

■【20～50 代男女 1200 名へ調査】「男性の体毛が気になる場面は？」1 位に〈ビジネスシーン〉

6 割以上の男女が気にする男性の指や甲の“ちょっとした毛”

◎【医師が解説：細部の毛を気にする男性が増えた理由】 患者からは“すみっこ毛”“プチ毛”の呼名も



医療機関やサロンなど「専門機関で脱毛を選択する男性」が増えています。最近の傾向としては、ヒゲや腕、脛（すね）といった目立ちやすい部位だけでなく、手足の指や甲、耳毛や鼻毛など【これまではあまり気に留めなかった細かい部分】にも関心を寄せ、脱毛を選択する男性が多く見受けられます。老若男女問わず体毛への意識が変化した今、「男性の細部の毛（ちょっとした毛）」に対して、皆はどう感じているのでしょうか。

そこで、**全国 22 院展開する男性専門の総合美容医療「ゴリラクリニック」**（医療法人社団十二会／東京都新宿区、稲見文彦 総院長、以下「当院」）は **2025 年 3 月 13 日から 3 月 16 日の 4 日間、20～50 代の男女 1,200 名（男女ともに 600 名ずつ）を対象に【男性の体毛に関する意識調査】を実施**（インターネット調査）。

【女性側】からみた「男性の“ちょっとした毛”への意識や、気になる場面」をはじめ、【男性側】からみた「自分自身 / 他の男性の“ちょっとした毛”への意識や、“ちょっとした毛”の手入れを忘れて困る場面」ほか、調査しました。

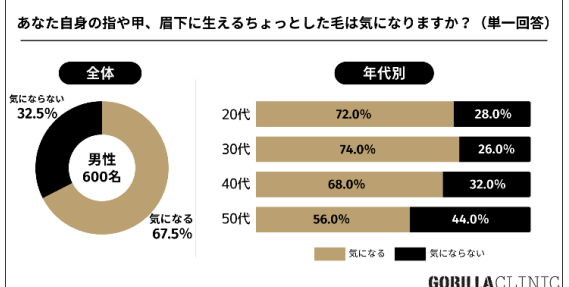
■調査結果概要と、それに伴う男性美容に対する見解まとめ

「自分自身のちょっとした毛が気になる」と回答した男性は「**67.5%**」と、7 割近くもいることが判明しました。

また部位別では、トップ回答に「ヒゲ（89.8%）」、次点に「眉下（35.0%）」がランクイン。季節問わず、他人に見られやすい顔周り部位の毛を気にしている男性が多いことが明らかになりました。

また、「男性が、他の男性の体毛を気にする（59.2%）」よりも、「女性が男性の体毛を気にする（63.7%）」という回答が多くなったが、それ以上に「男性が、自分（男性）自身の体毛を気にする（67.5%）」ことのほうが、最も高い結果に。これは【他人からの目線以上に、自分への身だしなみの意識が高い男性が増えてきている】ことを示していると言えます。

今回の調査結果を受け、「男性の美容に関する細部への意識が上がりつつある」ことが分かります。



手や足の指・甲に生える毛の手入れを忘れて困る場面はいつですか？（複数回答）					
男性	全体	20代	30代	40代	50代
1	ビジネスシーン 67.4%	ビジネスシーン 55.3%	ビジネスシーン 50.7%	ビジネスシーン 53.3%	ビジネスシーン 53.3%
2	デート中 26.6%	プール・銭湯 38.7%	デート中 46.0%	デート中 36.0%	デート中 29.3%
3	アクセサリ装着時 23.0%	デート中 33.3%	プール・銭湯 42.7%	プール・銭湯 32.0%	プール・銭湯 27.3%

男性の手や足の指・甲に生える毛は、どのような場面で気になりますか？（複数回答）					
女性	全体	20代	30代	40代	50代
1	ビジネスシーン 67.4%	デート中 61.2%	ビジネスシーン 78.0%	ビジネスシーン 65.9%	ビジネスシーン 71.0%
2	デート中 26.6%	ビジネスシーン 55.1%	デート中 65.9%	デート中 52.7%	デート中 52.0%
3	アクセサリ装着時 23.0%	プール・銭湯 23.5%	アクセサリ装着時 24.4%	アクセサリ装着時 24.2%	アクセサリ装着時 27.0%

