

－ 20～60代男女450名を対象にダニ対策実態調査を実施 －

## ヒトの“快適”はダニにも最適？ 約3人に1人が感覚頼りの湿度管理でダニ大量発生の恐れも

“喜びを企画して世の中を面白くする”商品を流通させる株式会社リベルタ（本社：東京都渋谷区、東証スタンダード：4935）が展開するダニ対策ブランド「さよならダニー」は、全国の20代～60代の男女450名を対象に「ダニと季節に関する意識調査」を実施しました。

### 調査サマリー

#### TOPIC1

湿度とダニの関係は84%が認識しているが、ダニ大量発生危険ラインは認知されず約3人に1人が湿度管理は感覚頼り、ダニが増える室内環境に無自覚

#### TOPIC2

ダニ対策の主流は「換気」「天日干し」でやったつもり対策に偏重節電意識で除湿を控える人も多く、物価高がダニ対策にも影響

#### TOPIC3

秋のハウスダスト悪化を知らない人76%、梅雨時期のダニ対策をしていない人が67%！また、知っていても対策しない人が55%と、知識と行動のギャップが存在

#### TOPIC4

自宅にダニがいると思う人は77%、しかしダニ対策グッズ使用は25% 気になってはいても専門的な対策ができていない実態が浮き彫りに

#### ● 調査概要

- ・ 調査方法：インターネット調査
- ・ 調査日：2026年3月27日（金）
- ・ 調査対象者：20～69歳の男女 計450名
- ・ エリア：全国

### 本調査結果についてのコメント

#### 日本医科大学耳鼻咽喉科 大久保公裕 先生

##### ■ ダニ対策（繁殖を減らす）のためには湿度は60%以下に

ダニは湿度が高くなる初夏から繁殖しやすくなり、特に梅雨時期に増加します。そのため、室内の湿度は60%以下に保つことが重要です。特に、ダニが繁殖しやすいカーペットのあるリビングやクローゼットなどは、湿度のコントロールが必要です。

##### ■ ダニ対策の主流である天日干し・換気は対策としては不十分

ダニ発生予防としてよく行われている天日干しや換気などは天候の良い日によく行われていますが、実際にダニが増加し始める6月は雨が続き、天日干しや十分な換気が出来ない日が多くあります。また、夏に毎日行ったとしてもダニはすでに増加しているため死骸を干して、乾燥させているので効果が少なくなります。この6月からこそアレルギー原因物質であるダニ増加を抑制することが重要です。

##### ■ 9月のハウスダストアレルギーを軽減するためには、6月からのダニ予防対策が重要

ダニの繁殖は前述のように6月頃から増加しますが、実際に我々に影響を及ぼすダニによる鼻や眼、そして気管支などのアレルギー反応はダニの死骸により発生します。死骸が増加するのは季節の変わり目の9月頃からですが、実際には6月に増加したダニによるもので、症状の出る前の6月からダニの発生増加を抑える必要があります。また、ダニを殺してもアレルゲン物質となる死骸やフンは減りませんので、増加しそうな部位にダニを寄せ付けないことも重要になります。

#### ■ 大久保公裕 先生 プロフィール

日本医科大学花粉症学講座教授、日本医科大学名誉教授

免疫アレルギー性疾患を専門に研究し、花粉症治療において日本を代表する医師。国や企業と共同でアレルギー性鼻炎の新しい免疫療法の開発を積極的に進めている。スギ花粉症の舌下免疫療法やゾレア治療法の開発では大規模臨床試験の責任者として治療法確立に大きく貢献した。

