

いま注目すべきアミノ酸美容  
**美容効果を知ること、摂取意向1.25倍に上昇**  
“取り入れないのは、もったいない” – 美容皮膚科医が推薦する成分

味の素株式会社(社長：中村 茂雄 本社：東京都中央区)は、全国の30代～60代の女性500名を対象に、「アミノ酸の美容価値に関する意識調査」を実施しました。

調査の結果、肌悩みを抱える人は87.8%にのぼり、そのうち61.0%が対策を講じている実態が明らかになりました。特に「ゆらぎ」や「赤み」といった悩みでは、積極的にケアをしている人が多い傾向も見られました。一方で、美容成分としてアミノ酸を想起した人は19.8%、美肌効果を認識していた人は15.0%にとどまっていました。しかし、美容効果に関する情報を伝えたところ、アミノ酸を「取り入れたい」と回答した人は約1.25倍に上昇。肌におけるアミノ酸の働きを具体的に知ることによって美容成分としてのイメージが形成され、美容ケアに取り入れたい意向が上がる可能性が示されました。

### 主な調査トピックス

- |   |  |
|---|--|
| 1 | 肌悩みを抱える人は約9割、そのうち約6割が何らかの対策をしている                                 |
| 2 | 主な肌悩み対策は「クレンジング」と「多品種のスキンケアアイテム」<br>「赤み」「ゆらぎ」に悩む人は、対策率がトップという結果に |
| 3 | 美容成分を選ぶ際に重視するポイント第1位「効果実感」                                       |
| 4 | 美容成分としてアミノ酸を想起した人は2割弱  |
| 5 | アミノ酸の美容効果に関する情報により摂取意向は約1.25倍に上昇                                 |

#### <調査概要>

名称：アミノ酸の美容価値に関する意識調査

対象：全国の30代～60代女性500名

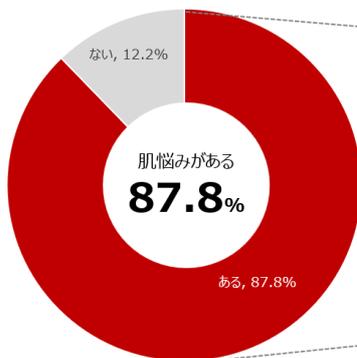
期間：2025年4月23日～24日

方法：インターネット調査

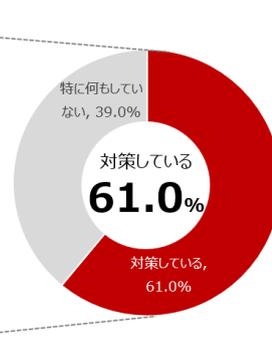
## 1. 肌悩みを抱える人は約9割、そのうち約6割が何らかの対策をしている

肌悩みの有無を聞いたところ、500名中439名(87.8%)が「肌悩みがある」と回答しました。さらに、そのうち61.0%は、肌悩みを解決するための何らかの対策をしていると答えており、過半数の人は美容ケアを日常的に実践している様子が伺えます。

Q.あなたが感じている肌悩みはありますか



Q.肌悩みを解決するために対策していますか



## 2. 主な肌悩み対策は「クレンジング」と「多品種のスキンケアアイテム」 「赤み」「ゆらぎ」に悩む人は、対策率がトップという結果に

肌悩みへの対策をしている方に対策方法を聞いたところ、「クレンジングや洗顔料などの落とすケア・洗うケアをしっかりと行う」(59.7%)が最多になりました。「スキンケアアイテムを多品種取り入れる」も3割以上(32.1%)にのびります。手間やコストをかけて肌悩みと向き合っている方が多いことが分かります。

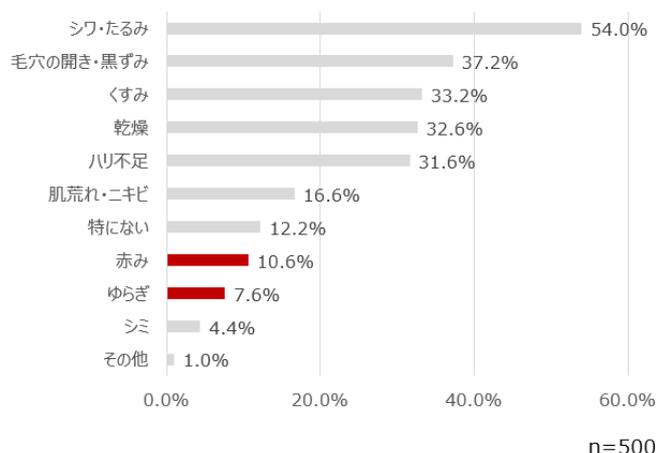
Q.肌悩みを解決するために、どんな対策をしていますか

順位	肌悩みへの対策	割合
1位	クレンジングや洗顔料などの 落とすケア・洗うケアをしっかりと行う	59.7%
2位	スキンケアアイテムを多品種取り入れている	32.1%
3位	サプリメントや健康食品など、 インナーケアを意識して摂取している	29.1%
4位	ピーリングやスクラブなど角質ケアを取り入れている	16.0%
5位	SNSや口コミを参考に、 新しいアイテムを積極的に試している	8.6%
6位	美容皮膚科やクリニックで 施術(レーザー、ピーリングなど)を定期的に受ける	7.1%
7位	その他	2.2%

