

PRESS RELEASE

2025年、働く女性の猛暑対策が変化 対策は冷却アイテムから、 快適性が持続する衣類・小物が新定番へ ～約6割が“身につけるタイプのアイテムを重視する”と回答～

株式会社AOKI(代表取締役社長:青木彰宏)が運営する『ジャケジョ研究所』では、現代女性が抱える服装に関する悩みやHOW TO情報を提供し、ジャケットを着用するすべての女性をサポートする活動を行っています。

2025年の夏も、気象庁が高温に関する早期天候情報※を発表するなど、10年に1度といわれるような猛暑日が続いています。そんな中、出社回帰の動きが広がっていることもあり、働く女性にとって、通勤中やオフィスの中での暑さ対策は重要な課題となっています。そこで、20～50代の働く女性を対象に「猛暑対策に関する意識調査」を実施し、昨年2024年の夏に実際に行った工夫や選択、そして2025年の夏はどのような対策を考えているのか、働く女性の意識と行動について明らかにします。

※早期天候情報とは、10年に1度程度しか起きないような著しい高温や低温、降雪量となる可能性が、いつもより高まっているときに、6日前までに注意を呼びかける情報です。

ジャケジョ研究所: <https://www.aoki-style.com/feature/jacketjoshi/>

【TOPICS】

- ① 昨年の猛暑対策は「日焼け止めを塗る(49.8%)」、「こまめな塩分摂取・水分補給(49.3%)」が上位に。
- ② 冷却アイテムは、「持ち歩くのが面倒で続かない(36.6%)」、「屋外では一瞬しか冷たさが保てなかった(30.5%)」と、続けにくさと効果不足がネックに。
- ③ 身につける猛暑対策が今年の主流に。約6割(58.2%)が「身につけるタイプのアイテムを重視している」と回答。「日傘」、「機能性衣類」に引き続き注目が集まる。
- ④ 外出中の猛暑対策については、約6割(60.4%)が「見た目」より、「快適さ」を優先。
快適さ × 自分らしさの両立がカギ。
- ⑤ 工作中的の快適さを左右するのは「洗濯機で洗える(31.7%)」「通気性(28.4%)」「汗じみ対策(26.9%)」

■調査目的

猛暑対策は、従来の水分補給や冷却グッズで「からだを冷やす」ことから、服の素材・小物・習慣を見直し、猛暑と共存するための「装備」を身につけることへと変化しています。

この暮らしの変化に着目し、「働く女性の猛暑対策に関する意識調査」を実施しました。本調査を通して現代女性の購買行動を可視化し、来る猛暑に向けた新たな対策の可能性を探ります。

■「働く女性の猛暑対策に関する意識調査」概要

調査期間: 2025年5月

調査機関: 調査委託先株式会社ノウズ

調査対象: ジャケットを着用する機会のある20代～50代の女性

有効回答数: 1000件

調査方法: インターネット調査

2024年・2025年における猛暑対策の実態比較

■2024年の猛暑対策は「日焼け止めを塗る(49.8%)」、「こまめな塩分摂取・水分補給(49.3%)」が上位に

2024年の夏に意識した外出中の猛暑対策の心掛けや行動について調査したところ、最も多かったのは「日焼け止めを塗る」(49.8%)でした(グラフ1)。次いで「こまめな塩分摂取・水分補給」(49.3%)、「帽子や日傘を使う」(47.4%)などの回答が上位に挙がっています。

また、2024年に取り入れた猛暑対策アイテムを調査したところ、「日傘」(53.2%)、「UVカット素材の服」(37.0%)、「通気性の良い服」(36.9%)という結果となりました(グラフ2)。これらの結果から、多くの人が猛暑に備えるうえで、「紫外線から肌を守る」ことを重視しつつ、「体内に熱がこもらないように工夫」する傾向がうかがえます。

【グラフ1】

Q.2024年夏に意識した外出中の猛暑対策の心掛けや行動はなんですか？

1位	日焼け止めを塗る	49.8%
2位	こまめな塩分摂取・水分補給	49.3%
3位	帽子や日傘を使う	47.4%
4位	涼しい服装を選ぶ	42.3%
5位	涼しい場所で休憩する	31.8%