## TOPIC1

湿度とダニの関係は84%が認識しているが、ダニ大量発生危険ラインは認知されず約3人に1人が湿度管理は感覚頼り、ダニが増える室内環境に無自覚

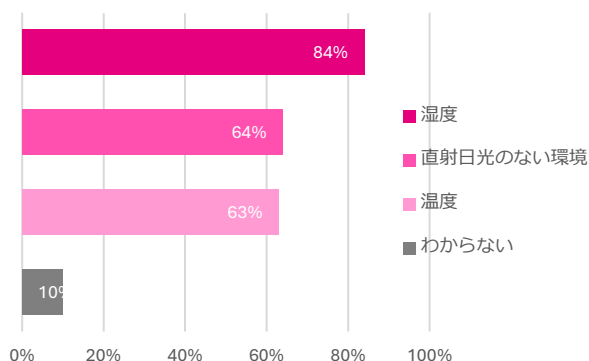
### ■湿度とダニの関係は84%が認識も、ダニ大量発生危険ラインは理解されず、ダニ対策につながらない“知識のスレ”が明らかに

「ダニの増殖に関係がある条件」として、84%が「湿度」と回答しており、多くの人が湿度とダニの関係性そのものは認識していることがわかりました。【図1】

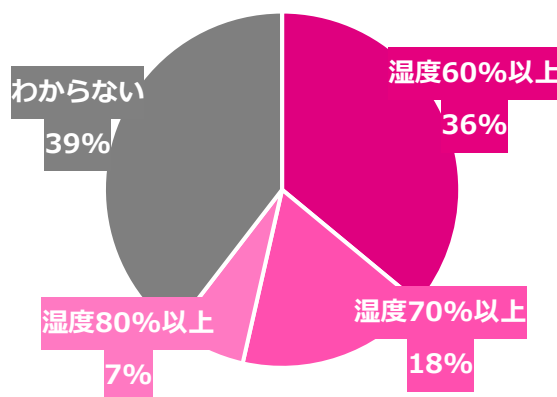
一方で、ダニが発生しやすい湿度の目安については「わからない」と回答した人が最多となり、ダニが大量発生する危険ラインとされる「湿度60%以上」を正しく理解している人は限られていることが明らかになりました。【図2】

この結果から、「湿度が高いとダニが増える」という認識は広がっているものの、具体的にどの程度の湿度がリスクとなるのかまでは理解されておらず、ダニ対策につながる知識として十分に浸透していない実態がうかがえます。

【図1】「ダニの増殖に関係がある条件」として、正しいと思うものを選んでください。(n=450)

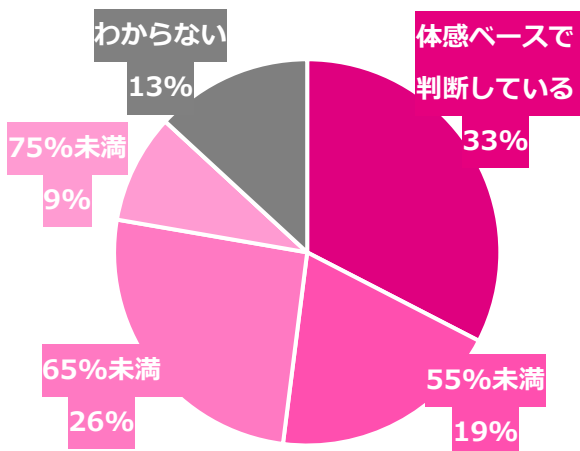


【図2】「ダニが発生しやすい湿度」として、正しいと思うものを選んでください。(n=450)



### ■室内湿度の許容範囲は約3人に1人が“体感ベース”で判断！ 快適だと思っている室内環境が、実はダニの温床と化している可能性も

【図3】梅雨の時期、室内の湿度は何%までなら許容範囲だと思っていますか？(n=175)



梅雨時期の室内湿度について「どこまでなら許容できるか」を尋ねたところ、「湿度55%」というダニが発生しづらい湿度でキープできている人は僅か19%。さらに、約3人に1人が「体感ベースで判断している」と回答しました。【図3】

湿度を数値で把握するのではなく、「なんとなくジメジメしていない」「不快ではない」といった感覚で判断している人が一番多いという実態が明らかになりました。

人が快適と思う湿度は一般的に40~60%の間、一方ダニは室内湿度60%以上で増殖しやすくなるとされています。人が快適と感じている環境でも、実際にはダニにとって繁殖しやすい条件がそろっている可能性があることを鑑みると、実に8割以上の人々がダニの温床で生活している可能性があることが推測できます。

