

## Z世代メンズ606名に「猛暑」に関する調査を実施

### 三種の神器は「日傘・日焼け止め・ハンディファン」!?

5人に1人以上が「日傘」を所持！「日焼け止め」使用に「抵抗なし」が7割超  
なりたいのは「日焼け男子」より「美白男子」…6割以上が回答

メンズビューティープロダクション「Soft Drink (ソフトドリンク)」を運営する Mazeru Share 株式会社（所在地：東京都渋谷区、代表取締役：松倉寛之）は、メンズ美容に関する調査や情報発信をおこなう「メンズ美容総研」より、Z 世代の男性を対象に「猛暑」に関する意識・実態調査を実施いたしました。

気象庁の発表によると、2023 年の夏は「統計開始以降最も暑い夏」でした。ここ数年続く猛暑ですが、同庁は今年の夏も厳しい猛暑が続く可能性を示しています。生活者の猛暑対策にも変化が見られ、街中ではこれまでになかった対策グッズがあふれています。

そんな中メディアでは、男性の日焼け止めや日傘の利用者増加について取り上げられるように。とりわけ「Z 世代男性」の特徴として、「美容男子」や「日傘男子」などのワードとともに報じられる機会が増加しています。Z 世代男性は「日傘」や「日焼け止め」を使うことについてどう考えているのでしょうか。

そこでメンズ美容総研は Z 世代（15 歳～29 歳）※の男性 606 人に猛暑対策の実態調査を実施いたしました。

※調査の都合上、本リリースでは Z 世代の定義を「2024 年 3 月時点で 15～29 歳の方」といたします。

#### 【調査結果サマリー】

- ◆ 続く猛暑で 7 割以上が「暑さ・日焼け対策意識」上昇…「日傘」所持者は 5 人に 1 人以上！
- ◆ 日焼け止めにハンディファン…Z 世代メンズには当たり前!? 使用に「抵抗なし」が約 7 割
- ◆ 6 割以上が「美白男子が理想」と回答…理由は「モテ」より「健康肌」!?
- ◆ 日焼け止め意識は高いものの知識は普及せず…約 7 割が「SPF」や「PA」の意味を「知らない」
- ◆ <参考> 美容系クリエイター・渡邊柊氏が語る、正しい日焼け対策とは

