

ライフスタイルの変化に伴う肌に関する意識調査

**2人に1人が「マスク生活で顔の印象が変わった気がする」と回答  
マスク生活で隠れている口元のゆるみが気になってきた人は7割も？**

**5人に4人が直面している、たるみの原因「肌雪崩」  
あなたは大丈夫？「肌雪崩」診断リストを大公開！**

国内No.1ドクターズコスメ<sup>※1</sup>の株式会社ドクターシーラボ（本社：東京都渋谷区 代表取締役社長：黒木昭彦）は、昨今の新たなライフスタイルによる肌状態の変化について調査<sup>※2</sup>を実施しました。

昨今、新しい日常をきっかけに、おうち時間が増えた人は8割以上にのぼり、生活習慣やライフスタイルが変化したと感じる人も7割を超えています。そんな中でも、8割以上の方が「もっと美しくなりたい」「もっと綺麗になりたい」と回答。女性にとって美しさは一生のテーマなのかもしれません。

時代とともに変化する肌悩みに対応したスキンケアを開発するドクターシーラボは、マスク生活が続く中、現代女性が直面している真のたるみの原因「肌雪崩（肌奥の“土台”と肌“表面”の両方のたるみによる雪崩のような肌構造の崩れ）」に着目。美しさを追求し続けるすべての人へ、誰でもすぐに診断できる「肌雪崩」診断リストを発表します。

※1 2019年TPCマーケティングリサーチ(株)調べ「ドクターズコスメ」企業別シェア  
※2 本調査は、2021年1月25日～26日の期間、全国の20歳～59歳の女性480名を対象にインターネットによるアンケートを行ったものです。

## 調査結果サマリー

- 2021年注目ワード「肌雪崩」、診断リストを大公開！  
実際に「肌雪崩」を起こしている人は8割以上という結果に
- 20～50代女性の2人に1人が「マスク生活で顔の印象が変わった気がする」と回答
- 30～50代女性の6割以上が「肌のゆるみ」を気にしていることが判明  
さらに、20代女性でも気になっている人は約半数も！
- 30代以上の約7割が「口周りの肌の状態が気になってきた」と回答  
マスク生活で見えない口元も気になっている人が多いことが判明

調査結果をご利用いただく際は問い合わせ先にご連絡の上、「ドクターシーラボ調べ」と明記ください

はだなだれ

## 2021年注目ワード「肌雪崩」診断リストを大公開！

最近「不意に鏡に映った自分の顔を見て、以前と変わったように感じる」「ハリ感がなくなってきた気がする」など、肌の変化を感じることはありませんか？

長期化するおうち時間やマスク生活によって、実は気づかないうちに深刻化しているのが“肌のたるみ”。

皮膚科医の最新の知見により、真のたるみの原因は、肌奥の“土台”と肌“表面”の両方のたるみによる“雪崩”のような肌構造の崩れであることが明らかになりました。

ドクターシーラボは、その“雪崩”のような肌構造の崩れを「肌雪崩」と命名し、誰でも簡単に「肌雪崩」を診断できるチェックリストを公開します。2つ以上あてはまる人は、「肌雪崩」が起きている可能性があります。是非チェックしてみてください。

2つ以上チェックがつくと要注意！

### 「肌雪崩」診断リスト

- ❑ 顔の肌のゆるみが気になる
- ❑ マスク生活で顔の印象が変わった気がする
- ❑ 肌の表面だけのケアでは満足できない
- ❑ 年齢とともにまぶたの印象が重くなってきた
- ❑ 頬の位置が変わった気がする
- ❑ 口周りの状態が気になってきた
- ❑ 顔に生き生きしたハリ感がなくなってきた気がする
- ❑ 不意に鏡に映った自分の顔を見て、  
以前と変わったように感じる

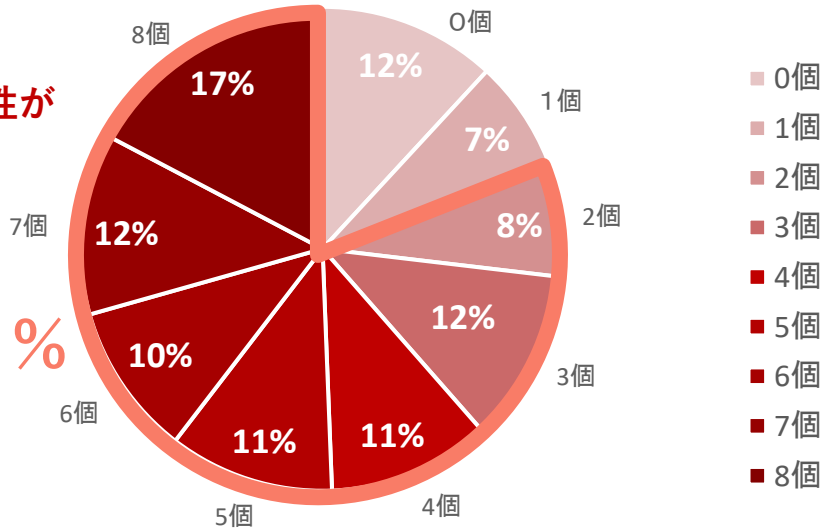
# 5人中4人が「肌雪崩」に直面しているという事実

調査の結果、「肌雪崩」診断リストの項目に2個以上あてはまると回答した人は81.0%にのぼり、20代～50代女性の5人中4人は「肌雪崩」を起こしている可能性があることが判明しました。マスク生活で隠れていますが、マスクの中で「肌雪崩」が進行している人が多くいるようです。

