

■【2024年度】現役の小中高生 400名へ「夏の紫外線対策と美容」を調査、美容皮膚科の医師が解説

“子どもの日傘”小学生7割「日傘を使いたい」

◎《美容の低年齢化》小中高生の9割以上「日焼けしたくない(95.3%)」と回答
夏の定番アイテム「日傘」が学生たちの間でも関心が広がっていることが判明

いまや「災害級の暑さ」と表現されるほどの酷暑が続く日本の夏。今年は昨年以上の猛暑の到来が予想されており、夏休みが目前に迫る親にとっては炎天下での熱中症や過度な日焼けなど「子どもを守る暑さ対策」や「過酷な暑さがもたらす子どもの身体への影響」が心配な季節がやってきます。

実際に小中高に通う現役学生は紫外線対策や日焼けをどのように受け止めているのでしょうか。
全国26院を展開する医療脱毛専門院『リゼクリニック』(医療法人社団風林会 東京都新宿区 総院長 赤塚正洋)では、2024年5月14日~6月14日の1ヶ月間、小学生(4年~6年)・中学生・高校生の女性400名を対象に【夏の紫外線対策と美容調査】を実施しました(インターネット調査)



Copyright © 2024 RIZE CLINIC All rights reserved.

■現役の小中高生に聞く!「夏の紫外線対策と美容」調査結果概要

◎【夏の日焼け】小中高生の9割以上が「日焼けしたくない」と回答(95.3%)

・「日焼けしたくない」小学生は9割、中学生・高校生は9割以上に
(小:86.7%、中:95.9%、高:96.0%)

◎【夏の日焼け止め】小中高生の9割以上「使用している」と回答(94.5%)

◎【夏、日傘を使用したいか?】小学生の7割が「使用したい」と回答(70.0%)

・小中高生の6割「日傘を使用したい」、また3割が「すでに使用中」と回答

◎【日傘を使いたい(使う)理由】小中高生の9割「日焼けしたくない」(89.3%)

・次点に6割「暑いから」と回答(62.8%)

◎【小中高生の女性に関心ある美容、とは?】

・【トップ3】①脱毛(77.0%) ②ヘアケア(72.5%) ③メイク(71.5%)

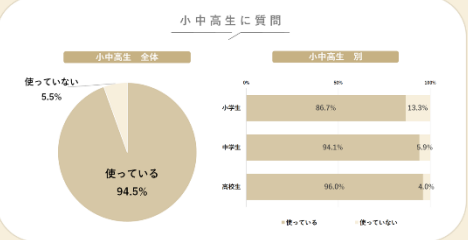
・小学生の6割、中学生の7割、高校生の8割が「脱毛」に興味があると回答

「1990年代と比べ、今は紫外線の量は増加しています。とくに子どもの皮膚は薄いので、過度な日焼けによる影響は将来的に大きなダメージになります。

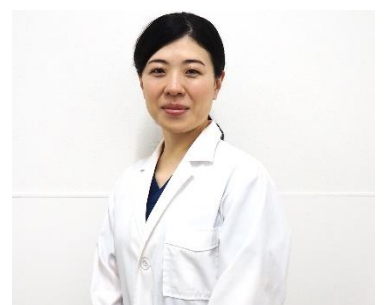
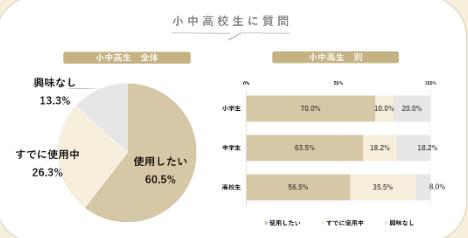
また、紫外線は皮膚だけではなく、髪や頭皮、目、免疫力の低下など、身体全体へ影響する点も懸念されています。日焼け止めや帽子、日傘を使うことで紫外線や直射日光からお肌を守り、熱中症を防ぐなど身を守ることは大切。」