【グラフ2】

Q. 2024年夏に取り入れた猛暑対策アイテムを選んでください

1位	日傘	53.2%
2位	UVカット素材の服	37.0%
3位	通気性の良い服	36.9%
4位	帽子	36.3%
5位	アームカバー	33.3%



■冷却アイテムではもう足りない「持ち歩くのが面倒で続かない(36.6%)」、「屋外では一瞬しか冷たさが保てなかった(30.5%)」が上位に

猛暑対策として「体を冷やす」タイプの冷却系アイテムの使用経験について調査したところ、「持ち歩くのが面倒で続かない」(36.6%)という回答が最も多い結果となりました。次いで「屋外では一瞬しか冷たさが保てなかった」(30.5%)、「冷やすだけでは快適にならなかった」(20.3%)といった声も多く見られ、“冷たさ”の持続性や手間に対する不満が顕在化しました(グラフ3)。

こうした結果から、単なる冷却機能だけでは猛暑下の快適性は十分に保てず、「持続性」「利便性」「即効性」などの“使いやすさ”が選定基準として浮上していることがうかがえます。

また近年では、気温の上昇に伴い湿度・紫外線対策なども重視されるようになっており、猛暑対策は冷やすだけの対策では物足りないと感じる傾向が強くなっていることが読み取れます。

【グラフ3】

Q.「体を冷やす」猛暑対策で、正直“物足りなかった”と感じた経験はなんですか？

1位	持ち歩くのが面倒で続かない	36.6%
2位	屋外では一瞬しか冷たさが保てなかった	30.5%
3位	冷やすだけでは快適にならなかった	20.3%
4位	暑さ対策になっていなかった	18.0%
5位	通勤や外出時に使いにくかった	17.3%



2024年・2025年における猛暑対策の実態比較

■2025年の猛暑対策は、約6割が「身につけるタイプのアイテムを重視」と回答
服そのものに機能性を求めるスタイルが主流に

2025年の猛暑対策では、「身につけるタイプ」のアイテムを重視する人が58.2%と、過半数を超える結果となりました(グラフ4)。

また、「お金をかけてもよい」と感じる猛暑対策アイテムの調査結果は、1位「日傘」(42.4%)、2位「UVカット素材の服」(36.1%)、3位「通気性の良い服」(33.7%)と続き、“装うアイテムそのもの”に機能性を求めていることがうかがえます(グラフ5)。このことから、猛暑対策は応急処置的な“冷やす”対策だけではなく、機能性を備えた衣類や小物で快適性を継続的に得るスタイルが主流になりつつあります。

【グラフ4】

Q.2025年夏の猛暑対策で、あてはまるものを選んでください



【グラフ5】

Q.2025年夏、お金をかけてもいいと思う外出中の猛暑対策アイテムはなんですか？

1位	日傘	42.4%
2位	UVカット素材の服	36.1%
3位	通気性の良い服	33.7%
4位	涼感素材の服	31.2%
5位	吸汗速乾素材の服	27.7%



■外出中の猛暑対策については、約6割(60.4%)が「見た目」より、「快適さ」を優先しつつどちらを取るかで悩んでいる人も多数

「外出中の猛暑対策において“見た目”と“快適さ”のどちらを優先するか」という問いに対しては、約6割(60.4%)が「快適さ」と回答しており、見た目よりも、実用性が優先されていることがわかりました(グラフ6)。しかし「見た目」(39.6%)も一定の支持を集めており、猛暑時においても“見た目”を重視する層がいることがわかりました。

さらに、仕事の日の「猛暑対策」が難しい場合の理由についても聞いたところ、「見た目や印象とのバランスが取りにくい」(25.4%)といった回答が1位になっており、“見た目”を取るか、“快適さ”を取るかで悩んでいる人が多いことがうかがえます(グラフ7)。働く女性にとって、快適さをベースにしながらも、“自分らしい装い”といった個人の価値観や“他人からの見え方”といったTPOへの配慮を両立できるアイテムが、今後さらに支持を集めていくと予想されます。

【グラフ6】

Q.外出中の猛暑対策として「見た目」と「快適さ」のどちらを優先しますか？



【グラフ7】

Q.仕事の日の「猛暑対策」が難しい場合の理由はなんですか？

1位	見た目や印象とのバランスが取りにくい	25.4%
2位	予算に合わない	23.1%
3位	アイテムの選び方が分からない	20.8%
4位	考えることが面倒	20.4%
5位	欲しいアイテムが売っていない	19.4%