#### 調査概要

調査機関：Mazeru Share 株式会社 調査対象：15～29 歳男性 サンプル数：606

調査期間：2024 年 3 月 13 日（火）

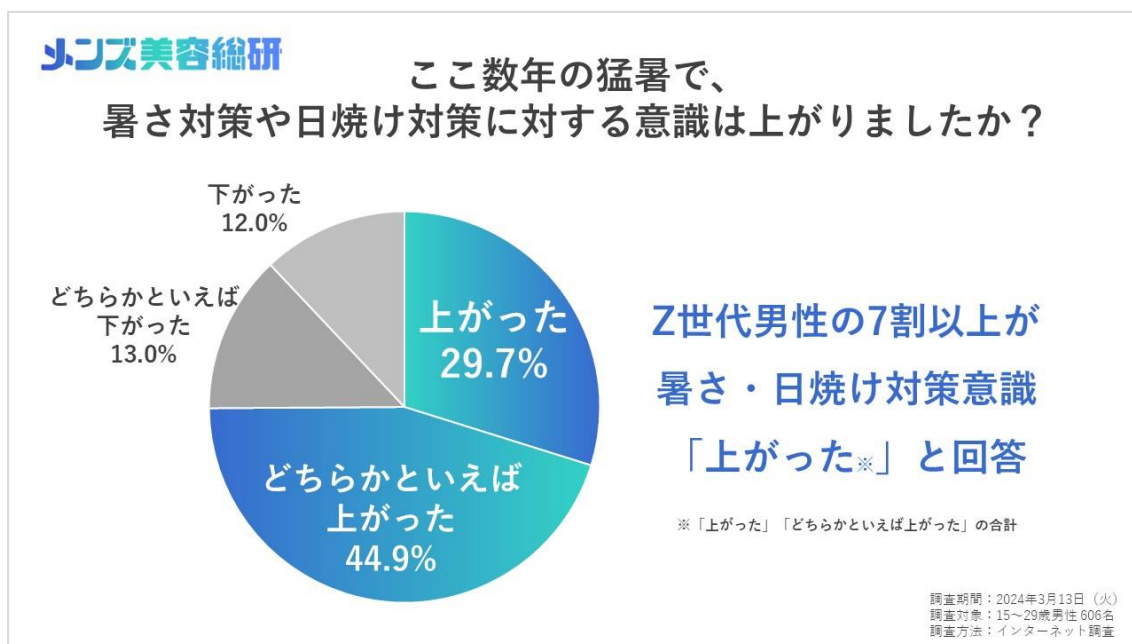
調査方法：インターネット調査

※調査結果の数値は小数点第二位を四捨五入しており、合計値が 100%にならない場合があります。

## ◆ 続く猛暑で7割以上が「暑さ・日焼け対策意識」上昇…「日傘」所持者は5人に1人以上！

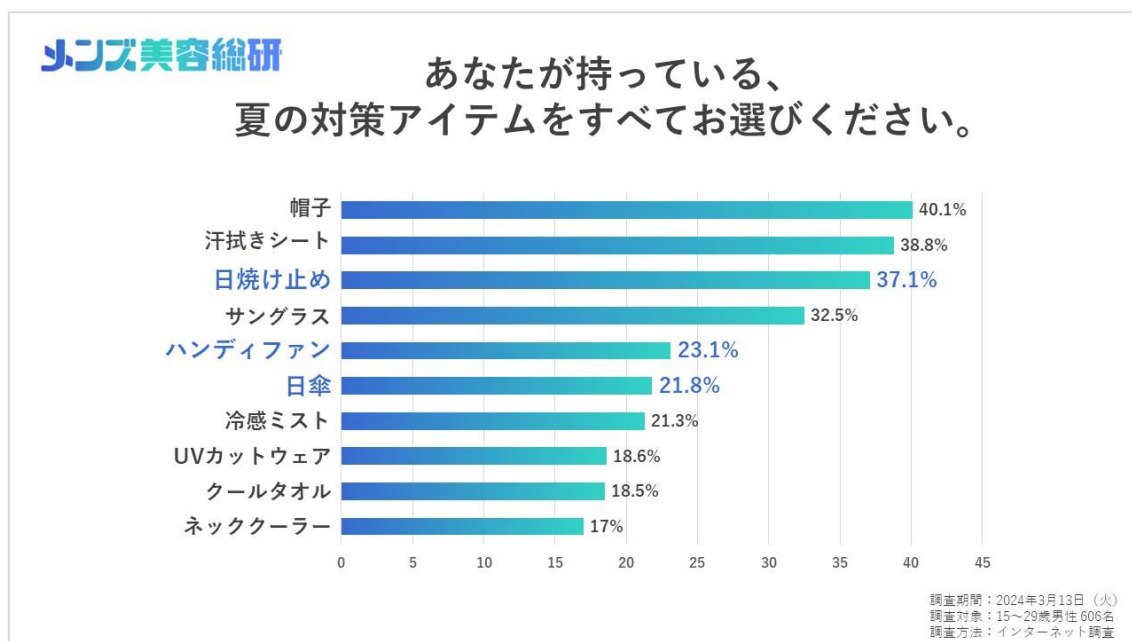
### Q. ここ数年の猛暑で、暑さ対策や日焼け対策に対する意識は上がりましたか？

まず初めに、ここ数年続く猛暑がZ世代男性の暑さ・日焼け対策意識をどう変化させたのかを調査。その結果Z世代男性の74.6%が暑さ・日焼け対策に対する意識が「上がった」「どちらかといえば上がった」と回答しました。メディアを中心に熱中症の危険性や日焼けによる肌の健康リスクが盛んに取り上げられたことなどもあり、近年の猛暑は多くの人々の暑さ・日焼けに対する意識を向上させたことが分かります。



