

## 【髪・頭皮の悩み実態調査】

女性の 8 割以上が髪・頭皮に悩み、年代によって異なる傾向が明らかに  
20～30 代は「うねり・パサつき」、40 代以降は「白髪」が顕著  
“髪悩み”と“現在の対策”にもギャップ  
スヴェンソンが年代・髪悩みに合わせたヘアケアを提案

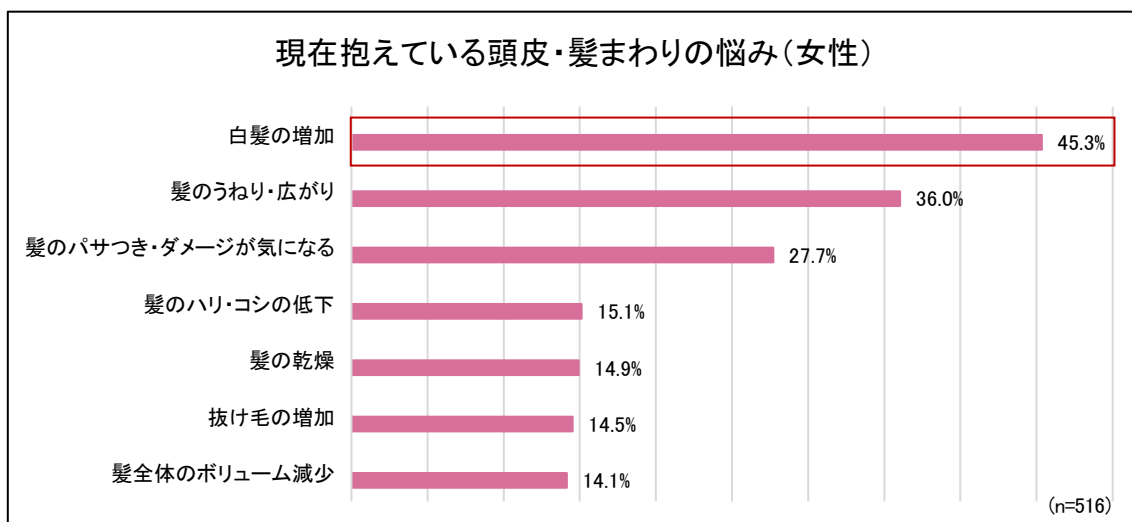
株式会社スヴェンソン（本社：東京都港区、代表取締役社長 CEO：児玉 義則）は、「髪・頭皮の悩み」に関する調査を、全国 20～69 歳の男女 1,035 名を対象に 2026 年 5 月 29 日（金）～5 月 31 日（日）の期間、インターネットにて実施いたしました。本リリースでは、年代とともに変化する女性の髪悩みに着目し、女性の回答結果を中心に分析しました。

その結果から、女性の年代による髪悩みの違いや、悩みと対策状況のギャップに着目し、それぞれの年代・悩みに合わせたヘアケア方法を提案します。

## ■調査サマリー

- 髪・頭皮の悩みについて「気になる悩みはない」という回答は 18.0%にとどまり、女性の 8 割以上が何らかの悩みがあることが明らかに。
- 20～30 代では「髪のうねり・広がり」「髪のパサつき・ダメージが気になる」などの髪質に関する悩みが顕著。一方 40～60 代は「白髪の増加」が 40 代で 53.3%、50 代で 65.2%、60 代で 61.1%と、各年代の半数以上が回答。
- 「白髪の増加」の悩みは 30 代が 26.9%のところ、40 代では 53.3%と、30 代から 40 代にかけて約 2 倍に増加。
- 40～60 代では「白髪の増加」に加え、「髪のうねり・広がり」「髪のハリ・コシの低下」「髪全体のボリューム減少」の髪悩みも、一定の割合でみられた。
- 主な髪悩みの「気になっている」割合と「現在対策している」割合を比較すると、「現在対策している」割合が髪悩みのいずれでも下回る結果に。

