

スキンケアのうち「毛穴のケア」が最も自信がなく、実感もない 毛穴に自信がない女性は 8 割超

毛穴の角栓、無理に抜いて後悔しているのは 6 割

株式会社ナリス化粧品(代表者：村岡弘義 本社：大阪市福島区)は、10年以上に渡り毛穴の角栓について研究し、角栓を構成する新しいたんぱく質「セラチン 17」の発見をしています。2024年2月21日から毛穴ケアの化粧品「アンティミリ ポアケア プログラム」と美容機器「ナリス スキン クリア ピーリング」を発売するにあたり、毛穴のスキンケアについてアンケートを実施しました。毛穴の悩みについて、取り上げられるようになったのは、約20年前に始まりますが、毛穴ケアの正しい知識・理解が浸透していないことや、そのために適切なケアができていない実態がわかりましたので、以下にその内容をまとめます。

(実施期間：2023年11月6日～12月13日 調査方法：インターネットによる自社調査 対象者：20歳～49歳 女性 n=2,167 ただし、質問内容により回答者のn数が異なるため、それぞれの図表にnを記載しています。)



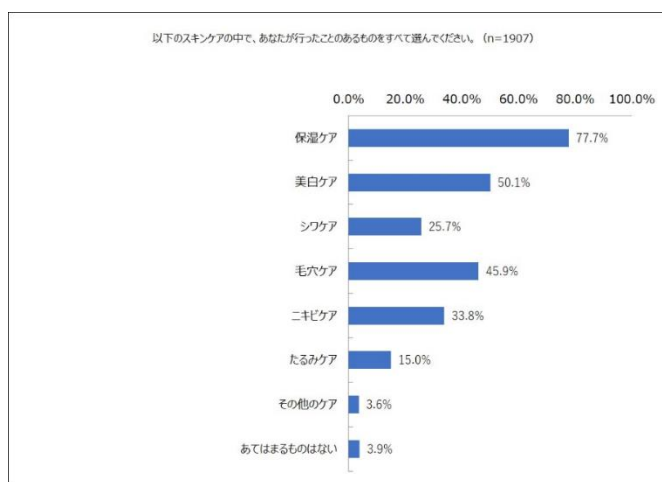
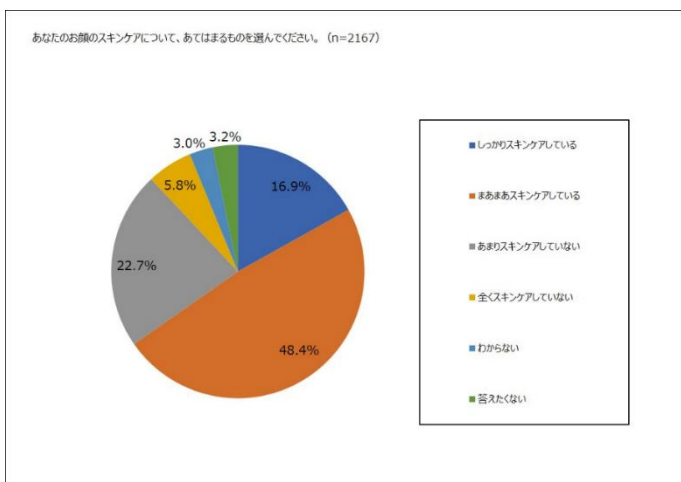
【調査トピックス】

- ① 行ったことのあるスキンケア「保湿ケア」・「美白ケア」・「毛穴ケア」の順。**
20歳～34歳までは「美白ケア」よりも「毛穴ケア」をしたことがある人が多い。
20歳～39歳で「毛穴ケア」をしたことがあるのは約5割。
- ② 毛穴ケアの効果実感、アラフォーの約7割が不満。**
スキンケアの中で最も自信がないのも効果実感がないのも「毛穴」で、約6割が不満。
「毛穴ケア」正しくケアしている自信がないのは、64.3%。高齢層の方が自信がない。
「毛穴ケア」効果実感に満足していないのは、60.2%。最も満足していないのは、35歳～39歳。
- ③ 毛穴の角栓、無理やりに抜いたことがある女性は約9割。**
「何度も無理に抜いた」のは、30歳～34歳。
- ④ 毛穴の角栓ケア、後悔しているのは約6割。**
毛穴が広がり、後悔しているのが最も多いのも30～34歳。「無理やりに抜いた」が多い世代とリンク。
- ⑤ 毛穴に自信がない女性は8割超。35歳以上では約9割。**
高齢層の方が、「全く自信がない」割合が高い傾向。

