

■【メンズ美容最前線 | 10~50代の男性 10,318名へ大規模調査】

《流行からインフラへ》男性全世代がハマる「美容投資」の現在地

月間8万人来院のゴリラクリニックが発表「男性美容の最新傾向&世代別ランキング」

全国23院展開する男性専門の総合美容医療「ゴリラクリニック」では、10~50代の男性10,318名を対象とした【世代別 | 「男性美容」調査（2026年度）】を実施。美容への興味や悩みなど調査を通して「世代（年齢）によって美容に関する悩みが大きく変わる実態」が明らかになりました。また、本調査では各種ランキング形式の発表・分析とあわせ、「男性美容」にまつわる昨今の傾向や最新トレンドを医師が解説いたします。



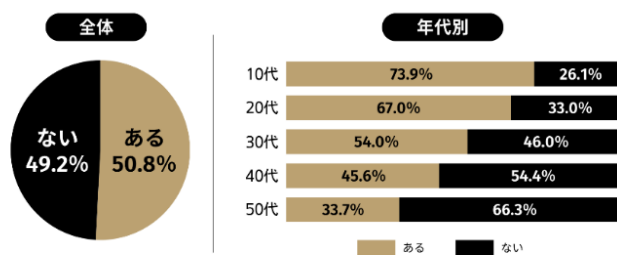
ひと昔前はハードルが高かった「男性美容」。昨今のメンズ美容市場の急成長に伴い「一部の限られた人が嗜むもの」という認識は薄れ、今や日常のルーティーンとして定着し始めています。

かつてはモデルやアイドルといった一握りの若年層が行っていたと思われていた「美容医療（脱毛・肌ケア等）」も、現代ではタイパ・コスパを重視しながら、サブスクリプション（サブスク）感覚で定期的に利用する男性が増加。これまで中心だった20~30代に加えて、近年はミドル・シニア層にも利用が拡大。男性美容は「自分を磨くポジティブな選択肢」へと様変わりしています。

“美容投資”や“肌育”といった言葉が生まれるほど幅広い世代に浸透している「男性美容」。全国23院を展開する当院（ゴリラクリニック）においても、月間約8万人もの男性が来院されており、その需要はとどまることを知りません。

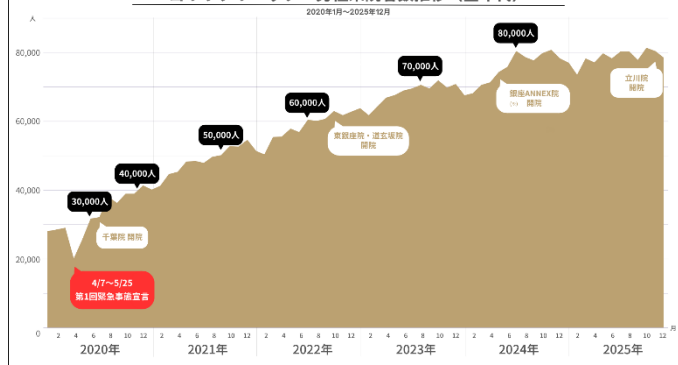
このような変化の背景には、コロナ禍を経て「清潔感」が改めて重視されるようになり、男性の身だしなみへの意識が世代を問わず高まったことがあります。マスク生活やオンライン会議の浸透により、自分の見た目を見つめ直す機会が増えたことも、美容への関心を後押ししました。

男性美容に興味はありますか？（単一回答）



GORILLA CLINIC

ゴリラクリニック 男性来院者数推移（全年代）





当院でも、男性にとって最初のきっかけになりやすい「ヒゲ脱毛」から全身脱毛、さらにはスキンケア（肌治療）へと関心が段階的に広がる傾向が顕著に見られます。脱毛によって毛がなくなったことで、それまで隠れていた肌のシミやホクロが気になり始め、本格的な肌治療へとステップアップする男性も増えているのです。