GORILLACLINIC

当院の銀座 ANNEX 院 院長の太田博之医師の見解によると、

【コロナ禍に画面上の自分自身を見る機会が増えたことによって美容意識が高まった男性たちが“脱コロナ”により実際に人と接する機会が以前より増えたことで、更に身だしなみや清潔感の一環として細部にまで意識が向くようになったのではないかと考えられます。

問診時に「“プチ毛”が気になっていて何とかしたい」、「すみっこ毛“の手間が面倒」と、なんとも可愛らしい名称でご相談される男性もいらっしゃいます。このように、手足の指や甲といった細部にまで意識が向くほど美意識が高まっている男性が増えていると感じます。】

（本リリース後半では「細部の毛に関する医師の見解／患者さまの意識について」太田医師がコメント全文を確認いただけます。）

なお当院では“ちょっとした毛”の脱毛に最適な脱毛方法・プランもご用意。

【針脱毛】では、毛穴 1 本 1 本に微小な針を挿入、高周波電流を流すことで毛を生やす細胞を根本から破壊します。

また【医療レーザー脱毛】による鼻毛・耳毛・眉毛が脱毛できる「身だしなみプラン」や「手背脱毛」等があります。（詳細は本リリース後半参照）



■【概要】「男性の体毛に関する意識」調査（20～59 歳の男女 1,200 名を対象・インターネット調査）

※当データを使用の際はクレジット表記【男性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』調べ】を記載ください

① 【男性対象】日頃の体毛の手入れについて

「ヒゲ」を手入れする男性は、他部位と 2 倍以上の差をつけ 1 位（89.8%）。年代別では 40 代が最多で 9 割（92.0%）、20 代では 2 位の「足（足首より下は除く）」（34.7%）に 2.5 倍の差をつけ 8 割（82.7%）がヒゲの手入れを実施

② 【男性対象】自身の“ちょっとした毛”への意識について

7 割（67.5%）が「気になる」と回答。年代別では、30 代が最多回答に（74.0%）

③ 【男性対象】他の男性の“ちょっとした毛”への意識について

6 割（59.2%）が「気になる」と回答。自分自身の毛が気になる割合と比較すると、各年代 5～10%ダウンする結果に。他人に気にされる以上に自分自身の身だしなみを意識している男性が多いことが判明

④ 【女性対象】男性の“ちょっとした毛”への意識について

6 割以上（63.7%）が「気になる」と回答。年代別では、男性は 50 代がもっとも自他ともに「気になる」割合が低かった一方で、女性は同年代が「気になる」と回答する割合が高い結果に（66.7%）

⑤ 【男性対象】“ちょっとした毛”の手入れを忘れて困る場面について

「ビジネスシーン」が最多回答に（53.8%）

⑥ 【女性対象】男性の“ちょっとした毛”が気になる場面について

男女ともに「ビジネスシーン」と「デート中」が上位を占めており、清潔感が求められる場面では、男性自身も女性も体毛を意識する傾向に。特に「ビジネスシーン」は、男性が 53.8%、女性が 63.9%と、女性のほうがより強く気にすることが判明

⑦ 【女性対象】男性がやっていたら嬉しい美容について

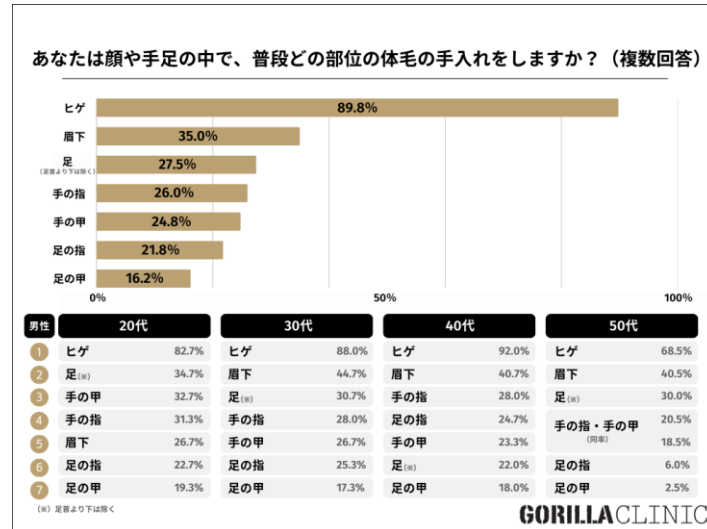
「スキンケア」が最多回答（43.7%）。年代別では、30 代女性の半数が「スキンケア」と回答（52.0%）。次位には「脱毛（ヒゲ）（38.3%）」と、季節問わず目につきやすい部分の美容の回答数が多い結果に

