

みんな何してる？コロナ禍で新たに始めた&今後も続けたい美容ルーティンを調査

## 秋の夜長に取り入れたい美容ナイトルーティンをご紹介

ヤーマン株式会社（代表取締役社長：山崎貴三代、所在地：東京都江東区）は、20～40代の女性300名を対象にコロナ禍で新たに取り入れた美容ルーティンに関する調査を実施いたしました。昨年から続くコロナ禍において、外出自粛によって自宅で過ごす時間が増えたことをうけ、「おうち時間」を活用した「おうち美容」はもはや当たり前となった習慣となってきました。どのような美容ルーティンが定着しているのかを調査することにより、これから取り組んでいきたいという方や、季節の変わり目で違うことにチャレンジしてみたいという方の、後押しになるような美容法・美容機器をご紹介します。



### ■ みんな何してる？コロナ禍で取り入れた美容ルーティンを調査

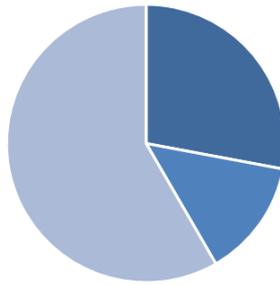
#### 《調査サマリー》

- 最も美容ルーティンを取り入れた時間が多かったのは、“**ナイトルーティン**”。
- 取り入れた美容ルーティン1位はどの時間帯も「体のストレッチやマッサージ」といったボディメンテナンスという結果に。
- 美容ルーティンを取り入れたきっかけは「家にいる時間が長くなったため」が43.3%と最も多く、ついで「ダイエット」や「運動不足解消」、「リラックスしたいから」といった理由が続く結果に。
- 取り組んだ結果として、「リラックスできた」という回答が47.7%と最も多く、「おうち時間ができたから充実させたい」という想いを、美容ルーティンとして実現している方が多く見受けられる結果に。
- 今後取り入れたい秋の夜長の美容ナイトルーティンは、ボディメンテナンスが65.3%とダントツの1位に。夏のダメージや、秋に向けての乾燥対策という観点から、ヘッドマッサージ、パック、美顔器、半身浴も取り入れていきたいという回答も。

## 《調査結果》

### Q1.コロナ禍で取り入れた美容ルーティンはどの時間帯ですか。(n=300)

最も美容ルーティンを取り入れた時間が多かったのは、「ナイトルーティン」という結果になりました。

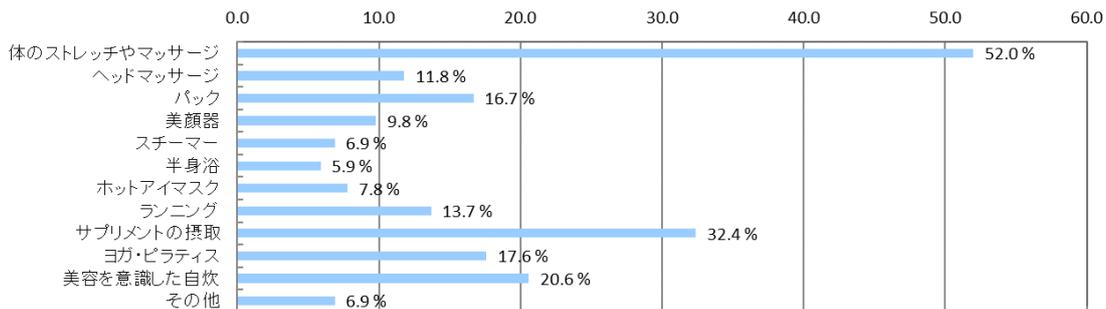


■ モーニングルーティン ■ デイタイムルーティン ■ ナイトルーティン

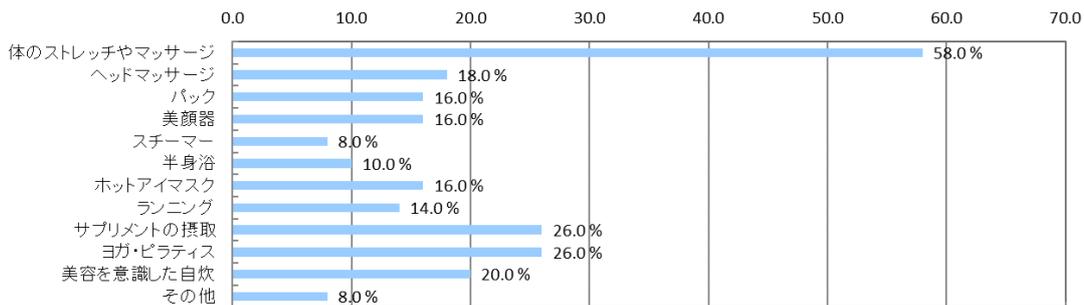
### Q2.コロナ禍で取り入れた美容ルーティンはなんですか。(n=300)

