

<Z世代の漢方に関する意識調査>

Z世代の約3人に1人が漢方薬の服用を経験

SNSやネットよりも信頼のおける相手からの勧めがきっかけ！

～漢方薬には「苦い」イメージを持つ一方、効き目については好印象～

主なトピックス

1. **実態調査：Z世代の3人に1人以上が漢方薬の服用を経験**
2. **Z世代から需要の高い漢方薬は「肌トラブル」処方**
3. **おすすめの漢方薬を解説**

漢方薬を中心とした一般用医薬品と医療用医薬品を販売するクラシエ薬品株式会社では、1年間を通して季節や流行に応じた漢方情報を発信してまいります。当社が2022年12月に発表した、漢方薬市場の長期的な動向をまとめた「KAMPO OF THE YEAR 2022」（※1）では、直近5年間で一般用漢方薬は20代の若年層からの需要が増加傾向にあることが分かりました。

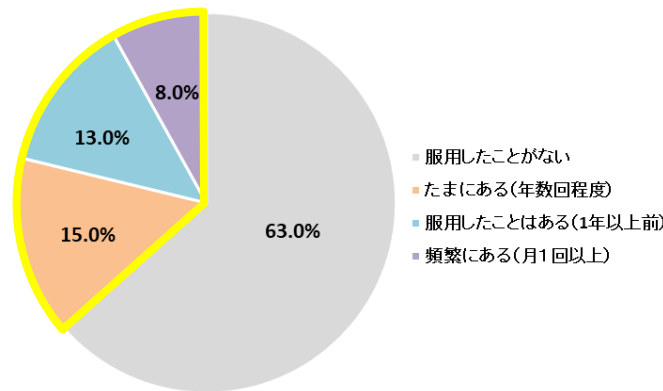
そこで今回は、15歳から24歳のZ世代を対象に、漢方薬の服用経験や服用理由を知ることを目的とした「Z世代の漢方への意識調査」（※2）を実施しました。

Z世代の約3人に1人が漢方薬の服用を経験

15歳から24歳のZ世代に、漢方薬の服用経験を尋ねたところ、**36%が漢方薬を服用したことがあると回答**しました。3人に1人以上の割合で漢方薬の服用経験があることから、Z世代にも漢方薬が不調時の薬として認識され、身近な存在になりつつある様子がうかがえます。

また、**頻繁に服用していると回答した方は8%**と、Z世代の中でも漢方薬を定期的に服用している方も若干数いることが分かります。

Q1.あなたはこれまでに漢方薬を服用した事がありますか？（単数回答選択式）

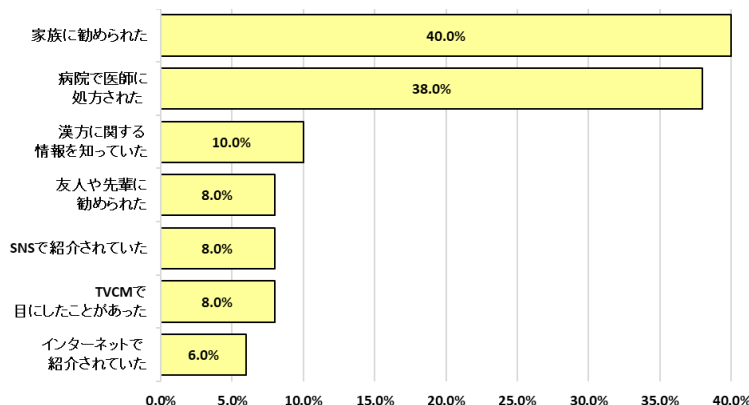


信頼のおける相手からの勧めがきっかけ

続いて、漢方薬の服用経験があると回答した方に服用した理由を尋ねたところ、「**家族に勧められた**」が**40%と最も多い結果**となりました。次いで「**病院で医師に処方された**」が続くことから、**Z世代の漢方薬の服用判断については信頼のおける相手からの勧めがきっかけ**である傾向が分かりました。

その他の項目については、上位2位と比較すると大幅に少ない回答となりました。SNSやインターネットの活用を駆使しているZ世代ですが、意外にも漢方については限定的で、信頼する情報をしっかりと選別している様子が見えます。

