

テレワークの日のメイク、する・しないは「オンラインの相手次第」約 2 割 働く女性、「テレワークの日は朝の洗顔を省く」約 3 割

朝の洗顔をしなくてもメイクをする女性は、約 3 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、3 月 8 日の国際女性デーを前に全国の働く女性 4,426 名に対し、朝の時間の使い方に関する調査を行いました。特にこの 2 年のコロナ禍により、テレワークの導入など、働き方の変化による生活時間の使い方が変化しており、それに伴う美容行動や意識の変化について知ることがこの調査の目的です。

(実施期間：2022 年 2 月 8 日～24 日 調査方法：インターネットによる調査) 内容によって回答者が異なるため、n 数は、各図表に記入している数字を参照ください。また、働く女性は、正社員だけでなく、パート・アルバイトを含みます。4426 名のうち、子どもがいる女性：2,036 名 子どもがいない女性：2,208 名)

【調査トピックス】

① テレワーク、全くしていないのは 7 割超。

子どものいる女性の方が、子どもがいない女性に比べて、テレワークをしている割合が低い傾向。職種で見ると、「パート・アルバイト」は、テレワークを全くしていない人が約 9 割。

② テレワークの日、仕事の前の準備で省くこと、「メイク」4 割強。「洗顔」約 3 割。

子どものいない女性の約半数は、テレワークの日は、メイクを省く。

③ オンラインメイク、最も多いのは「顔出しの打ち合わせがある時だけ」で約 3 割。

「オンラインのあるなしに関わらずメイクをしている」2 割超。

「オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしていない」と「オンラインの顔出しの相手次第」約 2 割。

④ 洗顔をしなくても「メイクをする」女性、約 3 割。洗顔をしらない理由、「洗顔以外のスキンケアをしているから」約 2 割。

「乾燥するから」26.4%、「顔が汚れていないから」24.3%、「顔以外のスキンケアをしているから」20.2%。

⑤ テレワークの日、出勤日より時間をかけてできること、「睡眠」5 割超、「朝食」約 4 割、「スキンケア」2 割超の順。

子どものいる女性の時間をかけてできることの順は、「朝食」「家族との会話」「家族やペットの世話」。子どものいない女性の時間をかけてできることの順は、「睡眠」「朝食」「スキンケア」。

【調査結果】

① テレワーク、全くしていないのは、7 割超。

全国の 20 歳～44 歳の働く女性（パート・アルバイトを含む）4,426 名に、テレワークをしているか否か聞きました。全体では、「ほぼ、テレワークをしている」8.3%、「まあまあテレワークをしている」7.4%、「少しテレワークをしている」6.7%、「全くテレワークはしていない」73.3%でした。この 2 年である程度定着してきたかと予想していたテレワークは、全くしていない女性が 7 割を超え、そこまで浸透していないことがわかります。

子どものいる・いない、また、職業別に見てみると、子どものいる女性の方が、テレワークをしていない割合が高いようです。職業別に見てみると、最もテレワークをしていない職種は「パート・アルバイト」で約 9 割。経営者・役員は人数が少ないので全体の分析から外し、それ以外の職種を分析すると、公務員は、子どものいる・いないに関わらず、8 割を超える女性が「テレワークは全くしていない」と答えています。会社員では、子どもがいる女性では事務系の職種の方が技術系の職種に比べて、テレワークをしている割合は多いですが、子どもがいない女性で見ると、事務系も技術系もほぼ同じような割合です。また、自営業や、パート・アルバイトの職種でも、子どもがいる女性の方が、子どもがいない女性に比べてテレワークをしていない人の割合が多く、家庭内で子どもの面倒を見ながら、テレワークをすることが困難である可能性があるのではないかと考えられます。

② テレワークの日、仕事前の準備で省くこと、「メイク」4 割強。「洗顔」約 3 割。

上記の質問で、「ほぼテレワークをしている」「まあまあテレワークをしている」「少しテレワークをしている」と答えた女性 997 名（子どものいる女性：438 名、子どものいない女性：559 名）に、テレワークの日の仕事の前の準備で省いていることを聞きました。（複数回答のため合計が 100%にはなりません。）

