

【現代女性のスキンケア実態調査】 約4割が「自分に合うものを見つけるのが難しい」と回答 広がる“スキンケア迷子”。背景にあるのは情報過多と美容選択疲れ ～AI肌分析プロジェクト始動。肌分析データベース構築に向けた参加受付を開始～

再生医療に欠かすことができないのがドラッグデリバリーシステム(DDS)。その技術をいち早くスキンケアに用いた浸透テクノロジーコスメの「ビーグレン」を展開するビバリーグレンラボラトリーズ株式会社(本社:東京都港区、代表取締役:児玉 朗)は、30～50代女性を対象に「スキンケアの実態」に関する調査を実施しました。

SNSや美容メディアを通じて、日々大量の美容情報や新商品が流通する中、「本当に自分に合うケアが分からない」と感じる女性も増えています。“スキンケア迷子”の課題構造が浮き彫りとなっています。



調査結果サマリー

- スキンケア効果を「十分に実感」している女性はわずか3.4%
- 「自分に合うものを見つけるのが難しい」と感じる女性は41.4%
- 「情報が多く、何を選べばよいか迷う」は23.2%
- 最大の負担は「手間」ではなく「何をを使うべきか迷う」(43.8%)
- 42.6%が“手間と効果のバランス”に疑問を感じている
- 理想のスキンケアは「シンプル」(44.6%) 「短時間」(43.4%) 「自分の肌に合ったケア」(40.4%)

【調査概要】

- ・ 調査方法 : インターネットアンケート
- ・ 調査期間 : 2026年4月15日(水)～2026年4月16日(木)
- ・ 調査対象者 : 30～50代女性500名

【報道関係者様へのお願い】

本リリースの調査結果・画像をご利用いただく際は、浸透テクノロジーコスメ「ビーグレン」の公式サイトURL (<https://www.bglen.net>) へのリンク設置をお願いいたします。本リリース記載のグラフ等のデータ提供希望がございましたら広報担当者までお問い合わせください。

<本件に関する報道関係者お問い合わせ先>

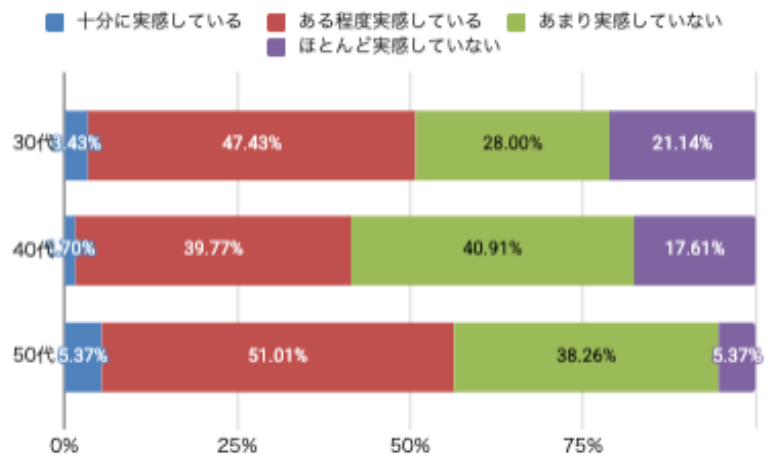
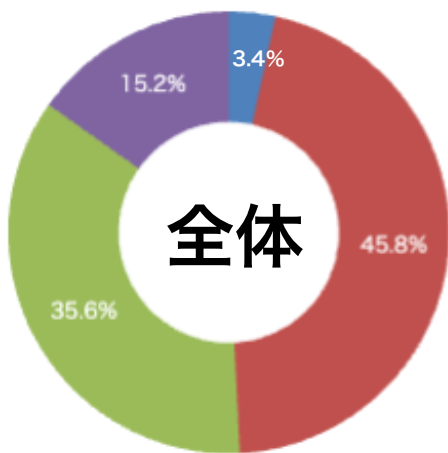
ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社 広報担当: 佐藤
TEL: 080-5770-8381 FAX: 03-5472-1853 E-mail: msato@bglen.jp

調査結果グラフ

スキンケア効果を“十分に実感”する女性はわずか3.4%

現在使用しているスキンケアについて効果実感を尋ねたところ、「十分に実感している」と回答した人は3.4%にとどまりました。「ある程度実感している」は45.8%で、「あまり実感していない」（35.6%）と「ほとんど実感していない」（15.2%）を合わせた50.8%が、何らかの実感不足を持っている実態が明らかになりました。