どの時間の美容ルーティンとしても最も取り入れられていたのが、「体のストレッチやマッサージ」といったボディメンテナンスという結果に。モーニングルーティンでは「サプリメントの摂取」が次いで 32.4%、デイタイムルーティンでは「ヨガ・ピラティス」が次いで 26.0%、ナイトルーティンでは「パック」が次いで 31.9%という結果となりました。

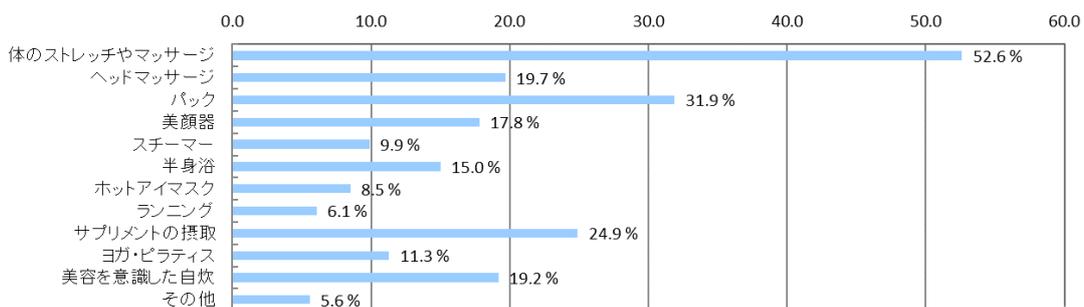
#### ●モーニングルーティン



#### ●デイタイムルーティン

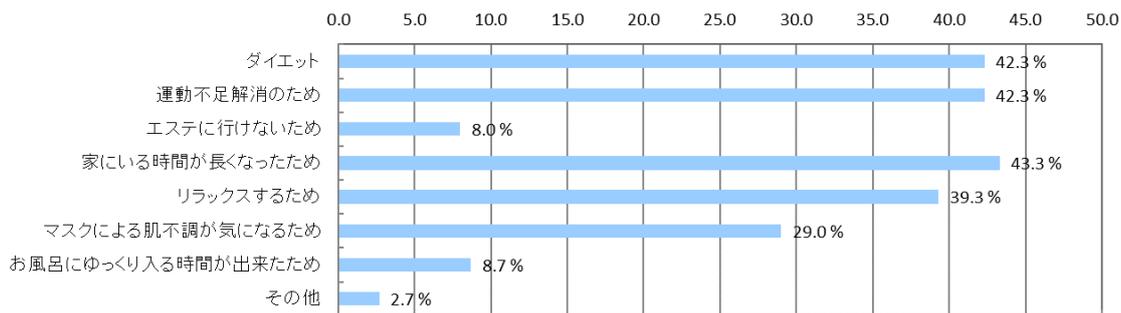


#### ●ナイトルーティン



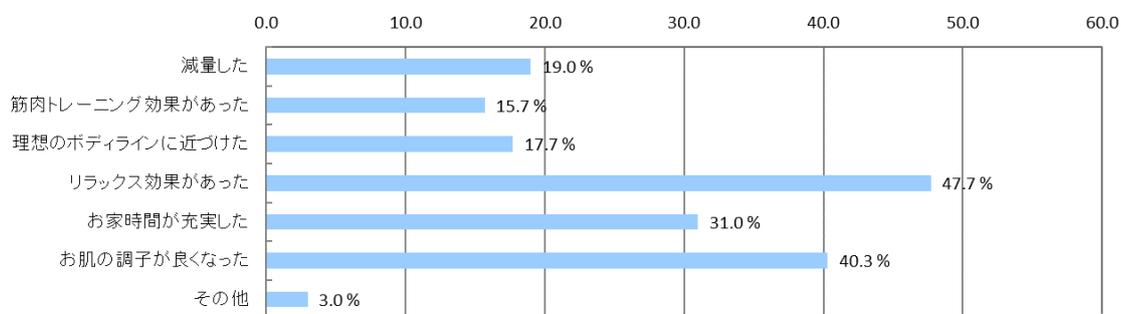
### Q3.取り入れたきっかけや理由はなんですか。(n=300)

取り入れた理由としては「家にいる時間が長くなったため」というコロナ禍ならではの理由の他、ダイエットや運動不足から取り入れたという身体のお悩みが原因という回答も多く、リラックスしたいからという理由に関しても 39.3%と目立ちました。

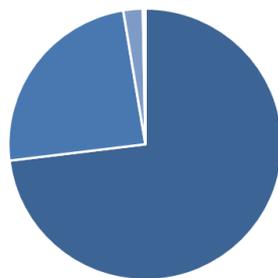


### Q4.どのような効果がありましたか。(n=300)

取り組んだ結果としても、リラックスできた、という回答が 47.7%と最も多い結果となり、「おうち時間ができたから充実させたい」という想いを、美容ルーティンとして実現している方が多く見受けられました。



### Q5.今後も継続しようと思っていますか。(n=300)



■ そう思う ■ ややそう思う ■ ややそう思わない ■ 思わない

### Q6.今後、秋の夜長に取り入れたい美容ナイトルーティンがありますか。(n=300)

また、今後取り入れたい秋の夜長の美容ナイトルーティンとしては、ボディメンテナンスが 65.3%とダントツの一位になりました。夏のダメージや冷房による冷えを感じるという理由や、秋に向けての乾燥対策という観点から、ヘッドマッサージ、バック、美顔器、半身浴も取り入れていきたいという結果となりました。