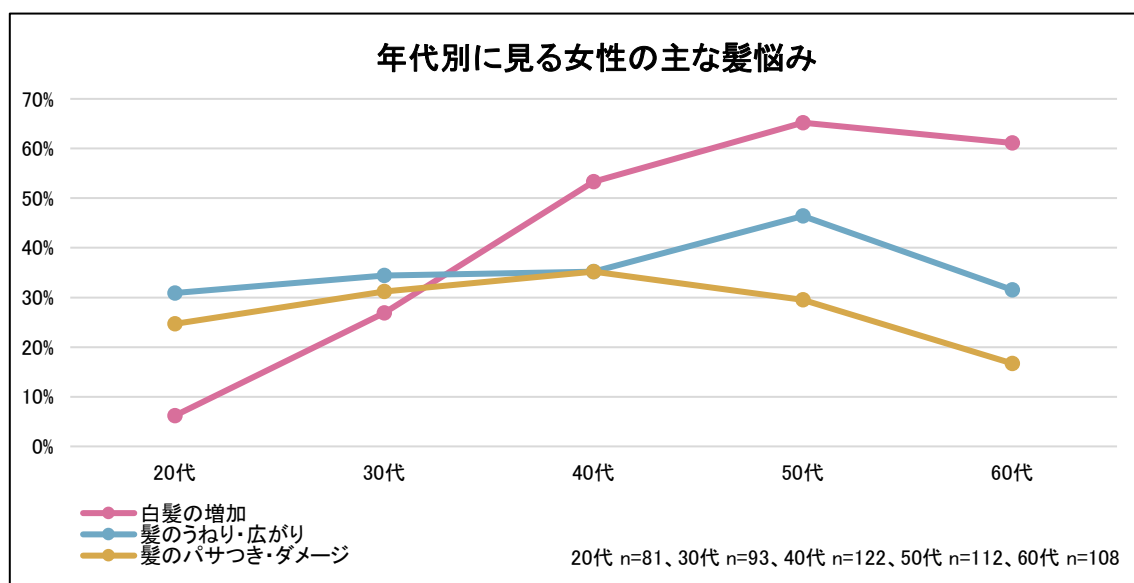
## ■女性の 8 割以上が何らかの髪・頭皮の悩み 1 位は「白髪の増加」45.3%



女性 516 名に、現在抱えている髪・頭皮の悩みについて聞いたところ、最も多かったのは「白髪の増加」(45.3%)でした。次いで「髪のうねり・広がり」(36.0%)、「髪のパサつき・ダメージが気になる」(27.7%)となり、白髪に加え、うねりやパサつきなど髪質に関する悩みも上位に挙がりました。