【調査結果】

①行ったことのあるスキンケア「保湿ケア」・「美白ケア」・「毛穴ケア」の順。

全国の20歳～49歳の女性2,167名に、ご自身のスキンケアについて聞きました。「しっかりスキンケアしている」のは16.9%、「まあまあスキンケアしている」のは48.4%で、合わせると65.3%の女性が、スキンケアをしていると答えました。次にスキンケアをしていると答えた女性、1,907名に、今までに行ったことのあるスキンケアの種類について聞きました。最も多く行ったことのあるスキンケアは「保湿ケア」で、77.7%と8割近い人が実施しています。続いて「美白ケア」50.1%、その次が「毛穴ケア」45.9%と約半



数の人が実施経験があると答えています。スキンケアの王道ともいえる「シワケア」は25.7%にとどまりましたが、今回のアンケートの対象者が、20歳～49歳ということが影響している可能性が考えられます。続いて、行ったことのあるケアを年齢別に見てみました。「保湿ケア」は、年齢が上がるにつれ、割合が増える傾向にあり、35歳以上になると8割を超えます。「美白ケア」は、若干年齢が上がるほど増えている傾向がありますが、すべての年代で大体半数程度であることから、年齢によるスキンケアの実施経験に差がないと言えます。「毛穴ケア」に関しては、20歳～39歳までで半数程度の方が実施経験があり、40代になると減っています。全体では、実施経験の割合は、「保湿ケア」・「美白ケア」・「毛穴ケア」の順番ですが、34歳までの年齢では、「保湿ケア」・「毛穴ケア」・「美白ケア」の順番となり、若年層

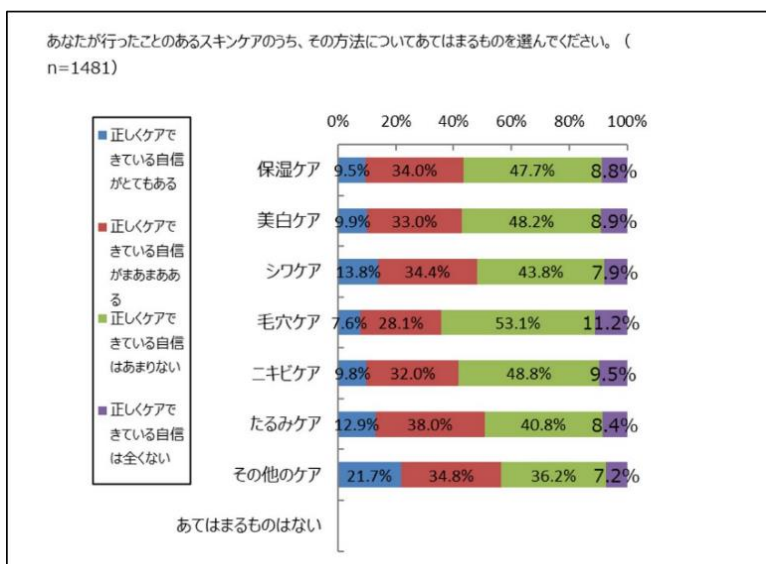
以下のスキンケアの中で、あなたが行ったことのあるものすべてを選んでください。

		保湿ケア	美白ケア	毛穴ケア	ニキビケア	シワケア	たるみケア	その他のケア	あてはまるものはない
全体	1907	77.7%	50.1%	45.9%	33.8%	25.7%	15.0%	3.6%	3.9%
20歳～24歳	314	66.6%	46.8%	51.3%	46.5%	16.9%	9.2%	3.5%	4.5%
25歳～29歳	407	69.3%	48.2%	48.4%	40.8%	24.6%	13.3%	4.2%	2.9%
30歳～34歳	318	78.9%	51.3%	51.6%	39.0%	28.0%	12.9%	3.5%	5.3%
35歳～39歳	297	84.5%	49.2%	46.8%	30.0%	27.9%	15.8%	3.4%	2.7%
40歳～44歳	297	86.2%	55.6%	41.1%	23.9%	31.0%	19.2%	2.4%	5.4%
45歳～49歳	274	84.7%	50.4%	33.9%	17.5%	27.0%	21.5%	4.7%	2.9%