これほどまでに「美容投資」が一般化するなかで、男性たちは実際にどのような「肌悩み」を抱えているのでしょうか。また、世代ごとにその実態はどう異なるのでしょうか。

本調査は、現代男性の「年齢・悩み・美容行動」のリアルな実像を明らかにすることを目的に実施しました。

■調査名： 世代別「男性美容」調査（2026年度）

※当データ使用時は【男性専門の総合美容医療『ゴリラクリニック』調べ】を記載ください

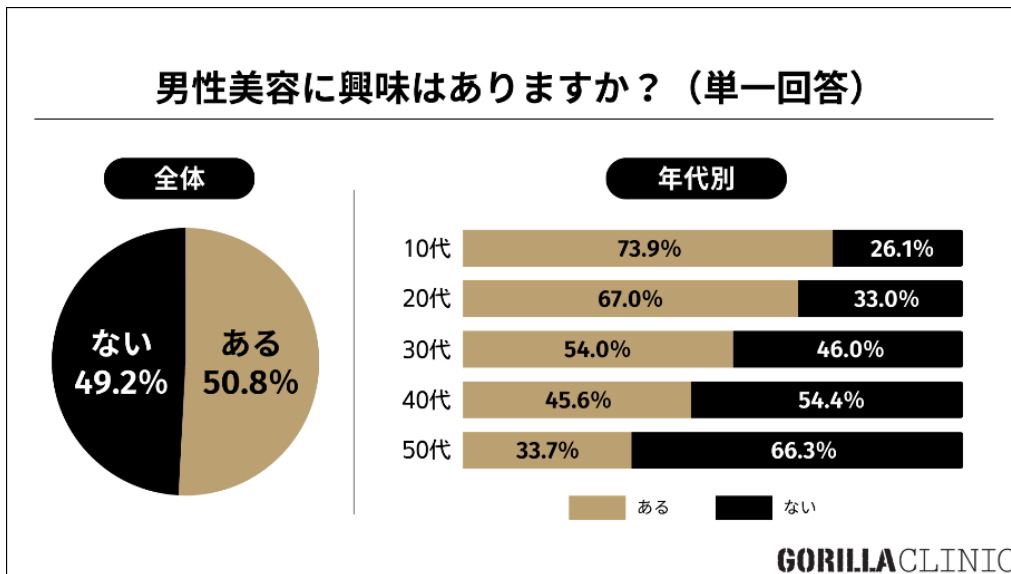
- ・調査主：男性専門の総合美容医療「ゴリラクリニック」（医療法人社団十二会／東京都新宿区、総院長：稲見文彦）
- ・調査対象：15～59歳の男性10,318名
- ・調査期間：2026年1月15日～18日の4日間

本調査では、半数（50.8%）の男性が「美容に興味がある」と回答。年代別では10代が最多の73.9%、20代も67.0%と高い割合で関心を持っていることが分かりました。また、「おこなっている美容施術」では全世代で「ヒゲ脱毛」が上位を占めており、ヒゲのケアが男性美容の入り口として定着していることが明らかになりました。さらに、20代のAGA（薄毛）治療実施率が50代を上回り、若い世代が「薄毛になる前」に手を打つ“予防型”へとシフトしていることも判明しました。

各質問・詳細

① 若年層ほど圧倒的に高い美容意識。Z世代を中心とした「美容ネイティブ」の台頭

◎全体の半数（50.8%）が男性美容に「興味がある」と回答。年代別では10代が約4分の3（73.9%）で最多に美容が一部の層だけのものではなく、男性の過半数が関心を寄せる「身だしなみの新常識」となったことを示唆



② 若年層は「肌」、中年層以降は「口元・老化」へ悩みがシフト

◎10代はトップが45%超と特定の項目に悩みが集中する一方、40代・50代はトップでも25%前後に留まり、外見に関する様々な悩みが万遍なく分散している実態が判明

【10代】1位「肌荒れ（46.6%）」、2位「ニキビ・ニキビ跡（45.8%）」

【50代】1位「歯並び・口臭・虫歯（25.1%）」、2位「シワ・たるみ（24.3%）」

10代・20代は肌荒れやニキビといった「今すぐ解決したい一時的な悩み」に集中しているのに対し、年齢が上がるにつれて口腔トラブル・シミ・シワなど「長年の蓄積によって現れる経年変化」に、悩みがシフトする結果に