### Q. あなたが持っている、夏の対策アイテムをすべてお選びください。

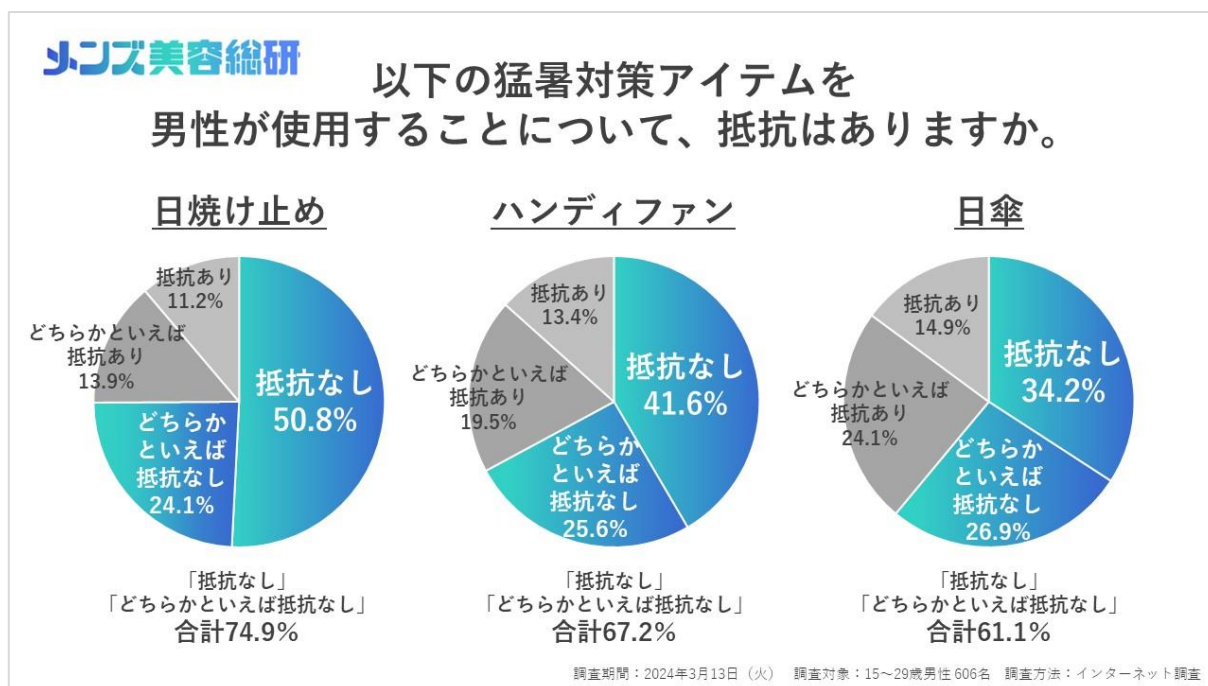
次に、Z世代男性が猛暑対策としてどのようなアイテムを使用しているのかを調査しました。その結果「持っている」と回答した割合が最も高かったのは「帽子」で40.1%。続いて「汗拭きシート」（38.8%）、「日焼け止め」（37.1%）となりました。「女性が使うもの」というイメージが強かった日焼け止めですが、約4割のZ世代男性が所持していることが明らかになりました。また、5位の「ハンディファン」（23.1%）や6位の「日傘」（21.8%）なども女性が使用するイメージが強いアイテムですが、それぞれ5人に1人以上が所持していることが判明。性別に関係なく暑さ・日焼け対策に積極的に取り組んでいるのが、Z世代男性の特徴と言えるでしょう。