全体で最も省いているのは「メイク」で、44.9%、続いて「着替え」40.7%、「ヘアスタイリング」39.5%と、身だしなみに関わるものが上位を占めます。「着替え」を省いているのは、子どものいる・いないに関わらず、約 4 割ですが、「メイク」の項目になると、子どものいる女性は 40.9%ですが、子どものいない女性は、48.1%と約半数が省いており、開きがあります。

「ヘアスタイリング」の項目で見ると、子どもがいる女性は 34.2%、子どものいない女性は 43.6%とこちらも開きがあります。

あなたは、テレワークをしていますか？（子どもあり）

		ほぼテレワークをしている	まあまあテレワークをしている	少しテレワークをしている	テレワークは全くしていない
全体	2036	7.7%	7.7%	6.1%	78.5%
公務員	142	7.0%	4.9%	4.9%	83.1%
経営者・役員	23	52.2%	17.4%	8.7%	21.7%
会社員(事務系)	512	15.4%	17.4%	9.0%	58.2%
会社員(技術系)	165	10.9%	7.9%	8.5%	72.7%
会社員(その他)	326	4.6%	5.5%	6.1%	83.7%
自営業	61	9.8%	13.1%	6.6%	70.5%
パート・アルバイト	807	2.1%	2.2%	3.8%	91.8%

あなたは、テレワークをしていますか？（子どもなし）

		ほぼ、テレワークをしている	まあまあテレワークをしている	少しテレワークをしている	テレワークは全くしていない
全体	2208	9.6%	7.8%	7.9%	74.7%
公務員	111	6.3%	3.6%	9.0%	81.1%
経営者・役員	7	28.6%	14.3%	14.3%	42.9%
会社員(事務系)	817	12.0%	11.0%	11.3%	65.7%
会社員(技術系)	222	17.1%	10.4%	7.2%	65.3%
会社員(その他)	458	6.1%	5.9%	4.8%	83.2%
自営業	55	18.2%	10.9%	20.0%	50.9%
パート・アルバイト	538	5.4%	3.9%	4.3%	86.4%

あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。（子どもあり）

		着替え	メイク	ヘアスタイリング	スキンケア	朝食	洗顔	あてはまるものはない
全体	438	41.3%	40.9%	34.2%	32.9%	32.2%	28.8%	18.3%
20歳～24歳	69	52.2%	26.1%	26.1%	36.2%	31.9%	29.0%	14.5%
25歳～29歳	69	47.8%	34.8%	30.4%	39.1%	39.1%	31.9%	14.5%
30歳～34歳	113	36.3%	43.4%	35.4%	35.4%	36.3%	35.4%	19.5%
35歳～39歳	100	43.0%	45.0%	35.0%	27.0%	27.0%	25.0%	17.0%
40歳～44歳	87	32.2%	49.4%	41.4%	28.7%	27.6%	21.8%	24.1%

あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。（子どもなし）

		メイク	ヘアスタイリング	着替え	朝食	スキンケア	洗顔	あてはまるものはない
全体	559	48.1%	43.6%	40.3%	28.4%	25.2%	24.0%	15.6%
20歳～24歳	79	51.9%	49.4%	46.8%	27.8%	19.0%	22.8%	11.4%
25歳～29歳	127	42.5%	38.6%	44.1%	33.1%	25.2%	26.8%	15.7%
30歳～34歳	123	44.7%	45.5%	39.0%	25.2%	29.3%	24.4%	12.2%
35歳～39歳	118	55.1%	49.2%	42.4%	29.7%	32.2%	29.7%	12.7%
40歳～44歳	112	48.2%	37.5%	30.4%	25.9%	17.9%	15.2%	25.0%

スキンケアや洗顔については、子どものいる女性の方が、子どもがいない女性に比べて、省いている女性の割合が多いです。年齢別に見てみると、子どものいない女性は、省くことの割合の差は比較的平坦で、それほど差がない項目が多いですが、子どものいる女性の方が年齢による差が大きいようです。これは、身だしなみが会社へ行くためのものだけでなく、子どもへの教育上の影響ではないかと推察できます。