「外見（身体）に関する悩み」は何ですか？（複数回答）

	全体	10代	20代	30代	40代	50代
1	肌荒れ 25.7%	肌荒れ 46.6%	肌荒れ 36.8%	ヒゲの濃さ 31.1%	歯並び・口臭・虫歯 27.5%	歯並び・口臭・虫歯 25.1%
2	ヒゲの濃さ 25.3%	ニキビ・ニキビ跡 45.8%	ヒゲの濃さ 33.6%	肌荒れ 26.2%	ヒゲの濃さ 24.2%	シワ・たるみ 24.3%
3	歯並び・口臭・虫歯 25.0%	体毛の濃さ 31.4%	ニキビ・ニキビ跡 28.9%	歯並び・口臭・虫歯 24.9%	シミ・そばかす 22.4%	シミ・そばかす 23.2%
4	乾燥 20.8%	ヒゲの濃さ 26.4%	体毛の濃さ 24.8%	乾燥 ニキビ・ニキビ跡 (同率) 21.8%	乾燥 21.1%	薄毛 22.3%
5	体毛の濃さ 19.4%	毛穴 25.1%	乾燥 22.9%		肌荒れ 20.9%	肥満 18.4%

GORILLA CLINIC

③ 若年層は「外見変化」、ミドル層以降は「インナー・根本ケア」へ。年齢とともに変化するアプローチ

◎10代・20代は「脱毛」や「ニキビ治療」など目に見える表層のケアが上位を占める一方、40代・50代では「アンチエイジング施術」がランクイン

若年層の間でAGA治療が「事後の治療」から「事前の予防」へとカジュアルにシフトしている現状が浮き彫りに。30代までは特定の施術に人気集中しているのに対し、40代以降は興味が分散しており、ライフステージが進むにつれて体内環境の改善など「内側からのアプローチ」による根本的な若返りへと、美容に求める選択肢が多様化している傾向

あなたが興味のある美容施術は何ですか？（複数回答）

	全体	10代	20代	30代	40代	50代
1	ヒゲ脱毛 20.6%	体の脱毛 22.5%	ヒゲ脱毛 29.4%	ヒゲ脱毛 26.5%	ヒゲ脱毛 17.4%	ヒゲ脱毛 12.9%
2	体の脱毛 15.9%	ニキビ・ニキビ跡治療 21.6%	体の脱毛 22.3%	体の脱毛 18.8%	体の脱毛 13.7%	アンチエイジング施術 9.4%
3	AGA治療 8.8% ^(※)	ヒゲ脱毛 19.2%	ニキビ・ニキビ跡治療 21.6%	VIO脱毛 10.4%	AGA治療 10.6%	体の脱毛 8.9%
4	ニキビ・ニキビ跡治療 8.8% ^(※)	ワキガ・多汗症治療 7.7%	VIO脱毛 10.9%	AGA治療 10.1%	アンチエイジング施術 8.4%	AGA治療 8.2%
5	VIO脱毛 8.6%	スキンケア施術 7.6%	スキンケア施術 8.1%	ニキビ・ニキビ跡治療 9.6%	VIO脱毛 8.2%	VIO脱毛 6.8%

(※) 順位は小数第2位以下を含めて算出しているため、表示値が同一の場合でも順位差が生じています

GORILLA CLINIC

④ 全世代で「ヒゲ脱毛」が実施率トップ。ヒゲのケアが男性美容の“入り口”に

◎20～50代のすべての年代で「ヒゲ脱毛」が実施率トップを独占。世代を問わず、ヒゲのケアが男性美容の出発点にかつては一部の男性のものだったヒゲ脱毛が、いまや世代を問わず最も多くの男性に選ばれる施術となりました。比較的取り入れやすいヒゲ脱毛が、男性が美容医療に踏み出す“最初の一歩”として広く定着している実態を示唆