では、「美白ケア」よりも「毛穴ケア」の方が実施している人の割合が多いことがわかりました。20代の若年層では、「ニキビケア」よりも「毛穴ケア」が多いこともわかりました。「シワケア」については、30代になると約3割の人が実施経験があると答えていますが、40代になっても約3割と特に増えている傾向はないため、本格的な「シワケア」は、それ以上の年代で本格的に開始されているものであると考えます。

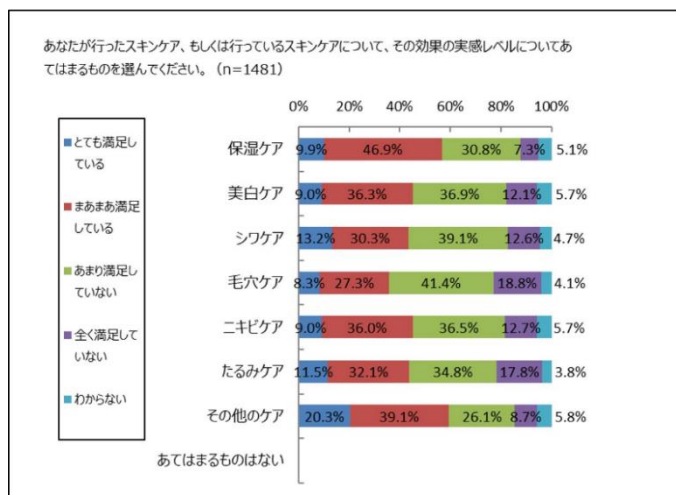
②毛穴ケアの効果実感、アラフォーの約7割が不満。

実施しているスキンケアの方法について、正しくできている自信があるか否か聞きました。最も自信がないのは、「毛穴ケア」で、「あまり自信がない」53.1%、「全く自信がない」11.2%を合わせると64.3%でした。これ



を年齢別に見てみると、年齢が上がるにつれ「自信がない」人の割合が増え、20～24歳で51.5%、25歳～29歳で59.9%ですが、45歳～49歳では、75.3%と毛穴のスキンケアをしているながら、4人に3人と高い割合の人が正しくスキンケアできている自信がないと答えています。

また、スキンケアの効果実感についても確認しました。全体で見ると、スキンケアの効果について最も満足していないのは「毛穴ケア」で、「全く満足していない」18.8%と「あまり満足していない」41.4%はともに最も多い割合です。合計すると60.2%と6割を超える人が毛穴ケアに満足度を感じることができずにいます。毛穴ケアに続いて、満足を感じられないのが「たるみケア」で52.6%、続いて「シワケア」51.7%です。満足度が最も高いのは、「保湿ケア」で、56.8%の人が満足していると答えています。保湿ケアは、唯一満足な人が不満足の人よりも多いのですが、それ以外のケアは不満足の人の方が満足の人よりも多い状態です。（その他のケアを除く）その中でも「毛穴ケア」については、満足している人に比べて、不満足の人が最も多ようです。続いて、スキンケアの効果実感の満足度について年齢別に見てみました。全体の調査で最も「不満足」だった「毛穴」について見てみると、35歳～39歳の世代では68.4%、40歳～44歳の世代で68.1%と約7割のアラフォー世代の人が満足していないと答えています。特に35歳～39歳の世代では、満足している人24.5%に対し、満足していない人に対して満足している人は半分くらいしかいないことがわかりました。比較的若年層では、満足している人47.2%に対し、満足していない人51.6%と拮抗していますが、満足している人の方が多くない年代はありませんでした。