----- 各質問・詳細 -----

① 【男性対象】日頃の体毛の手入れについて

質問：あなたは顔や手足の中で、普段その部位の体毛の手入れをしますか？（複数回答）

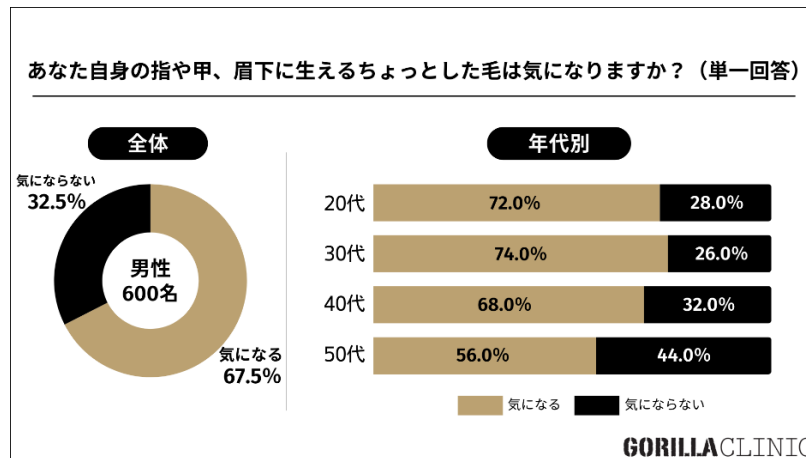
「ヒゲ」を手入れする男性は、他部位と 2 倍以上の差をつけ 1 位（89.8%）。年代別では、40 代が最多の 9 割（92.0%）、20 代では 2 位の「足（足首より下は除く）」（34.7%）に 2.5 倍の差をつけ 8 割（82.7%）がヒゲの手入れを実施していることが分かりました。一方で、その他部位についても 5 人に 1 人以上が日頃から手入れを行っていることが判明（その他部位の平均 25.2%）。ヒゲだけでなく、細かいが普段から人目につく部位の手入れを行う人が増えてきていることが分かります。



② 【男性対象】自身の“ちょっとした毛”への意識について

質問：あなた自身の指や甲、眉下に生えるちょっとした毛は気になりますか？（単一回答）

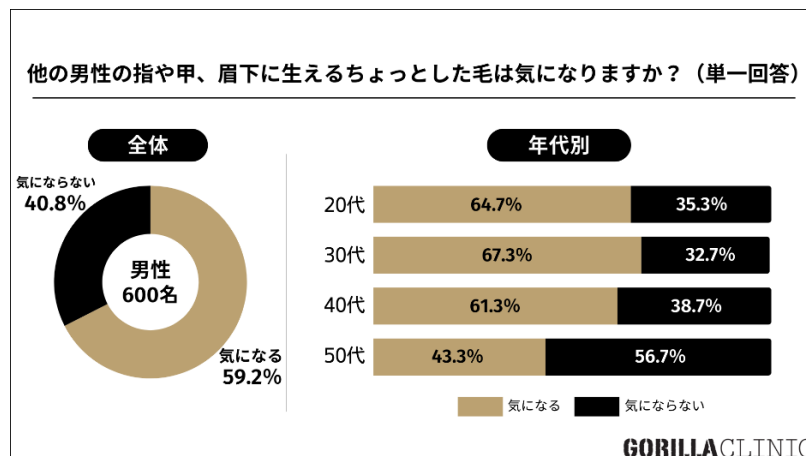
約 7 割（67.5%）が「気になる」と回答。年代別では、30 代が最多回答となりました（74.0%）。