とは、同院の形成外科専門医の太田真澄医師。創業から14年、医療脱毛に加え「肌治療」の提供を開始した医療機関「リゼクリニック」の医師が「子どもの肌にあたる紫外線の影響」ほか、詳しく解説いたします。

Q 夏に「日焼け止め」を使っていますか? (単一回答)



Q 夏、通学やお出かけに「日傘」を使用したいですか? (単一回答)



■この夏、子どもも気をつけたい「紫外線」（リゼクリニックの医師が解説）

●子どもの肌にあたる紫外線の影響

子どもの皮膚は薄く、大人と比べ紫外線の影響を受けやすいです。紫外線による子どもへの影響は、主に以下のよう
なものが考えられます。

- ・日焼けや肌ダメージ、肌トラブル
- ・将来的にシミしわたるみなどの肌老化（光による老化）
また、日光黒子、皮膚がんなど
- ・熱ストレス（体温の上昇による熱中症リスクや発汗）
- ・眼への影響（白内障、紫外線角膜炎、翼状片ほか）



●紫外線対策とアドバイス

紫外線対策として、日焼け止めや日傘、帽子、サングラス、アームカバーなどがあげられますが、なかでも「日焼け止めの塗布」をおすすめします。近年は、さまざまな種類の日焼け止めが販売されていますので、年齢や生活スタイル、肌状態などに合わせて選ぶと良いでしょう。また、レジャーなどの長時間のお出かけの際は、汗や水分で流れ落ちてしまうので、ティッシュなどで優しく拭き取ったあとにこまめに塗布しなおすのがポイントです。

●紫外線はいつごろから気をつければいいのか

環境省によると、「1年間に浴びる紫外線の70～80%は、4月～9月に集中（紫外線環境保健マニュアル2020）」とされています。（参考：<https://www.env.go.jp/press/106813.html>）

紫外線が強くなり始める4月より前に気をつけることで、日焼けや肌ダメージ、光老化対策ができます。

また、紫外線は晴れた日だけではなく、曇りの日（晴れた日の5～6割）や雨の日（晴れた日の2～3割）でも降り注いでいるので注意するようにしましょう。

●日傘が紫外線対策として優れている点

今回の調査で「日傘を使用したい」小中高生は6割、「日傘を使用したい理由」として9割が「日焼けしたくない」ことが分かりました。紫外線対策として、帽子は頭が蒸れる、腕が日焼けしてしまうことがありますが、日傘だと身体全体を紫外線から守ることができる上、蒸れることもありません。日傘を差すことで自分の周りに大きな日影をつくることのできる点は、ほかの紫外線対策グッズと比べ最大のメリットだといえます。

紫外線対策と併せ日傘を差すことで日陰を作り出し、体感温度が数℃下がるといわれているなど遮熱効果により、涼しく感じ、発汗を抑制することができます。また、日傘により強い日差しを遮ることで体温上昇を抑え、熱中症リスクも低減できます。

環境省からも、熱中症発症者数の増加が見込まれる初夏から夏季を中心に、夏の熱ストレスを一人ひとりの工夫で低減できる暑さ対策として、暑さ指数の低減効果が比較的高い「日傘」の活用が推奨されています。

（参考：<https://www.env.go.jp/press/106813.html>）



■ 【小中高生に聞く／「夏の紫外線対策と美容」】

調査結果のまとめ：医療脱毛専門院『リゼクリニック』調べ ※各質問の詳細・データは別紙参照

1：【夏の日焼け】小中高生の9割以上「日焼けしたくない」と回答（95.3%）

- ◎「日焼けをしたくない」小学生は9割、中学生・高校生は9割以上に（小：86.7%、中：95.9%、高：96.0%）
- ◎小学生、中学生、高校生と、年次が上がるごとに「日焼けしたくない」女性の割合が増加