あなたが行ったことのある以下のスキンケアのうち、その方法についてあてはまるものを選んでください。

		毛穴ケア			
		正しくケアできている自信がとてもある	正しくケアできている自信がまあある	正しくケアできている自信はあまりない	正しくケアできている自信は全くない
	876	7.6%	28.1%	53.1%	11.2%
20歳～24歳	161	9.3%	39.1%	44.7%	6.8%
25歳～29歳	197	9.6%	30.5%	52.3%	7.6%
30歳～34歳	164	10.4%	29.3%	49.4%	11.0%
35歳～39歳	139	3.6%	23.0%	57.6%	15.8%
40歳～44歳	122	7.4%	18.0%	58.2%	16.4%
45歳～49歳	93	2.2%	22.6%	62.4%	12.9%

あなたが行ったスキンケア、もしくは行っているスキンケアについて、その効果の実感レベルについてあてはまるものを選んでください。

		毛穴ケア				
		とても満足している	まあまあ満足している	あまり満足していない	全く満足していない	わからない
	876	8.3%	27.3%	41.4%	18.8%	4.1%
20歳～24歳	161	10.6%	36.6%	37.3%	14.3%	1.2%
25歳～29歳	197	9.1%	32.5%	43.7%	11.2%	3.6%
30歳～34歳	164	13.4%	20.7%	37.2%	25.0%	3.7%
35歳～39歳	139	7.2%	17.3%	43.9%	24.5%	7.2%
40歳～44歳	122	4.1%	23.0%	44.3%	23.8%	4.9%
45歳～49歳	93	1.1%	32.3%	44.1%	17.2%	5.4%

③ 毛穴の角栓、無理やりに抜いたことがある女性は約9割。「何度も無理に抜いた」のは、若年層よりも高齢層の方が多い。

毛穴ケアをしていると答えた女性、762名に、ご自身の毛穴の角栓を無理やりに抜いたり、指などで押しつぶしたりしたことがあるかどうか聞きました。「何度もある」人が56.6%と6割弱にも迫り、「少しある」と答えた33.2%の人と合わせると89.8%と約9割にも迫ります。「何度もある」が最も多いのは、30歳～34歳の世代で67.4%、「少しある」25.4%と合わせると92.8%と9割を超えています。20歳～24歳の世代で見ると、「何どもある」44.8%、「少しある」46.3%となり、「何どもある」で比較すると、他の世代に比べて少ない割合になりますが、「少しある」も合わせた割合では、91.1%で、すべての世代が大体9割程度です。毛穴・角栓が気になるのは、20代～40代では共通の感覚であるようにも見受けられます。

あなたは、お顔の毛穴の角栓を無理やりに抜いたり、指などで押しつぶしたりしたことありますか？

		何どもある	少しある	全くない	わからない
全体	762	56.6%	33.2%	8.7%	1.6%
20歳～24歳	134	44.8%	46.3%	8.2%	0.7%
25歳～29歳	184	55.4%	33.2%	9.8%	1.6%
30歳～34歳	138	67.4%	25.4%	6.5%	0.7%
35歳～39歳	117	59.8%	29.1%	7.7%	3.4%
40歳～44歳	113	57.5%	31.0%	9.7%	1.8%
45歳～49歳	76	53.9%	34.2%	10.5%	1.3%

④ 毛穴の角栓ケア、後悔しているのは約6割。

毛穴の角栓を無理に抜いたり、指でつぶしたりしたことがあると答えた女性 684 名に、毛穴が広がってしまい、後悔しているか否か聞きました。全体では、「後悔している」が 58.2% で 6 割近い人が後悔していると答えています。世代別に見てみると、30 歳～34 歳の世代が最も多く、68%と 7 割近い割合です。③の調査の「無理に角栓を抜いたり、指でつぶしたことがある」で、最も多い割合も 30 歳～34 歳であり、毛穴の角栓について最も気にしている世代は、30 歳～34 歳の世代であると言えます。③の調査結果を見ると、どの世代も 9 割近いですが、「何度もある」と「少しある」の差は大きく、20 歳～24 歳の世代では「少しある」46.3%が「何度もある」44.8%を上回っています。このことから、何度も角栓を無理に抜くことで、毛穴の広がりとなり後悔しているのではないかと考えられます。

