

■《ヒゲ脱毛経験者に聞く!》「クリニック選びの現実と満足度」を調査

【拡大するメンズ脱毛市場】“施設選び”で重視すること ヒゲ脱毛経験者の6割「痛み対策」を最重視

◎【医療脱毛特化のメンズリゼが解説】「ヒゲ脱毛」を選択する傾向や最新動向、“7つの強み”とは？

男性の美容意識の高まりに伴い「メンズ脱毛」の選択肢が広がる一方、医療機関（クリニック）やエステサロンに加え、最近では「セルフ脱毛」まで多様な施設が存在する時代となりました。しかし、選択肢が増えた反面、「強引な勧誘」のトラブルや「不透明な価格設定」などの不安から、施術先選びに足踏みする男性も少なくありません。

過去の当院調査（※①）では、毎日のヒゲ剃りに年間約 13,899 円（生涯で約 80 万円）の費用と 1 回平均 6.2 分の時間を費やしており、7 割以上が肌トラブルを経験している実態が明らかになりました。

「時間とコスト（タイパ・コスパ）を軽減する投資」として、また月々の負担を抑えた“サブスク感覚”で通える手軽さからも「ヒゲ脱毛」は支持を集める一方、「脱毛施設をどう選べば失敗しないのか」という新たな壁も生まれています。

そこで、**全国 30 院を展開する男性の美容皮膚科『メンズリゼ』（医療法人社団風林会 東京都新宿区 総院長 赤塚正洋／以下「当院」）**では、2026 年 7 月 14 日～7 月 22 日の 9 日間、20～30 代のヒゲの医療レーザー脱毛を 5 回以上経験した男性 227 名を対象に【ヒゲ脱毛に関するアンケート調査（クリニック選びの現実と満足度）】を実施（インターネット調査）。

実際に「ヒゲ脱毛をした経験者」へ「クリニック選びで重視したことは？」を質問したところ、最多回答は「**痛み対策（麻酔の有無やスタッフの対応）**」（57.7%）となり、本リリースでは、調査結果から見てきた「**経験者が実感する失敗しないクリニック選びの条件**」や「**リアルな満足度**」に加え、過去調査で判明したコスト・時間の実態、当院の「ヒゲ脱毛“7つの強み”」、最新のトレンド動向ほかを分かりやすく解説します。



※参考①：【ヒゲの実態と本音／男性 800 名へ調査】「ヒゲ剃りで出血」8 割 「肌トラブル」も 7 割以上が経験済み

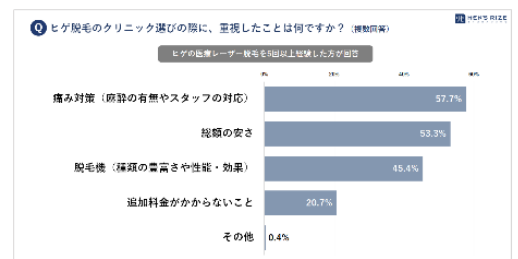
《ヒゲ剃りの平均値》1 回「6.2 分」・年間「13,899 円」（毎月 1,158 円）⇒ <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000093.000020081.html>

■調査結果：まとめ

1：【ヒゲ脱毛のクリニック選び】「痛み対策」重視が 57.7%で最多

ヒゲの医療レーザー脱毛経験者へ「クリニック選びで重視したことは？」を質問したところ、最も多かった回答は「**痛み対策（麻酔の有無やスタッフの対応）**」（57.7%）となりました。

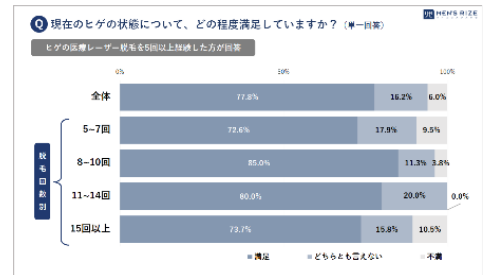
太く濃い毛が密集するヒゲの脱毛において、痛みの軽減や医療機関ならではの配慮が最も重視されていることが判明。次いで「総額の安さ」（53.3%）、「脱毛機（種類の豊富さや性能・効果）」（45.4%）が続き、**費用面だけでなく「確かな効果が得られるか」という技術・設備面も強く意識されていることが判明しました。**また、「**追加料金がかからないこと**」（20.7%）を挙げる人も一定数存在し、**契約後の不透明な費用発生を避けたい**という消費者の防衛意識もうかがえる結果となりました。