2：【夏の日焼け止め】小中高生の9割以上が「日焼け止めを使用している」（94.5%）

- ◎年次が上がるごとに「日焼け止め」使用率が上がる傾向に
- ◎高校生の9割強が「日焼け止め」を使用（96.0%）
- ◎小学生も「日焼け止め」使用率は8割以上にのぼる（86.7%）

3：【夏、日傘を使用したい？】6割が「使用したい」、3割が「すでに使用中」と回答

- ◎小学生の7割が「日傘を使用したい」と回答（70.0%）
- ◎「日傘を使いたい」中学生は6割、高校生は5割強に（中：63.5%、高：56.5%）
- ◎中学生2割弱、高校生約4割が日傘を「すでに使用中」（35.5%）
- ◎年次が上がるごとに「日傘」使用率も増加

4：【小中高生が「日傘を使いたい（使う）理由」9割が「日焼けしたくない」と回答（89.3%）

- ◎次点に6割が「暑いから」と回答し、夏の暑さ対策に使用する結果に（62.8%）
- ◎小中学生の8割、高校生の9割以上が「日焼けしたくない」からと日傘を使用すると回答
- ◎5人に1人以上が「熱中症を防ぎたい」と夏の対策として理由を挙げる（22.8%）

5：【小中高生から注目度が高い美容】①脱毛（77.0%）②ヘアケア（72.5%）③メイク（71.5%）

- ◎小学生の6割、中学生の7割、高校生の8割が「脱毛」に興味あり
- ◎小学生の4割以上が「スキンケア（自宅）」に関心がある結果に（46.7%）

----- 各質問・詳細 -----

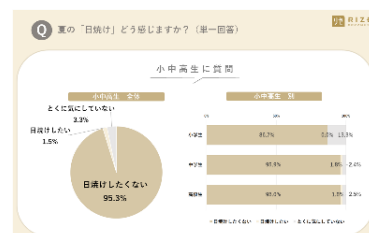
※当データやコメントを使用の際はクレジット表記【医療脱毛専門院『リゼクリニック』】を記載ください

◆①【夏の日焼け】小中高生の9割以上「日焼けしたくない」と回答（95.3%）

- ◎「日焼けしたくない」小学生は9割、中学生・高校生は9割以上に（小：86.7%、中：95.9%、高：96.0%）
- ◎小学生、中学生、高校生と、年次が上がるごとに「日焼けしたくない」女性の割合が増加

■質問／夏の「日焼け」どう感じますか？（単一回答）

日焼けしたくない	95.3%（小学生：86.7%、中学生：95.9%、高校生：96.0%）
日焼けしたい	1.5%（小学生：0.0%、中学生：1.8%、高校生：1.5%）
とくに気にしていない	3.3%（小学生：13.3%、中学生：2.4%、高校生：2.5%）

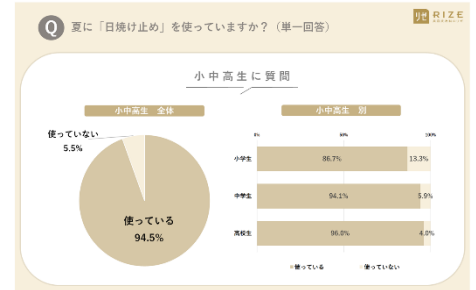


◆②【夏の日焼け止め】小中高生の9割以上が「日焼け止めを使用している」と回答（94.5%）

- ◎年次が上がるごとに「日焼け止め」使用率が上がる傾向に
- ◎高校生の9割強が「日焼け止め」を使用（96.0%）
- ◎小学生も「日焼け止め」使用率は8割以上にのぼる（86.7%）

■質問／夏に「日焼け止め」を使っていますか？（単一回答）

使っている 94.5%（小学生：86.7%、中学生：94.1%、高校生：96.0%）
 使っていない 5.5%（小学生：13.3%、中学生：5.9%、高校生：4.0%）