また、朝の準備で省いていることをクロス集計してみました。朝の洗顔をしていない女性は、メイクもしていないのではないかと予測していましたが、子どもがいる女性で、洗顔を省いている女性のうち、メイクも省いているのは、59.5%であることから、差を引いた約 4 割の女性は、洗顔はしていないけれどもメイクはしているということが推察できます。子どものいない女性でも約半数が洗顔を省いているけれどもメイクは省いていないということが推察できます。また、洗顔を省いている女性のうち、約 8 割の女性はスキンケアも省いているということがわかりました。今回の調査で、スキンケアや洗顔を省いている女性が約 3 割にも上ることは驚きでした。

③ オンラインメイク、最も多いのは「顔出しの打ち合わせがある時だけ」で約 3 割。

①の質問で、テレワークをしていると答えた女性、997 名について、テレワーク時のメイクについて聞きました。全体では、「オンラインの顔出しの打ち合わせがある時だけしている」女性が 27.4%と約 3 割でしたが、子どものいる・いないで差がありました。子どものいる女性は、「オンラインのあるなしに関わらずしている」と答えた人が、3 割を超えました。特に 20 代後半では、42.0%と 4 割を超えています。子どものいない女性は、全体でも「オンラインのあるなしに関わらずしている」と答えたのは、17.9%にとどまりました。「オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしていない」と答えたのは、子どものいる女性では 10.5%、子どものいない女性では 26.1%と倍以上の差があります。「オンラインの顔出しの相手によって、したりしなかったりしている」と答えたのは、子どもがいる女性で 21.7%、子どものいない女性で 16.5%でした。外出機会が減った昨今、テレワークをしている女性のうち、子どもがいる女性は、保育所・幼稚園への送り迎えなどや、地域のコミュニティとの関りが多いことが想定され、テレワークのあるなしに関わらず、身だしなみを整えている女性が多いことが想定できます。

あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。（子あり）

		着替え	メイク	ヘアスタイリング	スキンケア	朝食	洗顔	あてはまるものはない
全体	438	41.3%	40.9%	34.2%	32.9%	32.2%	28.8%	18.3%
あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。								
着替え	181	100.0%	50.3%	42.0%	56.4%	48.6%	55.2%	0.0%
メイク	179	50.8%	100.0%	59.2%	44.7%	42.5%	41.9%	0.0%
ヘアスタイリング	150	50.7%	70.7%	100.0%	44.0%	44.7%	40.0%	0.0%
スキンケア	144	70.8%	55.6%	45.8%	100.0%	61.8%	68.1%	0.0%
朝食	141	62.4%	53.9%	47.5%	63.1%	100.0%	57.4%	0.0%
洗顔	126	79.4%	59.5%	47.6%	77.8%	64.3%	100.0%	0.0%
あてはまるものはない	80	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。（子なし）

		メイク	ヘアスタイリング	着替え	朝食	スキンケア	洗顔	あてはまるものはない
全体	559	48.1%	43.6%	40.3%	28.4%	25.2%	24.0%	15.6%
あなたが、テレワークの時の仕事前の準備で省いていることを選んでください。								
メイク	269	100.0%	71.0%	51.7%	29.4%	26.4%	25.3%	0.0%
ヘアスタイリング	244	78.3%	100.0%	52.5%	32.8%	28.7%	29.5%	0.0%
着替え	225	61.8%	56.9%	100.0%	38.2%	41.3%	41.8%	0.0%
朝食	159	49.7%	50.3%	54.1%	100.0%	50.9%	52.2%	0.0%
スキンケア	141	50.4%	49.6%	66.0%	57.4%	100.0%	77.3%	0.0%
洗顔	134	50.7%	53.7%	70.1%	61.9%	81.3%	100.0%	0.0%
あてはまるものはない	87	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