2：ヒゲ脱毛の満足度は全体で約8割。一方「施術回数」と「満足度」の関係から見えた“個人差”の実態

「現在のヒゲの状態についての満足度」への質問に対し、**全体の77.8%が「満足」**と回答。医療レーザー脱毛の効果に対する評価の高さがうかがえる結果となりました。

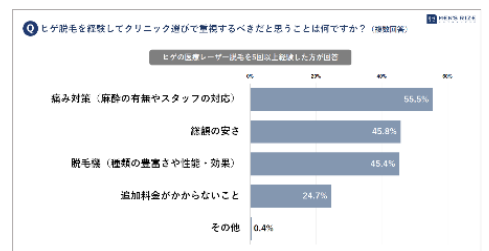
一方で、照射回数別では「回数を重ねれば満足度が右肩上がりに伸びるわけではない」ことが判明。**毛量や仕上がりに（ゴール）によって満足度には個人差がある**ことがうかがえます。



3：経験者が語る「本当に重視すべきポイント」脱毛経験前と後とで意識がシフト

ヒゲ脱毛経験者に「実際に経験してみてクリニック選びで重視すべきだと思うこと」を質問したところ、**最多は「痛み対策（麻酔の有無やスタッフの対応）」（55.5%）**となりました。一方で契約前後の意識の変化を比較すると興味深い傾向が見られました。（①データと比較）

「**総額の安さ**」を挙げる割合が脱毛経験前の**53.3%から45.8%へ減少**したのに対し、「**追加料金がかからないこと**」は**20.7%から24.7%へと増加**。実際に施術を重ねる中で、表面上の価格の安さ以上に「麻酔代やキャンセル料などの追加費用がかからない明確で安心な料金体系（明朗会計）」が重要であると実感するユーザーが多いことが分かりました。

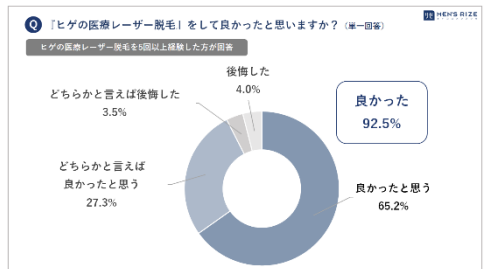


4：「ヒゲ脱毛をして良かった」男性は9割越え

「ヒゲの医療レーザー脱毛をして良かったと思うか」の質問に対し、**全体の92.5%が「良かった」と回答**（良かったと思う65.2%+どちらかと言えば良かったと思う27.3%）。

「後悔した」（どちらかと言えば後悔した3.5%+後悔した4.0%）と答えた人はわずか7.5%にとどまりました。

前述（②データ）の「現在のヒゲの状態への満足度（77.8%）」と比較すると、「やって良かった」の割合がさらに高くなっている点が特徴的です。



■調査概要

調査名称：ヒゲ脱毛経験者に聞く「クリニック選びの現実と満足度」に関するアンケート調査

調査主体：男性の美容皮膚科『メンズリゼ』

調査期間：2026年7月14日～22日

調査方法：インターネット調査

調査対象：ヒゲの医療レーザー脱毛を5回以上経験した全国20～30歳の男性227名

出典表記（引用時クレジット）：男性の美容皮膚科『メンズリゼ』 ※当リリースデータや写真の使用時は必ず記載ください

■メンズリゼのヒゲ脱毛“7つの強み”

1: 追加料金“ゼロ”

「行ってみたら、思っていた金額と違った」という体験は、医療への信頼を損なわせます。当院では、公式サイトに掲載価格がそのまま契約価格となる「透明性」を徹底。カウンセリング料や再診料はもちろん、予約キャンセル料や剃毛料（剃り残し）、肌トラブル時の薬代など、追加費用も一切いただきません（※）。

広告で惹きつけ、カウンセリングで高額なプランへ誘導するといった手法を排し、契約前に総額を明確に提示する「嘘のない価格設計」を行っています。
<https://www.mens-rize.com/price/>

