

**敏感肌の人の肌質変化を感じる原因第 1 位は「環境」！**  
**9 割以上が勘違い！？スキンケアアイテムを判断するために必要な期間とは？**  
**～環境変化が大きい今知りたい、“肌あれ対策のニューノーマル”を専門家が解説～**

株式会社コーセー（本社：東京都中央区、代表取締役社長：小林 一俊）は、全国の 20 代～30 代の男女 400 人を対象にスキンケア・肌あれに関する調査を実施いたしました。

新型コロナウイルスの拡大によって、自宅で過ごす時間が増え、またマスクを着用することが日常生活の一部となるなど、人々の生活環境が大きく変化する中、環境の変化は人々の肌にも影響を与えています。調査によると、「マスクの影響によって肌あれを感じた」と回答した人は全体の 6 割以上であり、また、「コロナ渦での生活で肌あれの頻度が増えた」と感じる人は全体の半数以上と、環境の変化による肌あれの頻度が高まっています。

また、2 人に 1 人が「花粉の時期で肌あれの頻度が増えた」と感じており、新型コロナウイルスのみならず、季節の変化においても肌あれを実感している人が多くいることが分かりました。現在多くの方が肌あれについて悩みを抱えているようです。

今回は 20 代～30 代の方に聞いたスキンケア・肌あれ対策について、表参道スキンクリニックの渋谷先生よりアドバイスをいただきました。

調査結果の要旨は以下の通りです。

- 1 自身の肌を「敏感肌」だと考えている人は 70.8%！自分の肌質が急に変わったと感じる要因について、非敏感肌の人は「年齢」、敏感肌の人は「環境」という回答が第 1 位に。**
- 2 スキンケアアイテムの効果を判断する目安として「1 ヶ月以内」と回答した人 90.4%！  
高級な化粧水のほうが効き目がありそうと思う人は 70.8%。  
さらに約 3 人に 1 人が肌あれを感じたとき、普段と違う化粧水を使うという結果に。**
- 3 自分に合うと思う化粧水は「低刺激処方のもの」と回答した人は約半数、  
特に敏感肌の人の中で「低刺激処方のもの」が自分に合うと回答した人は約 6 割。  
スキンケアに求める要素は、「低刺激処方のもの（38.7%）」「保湿効果の高いもの（31.5%）」「アルコールフリーのもの（9.7%）」が上位 3 位にランクイン。  
約 3 人に 1 人が肌荒れを感じたとき、普段と違う化粧水を使うという結果に。**

## ■ 調査概要

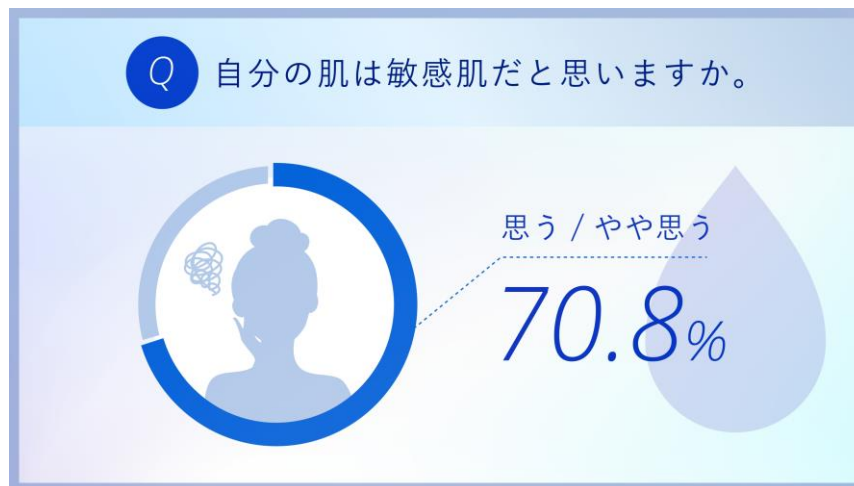
調査名	: スキンケア・肌あれに関する調査
調査方法	: インターネットリサーチ
調査期間	: 2021年3月26日～3月28日
調査地域	: 全国
調査対象	: 以下の条件を満たす20代～30代の男女 ・これまでに肌あれが気になったことがある人 ・普段、化粧水を使う人
サンプル数	: 400名