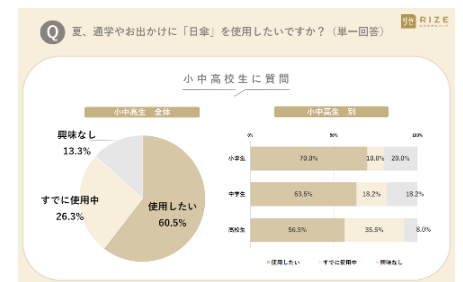


◆③【夏、日傘を使用したい？】6割が「使用したい」、3割が「すでに使用中」と回答

- ◎小学生の7割が「日傘を使用したい」と回答（70.0%）
- ◎「日傘を使いたい」中学生は6割、高校生は5割強に（中：63.5%、高：56.5%）
- ◎中学生2割弱、高校生約4割が日傘を「すでに使用中」（35.5%）
- ◎小学生、中学生、高校生と、年次が上がるごとに「日傘」使用率も増加

■質問／夏、通学やお出かけに「日傘」を使用したいですか？（単一回答）

使用したい 60.5%（小学生：70.0%、中学生：63.5%、高校生：56.5%）
 すでに使用中 26.3%（小学生：10.0%、中学生：18.2%、高校生：35.5%）
 興味なし 13.3%（小学生：20.0%、中学生：18.2%、高校生：8.0%）



◆④【小中高生が「日傘を使いたい（使う）理由」9割が「日焼けしたくない」と回答（89.3%）

- ◎次点に6割が「暑いから」と回答し、夏の暑さ対策に使用する結果に（62.8%）
- ◎小中学生の8割、高校生の9割以上が「日焼けしたくない」からと日傘を使用すると回答
- ◎5人に1人以上が「熱中症を防ぎたい」と夏の対策として理由を挙げる（22.8%）

【TOP③】

全体：①日焼けしたくない（89.3%）②暑い（62.8%）③直射日光がまぶしい（52.4%）
 小学生：①日焼けしたくない（79.2%）②直射日光がまぶしい／肌を綺麗に保ちたい（同率 58.3%）③暑い（54.2%）
 中学生：①日焼けしたくない（84.2%）②肌を綺麗に保ちたい（60.4%）③暑い（53.2%）
 高校生：①日焼けしたくない（94.6%）②暑い（71.2%）③直射日光がまぶしい（53.8%）

■質問／あなたが日傘を使いたい（使う）理由は何ですか？（複数回答）

*質問3で「使用したい」「すでに使用中」と回答した方のみ回答

日焼けしたくない	89.3%（小学生：79.2%、中学生：84.2%、高校生：94.6%）
暑い	62.8%（小学生：54.2%、中学生：53.2%、高校生：71.2%）
直射日光がまぶしい	52.4%（小学生：58.3%、中学生：49.6%、高校生：53.8%）
肌を綺麗に保ちたい	52.2%（小学生：58.3%、中学生：60.4%、高校生：45.1%）
汗をかきたくない	39.5%（小学生：45.8%、中学生：36.7%、高校生：40.8%）
頭が熱くなる	25.6%（小学生：25.0%、中学生：23.0%、高校生：27.7%）
熱中症を防ぎたい	22.8%（小学生：25.0%、中学生：25.9%、高校生：20.1%）
可愛くておしゃれ	13.8%（小学生：16.7%、中学生：17.3%、高校生：10.9%）
肌が弱い	9.5%（小学生：16.7%、中学生：10.8%、高校生：7.6%）
急な雨でも安心	8.9%（小学生：12.5%、中学生：10.1%、高校生：7.6%）
友達や家族が使っている	8.6%（小学生：12.5%、中学生：10.8%、高校生：6.5%）
その他	1.4%（小学生：8.3%、中学生：2.2%、高校生：0.0%）



