

中高生男子の生え始めのヒゲ＝“うぶヒゲ”剃りは難しい!?

思春期ニキビの“巻き込み剃り”経験率は半数以上!

「ニキビ」や「うぶヒゲ」の悩み、母親のケアアイテムプレゼント意向は7割以上

＜皮膚科医が指南＞ 中高生男子にお勧めのヒゲ剃り方法とは 肌悩みの多い中高生に！「マユ&フェイスシェーバー」で“ポイント剃り”

マユだけでなく「うぶ毛」もお手入れできる「マユ&フェイスシェーバー」(ER-GM30)を発売中のパナソニック株式会社は、「思春期ニキビと“うぶヒゲ”ケア」をテーマとした意識・実態調査をおこないました。

中高生時代はヒゲが伸び始め、剃り始める人が多い時期。初めてのヒゲ剃りに苦戦した経験がある人も多いのではないのでしょうか。

今回の調査では、「生え始めのヒゲ」を「うぶヒゲ」と定義。中高生時代に初めてのうぶヒゲ剃りを経験した20～40代の男性250名と、中高生の息子を持つ母親250名に対して調査を実施しました。その結果、半数以上の男性が、うぶヒゲ剃りの際にニキビを巻き込んでしまう“巻き込み剃り”を経験していることや、母親も息子のニキビやうぶヒゲを気にしていることが明らかになりました。

＜レポートサマリー＞

- 86%が「ニキビで“うぶヒゲ剃り難易度”が上がると思う」と回答!? 半数以上がニキビの「巻き込み剃り」を経験…
- 学校での息子の「清潔感」、同級生からの評価が気になるママは75%! 清潔感の有無を分けるカギは「思春期ニキビ」のケア?
- 【専門家インタビュー】思春期男子の肌悩み、皮膚科医がオススメするヒゲ剃り方法とは
- 【商品紹介】肌悩みの多い中高生に！「マユ&フェイスシェーバー」で“ポイント剃り”

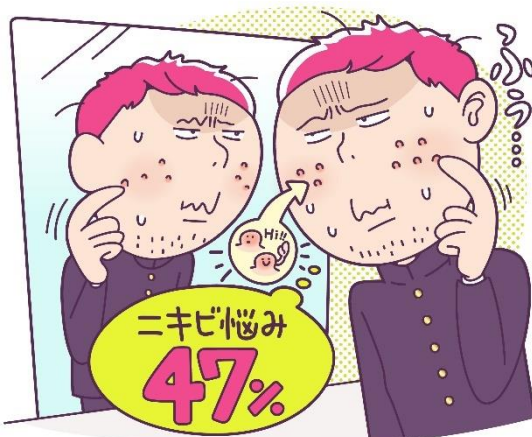
■ 86%が「ニキビで“うぶヒゲ剃り難易度”が上がると思う」と回答!? 半数以上がニキビの「巻き込み剃り」を経験…

◆調査対象：中高生時代に初めてのうぶヒゲ剃りを経験した20～40代の男性250名

(内訳：人間関係への悩みが多かった人125名、人間関係への悩みが少なかった人125名)

まず、中学生時代もしくは高校生時代に初めてのうぶヒゲ剃りを経験した20～40代男性250名に、うぶヒゲを剃り始めたきっかけを調査。「特になし／覚えていない」と答えた人を除くと、1位は「鏡を見てうぶヒゲが不格好だと感じた」(54%)。2位には「周囲の友人よりうぶヒゲが濃い方だと気付いた」(26%)が続きました。まず自分の目で見て、うぶヒゲが気になったという人が多いようです。