現在のスキンケアの効果についてどのように感じていますか？

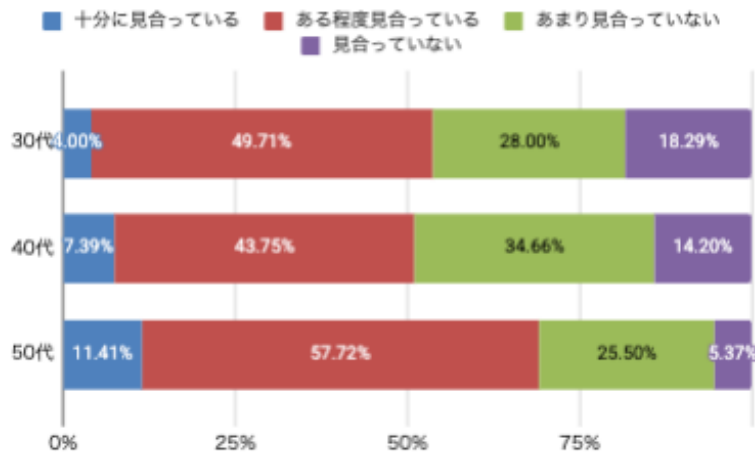
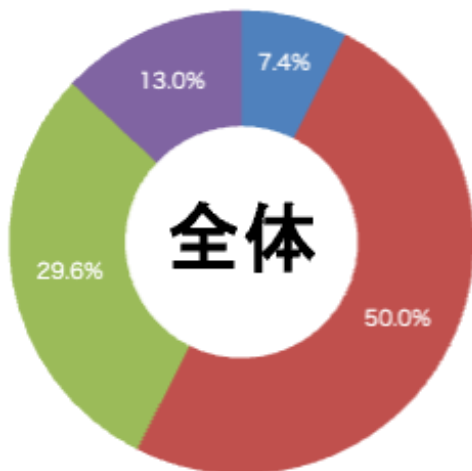


ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社
スキンケアの実態の調査 (n=500/単数解答)

42.6%が“手間と効果のバランス”に疑問を感じている

スキンケアにかけている手間や時間と効果のバランスについては、「十分に見合っている」（7.4%）と「ある程度見合っている」（50.0%）を合わせた57.4%が見合っていると定義できる一方で、「あまり見合っていない」（29.6%）と「見合っていない」（13.0%）を合わせた42.6%が「手間と効果のバランス」に疑問を感じています。

スキンケアにかけている手間や時間と、効果のバランスについてどう感じますか？



ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社
スキンケアの実態の調査 (n=500/単数解答)

<本件に関する報道関係者お問い合わせ先>

ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社 広報担当：佐藤

TEL：080-5770-8381 FAX：03-5472-1853 E-mail：msato@bglen.jp

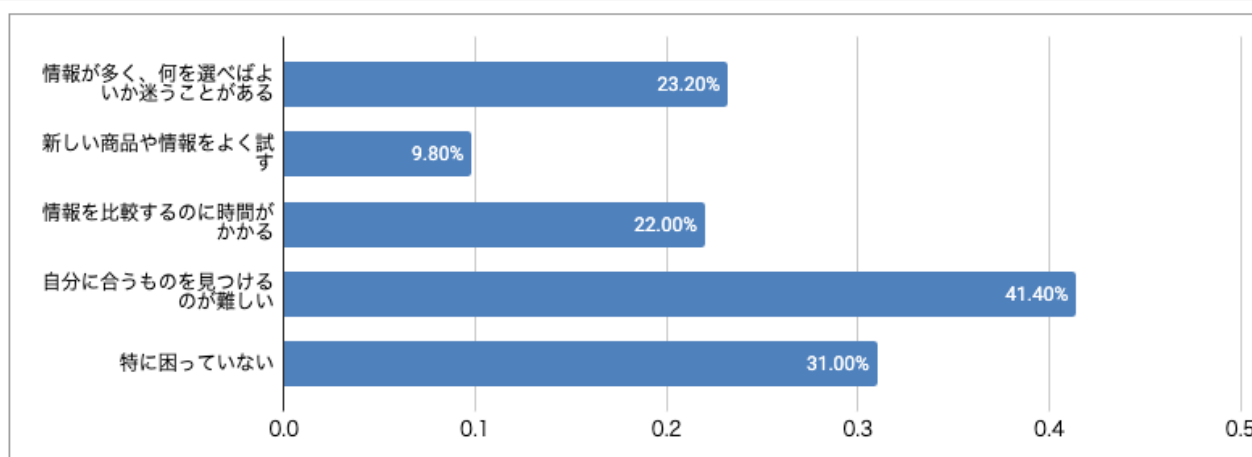
従来は、「丁寧に工程を重ねるほど良い」「手間をかけるほど美容効果が高い」という考え方が一般的でした。しかし今回の調査からは、生活者の中で“その手間は本当に必要なのか”という再評価が始まっている可能性が読み取れます。

