

防災準備の盲点はインナーだった！ 約67%が見落としている「インナー・下着」の備え

1月17日は政府により「防災とボランティアの日」と制定されています。政府広報オンラインでは、必要な備蓄品として、飲料水・食料・救急用品とともに、衣類や下着もリストに含めることが推奨されています。グンゼ公式Xでの調査では、約67%の方がインナーや下着の備えが不十分であるという実態が明らかになりました。いつもと異なる環境の非常時こそ、機能性に優れたインナーや下着の備えも大切です。

今回は、心機一転インナー・下着を新調するタイミングで意識したい、災害時にも役立つ機能性を持ったグンゼの商品をご紹介します！



備えているのは約3割！防災準備における下着の意識調査

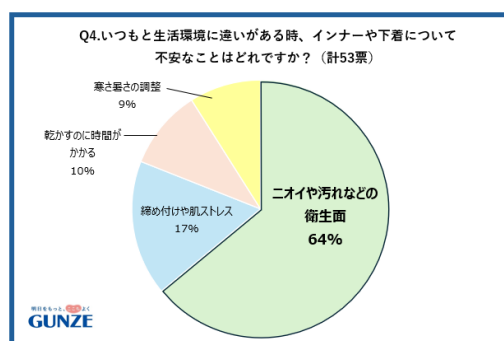
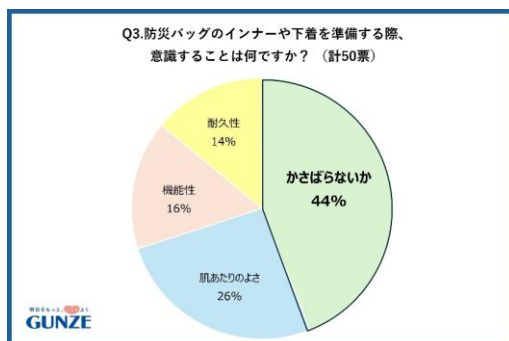
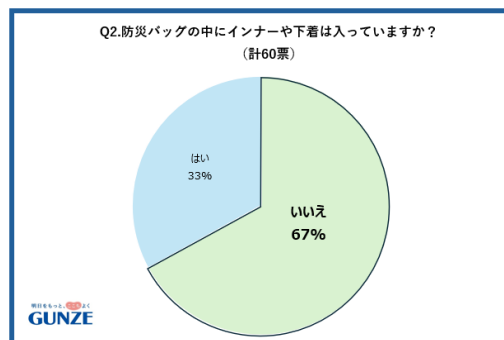
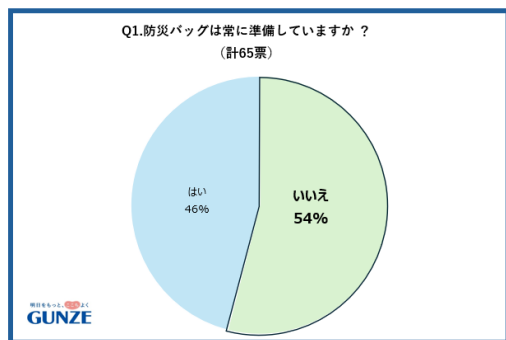
グンゼの公式Xを使用し、防災準備とインナーや下着についてのアンケート調査を行いました。「防災バッグの中にインナーや下着が入っている」と回答した人は33%となり、防災準備において、インナーや下着は盲点になっていることが分かりました。また、いつもと生活環境に違いがある場合、インナーや下着については「ニオイや汚れなどの衛生面」を気にする声が64%と半数以上を占め、衛生面で安心できる機能性をもったもの、次に締め付けや肌ストレスの少ないものの備えが望まれる結果となりました。

調査期間：2026年1月6日～1月7日

有効回答数：各グラフ上部に記載

調査対象者：@gunze_jp 公式Xのフォロワー 115,776名 1月7日時点

調査方法：公式Xアンケート機能



国や防災機関が示す「基本の防災対策」

防災対策は、日頃から家族で備え・行動を考えておくことが何より大切だとされています。政府広報オンラインなどが示す防災の基本には、次のようなポイントが含まれています。

■避難ルートや避難場所を確認する

住んでいる地域の避難場所や、災害時に安全に避難できる道をあらかじめ家族で共有しておきましょう。

■家具や家電の転倒防止対策をする

大きな地震が起きた際に家具が倒れてしまうと、けがや避難の妨げになることがあります。家具や家電類は壁や床にしっかり固定し、出入口や避難経路をふさがないように配置することが推奨されています。

■必要な備蓄品を揃える

災害時にはライフラインが途絶えることも想定されるため、飲料水・食料・救急用品とともに、**衣類や下着**も備蓄品のリストに含めることが推奨されています。これらは「非常用持ち出し袋」に入れておくと、いざという時にすぐ持ち出せます。

参照：災害時に命を守る一人ひとりの防災対策 | 政府広報オンライン https://www.gov-online.go.jp/article/201108/entry-8072.html?utm_source=chatgpt.com
南海トラフ地震臨時情報防災対応ガイドライン | 内閣府（防災担当） https://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/pdf/honbun_guideline2.pdf

防災準備で下着を選ぶ際のポイント

① 取り扱いの手軽さ

洗濯環境が限られる状況では、乾きやすさは重要な要素。少ない水でも洗いやすく、短時間で乾く素材なら、着替えの不安を軽減できます。また、洗剤が手に入らない環境も想定して、水だけで洗えるものや、高い消臭機能があるものを選ぶと安心です。

