

起きてから出かけるまでの時間は平均92分！ 朝ラクしたいのは1位メイク、2位髪の手入れ・スタイリング、3位スキンケア 20～49歳の多忙女性に聞いた「朝の支度事情」

花王エッセンシャルは、20～49歳の首都圏に住む女性600人を対象に「朝の支度に関する意識・実態調査」を実施いたしました。

■アンケート概要「朝の支度に関する意識・実態調査」

〈スクリーニング〉

調査期間：2018年10月17日～10月21日

調査方法：インターネットリサーチ

調査対象：20～49歳の首都圏に住む女性6,000人

〈本調査〉※スクリーニング対象者のうち、平日の朝「忙しい」と回答している人に実施

調査期間：2018年10月17日～10月19日

調査対象：20～49歳の首都圏に住む女性600人

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、【花王株式会社調べ】とご明記ください。

TOPICS

“平日の朝”※について聞きました

①20～49歳の女性のうち、**約8割が平日の朝は「忙しい」と感じていることが判明。**

現代女性はやはり朝から多忙だった！

②起きてから出かけるまでの時間は、**平均92分。**

10分刻みで見ると、「111分～120分」が最も多い結果に。

③朝食よりも“身だしなみケア”は欠かせない！？

「メイク」「スキンケア」と同様、「髪のお手入れ、スタイリング」をしている人は8割超え！

④朝していることの中で“面倒・もっとラクしたい”と思うのは、

1位「メイク」、2位「髪のお手入れ、スタイリング」、3位「スキンケア」！

⑤約4人に1人が「髪のお手入れ、スタイリング」で時短テクを駆使。

一方で、何もしていない人が7割超。工夫の仕方が分からない！？

※「平日の朝」について、本調査では以下と定義しています。

・お勤めのある方の場合：仕事のある日の朝、出かける前のこと

・お勤めしていない方の場合：同居の家族が仕事や学校に出かける日で、自分も外出の予定がある朝のこと。

・お勤めしておらず、同居の家族も外出しない方の場合：自分の用事があって出かける予定がある朝のこと。

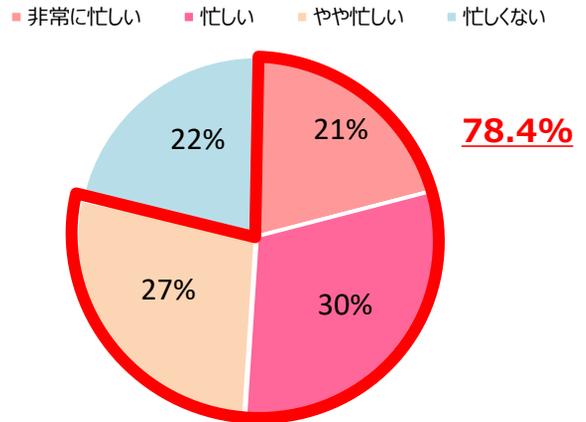
① 20～49歳の女性のうち、約8割が平日の朝は「忙しい」と感じていることが判明。

現代女性はやはり朝から多忙だった！

6,000人の女性に対し、平日の朝「忙しい」と感じているかを聞いたところ、「非常に忙しい」と回答した人が約21%、「忙しい」が約30%、「やや忙しい」が約27%と、実におよそ8割(78.4%)もの女性が「忙しい」と感じていることが分かりました。【グラフ1】

現代女性は、朝起きてから家を出るまでの時間も忙しいと感じている人が多いようです。

【グラフ1】平日の朝、「忙しい」と感じていますか。
(N=6,000、単一回答)