③ 【男性対象】他の男性の“ちょっとした毛”への意識について

質問：他の男性の指や甲、眉下に生えるちょっとした毛は気になりますか？（単一回答）

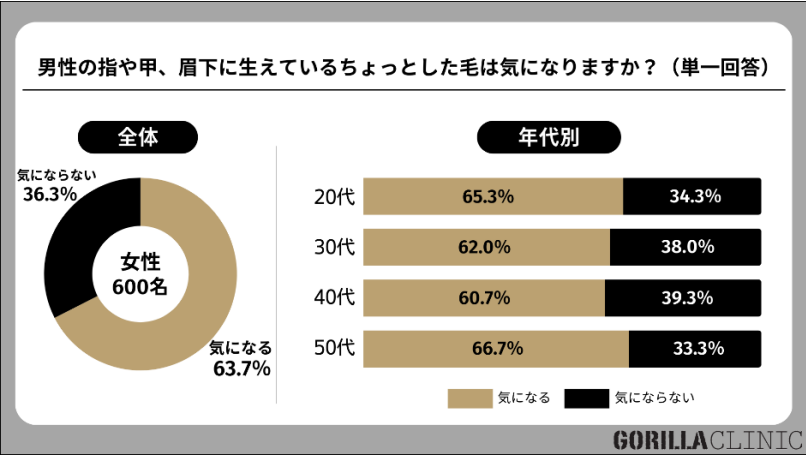
6 割（59.2%）が「気になる」と回答。自分自身の毛が気になる割合と比較すると、各年代 5～10% ダウンする結果に。他人に気にされる以上に自分自身の身だしなみを意識している男性が多いことが分かりました。



④ 【女性対象】男性の“ちょっとした毛”への意識について

質問：男性の指や甲、眉下に生えるちょっとした毛は気になりますか？（単一回答）

6 割以上（63.7%）が「気になる」と回答。年代別では、男性は 50 代がもっとも自他ともに「気になる」割合が低かった一方で、女性は同年代が「気になる」と回答する割合が高い結果に（66.7%）。

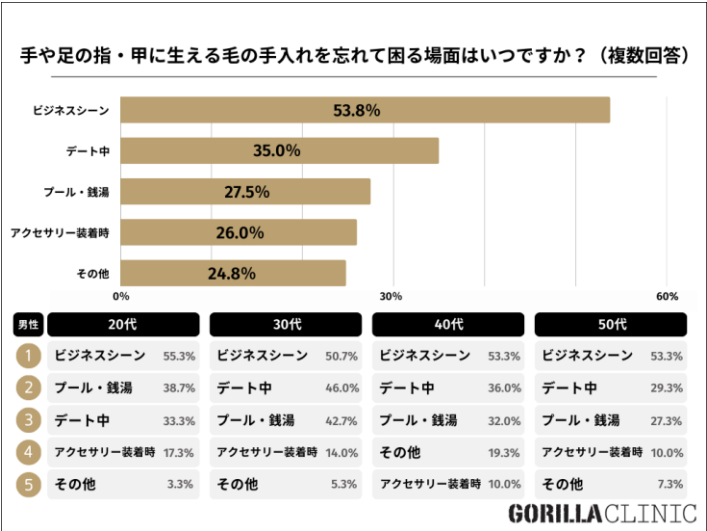


⑤ 【男性対象】“ちょっとした毛”の手入れを忘れて困る場面について

質問：手や足の指・甲に生える毛の手入れを忘れて困る場面はいつですか？（複数回答）

「ビジネスシーン」が最多回答に（53.8%）。名刺交換や商談、会議などで手元が見られる機会が多いビジネスマンや、直接接客をする機会の多いサービス業など、幅広い業種で「見られる」機会が多いことが影響していると考えられます。