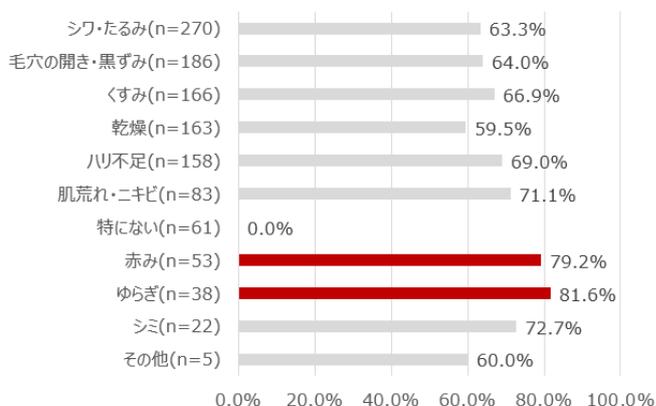
n=268

また、肌悩みとして多く挙げたのは「シワ・たるみ」(54.0%)や「毛穴の開き・黒ずみ」(37.2%)でした。一方で、「赤み」(10.6%)や「ゆらぎ」(7.6%)と答えた人は多くはないものの、他の悩みと比較して特に積極的に対策をしている傾向が見られました。「ゆらぎ」を感じる人の81.6%、「赤み」では79.2%と、共に約8割もの方が対策をしていると回答しています。

Q.あなたが感じている肌悩みは何ですか



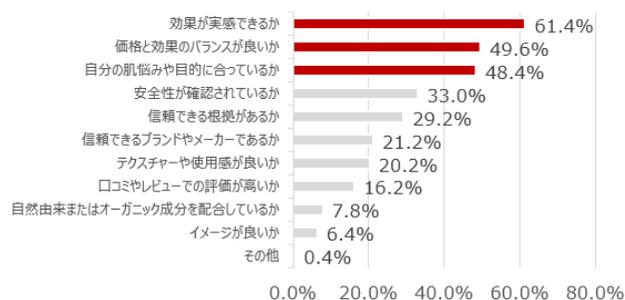
肌悩み別 対策率の比較



## 3. 美容成分を選ぶ際に重視するポイント第1位「効果実感」

美容成分を選ぶ際に最も重視されていたのは「効果が実感できるか」(61.4%)で、次いで「価格と効果のバランスが良いか」(49.6%)、「自分の肌悩みや目的に合っているか」(48.4%)が挙がりました。わかりやすい実感に惹かれる傾向が見られます。

Q.今まで取り入れていなかった美容成分を試す際に、重視するポイントを教えてください



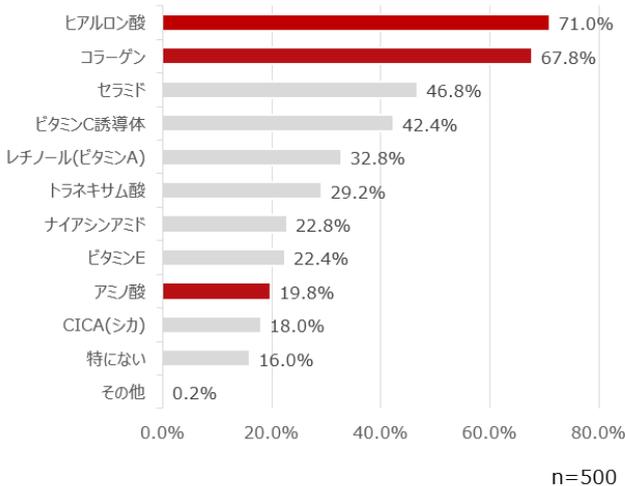
n=500

## 4. 美容成分としてアミノ酸を想起した人は2割弱

美容成分と聞いて思い浮かぶものとして、約7割の人が「ヒアルロン酸」(71.0%)や「コラーゲン」(67.8%)と回答する一方、「アミノ酸」を挙げた人は2割弱(19.8%)となりました。

また、認識しているアミノ酸の効果を確認したところ、「疲労回復」(33.2%)、「運動時の栄養補給」(23.4%)、「筋肉づくり」(22.0%)が上位となり、「美肌づくり」と回答した人は全体の15.0%にとどまりました。アミノ酸の美容成分としての認識はまだ限定的であるようです。