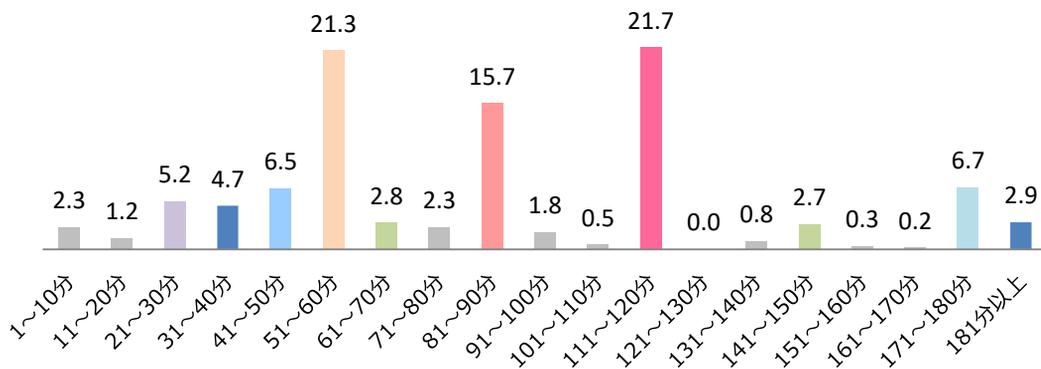


② 起きてから出かけるまでの時間は平均92分。

10分刻みで見ると「111分～120分」が最も多い結果に。

そんな「忙しい」と感じている女性に、平日の朝、起きてから家を出るまでの時間について質問したところ、平均約92分(91.69分)で、約1時間半で朝の支度をしていることがわかりました。10分刻みで見ると、「111分以上120分以下」が最多の21.7%で、ついで「51分以上60分以下」が21.3%、「81分以上90分以下」分が15.7%でした。【グラフ2】

【グラフ2】平日の朝、起きてから家を出るまでにかかる時間は、平均でどのくらいですか。(N=600、単一回答) ※単位は%



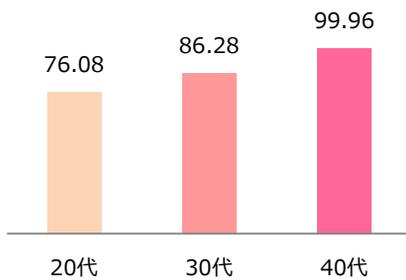
子どもをもつ女性は朝の支度時間が長くなる傾向に

年代別で見ると、20代は平均約76分(76.08分)、30代は平均約86分(86.28分)、40代は平均約100分(99.96分)と、徐々に支度時間が長くなる傾向にあります。【グラフ3】

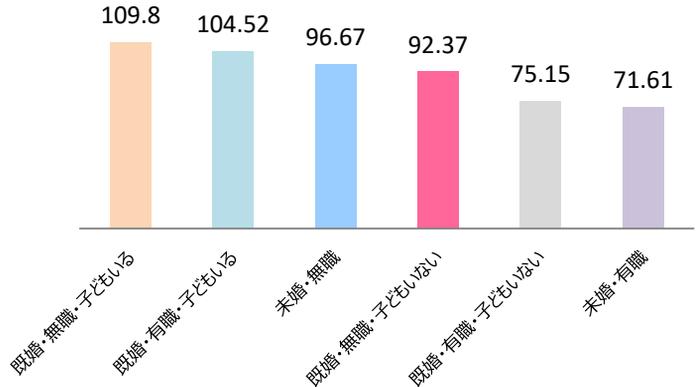
さらにライフステージで分けると、最短は「未婚・有職」女性で平均約72分(71.61分)、次いで「既婚・有職・子どもがいない」女性で平均約75分(75.15分)と、女性全体の平均時間を下回りました。一方で、最長は「既婚・無職・子どもがいる」女性で平均約110分(109.80分)、続いて「既婚・有職・子どもがいる」女性で平均約105分(104.52分)という結果になり、全体の平均を上回り支度時間が長いことが明らかになりました。【グラフ4】