あなたが現在おこなっている美容施術は何ですか？（複数回答）

	全体	10代	20代	30代	40代	50代
1	ヒゲ脱毛 6.5%	ニキビ・ニキビ跡治療 6.5%	ヒゲ脱毛 12.0%	ヒゲ脱毛 8.9%	ヒゲ脱毛 4.6%	ヒゲ脱毛 2.7%
2	体の脱毛 4.3%	ヒゲ脱毛 5.5%	体の脱毛 8.1%	体の脱毛 5.2%	AGA治療 3.8%	AGA治療 2.4%
3	AGA治療 3.3%	体の脱毛 4.8%	ニキビ・ニキビ跡治療 4.0%	AGA治療 4.3%	体の脱毛 3.3%	体の脱毛 1.7%
4	ニキビ・ニキビ跡治療 2.5%	VIO脱毛 2.4%	AGA治療 3.7%	ニキビ・ニキビ跡治療 2.6% ^(※)	VIO脱毛 アンチエイジング施術 (両者) 2.0%	アンチエイジング施術 1.6%
5	VIO脱毛 2.1%	ワキガ・多汗症治療 2.3%	VIO脱毛 2.7%	VIO脱毛 2.6% ^(※)		ワキガ・多汗症治療 1.2%

(※) 順位は小数第2位以下を含めて算出しているため、表示値が同一の場合でも順位差が生じています

GORILLA CLINIC

■ 「ゴリラクリニック銀座 ANNEX 院」太田博之院長が解説 【「男性美容」最新トレンドや昨今の傾向】

友人たちから「美容関連の相談」を受ける際、以前は女性からがほとんどでしたが、最近では「このシミ取れる？」「たるみ治せない？」など、男性からいただく機会が増えました。そのため、身近でも「男性美容」の需要が拡大している実感があります。そんな中で、【最近の男性の美容トレンドや傾向】をお伝えできればと思います。

以前は【男性美容の軸】と言えば、ヒゲ脱毛や全身脱毛といった「医療レーザー脱毛」が主流でした。今頃の時期でいうと、暑くなってきたので、足や下半身の脱毛のご相談も多くなっています。そうした背景から、脱毛はずいぶんと「当たり前」になり、トレンドは「スキンケア」「肌治療」へと移行しております。

20~30代で「ヒゲ脱毛」「全身脱毛」を行なった方々が、30~40代になってシミ・しわ・たるみが気になり「アンチエイジング」のための肌治療を希望されるケースがとて増えています。

中でもたるみに対する「HIFU治療」、シミに対する「光治療」、肌質改善のための「ピーリング+エレクトロポレーション」などの治療はダウンタイム（腫れや内出血など）が起きにくいと男性にとっても通いやすい治療となっており、30代以上の男性にも非常に好評をいただいています。また、白髪や産毛にも対応できる「針脱毛（ニードル脱毛）」もニーズが高く、脱毛すると毛穴も目立たなくなるので「肌が綺麗と言われるのが嬉しい」という男性や、「部下と美容の話で盛り上がっている」、「妻から褒められて家庭内の空気がとても良い」といったご意見を頂戴することもあります。

美容医療を受けることで外見や意識が変わり自己肯定感が向上し、それはビジネスからプライベートにまでポジティブな影響をもたらすと思います。美容全般において気になることがあれば、無料カウンセリングでどうぞお気軽にご相談ください。



ゴリラクリニック銀座 ANNEX 院院長 太田博之 医師プロフィール

開成中学・高校卒業。昭和大学医学部を卒業後、昭和大学横浜市北部病院にて研修。研修終了後、昭和大学眼科学講座に入局。美容医療に携わりたいという思いからゴリラクリニックに入職。同院の新宿本院院長に就任を経て2023年3月16日、銀座一丁目の『ゴリラクリニック 銀座 ANNEX 院』（旧『SILVER FOX by GORILLA CLINIC』）院長に就任、現在に至る。私生活では一男二女の父。仕事も家事も育児も全力で！がモットー。趣味はワインコレクト。