※その他（一部抜粋）：入院・病院受診時／お会計時／スポーツをする時



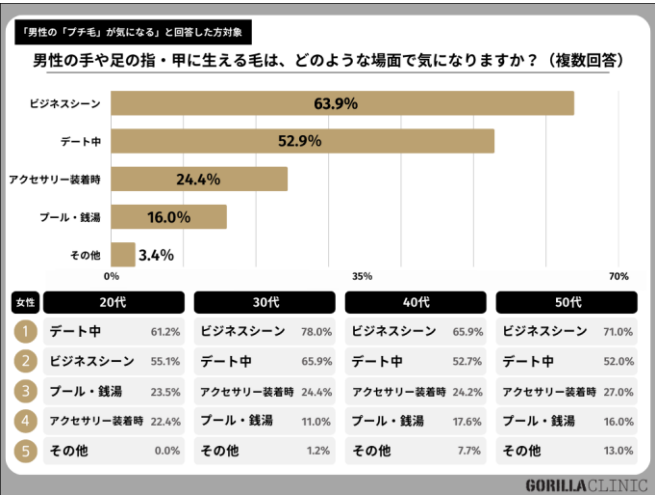
⑥ 【女性対象】男性の“ちょっとした毛”が気になる場面について

質問：男性の手や足の指・甲に生える毛は、どのような場面で気になりますか？（複数回答）

※④で「気になる」と回答した方対象

男女ともに「ビジネスシーン」と「デート中」が上位を占めており、清潔感が求められる場面では、男性自身も女性も体毛を意識する傾向があることがわかります。特に「ビジネスシーン」は、男性が 53.8%、女性が 63.9%と、女性のほうがより強く気にするという結果に。

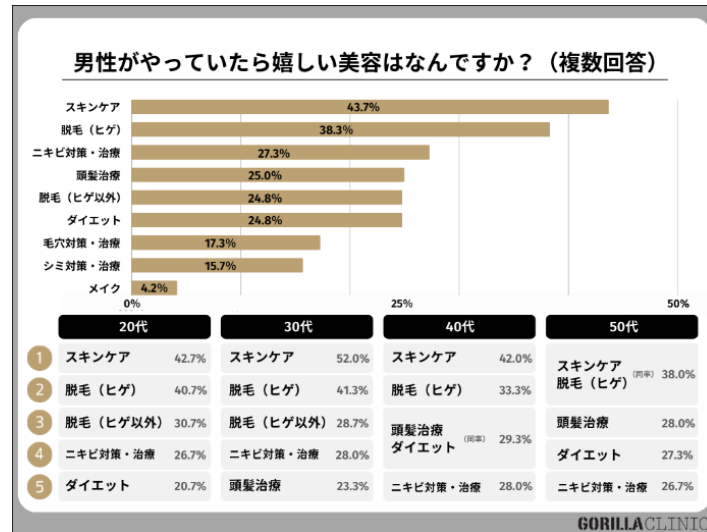
その他（一部抜粋）：場面関係なく見えた時／外食時、店員の指に毛が生えていた時



⑦ 【女性対象】男性がやっていたら嬉しい美容について

質問：男性がやっていたら嬉しい美容はなんですか？（複数回答）

「スキンケア」が最多回答に（43.7%）。年代別では、30 代女性の半数が「スキンケア」と回答（52.0%）。次位には「脱毛（ヒゲ）」（38.3%）」と、季節問わず目につきやすい部分の美容の回答数が多い結果となりました。



■男性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』銀座 ANNEX 院院長 太田博之より見解コメント

●手足に生える「ちょっとした毛」に関する医師の見解

春の訪れとともに、気温も次第に暖かくなってまいりました。これからの季節、半袖や半ズボンでお出かけされる機会が増える方も多いのではないのでしょうか。

肌の露出が増えるこの時期に腕や脛（すね）の毛の手入れを行うことで、周りの人に対し、より清潔感のある印象を与えることが期待できます。また、手の甲などの細部の毛の手入れを行うことによって「身だしなみに気を配っている」という印象を与えるとともに、自己肯定感の向上にもつながるでしょう。

「体毛の手入れ」として、大半の人がシェービングや脱毛を想像されるかと思います。「脱毛」という選択肢をご検討いただく方へは、「医療レーザー脱毛」に加え、処理する毛量に応じて「針脱毛」の選択肢もあるということをご提案させていただきます。

●脱毛で来院される患者さまの「ちょっとした毛」への意識について

当院に通われている患者さまの中には、初めはヒゲや腕毛など、ご自身が特に気にされている部位のみ脱毛を開始される方が多くいらっしゃいます。しかし施術が進み、徐々に毛が薄くなるにつれて、身だしなみに対する意識が高まり、追加で他の部位の脱毛を希望される方が非常に多く見受けられます。