## ◆ 日焼け止めにハンディファン…Z世代メンズには当たり前!? 使用に「抵抗なし」が約7割

### Q. 以下の猛暑対策アイテムを男性が使用することについて、抵抗はありますか

そこであらためて「日焼け止め」や「日傘」「ハンディファン」を使用することに対して抵抗があるか聞いたところ「抵抗がない」「どちらかといえば抵抗がない」と回答した人は、「日焼け止め」で74.9%、「ハンディファン」で67.2%、「日傘」で61.1%となりました。いずれのアイテムも過半数が「抵抗なし」と回答しており、性別に関わらずこれらのアイテムを使用することは当たり前とする姿勢が定着していることがわかります。



## ◆ 6割以上が「美白男子が理想」と回答…理由は「モテ」より「健康肌」!?

### Q. あなた自身の目指したいものとして近いものを選んでください。

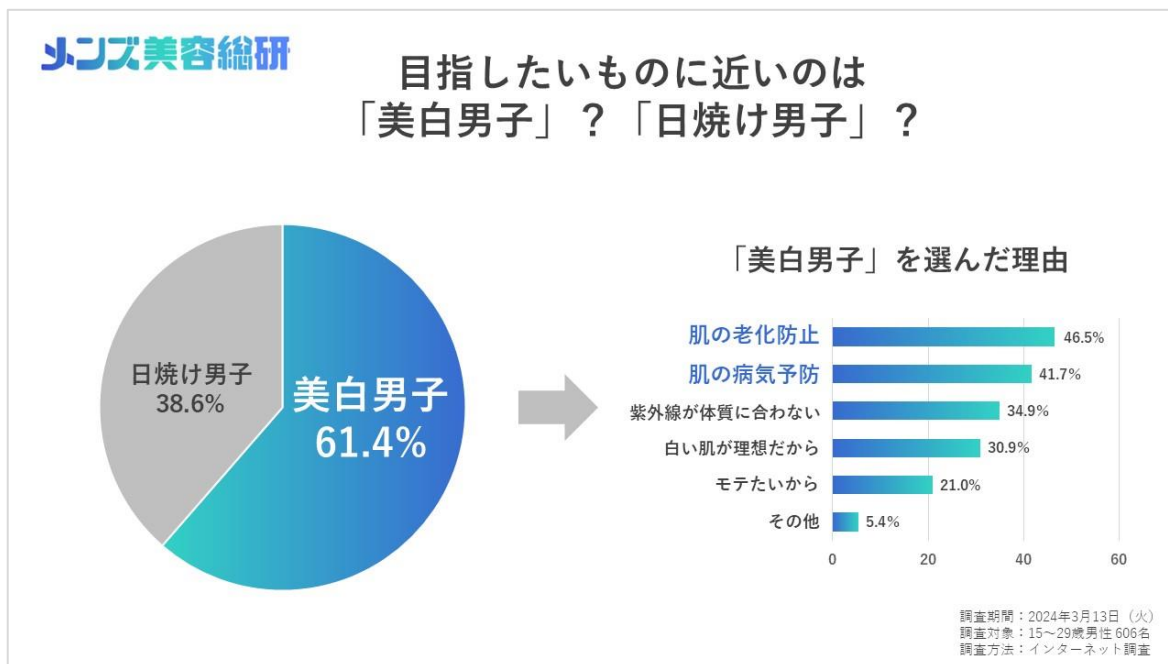
過去には、日焼けした健康的な肌こそが「男性らしい肌」とであるという考えが強い時代もありました。では現代の若者たちはどのように考えているのでしょうか。

自身の理想が「美白男子」か「日焼け男子」か調査したところ、6割以上（61.4%）が「美白男子」と、「日焼け男子」の38.6%を上回りました。

### Q. 前問で「美白男子」を選択した方にお伺いします。選択した理由は何ですか。

次に前問で「美白男子」と回答した人に対して、その理由を調査しました。最も高かったのは「肌の老化防止」で46.5%。続いて「肌の病気予防」で41.7%、「紫外線が体質に合わないから」34.9%となりました。一方で「モテたいから」は21.0%と、「その他」を除いた中では最も低い値となりました。