② 窮屈でないこと

慣れない環境で、長時間着用することを考えると、締め付けによる違和感は避けることをおすすめします。

③ かさばらず、持ち運びやすいこと

防災バッグの限られたスペースには、コンパクトに収納できることも大切な条件。ブラジャーと一体型のタイプで必要な下着の枚数を減らすことも一つの方法です。圧縮袋に入れる際、型くずれが気になる方はブラレットタイプがおすすめです。

④ 季節を問わず使いやすいこと

避難場所では、暑さ・寒さを細かく調整することが難しい場合も。ムレにくく、外部の気温変化に対応しやすい素材を選ぶことで、不快感を抑えられます。優れた吸湿性と通気性を備えた綿素材は、年間通して着用可能なため、おすすめです。

防災準備におすすめ！グンゼの商品紹介

<汚れ落ちが良い・綿100%・消臭機能>

綿100%シリーズ

綿の性質を改良して、**水だけで洗濯しても、一般の洗剤を使ったときと同じくらいの汚れ落ち**を実現しました。**通常の綿よりも吸湿性**がよく、衣服内のムレをコントロールし、365日使えます。また、汗のニオイの原因となるアンモニアなどの**ニオイ成分を90%カット**します。※消臭効果は体質等により個人差があります

【レディース】



■【綿100%】8分袖インナー

サイズ：S、M、L、LL

種類：ミディアムグレー、パールライラック、オフホワイト、スモークブルー、シェルピーチ、スイートベージュ、スミクロ、パールグレー

価格：¥1,980（税込）

襟もとを共生地パイピングに変更し、下着っぽい見た目からカジュアルなデザインにリニューアルしました。チクチクの原因となる洗濯タグをなくし、転写プリントにすることで、お肌への刺激を軽減。



■【綿100%】1分丈ショーツ

サイズ：S、M、L、LL

種類：ミディアムグレー、シェルピーチ、スイートベージュ、スミクロ

価格：¥1,430（税込）

薄くて柔らかなウエストゴムと、足ぐりはゴムが当たらないパイピング仕様で、お肌にやさしい穿き心地を追求。

【メンズ、キッズも展開】



■【綿100%】クルーネックTシャツ

サイズ：S、M、L、LL、3L

種類：ホワイト、ロイヤルベージュ、スミクロ

価格：¥1,650～¥1,760（税込）



■【敏感肌用/綿100%】タンクトップ

サイズ：100-160

種類：オフホワイト

価格：¥1,320（税込）



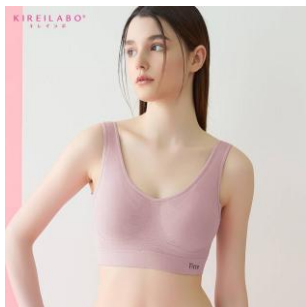
■【敏感肌用/綿100%】半袖インナー

サイズ：100-160

種類：オフホワイト

価格：¥1,320（税込）

＜綿混・24時間シーンを選ばないナチュラルなデザイン・脇汗対応＞



■【キレイラボ】【Fitte マルチブラ】ノンワイヤーブラジャー

サイズ：M、L、LL、3L

種類：グレー、スモークピンク、フロアベージュ、ブラック、シェルブルー

価格：¥2,750～3,080（税込）

ノンワイヤー×オーガニックコットン混素材で、24時間さまざまなシーンでやさしく快適に過ごすことができます。肩の伸びを抑える仕様で、運動時もズレにくく、サイドパネルでバストの横流れを軽減するため、使用シーンを選びません。仰向け時のバストの流れを抑え、就寝時も安定感キープ。洗濯タグなし・金具なしのやさしい肌あたり仕様。



■【キレイラボ】【Fitte マルチブラ】レギュラーショーツ(1分丈)

サイズ：M、L、LL、3L

種類：グレー、スモークピンク、フロアベージュ、ブラック、シェルブルー

価格：¥1,430～1,760（税込）

立体成型×らくらくウエストで、やさしく快適なはき心地のマルチショーツ。ヒップの丸みをつぶしにくい立体成型編みで自然なシルエットを実現。オーガニックコットン混の綿混率75%で、肌にやさしいストレッチ素材。ウエストは締めつけ感の少ないらくらく設計。

＜完全無縫製®・綿混・締め付けにくい＞



■【キレイラボ】【Fitte（完全無縫製）】8分袖インナー（パッド付）

サイズ：M、L、LL

種類：ブラック、グレーモク、スモークブルー、マルシェピンク、ホワイトベージュ

価格：¥2,970（税込）

チクチク、かゆみの原因にもなる「縫い目」をなくした完全無縫製®インナー。洗濯絵表示のタグも転写プリントにすることで刺激を軽減。衿・袖・裾はアウターにひびきにくいよう、きりっぱなしのフラット仕上げ。オーガニックコットン混の肌ざわりが、やさしく体にフィット。下着のラインが浮き出しにくいので、服を選ばずデイリーに着やすいアイテム。パッドは取り外し可能です。



■【キレイラボ】【綿混起毛・完全無縫製】1分丈ハイウエストショーツ

サイズ：M、L、LL

種類：グレー、ブラック、スイートベージュ

価格：¥1,760（税込）

縫い目が一切ない、完全無縫製®で肌あたりがよく、かさばりにくい仕様です。洗濯タグも転写プリントなので、タグによるチクチク感も軽減しました。生地は綿混素材で、やさしい肌触りです。そのままおなか全体を温め、折り返して2重に温められる、2タイプ使える腹巻付き。