特に、患者さまの動向を見ておきますと、追加の脱毛を検討される際に優先されるのは、露出の多い手や足の毛である場合が多く感じます。これは、日常生活において人目に触れる機会が多い部位ほど清潔感が求められ、より整った印象を持たれたいと考える方が増えているのではないかと思います。

さらに、近年では手や足の指や甲などの細かい部分の毛にまで意識を向ける男性が増えてきています。カウンセリングの際に「“プチ毛”が気になっていて何とかしたい」、「すみっこ毛“の手間が面倒」と、なんとも可愛らしい名称でご相談される方もいらっしゃいます。このような細部にまで意識が向くほど美意識が高まっている男性が増えてきていると感じます。



ゴリラクリニック銀座 ANNEX 院院長 太田博之 医師プロフィール

開成中学・高校卒業。昭和大学医学部を卒業後、昭和大学横浜市北部病院にて研修。研修終了後、昭和大学眼科学講座に入局。美容医療に携わりたいという思いからゴリラクリニックに入職。同院の新宿本院院長に就任を経て 2023 年 3 月 16 日、銀座一丁目の『SILVER FOX BY GORILLA CLINIC (※)』院長に就任、現在に至る。

私生活では一男二女の父。仕事も家事も育児も全力で！がモットー。趣味はワインコレクト。

（※）2024 年 5 月 1 日にリブランディングにより『SILVER FOX by GORILLA CLINIC』より、『GORILLA CLINIC 銀座 ANNEX 院』へ改称

■【ゴリラクリニックの「針脱毛」】 治療詳細

針脱毛は毛穴に微小な針を挿入し針に高周波電流を流すことで、その熱により毛を生やす細胞を根本から破壊する脱毛方法です。

レーザー脱毛のメラニンに反応する脱毛方法と異なり、毛乳頭・毛包を直接破壊するので「白髪」「産毛」や目周りなどの細かい部分を始め、レーザー脱毛などで硬毛化した毛にも効果を発揮します。

※保険適用外の自由診療（2025 年 4 月現在）

- 価格（税込）： 〈1～10 本〉 1 回 ￥22,000
- 施術可能部位：全顔・全身（うなじ・VIO を除く）
- 副作用・リスク：施術後の一時的な赤み、熱感、軽度の腫れ
- 治療期間（目安）：1 回（本数によって個人差があります）
- 対象院：銀座 ANNEX 院



■【ゴリラクリニックの医療レーザー脱毛】 「身だしなみプラン」（鼻毛・耳毛・眉毛）・「手背脱毛」詳細

毛質ごとに適した数種類の医療レーザー機器を使用。患者さま一人一人の毛質や毛量に合わせた照射パワーで、効果の最大化を図ります。

※保険適用外の自由診療（2025 年 4 月現在）

●「身だしなみプラン（鼻毛・耳毛・眉毛）」価格（税込）：

- ・身だしなみセット（眉毛・鼻毛・耳毛）：1 回 ￥21,800 6 回 ￥87,800
- ・眉毛（眉毛周り・眉下は目頭～目尻幅を除く）：1 回 ￥10,800 6 回 ￥43,800
- ・鼻毛（鼻孔入口付近）：1 回 ￥6,800 6 回 ￥25,800
- ・耳毛（耳珠・耳垂付近）：1 回 ￥6,800 6 回 ￥25,800



●「手背脱毛」価格（税込）：1 回 ￥10,800

- 副作用・リスク：施術後の一時的な赤み、熱感、軽度の腫れ・かゆみ、乾燥
- 対象院：全国 21 院（銀座 ANNEX 院のみ除く）



■エピソード紹介

■40 代・神奈川県在住・小学校教員・鼻毛や耳毛のお悩みで来院中（鼻毛脱毛・耳毛脱毛・手背脱毛）

美容を強く意識するようになったきっかけは、美容院で受けた眉毛カットでした。眉毛を整えるだけで、顔の印象が大きく変わるので。ところが、その変化に感動していたのもつかの間、2 週間ほどすると眉毛が生えてきて元通りになってしまいました。その後、眉毛サロンに通い眉毛が整ってくると、今度は顔のムダ毛が気になるようになってきました。

