ➤ 子どもの髪にリンスやトリートメントは必要？

調査結果では、「子どもにリンスやトリートメントは必要？」と悩む方も見られましたが、基本的に不要です。これらは髪のすべりをよくしたり、髪の傷みをケアしたりすることでキューティクルを保護するためのものですが、元々髪に傷みが少ない子どもに使用する必要性は低いと言えるでしょう。

ただし、生後一度もカットしたことがないような髪は、毛先は乳幼児の産毛に近い非常に弱い状態ですので、髪の間から毛先にかけてはトリートメントなどで保護をし続けたいものです。

#### <監修>

#### 毛髪診断士指導講師 伊藤 憲男 (いとう としお)

内閣府認定公益社団法人日本毛髪科学協会認定「毛髪診断士指導講師」を保有。1982年にアデランス入社後サロンで十数年にわたり技術者として勤務。その後本社勤務となり 2011年より現在の研究開発部に着任。育毛関連商品の開発や研究成果の発信などを担当する傍ら、セミナーや、雑誌・TVなどマスメディアにも出演し、育毛の啓蒙活動を行っている。現在もヘアスタイリストとしてCMモデルのヘアスタイリングや一部のお客様の接客も行う。



株式会社アデランスは、おかげ様で2023年をもって創業55周年を迎えます。新時代を表す「NEXT ADERANS」として掲げ、創業当初からの理念「世界のブランド アデランス」を目指し、毛髪・美容・健康・医療のグローバルウェルネスカンパニーとして夢と感動を提供し続けていきます。