

Press Release

報道関係者各位



株式会社マイベスト

2026年10月8日

【ドライヤー調査】7割が乾かせているつもり でも4割が乾かす前に寝落ち。広がる無自覚の"隠れ自然乾燥" ～6割がドライヤーに不満。重視点は女性「髪へのやさしさ」男性「価格」～

商品比較サービス「マイベスト」の運営をおこなう株式会社マイベスト（本社：東京都中央区、代表取締役CEO：吉川 徹、以下マイベスト）は、ふだんドライヤーで髪を乾かす全国の男女1,000名に、髪の乾かし方に関する調査を実施しました。乾燥や静電気で髪のダメージが気になる秋冬を前に、ふだんの乾かし方の実態が見えてきました。



■調査概要

- ・調査名：髪の乾かし方に関する調査
- ・調査対象：ふだんドライヤーで髪を乾かす全国の男女1,000名
- ・調査方法：インターネット調査
- ・調査期間：2026年9月7日～8日

※調査結果の数値は小数点以下を適宜四捨五入して表示しているため、積み上げ計算すると誤差がでる場合があります。

※調査結果をご紹介いただく際は「株式会社マイベスト調べ」と注釈をご記載ください。

サマリー

髪の乾かし方に関する調査（全国の男女1,000名）

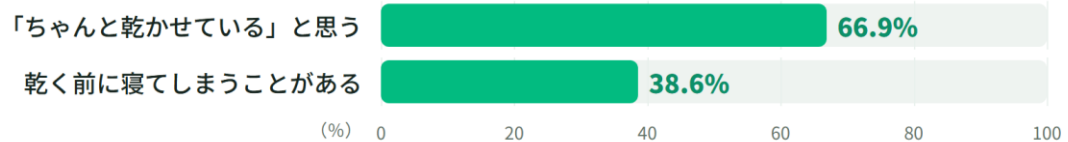
- 01 66.9%が「ちゃんと乾かせている」と思う。でも実は乾かしきれていない“隠れ自然乾燥”
- 02 38.6%が「髪が乾く前に寝てしまうことがある」
- 03 今のドライヤーに不満58.9%。乾くのが遅い27.9%・音が大きいの23.1%・熱い21.6%
- 04 「高いほど早く乾く」と思う人46.6%。でも検証では価格と乾きやすさは比例しない
- 05 重視点は男女で違い、女性は「髪へのやさしさ」33.5%・男性は「価格」31.8%が最多

①約7割が「乾かせているつもり」。でも広がる"隠れ自然乾燥"

66.9%が「ちゃんと乾かせている」と回答した一方で、**実際には乾かしきる前に寝てしまうことがある人が38.6%いる**ことがわかりました。髪をしっかりと乾かす目安時間はミディアムで約5分、ロングで約7～10分（※）とされますが、それを満たせないまま放置してしまう**無自覚の「隠れ自然乾燥」**が広がっています。（※）毛髪診断士 マイベスト高野コメント

「乾かせているつもり」でも、乾かしきれていない“隠れ自然乾燥”

単一回答／n=1,000



※各項目は別設問の該当者割合（複数の設問）

<正しいドライヤーの使い方（マイベストのドライヤーコンテンツより）>

（監修：美髪アドバイザー・毛髪診断士 田村マナ氏／美容師 中川恵理氏）

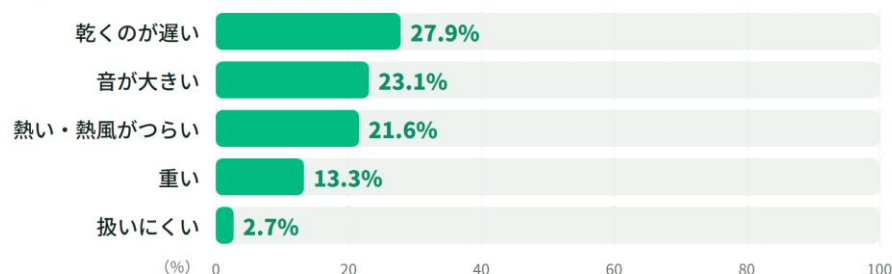
髪をしっかりと乾かすには、長さや量に応じて一定の時間が必要です。**表面が乾いても根元は湿っていることが多く、濡れた状態が続くと摩擦で傷みやすくなります**。乾かすときは、乾きにくい根元や後頭部から風を当て、毛先は最後に。ドライヤーは髪から20cm以上離し、左右に振りながら乾かします。8割ほど乾いたら冷風に切り替えると、開いていたキューティクルが引き締まります。あわせて、自分の髪質や量に合った風量・重さのドライヤーを選ぶと乾かす負担が減ります。