Q,肌雪崩診断リストについて、あなたご自身にあてはまるかどうかをお答えください。  
(n=480)

8割の女性が  
「肌雪崩」の可能性が  
あることが判明！

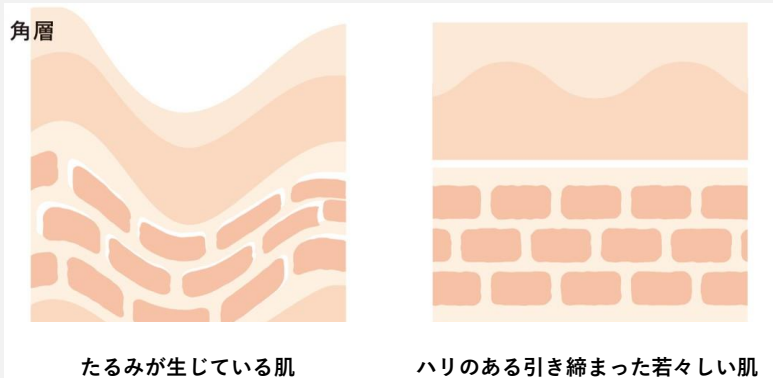
81.0%



## 「肌雪崩」とは・・・？

スキンケアの領域では最も改善が難しいとされる「たるみ」。その原因は、「皮膚」「皮下脂肪」「筋肉」の加齢による変化や、これらの3つの力学的なバランスの崩れと考えられています。

皮膚弾力の低下、皮下脂肪の増減、表情筋の衰え。これまで伝えられてきたこれらの3つの要因に加え、皮膚科医の最新の知見により明らかになった真のたるみの原因、それが肌奥の「土台(=真皮、皮下組織、筋膜)」と肌「表面(=表皮)」の両方のたるみによる雪崩のような肌構造の崩れです。



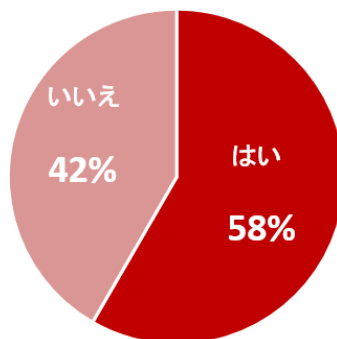
その雪崩のような肌構造の崩れのことを  
ドクターシーラボでは「肌雪崩」と呼んでいます。

## 「肌雪崩」の詳細をチェック！

### 2人に1人が「マスク生活で顔の印象が変わった気がする」と回答

「マスク生活で顔の印象が変わった気がする」と回答した人はなんと58%。2人に1人がこのマスク生活によって、顔の印象が変わった気がする」と回答しました。

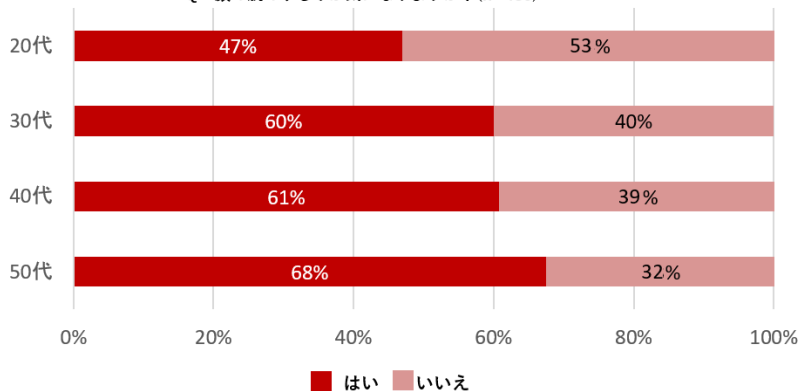
Q マスク生活で顔の印象が変わった気がしますか？(n=480)



### 30～50代女性の6割以上が「肌のゆるみ」を気にしていることが判明さらに、20代女性でも気になっている人は約半数も！

30代女性で「顔の肌のゆるみが気になる」と回答した人は60%、40代では61%、50代では68%と年齢が上がるにつれて「肌のゆるみ」が気になっている実態が明らかになりました。また、20代でも約半数が肌のゆるみが気になると回答しています。