Q.美容成分と聞いて思い浮かべるものとして  
当てはまるものをお選びください



Q.あなたが認識しているアミノ酸の効果として  
当てはまるものをお選びください

順位	認識しているアミノ酸の効果	割合
1位	疲労回復	33.2%
2位	運動時の栄養補給	23.4%
3位	筋肉づくり	22.0%
4位	髪や爪を若々しく保つ	19.8%
5位	免疫力向上	19.0%
6位	美肌づくり	15.0%
7位	食べ物を美味しくする	10.4%
8位	快眠、リラックス	10.0%
9位	腸の調子を整える	9.2%
10位	肝機能の改善	4.4%

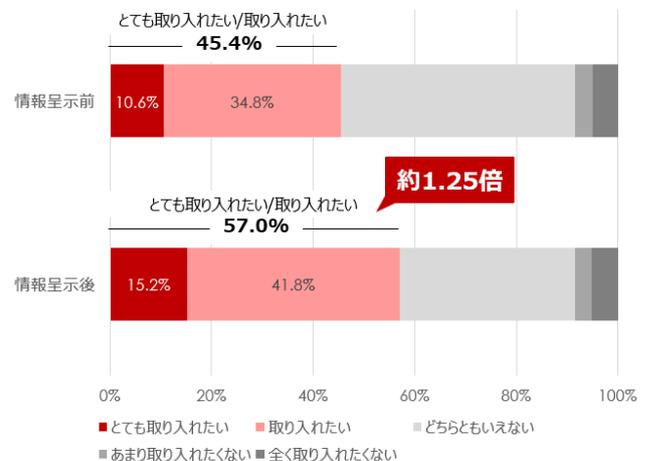
n=500

## 5. アミノ酸の美容効果に関する情報により摂取意向は約1.25倍に上昇

ここまでの調査で、肌悩みを持つ人の多さや対策の実施状況、特に「赤み」や「ゆらぎ」では他の悩みと比べて対策率が高いこと、また美容成分には「効果実感」が強く求められていることが明らかになりました。一方で、美容成分としてアミノ酸を想起する人は19.8%にとどまり、その美肌効果に対する認識は限定的なようです。

そこで、アミノ酸の美容効果に関する情報を呈示し、その前後でアミノ酸を美肌づくりのために取り入れたいと思うか聞いたところ、「とても取り入れたい/取り入れたい」と回答した人の割合は約1.25倍に高まりました。肌におけるアミノ酸の働きを具体的に知ることで美容成分としてのイメージが形成され、美容ケアに取り入れたい意向が上がる可能性が示されました。

Q.アミノ酸を美肌づくりのために取り入れたいと思いますか



## ■ 専門家コメント「アミノ酸の美容価値について」



高瀬 聡子 (たかせ あきこ)

皮膚科医/美容皮膚科医

東京慈恵会医科大学を卒業後、同大学付属病院で皮膚科勤務を経て、2003年にスキンプランドを立ち上げ、2007年に美容皮膚科クリニックを開院。シミ、たるみ治療を中心に、個性やライフステージに合った本来の美しさを引き出す美容医療を提案。

アンチエイジング領域での解説には定評があり、雑誌、テレビ出演など様々な分野で活躍中。

近年、クリニックでは肌の赤みやゆらぎでご相談に来られる方が増えています。スキンケアを怠っているというより、むしろ熱心に取り組まれている方が多く、刺激の強いケアを重ねることで、かえって肌が不安定になるケースも見受けられます。

美肌を目指すには、肌を「守り・育て・支える」視点のケアが欠かせません。アミノ酸はそのすべてを内包する成分であり、非常に有用です。私たちの体をつくる材料でもあり、美肌の基本成分であるアミノ酸で土台から整えていくことが大切です。

今回の調査結果では、アミノ酸の美容効果はまだ十分に認知されておらず、取り入れていない方も多いようですが、それはとてももったいないこと。ぜひ多くの方にその魅力を知っていただき、美容ケアの選択肢の一つとして活用していただけたらと思います。

### ■ 味の素グループ概要

味の素グループは、“Eat Well, Live Well.”をコーポレートスローガンに、アミノサイエンス®で、人・社会・地球のWell-beingに貢献し、さらなる成長を実現してまいります。

味の素グループの2023年度の売上高は1兆4,392億円。世界34の国・地域に拠点を置き、商品を販売している国・地域は130以上にのぼります(2024年現在)。

詳しくは、<https://www.ajinomoto.co.jp/>をご覧ください。

---

お問い合わせ先：味の素株式会社 バイオ&ファインケミカル統括部 瀧澤千夏 (たきざわ ちなつ)

メール：chinatsu.takizawa.9ky@asv.ajinomoto.com