今回の結果から、湿度に関する意識はあっても、日常生活では数値管理より感覚に頼る傾向が強く、知らないうちにダニが増えやすい室内環境をつくってしまっている可能性が浮き彫りとなりました。

## TOPIC2

ダニ対策の主流は「換気」「天日干し」でやったつもり対策に偏重  
節電意識で除湿を控える人も多く、物価高がダニ対策にも影響

### ■ダニ対策は「換気」「天日干し」が主流…実際には効果が少ない「やったつもり」対策に偏重！

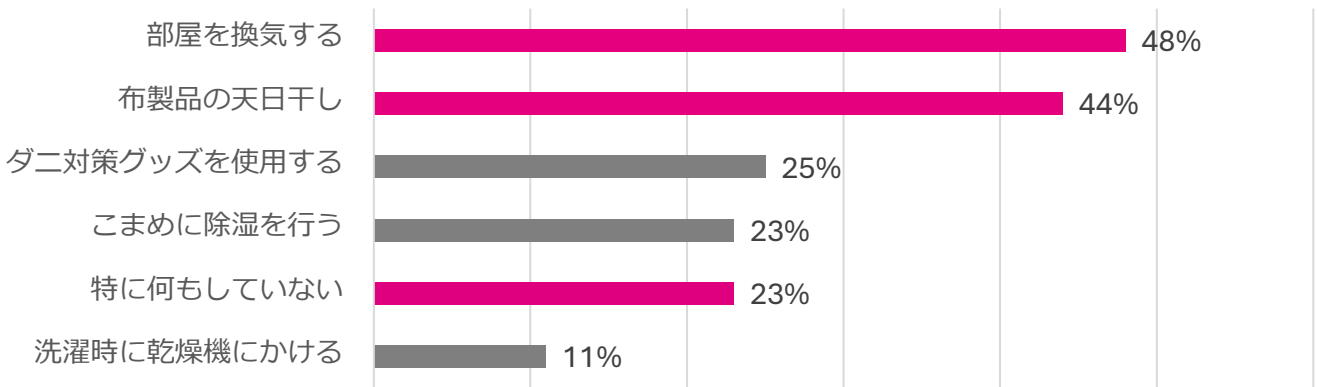
ダニ対策として実施していることについては、「部屋の換気」48%、「布製品の天日干し」44%が上位となり、手軽で昔ながらの効果が薄い方法に偏っている傾向が見られました。【図4】

これらは広く知られている対策であるものの、ダニの死滅や繁殖抑制という観点では十分とは言い切れない側面もあり、対策内容が“手軽さ重視”に偏っている傾向が見られます。

一方で、ダニ対策として有効とされる「こまめな除湿」や「乾燥機の使用」、「ダニ対策グッズの活用」は実施率が相対的に低く、十分な効果が期待しにくい“やったつもり対策”にとどまっている可能性がうかがえます。

また、節電意識で除湿を控える人が約5人に1人という結果も存在し、節電意識によって湿度管理を控える行動も一定数見られました。

【図4】ダニ対策としてどんなことを行っていますか？（複数回答可）（n=450）



## TOPIC3

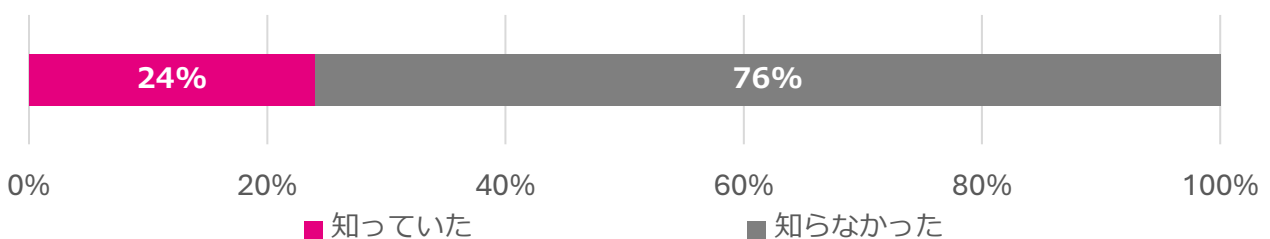
秋のハウスダスト悪化を知らない人76%、梅雨時期のダニ対策をしていない人が67%！  
また、知っていても対策しない人が55%と、知識と行動のギャップが存在