また、「気になる悩みはない」と回答した女性は 18.0%となっており、女性の 8 割以上が何らかの髪・頭皮まわりの悩みを挙げていることがわかりました。

## ■年代によって異なる女性の髪悩み 20～30 代は「うねり・パサつき」、40 代以降は「白髪」が顕著に



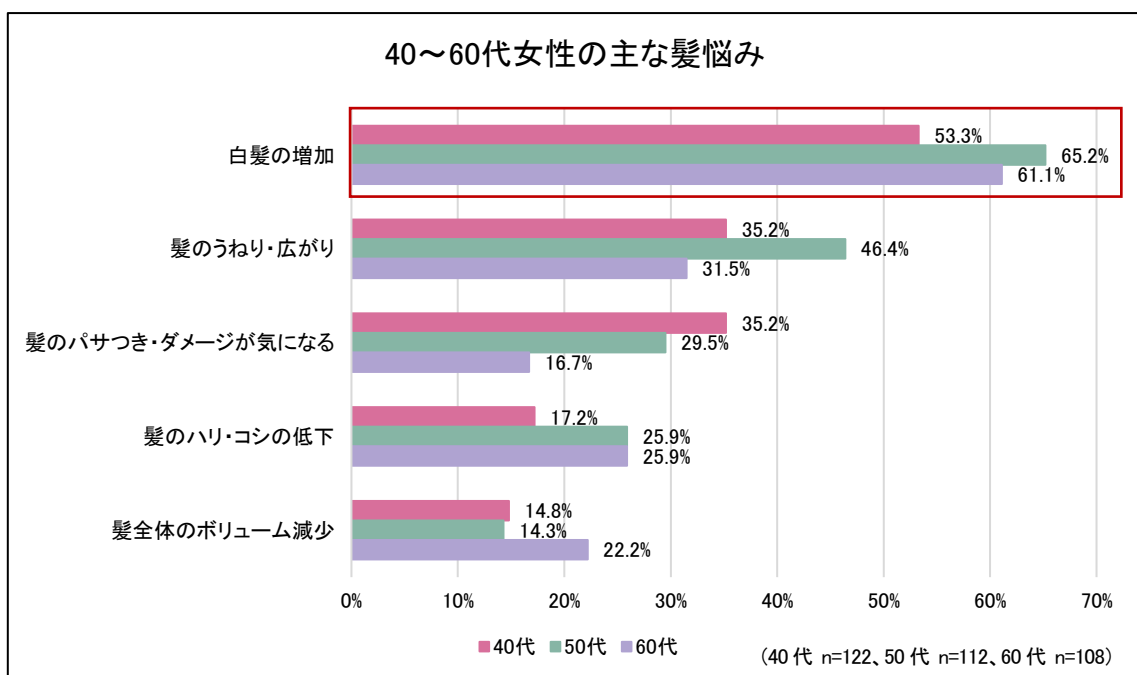
年代別に見ると、20 代女性では「髪のうねり・広がり」(30.9%)が最も多く、次いで「髪のパサつき・ダメージが気になる」(24.7%)となりました。

30 代でも「髪のうねり・広がり」(34.4%)、「髪のパサつき・ダメージが気になる」(31.2%)が上位となっており、20～30 代では、うねりやパサつき・ダメージなど、髪の質感に関する悩みが目立つ結果となりました。

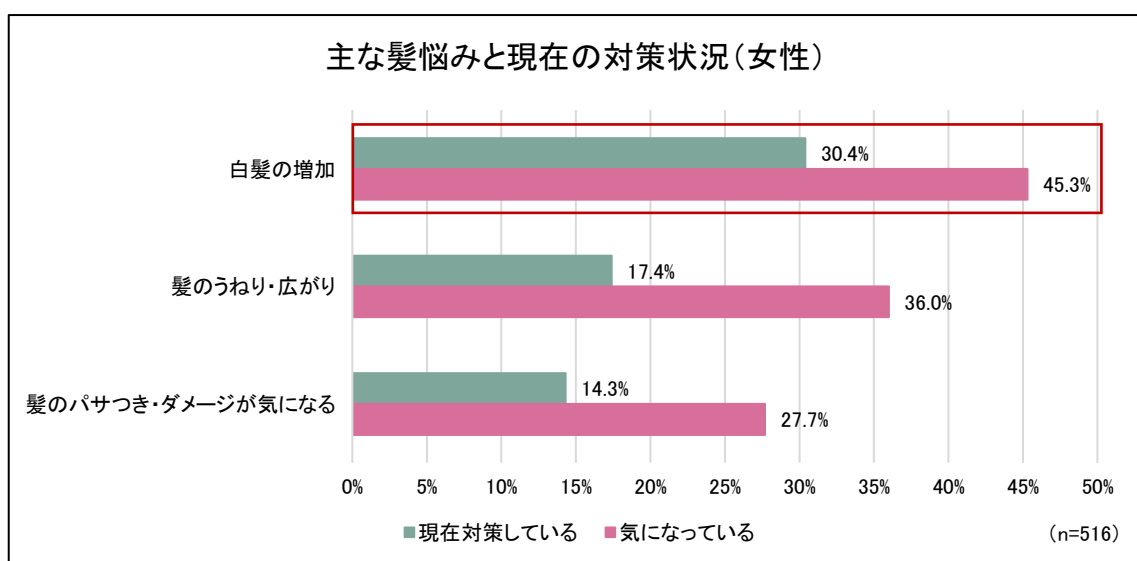
一方、「白髪の増加」は 20 代では 6.2%、30 代では 26.9%だったのに対し、40 代では 53.3%となり、30 代から 40 代にかけて約 2 倍に増加しました。さらに 50 代では 65.2%、60 代では 61.1%となり、40～60 代ではいずれも半数以上が「白髪の増加」を悩みとして挙げています。年代によって女性の髪悩みの傾向は異なり、20～30 代ではうねりやパサつき・ダメージ、40 代以降では白髪が大きな悩みとなることがわかりました。

