

他人の髪・頭皮のニオイが気になるシチュエーションランキング公開

気になる第1位は●●●！？

男性よりも女性の方が自分のニオイにも他人のニオイにも厳しい！？

自分が思っているよりも気になる梅雨時期の髪・頭皮のニオイに要注意！

毛髪診断士が今日から実践できる対策法を解説

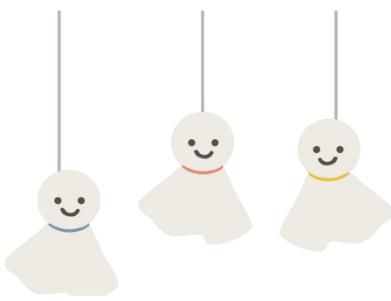
アンファー株式会社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:吉田南音 以下「アンファー」)が展開する「SCALP D」は、全国の30~60代の男女300名(実施期間:2025年5月、各年代性別50名ずつ)を対象に、「他人の髪・頭皮のニオイに関する調査」を実施しました。

髪や頭皮のニオイが発生するメカニズムや、これからの梅雨時期に取り入れたい対策法について専門家が解説いたします。

SCALP D

梅雨入り直前！ 髪と頭皮のニオイに関する調査

自分で気付きにくい
髪と頭皮のニオイ対策法を解説



【調査概要】

調査手法: インターネットリサーチ

対象者条件: 30~60代男女

サンプル数:n=300(各年齢性別に50名ずつで割付)

調査地域: 全国

調査実施日: 2025年5月

【調査サマリー】

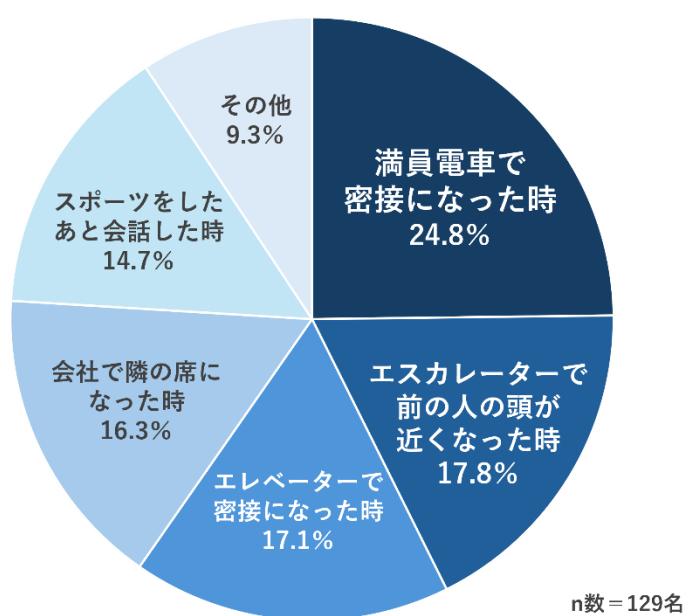
- ① 他人の髪・頭皮のニオイが気になるシチュエーションランキングを公開！
- ② 男女で髪・頭皮のニオイへの意識レベルにギャップあり！？女性の方が自分のニオイにも他人のニオイにも厳しい結果に
- ③ 自分の髪・頭皮のニオイが気になったとしても「何も対策しない」が圧倒的多数という結果に。髪と頭皮のニオイケアは後回し？

【調査概要】

- ① 他人の髪・頭皮のニオイが気になるシチュエーションランキングを公開！

他人の髪・頭皮が気になることがあると回答した129名に、どのようなシチュエーションで特にニオイが気になったか質問しました。

他人の頭皮・髪のニオイが 気になったシチュエーションランキング



第1位は「満員電車で密接になった時」という結果になりました。その後「エスカレーターで前の人との頭が近くなった時」、「エレベーターで密接になった時」が続くなど、人と人の距離が密接になったり、頭の距離が物理的に接近するシーンが上位にランクインする結果となりました。

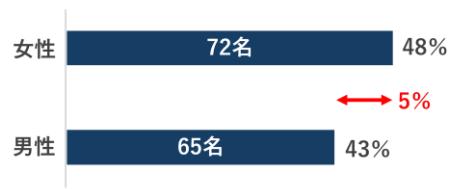
他の回答としては「会議室などの密室空間で一緒になった時」などの回答が挙がり、全体傾向としてニオイがこもりやすいシチュエーションは特に注意すべき結果となりました。