◆⑤【小中高生から注目度が高い美容】①脱毛（77.0%）②ヘアケア（72.5%）③メイク（71.5%）

◎小学生の6割、中学生の7割、高校生の8割が「脱毛」に興味あり

◎小学生の4割以上が「スキンケア（自宅）」に関心がある結果に（46.7%）

■質問／現在、興味・関心のある美容は何ですか？（複数回答）

脱毛	77.0%（小学生：56.7%、中学生：74.7%、高校生：82.0%）
ヘアケア・ヘアサロン	72.5%（小学生：53.3%、中学生：68.2%、高校生：79.0%）
メイク	71.5%（小学生：53.3%、中学生：67.1%、高校生：78.0%）
ダイエット・ボディメイク	63.8%（小学生：53.3%、中学生：60.6%、高校生：68.0%）
スキンケア（自宅）	63.3%（小学生：46.7%、中学生：53.5%、高校生：74.0%）
ネイルケア	54.5%（小学生：53.3%、中学生：52.9%、高校生：56.0%）
まつ毛パーマ・エクステ	49.8%（小学生：33.3%、中学生：36.5%、高校生：63.5%）
美肌施術（エステ・医療）	33.8%（小学生：26.7%、中学生：32.4%、高校生：36.0%）
プチ整形	25.0%（小学生：16.7%、中学生：21.2%、高校生：29.5%）
サプリメント	17.5%（小学生：16.7%、中学生：15.9%、高校生：19.0%）
アートメイク	12.5%（小学生：20.0%、中学生：11.2%、高校生：12.5%）
とくになし	4.0%（小学生：16.7%、中学生：2.9%、高校生：3.0%）

Q 現在、興味・関心のある美容は何ですか？（複数回答）

小中高生に質問

小学生		中学生		高校生	
1	脱毛 56.7%	1	脱毛 74.7%	1	脱毛 82.0%
2	ヘアケア・ヘアサロン	2	ヘアケア・ヘアサロン 68.2%	2	ヘアケア・ヘアサロン 79.0%
3	メイク 53.3% （複数）	3	メイク 67.1%	3	メイク 78.0%
4	ダイエット・ボディメイク	4	ダイエット・ボディメイク 66.6%	4	スキンケア（自宅） 74.4%
5	ネイルケア	5	スキンケア（自宅） 58.9%	5	ダイエット・ボディメイク 68.6%
6	スキンケア（自宅） 49.1%	6	ネイルケア 52.8%	6	まつ毛パーマ・エクステ 63.5%
7	まつ毛パーマ・エクステ 33.2%	7	まつ毛パーマ・エクステ 26.2%	7	ネイルケア 56.1%
8	美肌施術（エステ・医療） 34.7%	8	美肌施術（エステ・医療） 29.4%	8	美肌施術（エステ・医療） 36.4%
9	アートメイク 23.6%	9	プチ整形 23.2%	9	プチ整形 23.5%
10	プチ整形 16.7% （複数）	10	サプリメント 18.9%	10	サプリメント 19.1%
11	サプリメント	11	アートメイク 11.8%	11	アートメイク 12.1%

■美容の低年齢化：当院で医療脱毛を希望する中学生（14歳・15歳）の男女患者数推移（比較データ）

当院の場合、14歳から医療脱毛の受け入れを行なっておりますが、直接カウンセリングなどで脱毛したい理由を教えてくださいました未成年の方によると、もともとあった腕や足の毛とあわせ、中学生に入ってから生えだしたワキの毛やアンダーヘアが気になりだしたとおっしゃる方が多いです。また、体育の授業で体毛が気になるという方や、水泳やダンス・バレエなど習い事で水着や衣装を着るからという方もいらっしゃいます。

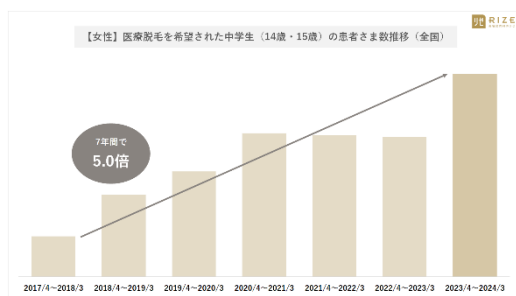


そのような理由でご自分の体毛を気にしているときに、SNSやネット・テレビCMや電車広告などで、脱毛サロンや私どものような医療機関で脱毛できることを知り、親に相談をして一緒に来院される未成年の方も多くいらっしゃいます。