※各種麻酔を使用する場合は、別途費用が発生

※剃毛料無料は剃り残しに対するサービスであるため、照射予定日の前日に剃毛してくださいますようお願いいたします。

2: 「痛み」への対策と細やかな配慮

当院では、少しでも快適な脱毛をご提供できるよう、痛みに対して様々な取り組みを行っています。

<https://www.mens-rize.com/knowledge/painful.html>

●医療機関でのみ叶う痛みの軽減

当院では、麻酔クリーム・笑気麻酔・麻酔テープ（ニードル脱毛時のみ）の3種類の麻酔をご用意。

医療機関でのみ取り扱いが可能な麻酔を使用できるからこそ、**脱毛効果を維持したまま痛みを軽減**することが可能です。



●医療従事者による細やかな配慮

痛みを強く感じやすい部位や患者さま毎の施術方法を把握しパワー調整するなど、できる限り痛みをカバーしながら施術を行うことはもちろん、照射時は「ハイ」と合図を送るなど、安心して受けていただけるお声掛けを徹底。

また、脱毛後のヒリヒリとした熱感や痛みへはクーリングをしっかり行うなど、患者さまの痛みに寄り添います。

3: 満足した時に卒業できる「特別返金保証」

脱毛は毛量・毛質の違いによって必要な回数が異なります。そのため、何回で効果に満足できるのか断言ができません。

メンズリゼ独自（※①）の『特別返金保証』では、多い回数で契約してもコース途中で効果に満足した場合、残り回数分の料金がそのまま手元に戻る制度。

効果を見極めながら満足した時に終わらせることができるため、初心者でも安心して長期コースを始められます。
<https://www.mens-rize.com/hige/>

※①中途解約時の「解約手数料」が無料

※ヒゲ脱毛 10回/15回プランを契約した方が、5回以上の照射を行った際に適用

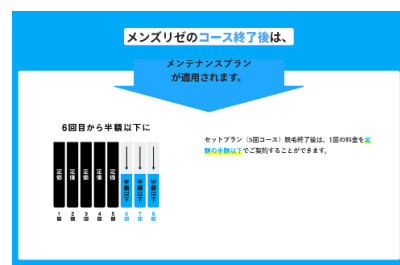


4: コース終了後のメンテナンスをより安く

コース終了後に「もう少しツルツルにしたい」という場合でも、1回の料金を定額の半額以下でお受けいただける「メンテナンスプラン」をご用意。

1回ずつの都度払いが可能なため、ご自身の理想に合わせて、気になる部位だけをいつでもおトクに追加できます。

※セットプラン（5回コース）脱毛終了した方が対象



5: 医師・看護師が選び抜いたこだわりの「脱毛機」

当院では、患者さまの肌状態や毛質にあわせて複数の医療レーザー脱毛機を使い分けて施術を行なっております。脱毛機との相性は患者さま一人ひとり異なりますので、医療従事者が適切に見極め、高い脱毛効果の提供を目指しています。