Z世代の男性は「モテるため」ではなく「自身の健康のためである」に日焼け対策に力を注いでいることがわかります。この背景には、日焼けが肌の色だけでなく、長期的な肌の健康に影響するものであると理解する男性が増加傾向にあることが考えられます。

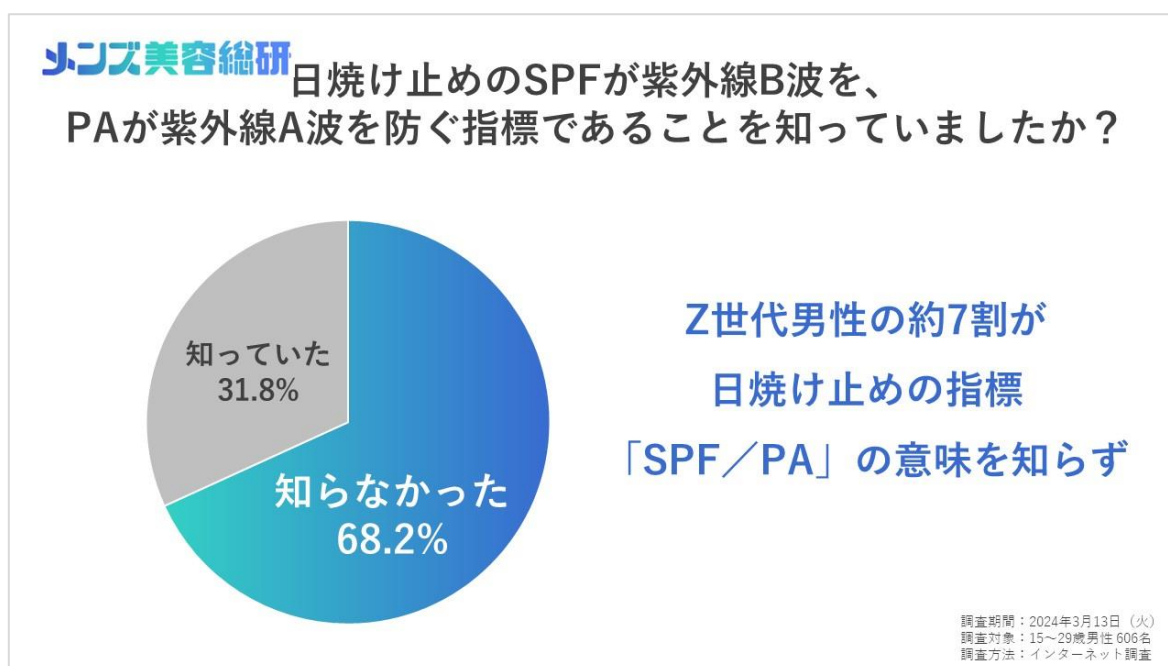


◆ 日焼け止め意識は高いものの知識は普及せず…約 7 割が「SPF」や「PA」の意味を「知らない」

Q. 日焼け止めの SPF が紫外線 B 波を、PA が紫外線 A 波を防ぐ指標であることを知っていましたか？

Z 世代男性の日焼け対策に関する意識の高まりが明らかになりましたが、日焼け止めに関する知識はどの程度備わっているのでしょうか。日焼け止めの紫外線防止効果を示す指標である「SPF」と「PA」の意味を知っているかを聞いたところ「知っている」と回答した人は約 3 割（31.8%）、「知らない」と回答した人は約 7 割（68.2%）となりました。

日焼けによる肌リスクを理解し対策をする人は多いものの、指標に基づいて自分に合った日焼け止めを選ぶための知識はあまり普及していない様子。「日焼け対策意識の向上」だけでなく、「日焼け止めの選び方」や「日焼け止めの正しい使い方」など、より実践的な知識に関する情報が多くの Z 世代男性に求められていると言えます。