② 男女で髪・頭皮のニオイへの意識レベルにギャップあり！？女性の方が自分のニオイにも他人のニオイにも厳しい結果に

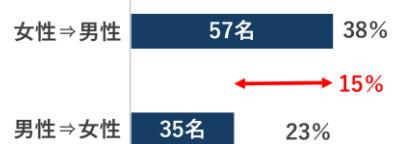
「自分の髪・頭皮のニオイが気になる瞬間があるかどうか」という質問をしたところ、男性で「ある」と回答した方は43%だったのに対し、女性で「ある」と回答した方は48%となり、男女差で5%の差がありました。

また、「恋人、夫婦などパートナーの髪・頭皮のニオイが気になった瞬間があるかどうか」という質問をした際にも、男性で「ある」と回答した方が23%だったのに対し、女性で「ある」と回答した方が38%となり、こちらは女性の方が15%多い結果となっています。

自分の髪・頭皮のニオイが気になる瞬間がある



パートナーの頭皮・髪のニオイが気になったことがある



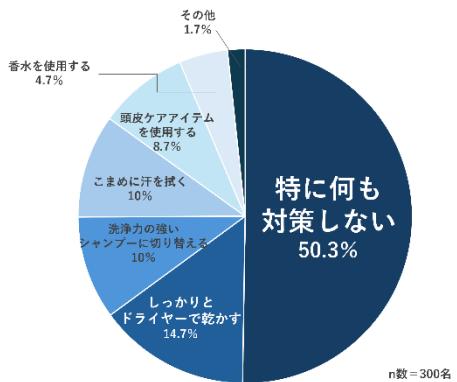
上記の結果から、自身はもちろん、他人に対しても、女性の方が頭皮・髪に対するニオイに対して気になりやすい傾向にあるといえます。女性がパートナーに対してニオイが気になるシチュエーションを質問したところ、「一緒に寝ている時」「枕カバーのニオイを嗅いだ時」といった回答が挙がりました。生活を共にする中で、意外と頭皮・髪のニオイを感じるシチュエーションは多いのかもしれません。

③ 自分の髪・頭皮のニオイが気になったとしても「何も対策しない」が圧倒的多数という結果に。髪と頭皮のニオイケアは後回し？

「自分の髪・頭皮のニオイが気になった時に行っていること」について質問したところ、約半数が「特に何も対策しない」と回答する結果となりました。髪や頭皮のニオイは自身ではあまりニオイを意識できず、対策まで至らない人が多いのかもしれません。

「特に何も対策しない」のほかには、「しっかりとドライヤーで乾かす(14.7%)」、「洗浄力の強いシャンプーに切り替える(10%)」、「こまめに汗を拭く(10%)」、「頭皮ケアアイテム(スクラブ、頭皮ブラシ)を使用する(8.7%)」と続く結果となりました。

自分の髪・頭皮のニオイが気になった時の対策法



「その他(1.7%)」の回答としては、「こまめにシャワーを浴びる」「香り付きヘアスプレーを使用してニオイをごまかす」といった声が寄せられました。

【梅雨時期は特に髪・頭皮のニオイに注意？その理由と対策法について、毛髪診断士 桜庭 翔氏が解説】



衣類の生乾き臭などに気を配る方は多いですが、実は盲点なのが、髪・頭皮のニオイです。梅雨時期は以下の理由から、髪・頭皮に関してもニオイが強くなる傾向があるため、要注意です。

・**湿度の上昇**: 湿度が高いと空気中に水分が多いため、汗が蒸発しにくくなり体温調節がうまくできず体は汗をかきやすくなります。さらに、梅雨で高湿度になると、汗や皮脂が留まりやすくなり、ニオイの原因の元となります。

・**雑菌の繁殖**: 高温多湿な環境は、ニオイの原因となる雑菌が増えやすくなります。また、髪の毛も乾きにくくとも雑菌を繁殖しやすくさせる要因に繋がります。

・**皮脂の酸化**: 分泌された皮脂が酸化すると嫌なニオイを発しやすくなります。特にこのニオイは自分では気づきにくいですが他人には意外と感じ取られやすいニオイであると言われています。