<https://www.mens-rize.com/machine/>

6: 「5年間の有効期限」が保証するライフスタイルへの寄り添い

お仕事が忙しい方や、毛周期を考慮しながらじっくりご照射したい方にも不安なくご通いいただけるよう【有効期限は5年】と長く設定。

せっかくの自己投資を無駄にさせない仕組みを構築しています。 <https://www.mens-rize.com/qa/clinic/11635.html>

7: 白い毛・産毛・デザインに「ニードル脱毛（針脱毛）」

ニードル脱毛は、毛穴一つひとつに針を挿入し発毛組織を直接破壊していくため、レーザー脱毛では反応せず諦めていた、**白い毛・ホクロ毛**も脱毛が可能です。

また、ニードル脱毛なら**細かいデザイン・産毛**などもアプローチが可能。

創業以来、医療脱毛に特化してきた当院だからこそ「脱毛がしたい」というすべての患者さまのニーズにお応えできます。

<https://www.mens-rize.com/price/needle/>



▼ヒゲ脱毛を選択する男性の傾向（男性の美容皮膚科『メンズリゼ』発表）

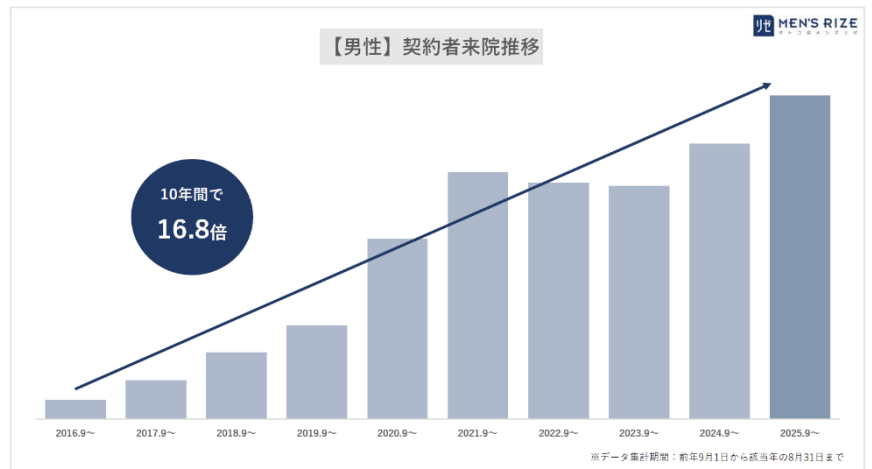
ここ7年間で男性の脱毛に対する垣根が低くなったことや、費用面で迷っていた方も手軽に始められるようになったことから、脱毛を選択する男性が増加傾向にあります。

とくに、コロナ禍でオンライン会議が普及した影響や、今までのように旅行や外出ができない分、自分磨き（美容投資・巣ごもり消費）に費やそうという方が増えるなど、男性美容に与えた影響は少なくありません。

■データ：男性の脱毛意識

実際に当院で【医療脱毛を契約された男性患者さま数（推移）】を「10年間（2016年度から2026年度）」で比較すると**16.8倍**になるなど、美容を意識する男性が顕著に増加していることが分かります。

また、当院で脱毛を希望される男性の傾向として、以前は「ヒゲが濃い」「青ひげが嫌」といった悩みやコンプレックスの解消を希望するニーズが大半でしたが、近年は「少しでも見栄えを良くしたい（美の追求）」「男性だっていつまでも若々しくありたい（アンチエイジング）」「ビジネス上の身だしなみ」「利便性の追求」などニーズが多様化しています。



こうした男性による意識の変化は若年層にとどまらず、中年やシニア層にも波及。その背景には、「人生100年時代」における健康志向の高まりや、ウェルビーイング（心身の充足）を求め、「若々しく年を重ねたい」と願う意識が浸透してきたことがあり、男性のあいだで美容が新たな“自己投資”の一手として捉えられています。

実際に当院で【医療脱毛を契約された男性患者さま】のうち **40代以上の方が約11.5%**（※）を占め、幅広い年代で脱毛が浸透しています。

（※）2020～2026年のメンズリゼ契約者データ準拠

■今後の人生を快適かつ衛生的にするための選択

高齢になるとシワや皮膚がたるむことで、ヒゲの処理を自分自身や介護者が行うことが困難な行為になることもあり、子育てや仕事がひと段落した頃、自身の老後を意識して、**毛が白くなる前に「介護脱毛」**の一環としての「ヒゲ脱毛」を始める方も多くいらっしゃいます。



また、男性は女性に比べて40代あたりから、【**耳毛や眉毛、鼻毛などの一部の毛が「濃く・太く・長く」成長し伸び続ける「シニア毛」**が目立つようになる方がいます。当院では、耳毛・鼻毛・眉毛などの他のクリニックでは断られやすい細かなパーツも脱毛が可能ですので、この**“シニア毛”**を意識した脱毛をする男性も少なくありません。老後を意識した「ヒゲ脱毛」や「シニア毛」の脱毛は、自身への心理的負担の軽減にも繋がるなど、今後の人生を快適かつ衛生的に過ごすための選択肢のひとつとなっています。

参考リリース：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000112.000020081.html>