### ■秋のハウスダスト悪化を知らない人が76%！秋のアレルギーリスクが十分に認識されていない実態に

秋にハウスダストアレルギーが悪化しやすいことについて、「知らない」と回答した人が76%にのぼり、多くの人が秋にアレルギー症状が強まる可能性を認識していない実態が明らかになりました。【図5】

ダニは梅雨から夏にかけて増殖し、その死骸やフンが秋にアレルギーとして影響を及ぼすとされていますが、こうした季節ごとの変化については十分に理解されていない傾向が見られます。その結果、秋の不調につながるリスクがありながらも、適切なタイミングでの対策が行われていない可能性がうかがえます。

【図5】秋にハウスダストアレルギーがひどくなることを知っていましたか？（n=450）



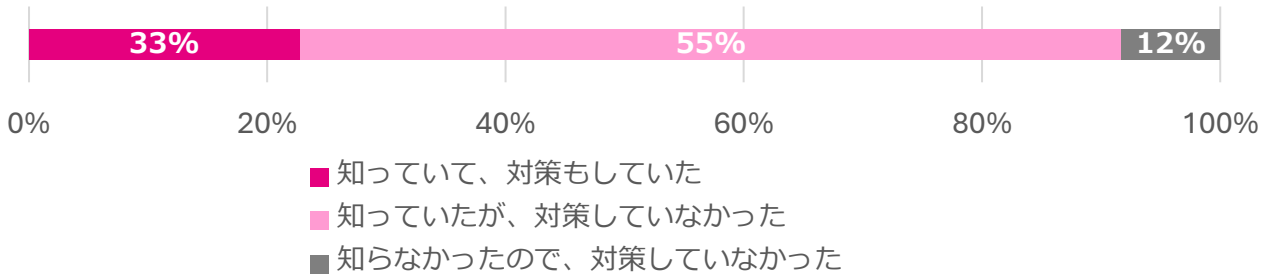
約7割が秋のハウスダスト悪化を知らないことが判明！

■“梅雨からの先手対策”は浸透せず、対策未実施は67%！知っていても行動に移せない人が55%と半数超  
さらに、秋のハウスダスト対策として重要とされる“梅雨時期からのダニ対策”については、対策を実施していない人が67%にのぼる結果となりました。【図6】

加えて、全体のうち過半数である55%の方が「知っていたが実施していない」と回答。このことから、ダニ対策に関する知識は一定程度浸透しているものの、実際の行動には結びついていない「知識と行動のギャップ」が浮き彫りとなりました。

秋のアレルギー症状を防ぐためには、ダニが増殖する梅雨時期からの“先手対策”が重要であるにもかかわらず、その重要性が十分に実践されていない実態が明らかになりました。