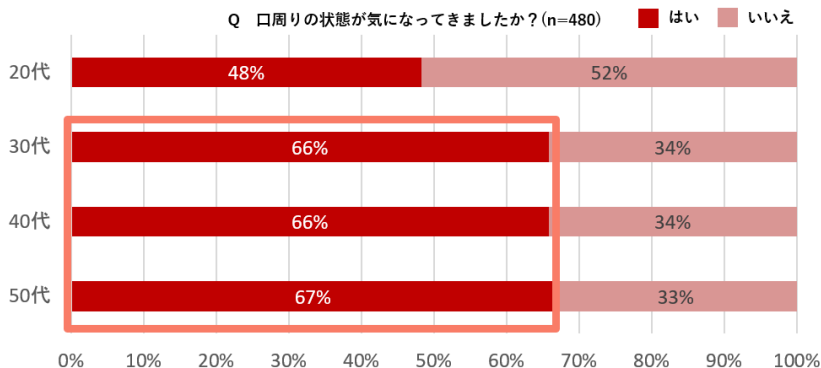
Q 顔の肌のゆるみが気になりますか？(n=480)



### 30代以上の約7割が「口周りの肌の状態が気になってきた」と回答。マスク生活で見えない口元も気になっている人が多いことが判明。

マスク生活によって、口元が隠れている時間が激増しましたが、30～50代女性の約7割が「口周りの肌の状態が気になってきた」と回答しました。マスク着用による肌ストレスなどの影響もあるのかもしれませんが。

Q 口周りの状態が気になってきましたか？(n=480)



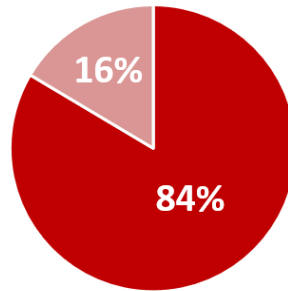
## おうち時間の増加によるライフスタイルの変化

**8割以上の方が「おうちで過ごす時間が増えた」と回答**

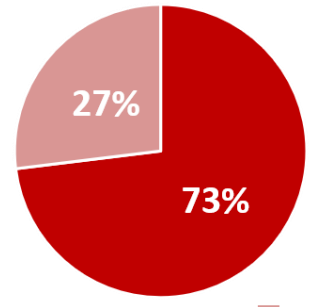
**また、生活習慣やライフスタイルが変化したと感じた人は、なんと7割超！**

「おうちで過ごす時間が増えましたか？」と質問したところ、「はい」と回答した人が84%と、約8割以上の方がおうちで過ごす時間が増えたと回答しました。また、おうち時間の増加によって、ライフスタイルが変化したと感じている人は73%にのぼり、根本の生活習慣が変化してきていることがわかります。

Q おうちで過ごす時間が増えましたか？ (n=480)



Q おうち時間の増加でライフスタイルが変化したと感じますか？ (n=480)

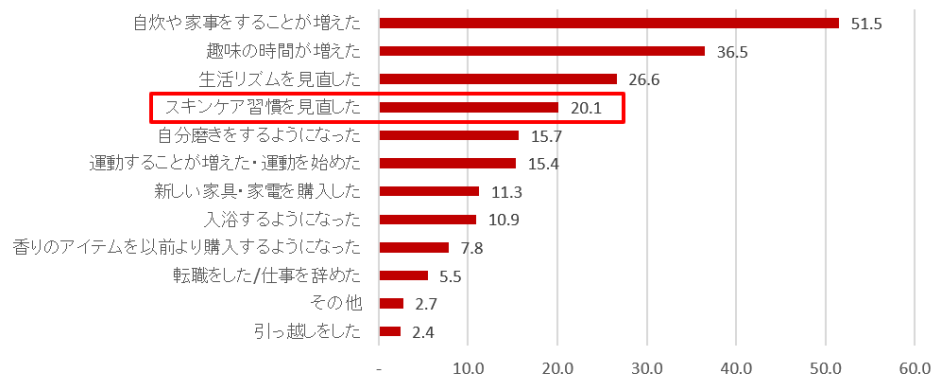


**スキンケア習慣を見直した人は約2割！**

**運動・入浴よりもスキンケア習慣を改めた人が多い結果に。**

ライフスタイルが変化したと感じた方を対象に、どのように変化したか質問したところ、約2割の人がスキンケア習慣を見直したと回答。運動や入浴などの生活習慣よりも、スキンケア習慣を改めた人が多いことが明らかになりました。

Q ライフスタイルがどのような点で変化したと思いますか？あてはまるものをすべてお選びください。(n=293)

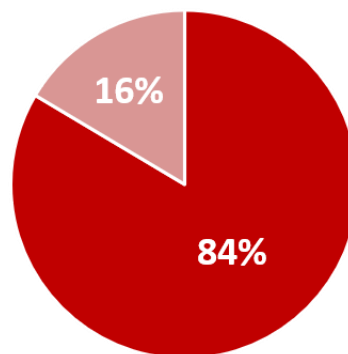


## コロナ禍での「美」に関する意識変化

**「もっと美しくなりたい」「もっと綺麗になりたい」と思う人は8割以上。**

「もっと美しくなりたい」「もっと綺麗になりたい」と思うことがありますかと質問したところ、8割以上の方がなりたいたいと回答。新しい日常をきっかけに、生活習慣やライフスタイルが変化している中においても、女性にとって美しさは一生のテーマなのかもしれません。

Q 「もっと美しくなりたい」「もっと綺麗になりたい」と思うことがありますか？ (n=480)



■ はい ■ いいえ