子どもを持つ女性は、朝の時間を自分のことだけでなく、子どもの世話や家事に使うため、朝の支度時間が長くなると思われま

【グラフ3】平日の朝、起きてから家を出るまでにかかる時間は、平均どのくらいですか。
(N=600、単一解答) ※単位は分



【グラフ4】平日の朝、起きてから家を出るまでにかかる時間は、平均どのくらいですか。
(N=600、単一回答) ※単位は分

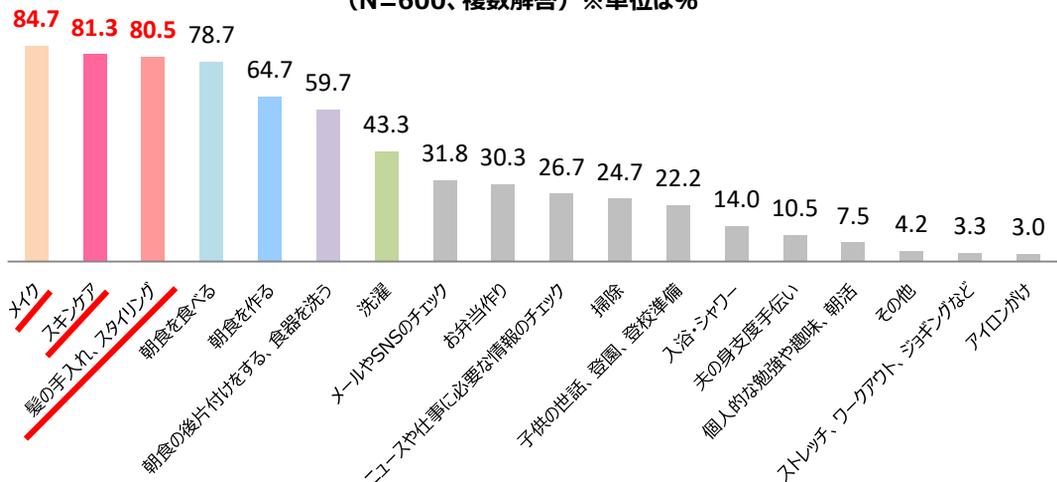


③朝食よりも“身だしなみケア”は欠かせない！？

「メイク」「スキンケア」と同様、「髪のお手入れ、スタイリング」をしている人は8割超え！

平均で約1時間半もの時間を朝の支度に費やしていることが分かりましたが、具体的にどのようなことをしているのでしょうか。出かけるまでの時間にしていることを聞くと、実施率が高い「メイク」(84.7%)、「スキンケア」(81.3%)と僅差で、「髪のお手入れ、スタイリング」(80.5%)が上位に。こうした“身だしなみケア”は、「朝食を食べる」(78.7%)や「朝食を作る」(64.7%)よりも高い結果となりました。【グラフ5】どんなに忙しい朝でも、「身だしなみケア”は欠かせない！」という女性の気持ちが読み取れます。

【グラフ5】「平日の朝」の出かけるまでの時間に、どのようなことをしていますか。
(N=600、複数解答) ※単位は%



④ 朝していることの中で“面倒・もっとラクしたい”と思うのは、

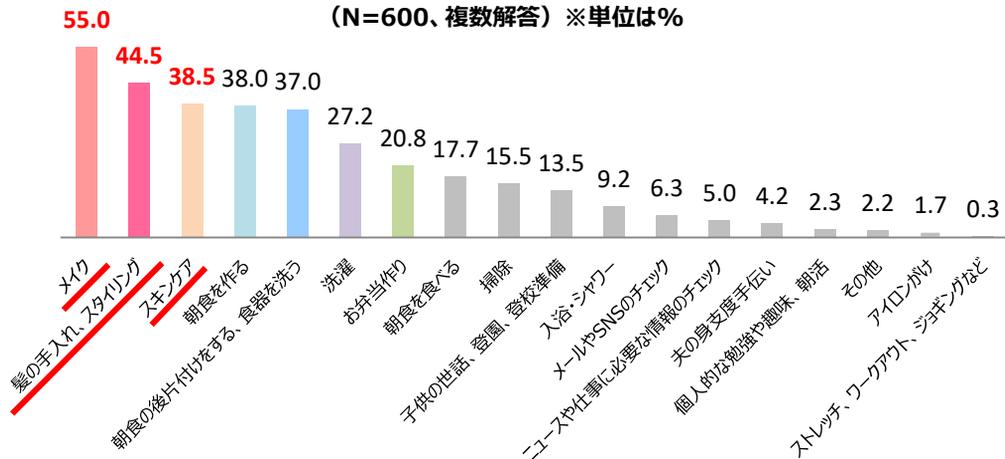
1位「メイク」、2位「髪のお手入れ、スタイリング」、3位「スキンケア」！

平日の朝8割以上の人が行う“身だしなみケア”ですが、朝していることの中で「面倒だと感じる、あるいはもっとラクできたら嬉しいと感じることは何ですか」という質問に対して、1位が「メイク」(55.0%)、2位が「髪のお手入れ、スタイリング」(44.5%)、3位が「スキンケア」(38.5%)という結果になりました。【グラフ6】“身だしなみケア”は特に「もっとラクしたい！時短したい！」というニーズが強いようです。