あなたは、テレワークの時にメイクをしていますか？（子どもあり）

		オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしている	オンラインの顔出しの打ち合わせがある時だけしている	オンラインの顔出しの打ち合わせの相手によってしたりしなかったりしている	オンラインの顔出しのあるなしに関わらず向いた時だけしている	オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしていない	その他
全体	438	30.6%	24.2%	21.7%	9.4%	10.5%	3.7%
20歳～24歳	69	31.9%	15.9%	23.2%	7.2%	8.7%	13.0%
25歳～29歳	69	42.0%	29.0%	17.4%	5.8%	2.9%	2.9%
30歳～34歳	113	27.4%	23.9%	23.9%	8.0%	15.0%	1.8%
35歳～39歳	100	25.0%	25.0%	21.0%	13.0%	14.0%	2.0%
40歳～44歳	87	31.0%	26.4%	21.8%	11.5%	8.0%	1.1%

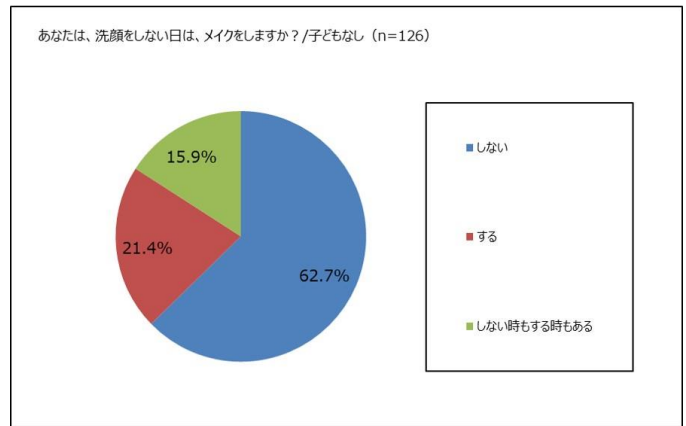
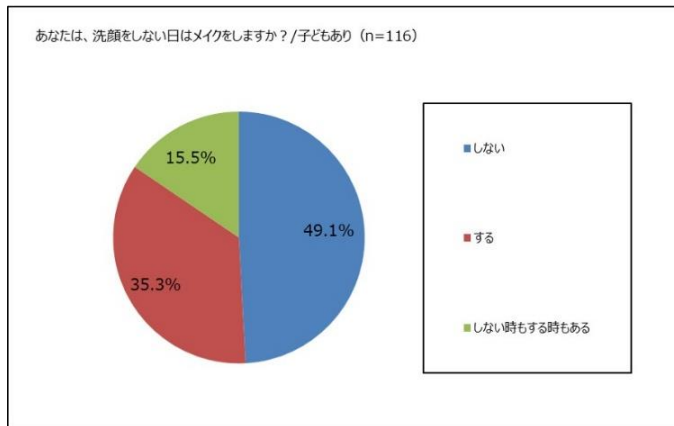
あなたは、テレワークの時にメイクをしていますか？（子どもなし）

		オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしている	オンラインの顔出しの打ち合わせがある時だけしている	オンラインの顔出しの打ち合わせの相手によってしたりしなかったりしている	オンラインの顔出しのあるなしに関わらず向いた時だけしている	オンラインの顔出しのあるなしに関わらずしていない	その他
全体	559	17.9%	30.1%	16.5%	6.6%	26.1%	2.9%
20歳～24歳	79	20.3%	35.4%	15.2%	6.3%	19.0%	3.8%
25歳～29歳	127	15.7%	33.9%	18.9%	6.3%	23.6%	1.6%
30歳～34歳	123	15.4%	29.3%	19.5%	5.7%	26.8%	3.3%
35歳～39歳	118	19.5%	31.4%	16.1%	5.1%	25.4%	2.5%
40歳～44歳	112	19.6%	21.4%	11.6%	9.8%	33.9%	3.6%