猛暑環境下における、ビジネスウェアに求められる“快適さ”とは

■洗濯機で洗える・通気性・汗じみ対策、“暑さをしのぐ”以上に“日々の快適さ”が鍵に

猛暑日の仕事服において、快適さを左右する要素として最も重視されたのは、「洗濯機で洗えること(31.7%)」「通気性が良い(28.4%)」「汗じみになりにくい(26.9%)」という結果となりました(グラフ8)。

いずれも、見た目の清潔感を保ちながら、蒸し暑さに対応できる“実用性の高い機能”が上位に挙がっています。さらに、「助かった猛暑対策」として最も多かったのは、「自宅で洗濯できる服だと、毎日の着用のストレスがなかった」(31.3%)という声(グラフ9)でした。

これらの回答から“手入れのしやすさ”が心理的な快適さにもつながっていることが読み取れます。汗や湿気に対応できる快適性と、毎日扱いやすい実用性を兼ね備えた服は、もはや単なる“猛暑対策”ではなく、働く人の気持ちを支える日常着の基準になりつつあるようです。

【グラフ8】

Q.夏の仕事時間を快適に過ごすための「服装の機能や要素」として重視することを選んでください。

1位	洗濯機で洗える	31.7%
2位	通気性が良い	28.4%
3位	汗じみになりにくい	26.9%
4位	UV・近赤外線カット	25.2%
5位	吸汗速乾	22.7%

ジャケジョ研究所

【グラフ9】

Q.仕事中に「この服・素材・工夫は助かった!」と感じた経験にあてはまるものを選んでください。

1位	自宅で洗濯できる服だと着用のストレスがなかった	31.3%
2位	UVカットカーディガンが日焼け&冷房対策に使えた	24.3%
3位	ゆとりのあるサイズに変えたら、風通しがよくて快適だった	24.2%
4位	冷感インナー1枚着用するだけで快適に過ごせた	19.2%
5位	リネンやドライ素材のシャツは通気性が良かった	17.9%

ジャケジョ研究所

■「こんな物があつたら猛暑でも快適に過ごせるのに!」

“理想の猛暑対策ウェア”に見る、働く人のリアルな声と未来ニーズを調査

猛暑下でも快適に過ごせる“理想の身につけるアイテム”について自由回答で尋ねたところ、以下のような具体的な声が寄せられました。

- ・「乾燥機をかけてもシワになりにくい、縮みにくい通気性のいいベーシックな服(30代)」
- ・「汗をかいてもすぐにサラッと乾いて消臭も出来る素材のジャケット(50代)」

その他にも、

- ・「服を着たら調整機能で温かい、冷たいを選択できるような服(30代)」
- ・「オフィスでも着られるおしゃれな空調服(30代)」

など、機能性と見た目の両立を求める声や“未来のスタンダード”を想像する意見も多く見られました。これらの回答に共通して見られるのは、「着心地の快適さ」と「見た目のきちんと感」の両立を求めるニーズの高さです。

猛暑が“特別な気候”ではなく“日常”になりつつある今、機能性と見た目を兼ね備えた服は、働く人々にとっての新しい夏のスタンダードとして定着し始めていると言えます。

『ジャケジョ研究所』特設サイトのご紹介

ジャケジョ研究所とは、『#ジャケジョ』＝ジャケットを着用するすべての女性を応援・サポートする研究機関です。ビジネスウェアに対するお悩み解決方法や、ジャケットがある毎日がより豊かになるようなお役立ち情報の発信を行っています。

また、猛暑対策情報以外にも、夏の冷房ストレス対策として、研究所特任研究員で産婦人科の尾西先生のインタビューコンテンツも配信中! ぜひご覧ください。

『「なんとなく不調…」それ、夏の“冷房ストレス”かも。医師が教える、働く女性の冷え対策』

URL:<https://www.aokistyle.com/feature/jacketjoshi/onayami018/>



ジャケジョ研究所サイトはこちら

<https://www.aoki-style.com/feature/jacketjoshi/>

■報道関係からのお問い合わせ

ジャケジョ研究所 事務局(株式会社フロンティアインターナショナル内)

担当: 関野 (070-2197-8799) TEL: 03-5778-4844 / Mail: frontier-pr@frontier-i.co.jp