Q2.「服用したことがない」以外を選択された方へお聞きします。漢方薬を服用した理由は何ですか？（複数回答選択式）



※1 <2022年、最も注目された漢方薬は『麦門冬湯』>「KAMPO OF THE YEAR 2022」を発表！（2022年12月1日 プレスリリース）

※2 調査概要 ○調査対象：全国の15歳～24歳の男女130名（有効回答数）

○調査期間：2023年4月26日

○調査方法：インターネットアンケート／クラシエ調べ（クロス・マーケティング QiQUMOを利用した調査）

漢方薬は「苦い」といったイメージを持つ一方で、効き目については好印象な結果に

漢方薬と聞いて思い浮かべるイメージについて尋ねたところ、「**苦い**」や「**分からない**」、「**飲みにくい**」など、**漢方薬に対して難しいイメージ**を持つ回答が寄せられました。

一方で、「**苦い**」と回答した方のうち「**苦いけど効果が高そう**」といった回答もあり、効果・効能については好印象を持っている様子が見えます。さらに、「**体への負担が少ない**」、「**安心できる**」といった、漢方への信用が感じられる結果となりました。

また、中には葛根湯のような具体的な処方名を回答する方もおり、特定の漢方薬が先行して知られているケースも見られました。

Q3.漢方薬と聞いて思い浮かべるイメージについてお聞かせ下さい。
(自由回答記入式)

<漢方薬と聞いて思い浮かべるイメージ>

-
- ・苦い
 - ・分からない
 - ・飲みにくい
 - ・匂いが強い
 - ・値段が高い
 - ・飲む回数が多い
- ・効きそう
 - ・葛根湯
 - ・体への負担が少ない
 - ・安心できる
 - ・体が温まる

漢方薬 = 苦い・・・だけじゃない！

前述より、漢方薬は「苦い」というイメージをお持ちの方がいることが分かりましたが、実は漢方薬の味は、「苦い」だけではありません。漢方薬を構成する生薬には、苦味を含めて5種類の味があるとされていて、それぞれが特徴的なはたらきを持っています。

● 5つの味(五味)とそのはたらき

甘味（甘い）・・・緊張をゆるめる、滋養強壮

辛味（辛い）・・・汗をかかせる、めぐりを良くする

酸味（酸っぱい）・・・出すぎるものを収める、引き締める

鹹味（塩辛い）・・・堅いものを柔らかくする、便通をよくする

苦味（苦い）・・・乾燥させる、熱を鎮める

味は効能と深い関係にあり、漢方薬にとって重要な要素となります。一方で、苦い薬は飲みにくい面も持つため、処方されたものの服用に難しさを感じた方も多いのではないのでしょうか。苦味を強く感じ、飲みにくいときの対処法について以下紹介します。

● 飲みにくいときの対処法

粉状の漢方薬を口に入れる前に先に水や白湯を口に含み、その水の上に漢方薬を落として水と漢方薬と一緒に飲むとスムーズに服用することができます。ただし、水や白湯以外の飲み物での服用は薬のはたらきに影響を及ぼすことがありますので、避けましょう。他にも、比較的味やおいを感じにくい錠剤タイプが用意されていることもあるので、どうしても飲みづらさが気になる場合は選んでみてはいかがでしょうか。



漢方薬はお年寄りのもの？ Z世代に人気の漢方薬も・・・

漢方薬はまだ自分には関係ないものと感じているZ世代も多いのではないのでしょうか。風邪や肌トラブルの他、お腹のトラブル等にも使える漢方薬は、実はZ世代にもおすすめです。実際に、世代別の購買データからも、肌トラブルや胃腸トラブルに効果のある漢方薬はZ世代には高い需要があることが分かります。身体の中から改善出来る漢方薬で気になる肌の悩みもケアしてみたいかがでしょうか。

<世代別 人気カテゴリランキング>

	Z世代	全世代
1位	ストレスの悩み	ストレスの悩み
2位	肌トラブル	年齢による悩み
3位	二日酔い・頭痛	足のつり
4位	女性の悩み	二日酔い・頭痛
5位	胃腸のトラブル	肌トラブル

Z世代の不調におすすめの漢方薬

『Z世代の不調』に多いニキビなどの肌トラブルには漢方薬もおすすめです。漢方は、身体の中のバランスを整え、症状を改善するはたらきがあるため、不調にしっかり向き合いたい方におすすめです。