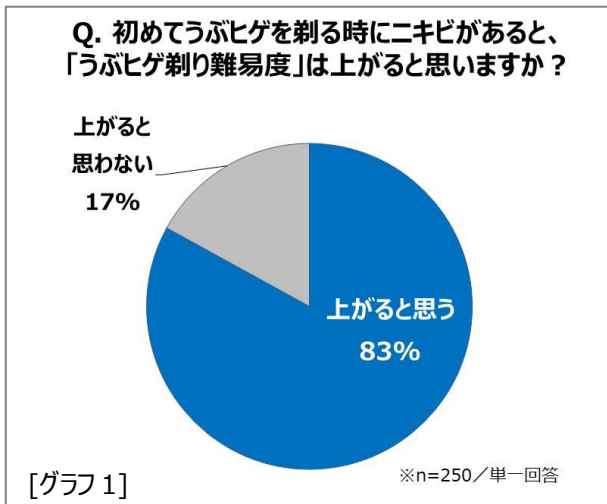
一方で、中高生の時期はうぶヒゲと同時に「肌の悩み」も増え始めるタイミング。うぶヒゲを剃り始めた時期に抱えていた「顔の肌の悩み」について質問すると、「ニキビ」が47%でトップに[イラスト1]。2位以降の「肌荒れ」(13%)、「脂性肌」(12%)とは大きな開きがあり、思春期に増え始める「思春期ニキビ」が、中高生の悩み目として大きなものであることが分かります。



[イラスト1]

それでは、「ニキビ」と「うぶヒゲ剃り」の間にはどのような関係があるのでしょうか。「ニキビができた」と答えた人（52%）と、「ニキビはあまりできなかった」と答えた人（48%）それぞれに、「うぶヒゲ剃りが難しいと感じたことがあったか」を聞いてみました。その結果、うぶヒゲ剃りが難しいと感じることが「あった」と回答した人の割合は、「ニキビができた」と答えた人では51%だったのに対して、「ニキビはあまりできなかった」と答えた人では30%と、ニキビのできやすさで21ptもの差がつくという結果に。そこであらためて「初めてのうぶヒゲ剃りの際にニキビがあると、“うぶヒゲ剃り難易度”は上がると思いますか？」と聞くと、**83%の人が「上がると思う」と回答**[グラフ 1]。慣れないうぶヒゲ剃りに「ニキビ」の悩みが加わることで、**中高生のうぶヒゲ剃りはより難しいものになっている**と言えます。

なお、中高生時代に人間関係の悩みが多かった人は、悩みが少なかった人に比べて、「ニキビができた」と答えた人が17pt、「うぶヒゲ剃りが難しいと感じたことがある」と答えた人の割合が16pt高くなっており、「ニキビケア」や「うぶヒゲ剃り」は、人間関係にまで影響を及ぼしている可能性があると言えます[表 1]。



[表 1]

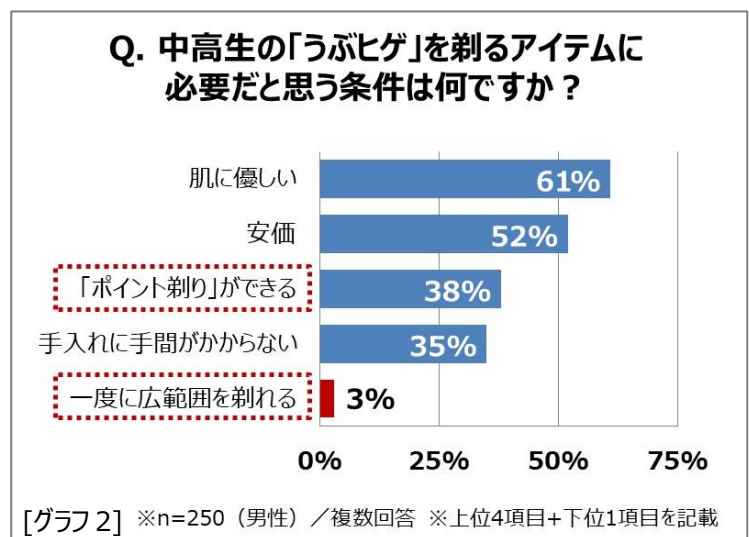
	中高生時代、 人間関係の悩みが 多かった人 ※n=125		中高生時代、 人間関係の悩みが 少なかった人 ※n=125
中高生時代、 ニキビができた	60%	>	43%
中高生時代、 うぶヒゲ剃りが 難しいと感じたことがある	49%	>	33%