具体的には、鼻毛が煩わしくなったのです。もちろん、それまでにもエチケットとして鼻毛のケアはしてきました。ブラジリアンワックスを使って自分で脱毛していましたが、痛い思いをしても効果が続くのはつかの間。鼻毛は思っている以上に早く生えてきてしまいます。



やるなら手入れのいらぬ状態がベストです。そう考えたとき、必然的に医療脱毛という選択肢になりました。眉毛や鼻毛をケアしていくと、今度は耳毛が気になるようになりまし。私は定期的に理髪店で顔剃りをやってもらっていますが、そのときに耳毛が飛び出していると言われたことがきっかけになりました。



2025 年 4 月 9 日

男性専門の総合美容医療『ゴリラクリニック』（03-5291-5270 広報部）

脱毛後は、ものすごく快適に暮らせています。細かな部位ですし、普通なら諦めてしまったり、放っておく人もいるかもしれませんが、体の先端なので目がつくところですし、パソコンの作業などをやっている自分でも目に付く部分でもあります。気を抜くのではなく、むしろ積極的に気を使うべきポイントだと思いますね。

■40代・東京都在住・寿司屋大将・手や腕の毛深さのお悩みで来院中（上半身脱毛）

10代から、自分の毛深さに頭を悩ませていました。ずっとコンプレックスを感じ、とにかく人の目が気になって仕方ない毎日を送っていました。

しかも、私は寿司職人として働いています。

お客さんの前で握るため、私の手は丸見えですし、目線も集まる。いくら手を洗い清潔に保っても、毛深い手で握った寿司はお客さんにおいしいとは思ってもらえないはずです。過去にお客さんが「お寿司ってどんなに美味しくても板前さんが毛深いとちょっと嫌だ…」と言っているのが聞こえました。



そこで私は手の甲と指の毛を脱毛テープで処理していました。

とは言え、腕の毛まで処理するのは、時間もかかって大変です。

そこで長袖の白衣を着ることで、お客さんからは見えないようにしていました。

ただ、長袖よりも半袖の白衣の方が作業は断然しやすい。特に夏に長袖を着るのはなかなか苦痛です。かといって手首からはまだ毛深いので、お客さんの前で腕をまくるのも躊躇する。我慢を続けるしかなくずっと毛に悩まされていました。

脱毛を受け、いまでは半袖の服を着る機会が増えました。お客様の前ではまだ長袖の白衣を着ていますが、それでも時々袖をまくれるようになっていきます。以前は、お客様が来る直前まで袖をまくって仕事をし、お客様が来たら慌てて袖を下げていましたから、それを思えば大きな変化です。

◎実在の患者さまが登場『自分だけの男らしさを、選ぼう。』

年代別・エリア別・悩み別に「実在するゴリラクリニックに通院中の男性患者さま」が登場するインタビューコンテンツ。

「クリニックに通う患者さまとともに【男性美容】という文化を創り上げよう」、と2021年7月にスタート。

2025年4月現在、100名の患者さまによるインタビューが掲載中。

『自分だけの男らしさを、選ぼう。』より、抜粋。

▶ <https://gorilla.clinic/interview/>



■男性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』（<https://gorilla.clinic/>）

◎診療科目：美容皮膚科、美容外科、美容整形、頭髪外来

◎初診専用無料ダイヤル：0120-987-118

◎診療時間：11:00～20:00（不定休、予約制）

2014年10月創業。「男性美容を文化に」を使命に掲げ、全国に22院を展開（2025年4月現在）。男性専門の総合美容クリニック（医療機関）として医療用レーザーを使用した「永久脱毛」を始め、スキンケア治療やニキビ（跡）治療、薄毛・AGA治療、医療痩身やスメルケアほか多治療を展開。2024年5月には「銀座 ANNEX 院」で外科治療メニューの提供を開始（二重・包茎・目の下のたるみ治療）。男性美容に関するありとあらゆる要望を美容医療の力でサポートしている。

また創業当初より細部に至るまで【男性志向】を追求し、男性スタッフも多く採用。どのような悩みに対しても男性が恥ずかしがることなく相談できるような環境づくりを徹底している。



プレスリリースに関するお問合せやご取材は、下記までご連絡ください

広報部：石垣 鈴木 下谷

TEL：03-5291-5270 MAIL：pr@gorilla.clinic

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 3 階