## ■40～60 代は「白髪」だけじゃない うねりやハリ・コシ、ボリュームなど一定の悩みも

40～60 代女性では、「白髪の増加」が各年代で最も多い一方、髪質やボリュームに関する悩みもみられました。40 代では「髪のうねり・広がり」「髪のパサつき・ダメージが気になる」がともに 35.2%。50 代では「髪のうねり・広がり」が 46.4%と半数近くにのぼり、「髪のパサつき・ダメージが気になる」が 29.5%、「髪のハリ・コシの低下」が 25.9%となりました。60 代では「髪のうねり・広がり」が 31.5%、「髪のハリ・コシの低下」が 25.9%、「髪全体のボリューム減少」が 22.2%となっています。このことから、40 代以降では白髪だけでなく、うねりやハリ・コシ、ボリューム減少など、複数の髪悩みを抱えている方が多いことがわかりました。



## ■髪悩みを感じている割合に比べ、現在対策している割合は低い結果に



女性の主な髪悩みについて、「気になっている」と回答した割合と「現在対策している」と回答した割合を比較しました。女性の髪悩みで最も多かった「白髪の増加」は、気になっている人が45.3%だったのに対し、現在対策している人は30.4%となりました。

また、「髪のうねり・広がり」は、気になっている人が36.0%だったのに対し、現在対策している人は17.4%、「髪のパサつき・ダメージが気になる」は27.7%に対し14.3%となり、いずれも悩みとして挙げた割合に比べ、現在対策している割合が低い結果となりました。髪・頭皮に悩みを感じている割合に対し、現在対策している割合には差がみられることがわかりました。

## 【アンケート調査概要】

調査方法: インターネット調査

調査対象: 全国 20～69 歳の男女

調査時期: 2026 年 5 月 29 日(金)～5 月 31 日(日)

回答者数: 1,035 名(内訳: 女性 516 名／男性 519 名)

調査委託先: 株式会社マクロミル

## ■年代・髪悩みに合わせたケアを スヴェンソンがおすすめするヘアケア

今回の調査から、女性の髪悩みは年代によって異なり、20～30 代ではうねりやパサつき・ダメージなど髪の質感に関する悩みが目立つ一方、40 代以降では白髪悩みが最も多く、加えてうねりやハリ・コシ、ボリューム減少など複数の悩みがあることがわかりました。

また、主な髪悩みについて「気になっている」割合と「現在対策している」割合を比較すると、「白髪の増加」「髪のうねり・広がり」「髪のパサつき・ダメージが気になる」のいずれも、現在対策している割合が低い結果となりました。

髪・頭皮の状態は年代によって変化するため、自分の年代やその時々髪悩みに合わせて、日々のヘアケアを選ぶことが大切です。そこでスヴェンソンでは、それぞれの年代でみられる髪悩みに合わせたヘアケアを提案します。

### <20～30 代におすすめ>

うねりやパサつき・ダメージなど、髪の質感が気になる方に



【商品名】ザ・チャガ ヘアトリートメント(250g)