実際に、うぶヒゲを剃る際にニキビを巻き込んで剃ってしまう「**巻き込み剃り**」を経験した人は**2人に1人以上（54%）**に上っています[イラスト 2]。うぶヒゲを剃ることでニキビに傷をつけ、悩みの種をさらに悪化させてしまっている人も少なくありません。

そこで、中高生のうぶヒゲ剃りアイテムに求める条件について聞いてみると、「肌に優しいこと」（61%）が1位、「**ニキビなどを避けて“ポイント剃り”ができること（38%）**」が3位にランクインするなど、中高生の肌悩みの多さがうかがえる結果に。一方で、「刃渡りが大きく、広範囲を剃れること」と回答した人はわずか3%に留まっており、大人が使うシェーバーやカミソリよりも、**狙った場所を細かく、優しく剃れることが、うぶヒゲ剃りアイテムに求められている**ことが分かります[グラフ2]。



[イラスト 2]



■ 学校での息子の「清潔感」、同級生からの評価が気になる母親は 75% !

清潔感の有無を分けるカギは「思春期ニキビ」のケア？

◆ 調査対象：中高生の息子を持つ母親 250 名

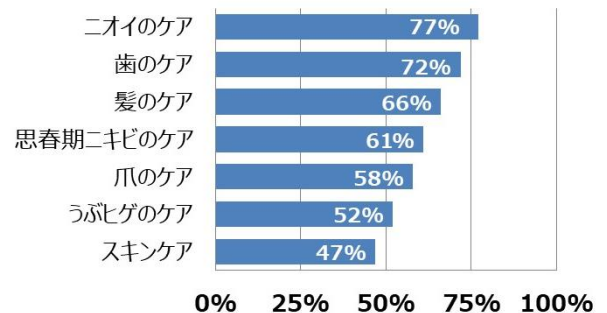
また、ニキビやうぶヒゲ剃り、顔の肌の清潔感について気にしているのは、中高生男子本人たちだけではなくそうです。中高生男子の母親たちに「お子様の学校生活について、母として気になること」を聞いてみたところ、**8割近く（75%）が「同級生に『清潔感がある』と思われるか気になる」と回答**[イラスト3]。そこで、お子様の「身だしなみ」について「清潔感」を保つために大切だと思うことを聞いたところ、**「思春期ニキビのケアが大切」と答えた人は6割以上（61%）**に上っています[グラフ3]。

そんな親御さんたちに、お子さまの「うぶヒゲが伸びている」「ニキビができている」状況に遭遇したらどうするかを聞いてみると、**72%が「ケアアイテムを買ってあげる／プレゼントする」と回答**。思春期は少しずつ精神的に自立していく時期ですが、やはり親としては子どもがどのような学校生活を送っているか気になってしまうようです。



[イラスト 3]

Q. 「清潔感」を保つために大切だと思うことは何ですか？



[グラフ 3]

※n=250（母親）／複数回答 ※上位7項目を記載

■ 【インタビュー】 思春期男子の肌悩み、皮膚科医がオススメするヒゲ剃り方法とは

今回の調査で、「ニキビ」がある状態での「うぶヒゲ剃り」は難しいことが分かりました。そこで、皮膚科医・糸井由里恵先生に思春期男子の肌悩みについて、オススメできるヒゲ剃りの方法についてお話をうかがいました。

◆ 皮脂が増え、ニキビができて始める思春期…肌荒れしやすいヒゲ剃りは、自分にあった方法で

思春期になると、性ホルモンの分泌が急に活発になり、ヒゲや体毛が増えます。同時に皮脂腺が発達し、**皮脂の分泌量が増えてニキビができてやすくなります**。ただ、よっぽどひどくない限り、皮膚科にニキビ悩みで来院される 10 代男子は多くありません。本人には、恥ずかしさもあると思いますので、親御さんなど周りの方が気を使ってあげたほうがいいかもしれません。