<肌に炎症があり、赤くなりやすい方に効果的な漢方薬>

黄連解毒湯（おうれんげどくとう）

ニキビの中でも、特に炎症の強い真っ赤なニキビに効果的な漢方薬です。

ニキビは患部にアクネ菌などの細菌が増殖し、炎症を起こすことで発生します。黄連解毒湯は強い苦味で全身の熱（炎症）を鎮める漢方薬です。炎症傾向の強い赤ニキビの治療の他にも、赤く腫れた口内炎、のぼせて顔が赤くなったり鼻血が出やすい方などにもお勧めです。



<漢方セラピー>

「クラシエ」漢方黄連解毒湯エキス顆粒
【第2類医薬品】

希望小売価格：2,200円/8日分（税込）

効能：体力中等度以上で、のぼせがみで顔色赤く、いらいらして落ち着かない傾向のあるものの次の諸症：鼻出血、不眠症、神経症、胃炎、二日酔、血の道症、めまい、動悸、更年期障害、湿疹・皮膚炎、皮膚のかゆみ、口内炎

<血のめぐりが悪く、ニキビに悩む方向けの漢方薬>

桂枝茯苓丸料加薏苡仁（けいしぶくりょうがんりょうかよくいんにん）

血のめぐりが悪く、ニキビに悩む方向けの漢方薬です。肌荒れやニキビの発生には肌の新陳代謝が深く関わっています。新陳代謝には栄養（血）が重要で、血の巡りが悪くなると肌に老廃物が溜まり炎症が起こりやすくなります。桂枝茯苓丸料加薏苡仁は肌の血流を整え、新陳代謝を促すことでニキビを改善します。

女性では生理前に血の巡りが悪くなることで、ニキビやしみが増える、生理痛が辛いなどの特徴が見られます。桂枝茯苓丸料加薏苡仁はそのようなお悩みがある方にもお勧めです。



<漢方セラピー>

「クラシエ」漢方桂枝茯苓丸料加薏苡仁エキス錠
【第2類医薬品】

希望小売価格：2,075円/6日分（税込）

効能：比較的体力があり、ときに下腹部痛、肩こり、頭重、めまい、のぼせて足冷えなどを訴えるものの次の諸症：にきび、しみ、手足のあれ（手足の湿疹・皮膚炎）、月経不順、血の道症

<化膿傾向にあるニキビでお悩みの方向けの漢方薬>

十味敗毒湯（じゅうみはいどくとう）

患部の表面に膿が溜まって見えるニキビで悩む方に適した漢方薬です。ニキビはアクネ菌などの細菌によって生じた炎症と共に膿が生じ、皮膚表面が盛り上がる場合があります。十味敗毒湯は皮膚表面の膿を除き、軽度の炎症を鎮めるため、化膿傾向にある初期ニキビに効果的な漢方薬です。この他にもジクジクと化膿した湿疹や皮膚炎でお悩みの方にもお勧めです。



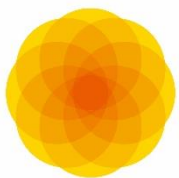
<漢方セラピー>

十味敗毒湯エキス錠クラシエ
【第2類医薬品】

希望小売価格：2,598円/8日分（税込）

効能：体力中等度なものの皮膚疾患で、発赤があり、ときに化膿するものの次の諸症：化膿性皮膚疾患・急性皮膚疾患の初期、じんましん、湿疹・皮膚炎、水虫

クラシエ薬品について



日本を生きるあなたへ。
クラシエの漢方

クラシエ薬品は漢方のプロフェッショナルとして、半世紀以上にわたり日本に暮らす人々の健康で豊かな暮らしをサポートしてきました。漢方薬を中心に一般用医薬品から医療用医薬品まで自社一貫体制の下で幅広く提供しています。

近年、健康の価値や暮らしのあり方が大きく変化している社会の状況を受けて、クラシエ薬品は漢方事業における医療用分野と一般用分野の連携を強め、「クラシエの漢方」として事業一体で漢方薬を通じた健康価値の提供を高めていくことに挑戦していきます。

漢方を通じて、日本に暮らす人々が自らの健康を総合的に見つけ、理想とする健康的な暮らしをつくることをサポートしていきます。