【メーカー希望小売価格】2,970 円(税込)

【特徴】オタネニンジン、カンゾウ、カミツレなどの 20 種のボタニカル成分が配合されており、髪 1 本 1 本をしっかりと保湿します。また 6 種類の高機能成分(浸透型アミノ酸、高密着ヒアルロン酸など)が紫外線ダメージを受け傷んだ髪を補修します。また、頭皮ケア成分「チャガエキス」を配合。チャガはきのこの一種で、スヴェンソンと徳島大学が共同研究を行った頭皮ケア成分です。髪だけでなく頭皮に塗布することもでき、頭皮環境を整えるヘッドスパ機能もあります。

URL: <https://www.8341.jp/product/haircare/treatment.html>

### <40 代以降におすすめ>

白髪だけでなく、髪のうるおいや質感も気になる方に



【商品名】レフィーネ ヘッドスパ トリートメントカラー(300g)

【メーカー希望小売価格】3,980 円(税込)

【特徴】毎日でも使用できるやさしい白髪染めトリートメント。コラーゲンやケラチン、CMC 様擬似セラミドなど髪を保湿・補修する成分や、チャガエキスなどの頭皮ケア成分を配合しているため、髪を染めながら、髪・頭皮の乾燥ダメージのケアもできるアイテムです。

URL: <https://www.8341.jp/product/refine/headspa.html>



【商品名】レフィーネ ヘッドスパカラークリームシャンプー(220mL)

【メーカー希望小売価格】3,980 円(税込)

【特徴】17 種の毛髪保湿・補修成分と 7 種の頭皮ケア成分を配合したカラークリームシャンプー。刺激性の強い浸透剤は使用せず、髪と頭皮にやさしい成分で設計されています。毎日のシャンプーで白髪をムラなく染めながら、艶やかな髪と健やかな頭皮を保ちます。

URL:<https://www.8341.jp/product/refine/colors.html>

## ■スヴェンソン Cosmetics Marketing 事業部とは

Cosmetics Marketing 事業部は、2006 年にヘアケアブランド「レフィーネ」が誕生して以来、将来の髪年齢をサポートできる安心・安全をコンセプトとした商品を展開しています。発売以来人気商品である、頭皮ケア成分を配合した白髪染め「レフィーネ ヘッドスパトリートメントカラー」や、日本初<sup>※1</sup>のチャーガエキス配合育毛シリーズ「ザ・チャーガ」を主力商品とし、艶やかでハリ・コシのある若々しい髪と将来の髪年齢をサポートするヘアケア製品とサービスをお届けしています。また、スキンケアではゆらぎ肌・敏感肌向けの基礎化粧品、W 抗炎症効果の美容液原液「YURAHADA」や、目育をコンセプトとしたアイメイク「MEIQUE」シリーズを展開しています。

※1: 育毛剤への配合として

## ■株式会社スヴェンソンについて

株式会社スヴェンソンは、増毛サービスやウィッグを提供するヘアケア事業、化粧品関係を取り扱うコスメ事業、コスプレ用品の製造・販売や、レストラン運営などを行う関連事業を中心に事業展開しております。ブランドスローガンである「その人生と共にいつも。」を掲げ、お客様のライフタイムサポーターとして日々の生活に役立てるよう取り組み、共に輝いて参ります。

スヴェンソン コーポレートサイト:<https://svenson.co.jp/>

## ■株式会社スヴェンソン 企業概要

社 名: 株式会社スヴェンソン

住 所: 東京都港区赤坂 1-12-32 アーク森ビル 17 階

創 業: 1984 年 2 月 3 日

代 表 者: 代表取締役社長 CEO 児玉 義則

事業内容: 男性向けウィッグの製造・販売・理美容サービス。

女性向けウィッグの製造・販売・理美容サービス。ヘアケア商品の製造・販売。