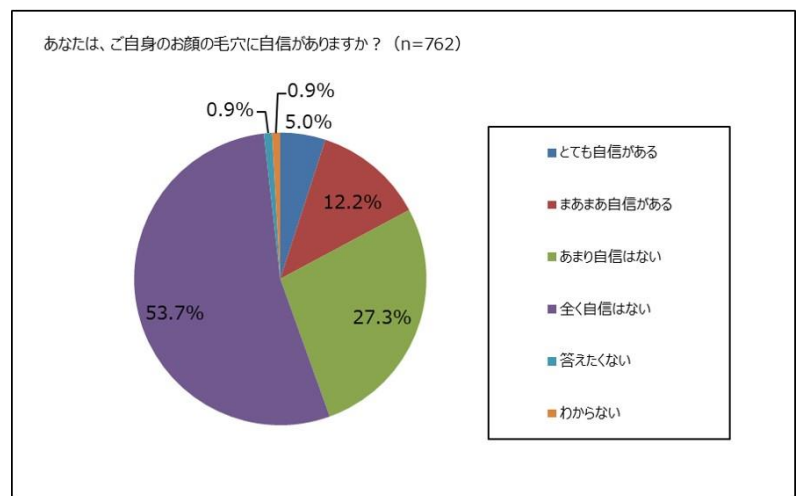
あなたは、無理にお顔の毛穴の角栓を抜いたことで、毛穴が広がってしまったと後悔していますか？

		後悔している	後悔していない	わからない	答えたくない
	684	58.2%	19.4%	21.8%	0.6%
20歳～24歳	122	50.0%	23.8%	25.4%	0.8%
25歳～29歳	163	60.7%	21.5%	16.6%	1.2%
30歳～34歳	128	68.0%	17.2%	14.1%	0.8%
35歳～39歳	104	49.0%	26.9%	24.0%	0.0%
40歳～44歳	100	59.0%	13.0%	28.0%	0.0%
45歳～49歳	67	61.2%	9.0%	29.9%	0.0%

⑤ 毛穴に自信がない女性は 8 割超。

35 歳以上では約 9 割。

毛穴ケアをしたことのある女性、762 名に、ご自身の毛穴に自信があるか否か聞きました。全体では、「全く自信がない」53.7%が圧倒的で、「あまり自信がない」27.3%と合わせると、81%と 8 割を超える人が自信がないと答えました。年齢別に見てみると、「全く自信がない」と答えた人の割合が最も多いのは、45 歳～49 歳の世代で、69.7%と約 7 割にも上ります。「全く自信がない」と「あまり自信がない」を合わせた割合で見ると、20 代では 70%台の「自信がない」割合は、30 歳～34 歳で 81.1%と 8 割台になり、35 歳以上はすべての世代で 9 割近くになります。毛穴に自信は、高齢になるほどなくなっている傾向があります。



あなたは、ご自身のお顔の毛穴に自信がありますか？

		とても自信がある	まあまあ自信がある	あまり自信はない	全く自信はない	答えたくない	わからない
	762	5.0%	12.2%	27.3%	53.7%	0.9%	0.9%
20歳～24歳	134	5.2%	17.9%	29.1%	46.3%	0.7%	0.7%
25歳～29歳	184	6.0%	19.6%	28.8%	43.5%	0.5%	1.6%
30歳～34歳	138	6.5%	10.1%	24.6%	56.5%	0.7%	1.4%
35歳～39歳	117	5.1%	5.1%	28.2%	61.5%	0.0%	0.0%
40歳～44歳	113	1.8%	8.0%	30.1%	56.6%	2.7%	0.9%
45歳～49歳	76	3.9%	5.3%	19.7%	69.7%	1.3%	0.0%