梅雨時期に取り入れたい髪・頭皮のニオイ対策方法

・**基本中の基本！だけど悔れない「洗髪方法とシャンプーの見直し」**: 前述の通り、頭皮の汚れはニオイの原因の元となります。シャンプーの前の、お湯での予洗いも重要。実は予洗いを1分以上行うことで汚れの7割を落とすことができると言われています。また、皮脂だけでなくスタイリング剤も洗い残しがないよう、自分の頭皮に合った洗浄力のシャンプーを選ぶようにしましょう。

・**意外な落とし穴！梅雨こそ頭皮の保湿ケアを取り入れよう！**: 梅雨時期は、空気中に水分が多くても、実はそれが頭皮の内部の保湿になるわけではありません。特にこの時期はエアコンを稼動させ始めるため、表面はしつりでも、内側はカサついてる、いわゆる頭皮のインナードライ状態を引き起こしているかも。頭皮が乾燥すると皮脂が過剰分泌されてニオイの元の原因となります。アウトバスアイテムとして頭皮美容液などで保湿をするのも効果的です。

・**雑菌が繁殖しやすい枕カバーやブラシはこまめにケア！**: 一般的に、寝ている間は平均でコップ1杯(約200～300ml)の汗をかくと言われていますが、湿度が高くムシムシした夜は、寝ている間に汗の量が増えます。清潔でない枕カバーを使用し続けることは頭皮ニオイの再付着の原因に。2日～3日に1回は枕カバーを交換するのが好ましいですが、難しい場合はこまめに除菌スプレーを使用する、もう一枚タオルを引くなど工夫をしてみるのもよいでしょう。

また、意外に見落としがちなのはブラシです。髪と頭皮に直接接触するブラシはまさに雑菌の繁殖ポイントです。こまめに中性洗剤で洗って自然乾燥するようにしましょう。豚毛・猪毛などのブラシはお手入れしづらいため、梅雨・夏場はナイロン製orプラスチック製のブラシがおすすめです。

自分が思っているより周囲に影響を与えていたかもしれない髪・頭皮のニオイ。ニオイが発生するメカニズムを理解し、万全の対策で梅雨入りを迎えましょう。

■ニオイの原因となる皮脂汚れ対策として、梅雨・夏におすすめの「SCALP D」シリーズ

商品名：薬用スカルプシャンプー オイリー [脂性肌用]

販売名：販売名：薬用スカルプ0シャンプーNK15

内容量：350mL

価格：4,300円(税込)

分類：医薬部外品

スカルプD独自の頭皮と頭髪を洗う洗浄成分「アミノDウォッシュ※1」を配合。頭皮のうるおいを保ちながら余分な汚れを落とし、高い洗浄性とバリア機能の維持を両立。さらに、皮脂吸着成分※2を配合し、毛穴詰まりの原因となる頭皮の悪性油分※3を吸着します。

※1 N—ラウロイル—Lアスパラギン酸ナトリウム液

※2 従来のスカルプD薬用スカルプシャンプーシリーズに対し、シルク末を新たに配合

※3 過酸化脂質を含む皮脂のこと



アンファー株式会社について

アンファー株式会社は、1987年に会社設立。「予防医学」をタグラインに掲げ、“いつまでも美しく、健やかに生きる”というエイジング対策・ライフスタイルの実現を目指す”トータルヘルス対策・カンパニーです。多くの医師や臨床機関・研究機関との密接なリレーションを構築しながら、「スカルプD」シリーズをはじめ、化粧品、食品等、様々なエイジング対策商品・サービスの企画・研究開発および販売を行っております。2019年4月10日より、“Dクリニックグループ”※に参画しました。

※Dクリニックグループは、「医学」を背景として、共通の目的と理念を実現するために、企業、クリニック、NPO法人団体等により発足したグループです。

【お客様からのお問合わせ先】

アンファー株式会社

〒100-7026 東京都千代田区丸の内2-7-2 JPタワー26F

TEL:0120-059-595 [営業時間:午前9時～午後6時

(年末年始を除く)]