## ◆ <参考> 美容系クリエイター・渡邊柊氏が語る、正しい日焼け対策とは

日焼け対策の目的は、肌を白く保つことだけではありません。むしろ日焼け対策をするべき最大の理由は、紫外線がもたらす肌の健康リスクを抑えることにあります。シミやシワ、たるみ、ニキビなどの原因となる紫外線から健康的な肌を守るためには、夏以外の時期も含めて、正しい日焼け対策が必要です。

まず代表的な対策として、日焼け止めが挙げられます。ポイントは、白浮きしたとしても気持ち多めに塗ることと、顔以外の部位にもしっかり塗ること。そして頻繁に、できれば2〜3時間おきに塗り直すことです。もしメイクをしている場合は、スプレータイプの日焼け止めもオススメです。よく「朝出かける前に塗って終わり」「目立たないように少量だけ塗る」といった方を見かけますが、それだと日焼け止めの効果を十分に発揮できません。肌の健康リスクと考えるのであれば「多めに、頻繁に」が、日焼け止めを使う際のポイントになります。顔以外の部位にもしっかりと塗りましょう。日焼け止めを選ぶ際は、紫外線 A 波を防ぐ効果を示す「PA」と、紫外線 B 波を防ぐ効果を示す「SPF」の値を参考にしてください。紫外線の強い屋外やレジャーシーンでは「SPF50以上」「PA++++」といった効果の高いものを、屋内での活動や日常生活シーンでは「SPF30」「PA++」あたりが目安になります。いずれの場合も、しっかりと塗り直しをすることが大切です。

また日焼け止め以外に、日傘の使用も有効です。基本的に UV カット率が明記されているので、日傘選びの際の参考にしてください。夏の直射日光を防ぐことで熱中症対策にもなりますし、今は男性でも使えるスタイリッシュな日傘も多く販売されています。「日傘を使っているから」といって日焼け止めを塗らないのは良くないので、併用することを推奨します。

さらに、トラネキサム酸や美白成分が入っているスキンケアアイテムなどでアプローチする方法もあります。日常的なケアに加えてアフターケアとしても有効なので、ぜひとも取り入れたい日焼け対策です。

### 渡邊柊氏 プロフィール



コスメコンシェルジュ資格を取得し、日本化粧品検定 1 級も保有する今注目の男性美容クリエイター。女性のみならず、10 代〜20 代男性からの支持されている。分かり易く美容商品を紹介する SNS や動画が今注目を集める。

Instagram : [https://www.instagram.com/shushu\\_223](https://www.instagram.com/shushu_223)

TikTok : [https://www.tiktok.com/@shushu\\_223](https://www.tiktok.com/@shushu_223)

X (旧 Twitter) : [https://twitter.com/shushu\\_223](https://twitter.com/shushu_223)

YouTube : [https://www.youtube.com/@shushu\\_223](https://www.youtube.com/@shushu_223)

### ◆ 「Soft Drink」について

「Soft Drink」では、芸能活動・インフルエンサーとしての活動や、商品・ブランド開発などに興味がある美容感度の高い男性を KOL・インフルエンサーとしてマネジメントいたします。KOL を活用したクリエイティブの制作から、マーケティング施策のデータ分析まで幅広くカバーすることで、クライアントのニーズに合ったマーケティングを提供します。

Soft Drink 公式ホームページ : <https://soft-drink.jp/>

Soft Drink 公式 Instagram : [https://www.instagram.com/soft\\_drink\\_official/](https://www.instagram.com/soft_drink_official/)

Soft Drink 公式 Twitter : [https://twitter.com/softdrink\\_2021](https://twitter.com/softdrink_2021)

■ このリリースに関するお問い合わせや資料・取材をご希望の方は下記までご連絡ください ■

Mazeru Share 株式会社 東京都渋谷区道玄坂 1-21-1 渋谷ソラスト 3F

担当：松倉 お問い合わせメールアドレス：info@soft-drink.jp