特に注目すべきは、単純な“時短ニーズ”ではなく、「この工程に意味があるのか」「本当に自分に必要なのか」という“納得感”そのものが重視され始めている点です。

「現代女性のスキンケア負担は、工程数よりも“選べなさ”にある

スキンケア商品や情報に対する印象について複数回答で尋ねたところ、「自分に合うものを見つけるのが難しい」が41.4%で最多となりました。次いで「情報が多く、何を調べばよいか迷うことがある」が23.2%、「情報を比較するのに時間がかかる」が22.0%と続きました。一方、「特に困っていない」は31.0%です。

スキンケア商品や情報について、どのように感じていますか？

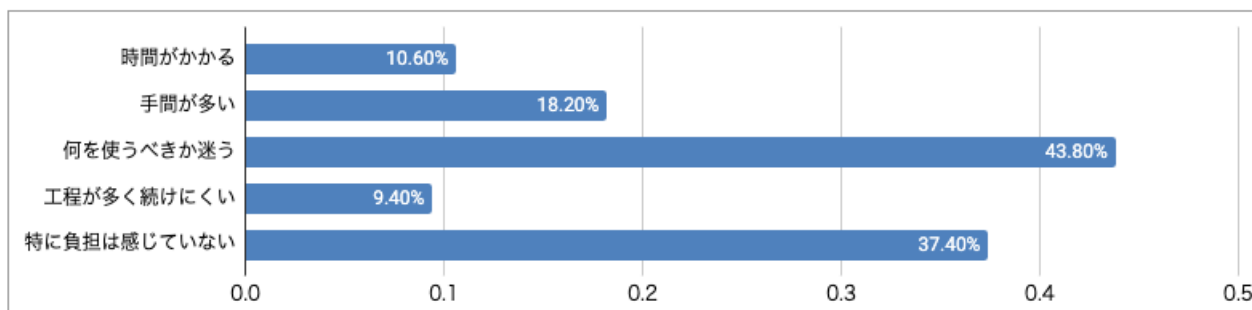


ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社
スキンケアの実態の調査 (n=617/複数回答)

SNS、美容メディア、成分情報、口コミなど、生活者が接触する情報量は年々増加しています。しかしその一方で、情報量の多さが「比較疲れ」や「判断疲れ」を生み、「選ぶこと自体がストレス」「自分に合っているのかわからない」という状態につながっている可能性があります。選択肢が増えたことで、逆に“自分に合う正解”を見つけにくくなっている実態が浮き彫りとなりました。

最大の負担は「時間」ではなく「何をを使うか迷う」こと

現在のスキンケアについて、負担に感じることはありますか？



ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社
スキンケアの実態の調査 (n=597/複数回答)

<本件に関する報道関係者お問い合わせ先>

ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社 広報担当：佐藤

TEL：080-5770-8381 FAX：03-5472-1853 E-mail：msato@bglen.jp

スキンケアの負担として最も多かったのは「何を使うべきか迷う」（43.8%）でした。一方で、「手間が多い」は18.2%、「時間がかかる」は10.6%にとどまり、単なる“時短ニーズ”とは異なる実態が見えてきています。

これは、工程の多さや組み合わせの複雑さ、「何を選べばよいかわからない」といった“心理的コスト”が、現代女性にとって大きな負担になっていることを示しています。

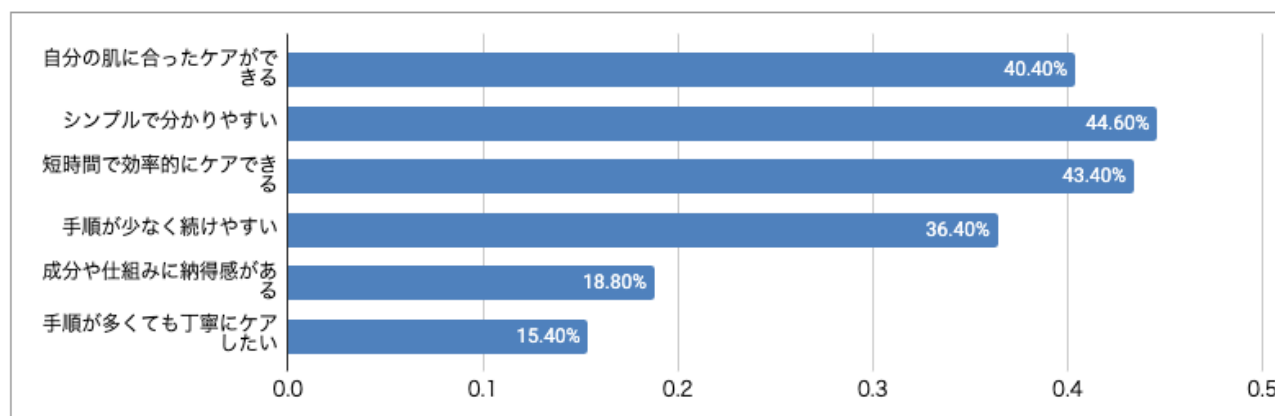
現代のスキンケアは、“時間”以上に“考え続けなければならないこと”が疲労につながっているのかもしれない。