【全体を通じた考察】肌悩みのキーワードのうち、古くから認識されている「しみ」「しわ」「たるみ」「ニキビ」に比べて、「毛穴」は比較的近年になってから注目されるようになったキーワードであると捉えており、ここ 20 数年の中で一般化してきたものと考えています。そのため、一般の人の毛穴ケアに対する正しい方法や知識、また業界における研究もそれ以外のカテゴリーに比べてまだ乏しいのではないかと考えます。今回の調査でも、毛穴ケアをしていながら、その方法に自信がないという声や、毛穴ケアをしても効果実感がないという悩みが多く見受けられます。若年層では、美白ケアよりも毛穴ケアをしている割合の方が多く、ニーズの広がりを実感した調査にもなりました。毛穴の角栓は、鼻先など顔の中心部に見られることが多いためより目立つために気になってしまう人が多いようです。間違った方法で、無理に角栓を抜くことを繰り返すことで、毛穴の広がりや毛穴周辺の皮膚が硬くなることに繋がり、毛穴ケアの効果をより感じづらい肌になっていくことが知られるようになった今も、正しいケアの情報が少ないのではないかと考えます。毛穴の広がりや、年齢を重ねるにつれて単に開いている毛穴からたるみ毛穴へと変化していくことで、より毛穴の見え方に自信を無くしていくのではないかと推測します。正しいケアの方法や化粧品の提供で、満足度の高いケアができるよう努めたいと考えます。

【新製品概要】

<p>アンティミリ ポアケア プログラム 左/1 剤：メルティオイル ジェル 右/2 剤：アストリンゼント エッセンス</p> 	<p>価格：4,000 円（税抜）4,400 円（税込） 内容量：1 剤 15g 2 剤 30mL ※1 剤と 2 剤がセットされており、別売はありません。</p> <p>■ 毛穴ケアの新メソッド。毛穴汚れをほくして溶かすジェルと、肌を引き締める美容液のセット。</p> <p>〈1 剤〉メルティオイル ジェル</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジェル状の美容液を毛穴のざらつきが気になる部分にやさしくなじませます。くるくるとマッサージすると、オイル状に変化し、毛穴周りが緩んでほぐれます。 ・ブドウ果汁発酵エキス/乳酸桿菌/ブドウ果汁発酵液（保湿成分）が毛穴周りの肌を潤します。 ・角栓洗浄成分が、角栓を溶かして取り除きます。 <p>〈2 剤〉アストリンゼント エッセンス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・角栓を作るメカニズムを研究。クリーンな状態の毛穴に使用することで、毛穴を詰まらせず肌を引き締めます。 ・高機能ビタミン C 誘導体/ミリスチル 3-グリセリルアスコルビン酸（保湿成分）配合。 ・アーチチョーク葉エキス・イタドリ根エキスなどの植物性保湿成分配合。 <p>〈共通成分〉ダイズエキス/ダイズ種子エキス（保湿成分）・パウダルク樹皮エキス/タバピアインペチギノサ樹皮エキス（保湿成分）・グリチルリチン酸塩/グリチルリチン酸 2K（整肌成分）・イソプロピルメチルフェノール/オ-シメン-5-オール（防腐成分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スキンピーラーを使用しない時でも使用できます。 ・毎日の使用で、1 セットの使用期間は約 1 か月分。ナリス スキン クリア ピーリングとの併用や継続使用で、毛穴が気にならない肌へ。
<p>ナリス スキン クリア ピーリング</p> 	<p>価格：6,500 円（税抜）7,150 円（税込） 充電コード〈別売〉 価格：400 円（税抜）440 円（税込）</p> <p>■ 1 秒間に最大 25,000 回の超音波振動、毛穴汚れをやさしくごっそり掻き出すウォーターピーラー。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・通常の洗顔では取り除くことのできない毛穴に詰まった角栓や汚れを取り除くことができます。 ・ヘッド部分の材質は、ステンレス 304 を採用。小鼻やあごなどにもフィットしやすいなめらかな形状です。 ・水で使用するためお手入れも簡単です。 ・USB 充電ケーブルで充電でき、1 回の充電で約 3 時間作動します。 ・定格入力電圧/電流：5V / 1 A ・定格消費電力：3W ・ヘッドのみウォータープルーフ仕様 ・週に 1~2 回、1 回の使用時間は 10 分以内を目安にしてください。