②約6割が今のドライヤーに不満。「乾くのが遅い・音・熱い」

今のドライヤーに何らかの不満がある人は58.9%。1位は「乾くのが遅い」27.9%、次いで「音が大きい」23.1%、「熱い・熱風が辛い」21.6%、「重い」13.3%。実際「もっと軽い・早く乾くドライヤーなら最後までちゃんと乾かす」と思う人は76.1%。**乾かしにくさの背景には、今のドライヤーが自分に合っていない**こともうかがえます。

今のドライヤーへの不満（不満あり58.9%）

複数回答／n=1,000

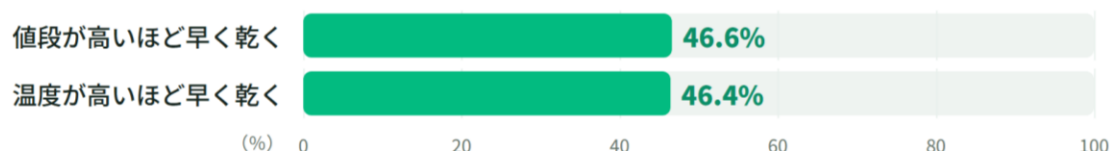


③「高いほど早く乾く」は思い込み？ 重視点は男女で違った

「値段が高いほど早く乾く」と思う人は46.6%。しかしマイベストの検証では、**価格と乾きやすさは必ずしも比例しない**結果に。実際、検証結果をもとにしたランキングでは1万円を切るモデルも上位に入っています。

選び方の“思い込み”（そう思う）

単一回答／n=1,000



またドライヤーで重視する軸は男女で異なり、女性は「髪へのやさしさ・ヘアケア」33.5%、男性は「価格」31.8%が最多。頭皮ケアは男性（6.3%）が女性（3.9%）を上回りました。

最も重視する軸は男女で違う

単一回答／n=1,000

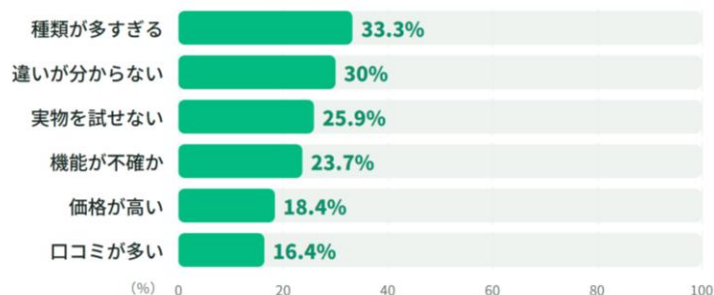
■ 男性 n=493 ■ 女性 n=507



選ぶときに「種類が多すぎる」「違いが分からない」などで迷った人は78.0%にのぼり、多くの人が自分に合う1台の見極めに悩んでいることもわかりました。

ドライヤー選びで困ったこと（困った78.0%）

複数回答／n=1,000



■自分に合うドライヤーは、検証データで見つかる

ドライヤーの検証ランキング： <https://my-best.com/59>

マイベストは、ドライヤー全53商品を購入し、速乾性や髪へのやさしさ、扱いやすさなど5つの観点で検証しています。重さ・髪表面温度・騒音なども実測し、専門家監修のもとで項目ごとに比較。結果はランキング記事で公開しているので、価格や口コミだけでなく、自分が重視する条件で見比べられます。

■株式会社マイベスト

「インターネットを使った最高の選択体験を実現する」をミッションに掲げ、月間ユニークユーザー3,000万人以上が利用する国内最大級の商品比較サービス「マイベスト」を開発・運営しています。徹底した自社検証と専門家の知見にもとづく公平な基準で、商品・サービスのおすすめ情報を提供し、一人ひとりのベストな選択をサポート。現在は、日本以外にも8つの国と地域に展開しており、最高の選択体験を実現し世界を変えたいと考えています。

・所在地：東京都中央区築地7-17-1住友不動産築地ビル

・代表：吉川 徹

・創業：2016年10月

・事業内容：あらゆるジャンルの商品やサービスを比較・検証し、ユーザーが最適な選択をできるようにサポートする商品比較サービス「マイベスト」の運営



・コーポレートサイト : <https://my-best.com/company/>