これは、時間や手間をかけているにもかかわらず、結果が伴わない層が多いことを示しています。

理想は「シンプルで、ちゃんと自分の肌に合ったケアを」

理想のスキンケアについて複数回答で尋ねたところ、「シンプルで分かりやすい」が44.6%で最も高く、「短時間で効率的にケアできる」（43.4%）、「自分の肌に合ったケアができる」（40.4%）、「手順が少なく続けやすい」（36.4%）が続きました

理想的だと思うスキンケアについて、あてはまるものをお選びください。



ピバリーグレンラボラトリーズ株式会社
スキンケアの実態の調査 (n=995/複数解答)

ここから見てくるのは、生活者が求めているのは単なる“簡略化”ではなく、“必要なものを、納得感を持って続けられること”であるという点です。

“多くを重ねること”よりも、“必要十分で、自分の肌に合った確かな実感があること”へ。スキンケアに求められる価値は、今、大きく変化し始めています。

まとめ

本調査から見てきたのは、現代女性のスキンケアにおいて、“自分に合う正解”を見つけにくい状態が広がっているという実態です。「自分に合うものを見つけるのが難しい」は41.4%、「何を使うべきか迷う」は43.8%にのぼり、多くの女性が“手間の多さ”以上に“選択の難しさ”に負担を感じていることがうかがえます。理想のスキンケア像は見えている一方で、「現実にはその理想を自分に合う形で選び取ることが難しくなっている」。それが、情報や選択肢があふれる現代のスキンケア課題だといえそうです。

<本件に関する報道関係者お問い合わせ先>

ピバリーグレンラボラトリーズ株式会社 広報担当：佐藤

TEL：080-5770-8381 FAX：03-5472-1853 E-mail：msato@bglen.jp

AI肌分析プロジェクト始動 “自分に合う”を可視化へ

あなたの肌データが、次の分析体験につながる

こうした“選べない”“判断できない”という課題を背景に、ビーグレンでは現在、一人ひとりの肌状態に合わせた分析・提案を行う「AI肌分析プロジェクト」を進行しています。

新しいAI肌分析体験の公開に向け、事前参加を受け付けています。参加者から提供いただく肌データをもとに、より実態に即した分析精度の向上を目指すとともに、今後は一人ひとりに合ったスキンケア提案につなげていく予定です。



参加はこちらから：<https://www.bglen.net/skintestai?lp=ad2>

【ビーグレンについて】

アメリカ、カリフォルニア生まれのサイエンスコスメブランドです。皮膚から薬剤等を必要な箇所へ集中して届ける最先端の医療技術「ドラッグデリバリーシステム」の世界的権威であるアメリカのブライアン・ケラー博士が独自開発した浸透テクノロジー「QuSome®（キューソーム）^{*1}」を搭載したスキンケア製品と、AIを使った肌分析によりお客様一人一人の肌に合うスキンケアプログラムを提供。世界中の女性の肌トラブルに「結果」を出し、肌悩みの解決と幸せを導きます。2024年現在、QuSomeシリーズは累計販売個数550万個^{*2}を突破し、サイエンスコスメブランドの地位を確立。現在、世界33カ国で展開し、日本では170万人以上のお客様から高い支持を得ています。

公式サイト：<https://www.bglen.net>

*1 美容成分が肌表面だけでなく浸透させる深さを制御し長時間効果を持続させる技術 *2 2016年10月～2024年5月末時点 国内出荷実績

【会社概要】

会社名：ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社

代表者：代表取締役 児玉 朗

所在地：東京都港区東新橋2丁目5-4-5F

設立：2009年7月14日

事業内容：化粧品の企画・製造・販売

b.glen

公式ウェブマガジン b.glenish!：<https://www.bglenish.com>

[公式SNS]

Instagram：@bglen_official

Facebook：@bglenfb

X：@bglen_official

LINE：@bglen

YouTube：https://www.youtube.com/@bglen_official

■お客様問い合わせ先

TEL：0120-329-414（24時間・365日体制で受付）

<本件に関する報道関係者お問い合わせ先>

ビバリーグレンラボラトリーズ株式会社 広報担当：佐藤

TEL：080-5770-8381 FAX：03-5472-1853 E-mail：msato@bglen.jp