【グラフ6】平日の朝していることで、面倒だと感じる、あるいは、

もっとラクできたら嬉しいと感じることは何ですか。

(N=600、複数解答) ※単位は%



⑤ 約4人に1人が「髪のお手入れ、スタイリング」で時短テクを駆使。

一方で、何もしていない人が7割超。工夫の仕方が分からない！？

身だしなみケアに対する時短のニーズが高いようですが、実際に忙しい朝に時短のための工夫をしている人はどれくらいいるのでしょうか。「メイク」や「スキンケア」と並んで、忙しい朝でも実施している人が多い「髪のお手入れ、スタイリング」について聞くと、約4人に1人(24.5%)が時短のために「工夫をしている」と回答しました。【グラフ7】

具体的な時短方法については、下記のような声がありました。

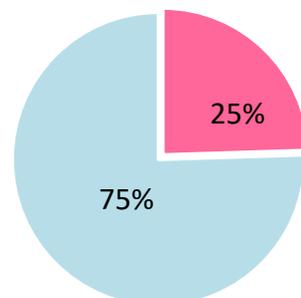
- ・夜のうちにブローをしてスタイリングを済ませておくことで、翌朝簡単にセットできるようにしておく。
- ・お風呂の後にドライヤーをしっかりとかけてはねないようにする。
- ・夜のうちに洗い流さないトリートメントやオイルなどをつけておき、朝はブラッシングやヘアアレンジだけでまとまるようにしておく。
- ・スタイリングが楽なパーマをかける。
- ・メイクなど他の支度をしている時間にカーラーをつける。
- ・寝ぐせがつかないよう、寝相に気をつける。・・・など

一方で、「髪のお手入れ、スタイリング」で時短の工夫をしていない人が約75%ほどいることもわかり、「時短したいがどのような工夫をすればいいのか分からない」と思う人が多いのではないのでしょうか。

【グラフ7】平日の朝行う「髪のお手入れ、スタイリング」で時間短縮のために工夫をしていますか。

(N=600、単一解答)

■ 工夫をしている ■ 工夫をしていない



洗って乾かすだけで朝のヘアケアをもっとラクに！ 時短とキレイの両方を叶えるシャンプー＆コンディショナー

忙しい平日の朝、身だしなみは気になるけど時間がない、時短したいけど工夫の仕方がわからない…そんな方におすすめのアイテムとして、花王「エッセンシャル」は2018年8月にブランド刷新。洗って乾かすだけで髪のお手入れプロセスをラクにする全4種のシャンプー＆コンディショナーをご用意しました。



スマートリペア

スマートアレンジ

スマートブロードライ

スマートスタイル

花王「ヘアケアラクちん化運動」について

忙しくてもキレイでいたい女性の毎日の髪のお手入れに対する「めんどろ」や「わずらわしさ」に向き合い、ヘアケアを“ラクちん”に変えていくエッセンシャルのプロジェクト。

「エッセンシャル」は、キューティクル研究から得られた新しいアプローチにより、髪そのものをキレイにするだけでなく、髪のお手入れプロセスをラクにするという新しい価値を提案。忙しい朝の時短におすすめしたい“朝ラク”アイテムがラインナップされています。

ヘアケア
ラクちん化
運動 Essential

ラインナップと商品特徴

〈エッセンシャル スマートアレンジ〉コテやアイロンが簡単、思いどおりにきまる髪に

傷んで広がりやすく、ブローやコテ・アイロンで整えにくさを感じている方におすすめ。

「熱スタイリングTECHNOLOGY」でキューティクル表面を整え、ドライヤー時に毛流れをそろえやすくします。さらにコテ・アイロンの熱に反応して形づけやすくなります。

〈エッセンシャル スマートブロードライ〉速乾タイプ 健康的なさらさら髪に

ドライヤーが面倒だと感じている方におすすめ。

「速乾TECHNOLOGY」でキューティクル表面を整えて、髪1本1本をからませないから速くしっかり乾かせる

〈エッセンシャル スマートスタイル〉ハネ寝ぐせ抑えて、朝スタイルさっと整う髪に

朝の寝ぐせ直しをわずらわしく感じている方におすすめ。

「ハネ寝ぐせ抑制TECHNOLOGY」で髪1本1本の形状を保持するキューティクルの機能をサポートするから、夜整えた髪が朝まで乱れにくい。

〈エッセンシャル スマートリペア〉朝、手ぐしでラク！しっとりまとまる髪に

傷みによる髪のかからまりやバサつき、まとまりにくさを感じている方におすすめ。

「するする補修TECHNOLOGY」で指を通してにくい傷んだ部分まで補修成分がいきなりキューティクル表面を整えるから、洗うだけで、からまる髪もするするするほどける。