▼各質問の詳細データ

■①ヒゲ脱毛経験者の半数以上が施術時の「痛み対策」や「施術料金の総額」を重視している

- ◎脱毛機による脱毛の効果よりも照射時の痛みに対する対応をクリニック選びの判断材料としていることが判明
- ◎総額の安さは重視する一方で、追加料金がかからない点においてはあまり重視されていない傾向に

●質問／ヒゲ脱毛のクリニック選びの際に、重視したことは何ですか？（複数回答）

痛み対策（麻酔の有無やスタッフの対応）57.7% ／ 総額の安さ 53.3% ／ 脱毛機（種類の豊富さや性能・効果） 45.4%
 追加料金がかからないこと 20.7% ／ その他 0.4%

■②ヒゲ脱毛経験を通じて現在のヒゲの状態に約8割の方が「満足」と回答（77.8%）

- ◎照射経験回数にかかわらず7割以上の方がヒゲ脱毛後のヒゲ状態に満足をしている
- ◎照射回数別では「回数を重ねれば満足度が右肩上がりに伸びるわけではない」ことが判明

●質問／現在のヒゲの状態について、どの程度満足していますか？（単一回答）

◎ ヒゲ脱毛・照射回数別 ◎					
	全体	5～7回	8～10回	11～14回	15回以上
満足	77.8%	72.6%	85.0%	80.0%	73.7%
どちらとも言えない	16.2%	17.9%	11.3%	20.0%	15.8%
不満	6.0%	9.5%	3.8%	0.0%	10.5%

■③【ヒゲ脱毛を経験して】半数以上が「痛み対策を重視するべき」と回答（55.5%）

- ◎ヒゲ脱毛を経験する前後で「痛み対策」は変わらず、半数以上が重視をしている（55.5%）
- ◎「総額の安さ」は、ヒゲ脱毛を経験する前と比較して減少（経験前 53.3%→経験後 45.8%）
- ◎一方で、「追加料金がかからないこと」はヒゲ脱毛を経験する前と比較して4ポイント増加（経験前 20.7%→経験後 24.7%）

●質問／ヒゲ脱毛を経験して、クリニック選びで重視するべきだと思うことは何ですか？（複数回答）

痛み対策（麻酔の有無やスタッフの対応） 55.5% / 総額の安さ 45.8% / 脱毛機（種類の豊富さや性能・効果） 45.4%

追加料金がかからないこと 24.7% / その他 0.4%

■④男性の9割以上が「ヒゲの医療レーザー脱毛をやって良かった」と回答（92.5%）

◎「後悔した」（どちらかと言えば後悔した 3.5%＋後悔した 4.0%）と答えた人はわずか 7.5%にとどまる

●質問／あなたは、『ヒゲの医療レーザー脱毛』をして良かったと思いますか？（単一回答）

良かった 92.5% （良かったと思う 65.2% + どちらかと言えば良かったと思う 27.3%）

どちらかと言えば後悔した 3.5%

後悔した 4.0%

◆全国で30院展開する 男性の美容皮膚科『メンズリゼ』

◎診療科目：美容皮膚科（医療脱毛・肌治療）

◎診療時間：10:00～20:00（不定休、予約制）※提携院は各院に準ずる

◎公式HP：<https://www.mens-rize.com/>

メンズリゼは全国に30院展開しており、ヒゲや全身、鼻毛やアンダーヘア周辺（男性器まわり）ほか全身すみずみまで医療脱毛が可能です。

それに加えて美容皮膚科として2024年より新たに【肌治療】の提供も開始。

患者さまのニーズや効果、安全性などを総合的に判断し、ポテンツァやハイドラ

フェイシャルほかさまざまなスキンケア施術を導入、順次拡大中です。女性は姉妹院であるリゼクリニックがあります。



【MEN'S RIZE × かまいたち】お笑い芸人「かまいたち」が4年連続で『メンズリゼ』の公式アンバサダーに就任！

各CMやメイキング動画ほか特設サイトで公開中 ▶ <https://www.mens-rize.com/ad/>



本リリースに関するお問い合わせ先



広報：伊藤・伊東・下谷

pr@rizeclinic.com

■《美容皮膚科リゼクリニック（オトコはメンズリゼ）／医療法人社団風林会》

〒169-0072 東京都新宿区大久保2-4-12 新宿ラムダックスビル3F

03-5155-6535 <https://www.mens-rize.com/>