## Q7.その理由はなんですか。(n=300)



【調査概要】調査方法：インターネット、調査期間：2021年8月実施、調査対象：女性300人（20～40代女性：各100人ずつ） ※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、【ヤーマン株式会社調べ】とご明記ください。

### ■ 秋の夜長に取り入れたい！美容ナイトルーティンにおすすめの美容機器&化粧品7選

#### 夏疲れ頭皮をお風呂で簡単ケア

##### ✓ シャンプーをしながらヘッドスパ

秋の夜長で取り入れたい美容ルーティンとして、2番目に回答が多かった「ヘッドマッサージ」を簡単に叶える美容機器『ヘッドスパリフト』。

夏の頭皮疲れを感じるという回答が38.3%と多いため、まずは『ヘッドスパリフト』でじっくりと頭皮をほぐすことがおすすめです。湯船に浸かり“ながら”、シャンプーし“ながら”。続けやすいだけじゃない、続けたいくなる心地よさで、夏に過酷な肌環境だった頭皮を癒します。

●mysé ヘッドスパリフト 税込13,750円

製品ページ：<https://www.myse.jp/products/headspa-lift.html>



##### ✓ 頭筋用のEMSでトリートメント時間を活用

物理的にほぐした後は、EMSで頭筋を刺激する『スカルプリフト』で、お顔周りをトータルケア。シャンプー時や、トリートメントの置き時間に使うと、疲れた日でもあつという間にリフトケア\*1が可能です。お風呂からあがった後は、フェイシャルパックを付けながら、マスクの下でもたついていた表情筋を集中的にケアします。

秋の夜長に向けて「半身浴」を美容ルーティンとして取り入れたいという方には、特にながら美容としておすすめです。\*1 機器を上に乗かすこと

●mysé スカルプリフト 税込33,000円

製品ページ：<https://www.myse.jp/products/scalp-lift.html>



#### 夏のお疲れ肌ケア

##### ✓ 美白成分\*2 浸透ケア編

これから美容ナイトルーティンを取り入れたい理由の中でも、48.0%を占めているのが「紫外線による肌ダメージ」。

美白化粧品\*2を手で塗るだけでは物足りなく感じる秋の入り口だからこそ、美白成分\*2の浸透\*3をサポートする美顔器『ブライトリフト』を。独自の導入波形「メラノバリアパルス」が美白成分の浸透を約250%まで高め、夏のお疲れ顔も明るい印象へと導きます。お肌を整える4種のビタミンC誘導体がバランスよく配合された『ファーストCブースト』を併用することで、アフターサマーケアが完成します。

\*2 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ \*3 角質層まで

●YA-MAN TOKYO JAPAN ブライトリフト 税込 49,500 円

製品ページ：<https://www.ya-man.com/brand/yaman/products/forface/photo-plus-bright-lift.html>



●オンリーミネラル Nude ファースト C ブースト 税込 4,800 円

製品ページ：<https://www.onlyminerals.jp/products/nude/first-c-boost.html>

### ✓ マスクの下の毛穴ケア編

「冷房による冷えが気になる」という回答が 45.7%と多い中で取り入れたいのが、濃密ダブルスチームでお顔全体をしっかりと包み込んでくれる『ブライトクリーン』。

紫外線やマスクの蒸れにより弱ったお肌でも、優しく毛穴をゆるめます。

更にも、お水を使って優しく汚れをはじき飛ばすウォーターピーリングを搭載した『ディープスキングリア』により、マスクの下で眠っていた角栓もディープオフ。



●YA-MAN TOKYO JAPAN ブライトクリーン 税込 38,280 円

製品ページ：<https://www.ya-man.com/brand/yaman/products/steamer/bright-clean.html>

●mysé ディープスキングリア 税込 19,800 円

製品ページ：<https://www.myse.jp/products/deep-skin-clear.html>



### 秋冬シーズンへの準備

#### ✓ 温活あれば憂いなし

『フォトシャイン』で W 温スチームだけでなく化粧水ミストや 5 色の LED も浴びることで、エステに通ったかのようなケアに早変わり。

秋に向けて乾燥が気になるという回答も 36.7%と多いため、ラジオ波や EMS などを搭載した多機能美顔器『フォトプラス』も常備することで、安心して秋冬を迎えられるお肌へと導きます。



●YA-MAN TOKYO JAPAN フォトシャイン 税込 59,400 円

製品ページ：<https://www.ya-man.com/brand/yaman/products/steamer/photo-shine.html>

●YA-MAN TOKYO JAPAN フォトプラス 税込 40,700 円

製品ページ：<https://www.ya-man.com/brand/yaman/products/forface/photo-plus.html>



※発表日現在の情報となります。最新の情報と異なる場合がございますのでご了承ください。