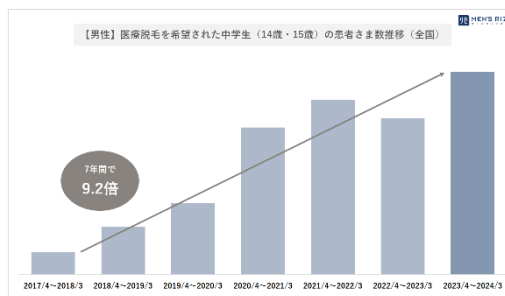
実際に【当院へ来院された中学生男女（医療脱毛希望の14歳・15歳の中学生患者数）】を7年前と今期を比較（※）すると、【リゼクリニック（女性）では、「5.0倍増」】【メンズリゼ（男性）では、「9.2倍増」】へ変化するなど、7年前と比べると美容意識の低年齢化が伺えます。

※「7年前（2017年4月1日～2018年3月31日）」と、「今期（2023年4月1日～2024年3月31日）」を比較

▼リゼクリニック（女性）では、「5.0倍増」



▼メンズリゼ（男性）では、「9.2倍増」



■参考②：「子どもの脱毛（キッズ脱毛）に関する過去の調査データまとめ：医療脱毛専門院『リゼクリニック』調べ

◎小・中学生の親に聞く／我が子の「美容・脱毛」に関する調査（2024年1月）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000092.000020081.html>

◎現役の小・中学生男女に聞く「自身の体毛」に関する調査（2023年6月）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000084.000020081.html>

◎小・中学生の子どもをもつ親510名へ「子どもの美容」について調査（2022年7月）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000072.000020081.html>

◎【“現役高校生”男女へ「美容意識」調査】《高校生がいま最も関心ある美容とは？》（2022年2月）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000069.000020081.html>

◎現役の小・中学生の女性243名へ「体毛事情（脱毛）」を調査（2021年8月）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000064.000020081.html>

◎2024年6月現在、当院では14歳未満の方への施術は行っておりません。

また未成年へのカウンセリングは親権者の同席が必要です。<https://www.rizeclinic.com/minors/>■リゼクリニック「肌治療」専用ページ：<https://www.rizeclinic.com/skin/>

■ポテンツァ（POTENZA）・・・3つの機能を兼ね備えており、肌悩みにあわせ対応可能な最新の美肌治療機器

※副作用・リスク：熱感、赤み、乾燥、かさぶた、色素沈着

※表示価格はすべて税込（当院の治療は保険適用外の自由診療です）

1, リフトアップポテンツァ（価格：400ショット 30,000円）

- ・悩み：たるみ改善
- ・施術：ポテンツァの中で針を使用しないダイヤモンドチップを使用した治療

2, 再生ニードルポテンツァ（価格：1回 32,800円 / 5回 139,000円）

- ・悩み：肝斑・毛穴・赤み改善
- ・施術：針先を皮下へ刺入し、真皮層に高周波(RF)の熱エネルギーを照射

3, ドラッグデリバリーポテンツァ（価格：1回 63,000円）

- ・悩み：ニキビ跡・小じわ・ハリ改善
- ・施術：マイクロニードルを使い真皮層にダメージを与え、創傷治癒を促す。
ポンピングチップを通じて幹細胞培養上清液（エクソソーム）を投与し
ニキビ跡や小じわなどの改善を期待



本リリースに関するお問い合わせ先

広報：伊藤・有堀・下谷 pr@rizeclinic.com

《美容皮膚科リゼクリニック／医療法人社団風林会》

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 8F

TEL:03-5155-6535 / FAX:03-5155-2969

<http://www.rizeclinic.com/>