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

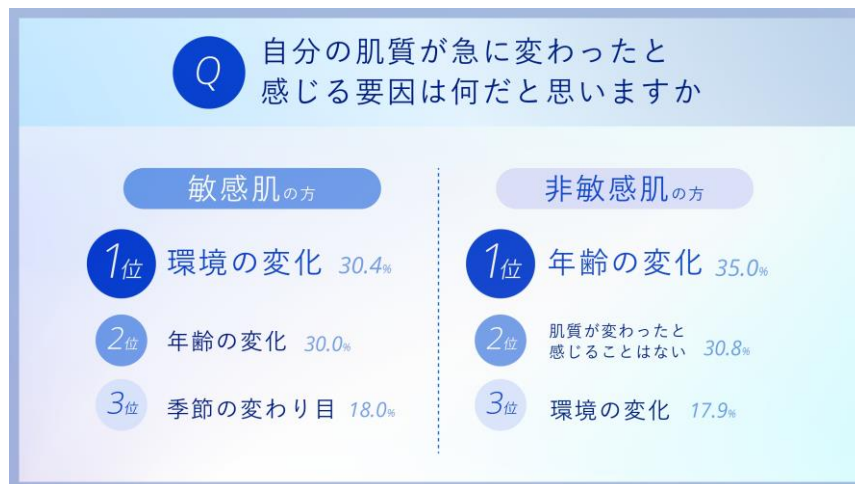
### 1. 自身の肌を「敏感肌」だと考えている人は70.8%！

自分の肌質が急に変わったと感じる要因について、非敏感肌の人は「年齢」、敏感肌の人は「環境」という回答が第1位に。

20代～30代男女に、自身の肌質について質問をしたところ、自分の肌を「敏感肌」だと回答した人は全体の70.8%という結果に。



また、自身の肌質が急に変わったと感じる要因について、非敏感肌の人は「年齢」という回答最も多かったのに対し、敏感肌の人はコロナ禍で生活リズムが変わってきたタイミングなど、「環境」という回答が第1位と、肌質によって原因が異なることが分かりました。敏感肌の人ほど、コロナ禍の環境の変化に大きな影響を受けていると読み取ることができます。



～コロナ過の肌質変化について～

コロナ過の新生活様式の中で、ご自身の肌の不調を感じられている方は多くいらっしゃるかと思います。実際に、マスクによる肌あれや、ステイホームによる不規則な生活リズムがお肌に大きな負担をかけている要因だと感じています。特に肌が敏感な方は、その変化を顕著に感じやすく、より肌あれしやすい傾向にあります。

**2. スキンケアアイテムの効果を判断する目安として「1ヶ月以内」と回答した人 90.4% !**  
**高級な化粧水のほうが効き目がありそうと思う人は 70.8%。**  
**さらに約 3 人に 1 人が肌あれを感じたとき、普段と違う化粧水を使うという結果に。**

スキンケアアイテムの効果を判断する目安に関して、「1ヶ月以内」と回答した人は全体の 90.4%と、大多数の人が短期間で化粧水を判断してしまっていることが分かりました。



ただ、購入した化粧水について、多少違和感があっても「せっかく買った化粧水だから」と無理やり使い続けた経験がある人も多く、購入した化粧水は使い切らなければもったいないと感じる人が多い傾向にあるようです。

また「高級な化粧水の方が、効き目がありそうだと思いますか」という質問に対して、「思う」と回答した人は70.8%という結果に。成分を多く含んでいる化粧水など、高級な商品ほど肌の悩みを改善してくれそうだと考える人が多いことが分かりました。



また、全体の約 3 人に 1 人が、「肌あれを感じたときに化粧水を替える」と回答しました。この結果から、肌あれのときのみ特別ケアをする人が多いということが分かりました。



#### ～自分に合ったスキンケアを見極める期間とは～

ご自身の肌に合った化粧水かを判断する期間について、9 割以上の方が 1 か月以内に判断して買い替えなどを行っているようですが、実は 1 か月だと効果を見極められない可能性が高いのです。女性の肌のターンオーバーは 28～45 日の周期で変動していますし、継続して使っていくことで、効果を実感できることもありますので、使っていて肌トラブルがなければ、できれば数か月は使用してみてください。