【図6】秋のハウスダストアレルギー対策のために梅雨時期からダニ対策が必要であることを知っていましたか？  
また、そのための対策はしていましたか？（n=450）



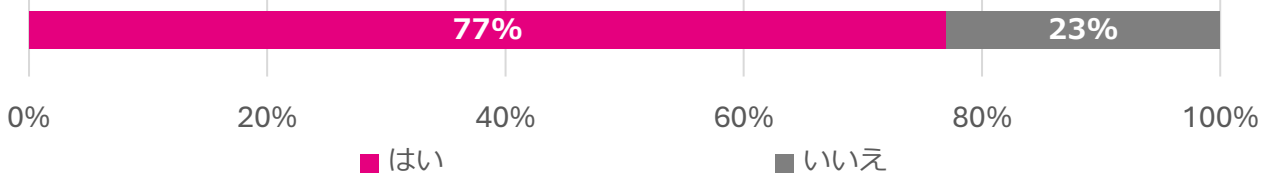
## TOPIC4

自宅にダニがいると思う人は77%、しかしダニ対策グッズ使用は25%  
気になってはいても専門的な対策ができていない実態が浮き彫りに

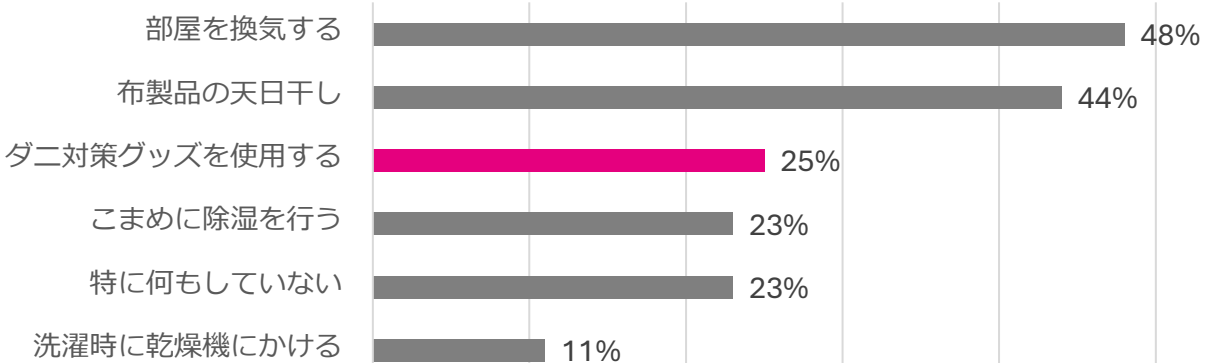
■“家にダニがいると思う”人は77% 専用対策グッズ使用は25%  
不安はあるのに、対策は進まない 家庭内のダニ対策実態

自宅でのダニの存在について、「家にダニがいると思う」と回答した人は約77%にのぼる一方【図7】、ダニ対策として「ダニ対策グッズを使用する」と回答した人は約25%【図8】と“気になってはいても専門的な対策ができていない”実態が浮き彫りになりました。

【図7】自身のご自宅にダニはいると思いますか？（n=450）



(図4再掲)【図8】ダニ対策としてどんなことを行っていますか？（複数回答可）（n=450）



## ダニ対策グッズ『さよならダニー』について



### ■さよならダニー DX (4枚入り) 1,738円 (税込)

誘引剤増で従来品より捕獲力を増した、さよならダニーの上位モデル。ダニを誘い込む2種類の誘引剤と強力粘着シートを採用し、布団やカーペットの奥に潜むダニをおびき寄せ、しっかりキャッチします。殺虫剤不使用で、お子さまやペットのいるご家庭にもおすすめ。置くだけの簡単設置で、交換の目安は約2か月。人気の高機能タイプです。

公式オンラインストア：<https://liberta-online.jp/shop/products/01800631>



### ■さよならダニー天然成分殺虫スプレー (防除用医薬部外品) 1,980円 (税込)

ダニが気になる箇所に10秒スプレー(※1)するだけで、ダニ駆除・予防ができるアイテム(※2)。有効成分には植物由来のl-メントールとハッカ油を採用しながら、ダニに対する防除効果・増殖抑制効果が認められた処方を実現。お子さまやペットのいるご家庭でも使いやすい仕様です。

※1：布団1㎡に噴霧するのに要する時間 ※2：すべてのダニを駆除・予防するわけではありません。

公式オンラインストア：<https://liberta-online.jp/shop/products/01800648>



### ■さよならダニー ワンプッシュスプレー 1,628円 (税込)

置き型シートでは対策しにくい箇所にも手軽に使えるスプレータイプ。ソファの下やクローゼットなどにワンプッシュするだけで、ダニを寄せつけにくくします。掃除のついでや気になるときにサッと使える、殺虫剤不使用のうれしい処方。ペットや子どもがいるご家庭にもおすすめの“プラスワン”ダニ対策アイテムです。

公式オンラインストア：<https://liberta-online.jp/shop/products/01800632>