また、ニキビのでき始めと同時期、中高生で初めてのヒゲ剃りをする人も多いと思いますが、大人の男性でもヒゲ剃りが原因で肌荒れをする方は珍しくありません。ヒゲを剃ると、ヒゲと一緒に肌の表面にある角質がはがれて乾燥し、**いわゆるカミソリ負けの状態になります**。それで細かい傷がついてしまったり、場合によっては出血してしまったりするケースが見られます。特にヒゲの濃い方は一日に何度も剃る場合が多いので、よけいに肌荒れしてしまうようです。**それを毎日繰り返した結果、慢性化してしまうケースも見られます**。

ただ、ヒゲは放置するわけにもいきません。見た目の問題もありますし、**ヒゲを伸ばすことで雑菌がつきやすくなり、衛生面で不潔**ということもあります。健康な肌であっても皮膚には常在菌がいて、それが皮膚の pH バランスを弱酸性に保っているのですが、雑菌が多くなってそのバランスが崩れアルカリ性に傾くと、化膿したり、ニキビになりやすくなったりすることが考えられます。だからこそ、毎日のヒゲ剃りはご自身にあった方法で行っておきたいものです。

◆ 中高生に多いカミソリ利用、一方で肌荒れの原因になる場合も。気になる方は肌に優しい電気シェーバーを

中高生の方は比較的成本が安いカミソリを使ってヒゲ剃りデビューすることが多いと思うのですが、**カミソリの方が肌の表面を傷つけやすい傾向**にあり、出血するリスクも高いです。また、カミソリですと頬は剃れても、あごや口まわりの凹凸やエラなど、角度がついている部分は自分で調整することになるので、扱いが難しいという点も挙げられます。

ですので、カミソリ負けがひどい人には、私は電気シェーバーをオススメしています。電気シェーバーは鋭い刃が直接肌に触れない設計になっており、剃りづらい場所の調整もカミソリと比較して容易です。思春期はニキビやヒゲ剃りと肌の悩みも増えてくると思いますが、失敗や肌荒れが気になる場合は剃る場所の調整がしやすい電気シェーバーを選択肢に入れてみてはいかがでしょうか。

糸井 由里恵（いとい ゆりえ）-皮膚科医-

日本医科大学 卒業。皮膚科医、形成外科医。東京中央美容外科所属。

ニキビ治療を得意とする。ニキビ治療の選択肢が増えてきていることを知ってもらいたいと考えており、漢方薬を使った治療も得意とする。



■【商品紹介】肌悩みの多い中高生に！「マユ&フェイスシェーバー」で“ポイント剃り”

パナソニックの「マユ&フェイスシェーバー」は、思春期ニキビに悩む中高生の“うぶヒゲ剃り”に最適。マユだけでなくうぶ毛もお手入れできる、スティックタイプのシェーバーです。

薄くて丸い刃が、肌悩みの多い中高生のうぶ毛やマユを根元から優しくカット。一般的なシェーバーやカミソリより刃が小さく、また、刃先を見ながらカットできるのでニキビを避けて“ポイント剃り”が可能です。

付属品のコームは、本体の先端に簡単に取り付けが可能。4段階から長さを選べるため、マユを好みの長さに揃えることができます。



※うぶ毛用刃取り付け時

マユ&フェイスシェーバー
ER-GM30

商品名：マユ&フェイスシェーバー ER-GM30

価格：オープン

URL: <https://panasonic.jp/mens/face/er-gm30.html>

- [調査概要] ・調査対象：初めてのうぶヒゲ剃りを中高生時代に経験した 20～40 代男性 250 名
 （人間関係への悩みが多かった人 125 名、人間関係への悩みが少なかった人 125 名）
 中高生の息子を持つ母親 250 名
- ・調査期間：2019 年 2 月 21 日（木）～2019 年 2 月 22 日（金）
 - ・調査方法：インターネット調査

■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください■

トレンドーズ株式会社 担当：岩田（いわた）

TEL：03-5774-8896 / FAX：03-5774-8872 / mail：press@trenders.co.jp