そして、高級な化粧水 = 肌にいい良質なものというイメージを持たれている人も多いようですが、こちらも間違った常識です。自分に合ったものを吟味することが大事だといえます。また肌の不調を感じた際に、化粧水を低刺激の優しいものに切り替えたりする方が多く見受けられましたが、お肌のことを考えれば、できれば不調が出てから急に切り替えるのではなく、普段から低刺激で保湿力の高いものを使い続けていただき、どんな環境でも揺らがないお肌の土台を整えてほしいと思っています。

3. 自分に合うと思う化粧水は「低刺激処方のもの」と回答した人は約半数、特に敏感肌の人の中で「低刺激処方のもの」が自分に合うと回答した人は約6割。スキンケアに求める要素は、「低刺激処方のもの（38.7%）」「保湿効果の高いもの（31.5%）」「アルコールフリーのもの（9.7%）」が上位3位にランクイン。  
約3人に1人が肌荒れを感じたとき、普段と違う化粧水を使うという結果に。

自分に合うと思う化粧水について、「低刺激処方のもの」と回答した方は全体の約半数、特に敏感肌の人では、約6割が低刺激処方の化粧水が自分の肌に適していると思う、と回答しました。

また、スキンケアに求める要素として、第1位は「低刺激処方のもの（38.7%）」、第2位は「保湿効果の高いもの（31.5%）」、第3位は「アルコールフリーのもの（9.7%）」という結果に。低刺激処方とアルコールフリーによって肌への負担を減らしつつ、保湿効果によって肌あれを防止したいと考える人が多いと窺えます。



---

---

## 表参道スキンケアクリニック 名古屋院 院長/表参道院 医師

### 渋谷 友香医師

---

---



#### <プロフィール>

美容外科・美容皮膚科の『表参道スキンクリニック』の名古屋院 院長と表参道院 医師を兼任。

2016年に東海大学医学部を卒業し、その後は大学病院の形成外科にて活躍。「外見が美しくなることで自信を持って内側から輝いてほしい。」という想いを胸に、一人一人の理想に合わせた美容医療を目指す。

表参道スキンクリニック：<https://omotesando-skin.jp/doctor/shibuya/>

#### <今回の調査に関して>

今回の調査から、多くの方がコロナ禍での環境の変化による肌あれが気になったり、肌あれを感じたときに使う化粧水を別のものに変えたりと、肌あれに対して意識をし、対処していることが明らかとなりました。また、誤った認識でいらっしゃる方もまだまだ多いという事実も同時に明らかとなりました。環境トラブルや、ストレスに負けない健康な肌の土台作りをするためには、自らの基礎肌力をあげてあげることが重要です。そのためには、多くの方が化粧水に求める要素として挙げている要素「低刺激」「高保湿力」「アルコールフリー」。この要素が入っている化粧水を常用し、基礎肌力を作ってダメージに負けない、自らうるおう肌を目指しましょう。

#### ■商品概要

SEKKISEI  
CLEAR WELLNESS

#### 雪肌精 CLEAR WELLNESS [フリータイプ]

ピュア コンク 200mL/125ml



スキンケアに求める要素にランクインした、「**低刺激処方**」、「**保湿効果**」、「**アルコールフリー**」を叶える化粧水です。うるおいが逃げやすく乾燥しがちな肌にも、優しい肌あたりで負担感なく使える**低刺激性化粧水**です。おだやかな使用感で、透明感あふれる肌へみちびきます。吸い込まれるように角層深くまで浸透。たっぷりの**うるおい**で満たして、毛穴の目立ちにくいすべすべなめらかな肌へととのえます。日本の大自然から生まれた厳選植物成分「ITOWA」配合。和漢植物をはじめとした植物由来成分を贅沢につめこみ、うるおいバリアの量と質を上げることで**肌あれを防ぎ、環境トラブルにも負けない、健やかな肌を保ちます。**

※アルコール（エチルアルコール）フリー／パラベン（防腐剤）フリー／鉱物油フリー／無香料／無着色

※アレルギーテスト済み／パッチテスト済み／スティンギング（皮膚刺激感）テスト済み

（すべてのかたにアレルギーや皮膚刺激が起きない、刺激感がないというわけではありません。）

商品詳細情報：<https://bit.ly/3uP0wnj>