■【ヒゲ脱毛、よくある質問①】「何回通えば、ヒゲはなくなりますか？」

ヒゲには「毛量（密度）」「毛の濃さ（太さ）」「毛が生えている範囲」など、【個人差】があります。また、「どの程度「ヒゲ」を無くしたいのか」、例えば【全体的に毛を減らしたい、首の部分だけいらない、形を綺麗に整えたい（デザインしたい）、毛は一切いらずツルツルにしたい】など、人によって理想は多種多様です。そのような背景から、施術前から必要な「脱毛の照射回数」を「明確に判断」することは難しいため、無料のカウンセリングで直接ご相談されることをお勧めいたします。

なお、当院の「ヒゲ脱毛」の場合、鼻下・アゴ・アゴ下の“基本3部位”に加え、ほほ・もみあげ・首を含めた“最大6部位”まで、患者さまのニーズにあわせて選択が可能。ヒゲ脱毛では「デザイン脱毛（部分脱毛）」で「残したい部位の毛を残しながら脱毛する」ことができます。（※「医療脱毛」の場合。エステサロンの美容脱毛（減毛）は除外）

■【ヒゲ脱毛、よくある質問②】「エステサロン」と「医療機関（クリニック）」での脱毛は、同じ効果ですか？

エステは「減毛」、医療は「脱毛」。効果はまったく違います。エステサロンで行われる「光脱毛（フラッシュ脱毛・美容脱毛）」と、クリニックで行う「医療レーザー脱毛」では、効果に大きな違いがあります。

そもそも【脱毛】は医師法により、【医師が常駐する医療機関（クリニック）でのみ行える“医療行為”】です。

「医療レーザー脱毛」では、医療従事者が専用の脱毛機を用い、毛根を破壊できるほどの高出力で施術を行うため、高い脱毛効果が期待できます。

一方で、エステサロンには医師がいないため、強力な「医療レーザー脱毛機」は使用できません。エステで使用するのは出力の弱い光美容器であり、効果はあくまで一時的な「減毛」ととどまります。毛が濃い、毛量が多いなどのお悩みには、迷わずクリニックでの【医療脱毛】をおすすめします。

「エステ」と「クリニック」、両者を見分ける一番簡単な方法は、【医師がいるかどうか】です。

なかには制服を白衣にしているエステサロンもありますが、使用機器も施術者もまったく異なります。多くの場合、WEBサイトを確認すればすぐに判断できます。

●「ドクター紹介」「クリニック紹介」といったページがある → 【医療機関（クリニック）】

●そのようなページがない、あるいは「医療機関と提携」などの記載がある → 【エステサロン（脱毛サロン）】

■男性専門の総合美容医療『ゴリラクリニック』(<https://gorilla.clinic/>)

◎診療科目：美容皮膚科、美容外科、美容整形、頭髪外来

◎初診専用無料ダイヤル：0120-987-118

◎診療時間：11:00～20:00（不定休、予約制）

2014年10月創業。「男性美容という文化を創る」ことを使命に掲げ、全国に23院を展開（2026年5月現在）。男性専門の総合美容クリニック（医療機関）として医療用レーザーを使用した「永久脱毛」を始め、スキンケア治療やニキビ（跡）治療、薄毛・AGA治療、医療痩身やスメルケアほか多治療を展開。

2024年5月には「銀座ANNEX院」で外科治療メニューの提供を開始（二重・包茎・目の下のたるみ治療）。男性美容に関するありとあらゆる要望を美容医療の力でサポートしている。また創業当初より細部に至るまで【男性志向】を追求し、男性スタッフも多く採用。どのような悩みに対しても男性が恥ずかしがることなく相談できるような環境づくりを徹底している。



プレスリリースに関するお問合せやご取材は、下記までご連絡ください

広報部：石垣 鈴木 下谷

TEL：03-5291-5270 MAIL：pr@gorilla.clinic

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