④ 洗顔をしなくても「メイクをする」女性、約 3 割。

洗顔をしない理由、「洗顔以外のスキンケアをしているから」約 2 割。

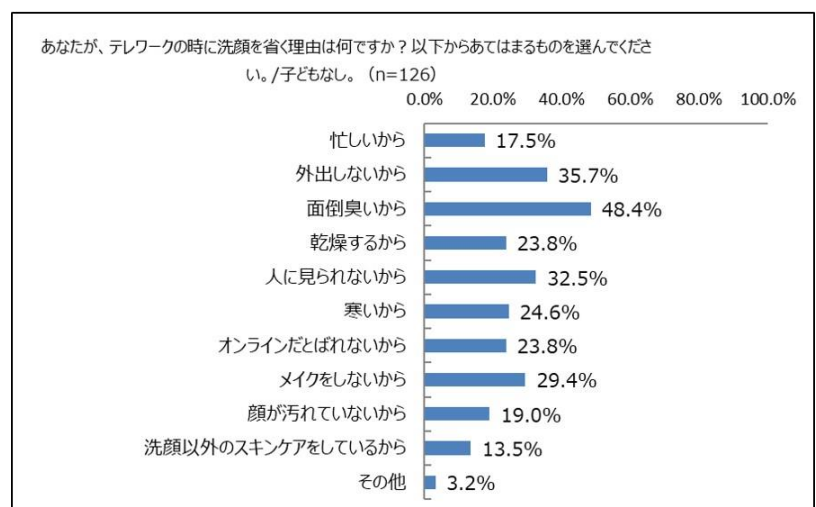
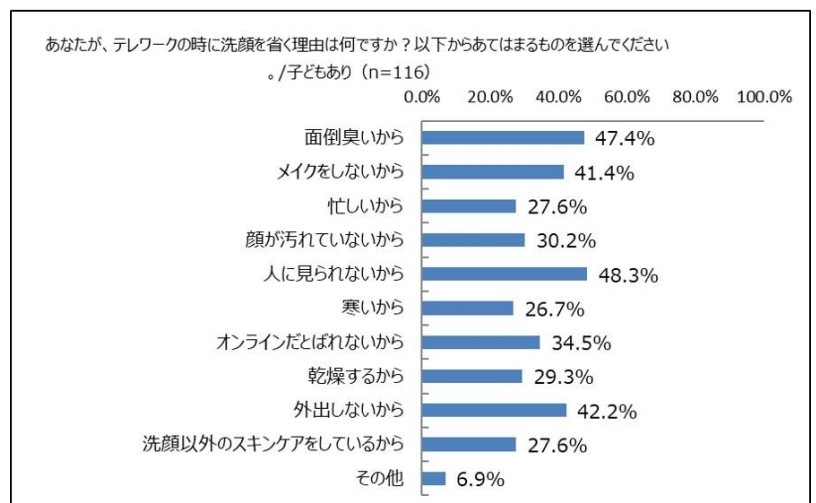
②のクロス集計の考察で、「朝の洗顔を省いてもメイクは省かない」女性が約 4 割という数字が出てきましたが、予想よりも多かったため、実際に確かめるため、「テレワークの時に洗顔を省く」と答えた女性 242 名（子どものいる女性：116 名 子どものいない女性：126 名）に、洗顔をしない日に、メイクをするか否か聞きました。全体では、56.1%と半数以上の女性が「しない」と答えていますが、「する」と答えた女性も 28.1%と約 3 割に上ります。子どものいる・いないで見てみると、子どものいる女性では、4 割近くの女性が、「洗顔を省いてもメイクをする」と答えています。



また、同じく、テレワークの日に洗顔を省くと答えた女性に、洗顔を省く理由を聞きました。（複数選択性ですので、答えは合計 100%にはなりません。）

全体の理由の上位は、「面倒くさいから」47.9%、「人に見られないから」40.0%、「外出しないから」38.8%という引き算の考え方の結果でしたが、「乾燥するから」26.4%、「洗顔以外のスキンケアをしているから」20.2%と、スキンケアをさぼっているわけではなく、あえて、洗顔をしていないという女性も一定数存在することがわかりました。尚、「顔が汚れていないから」と誤解をしている女性も 2 割以上存在しました。

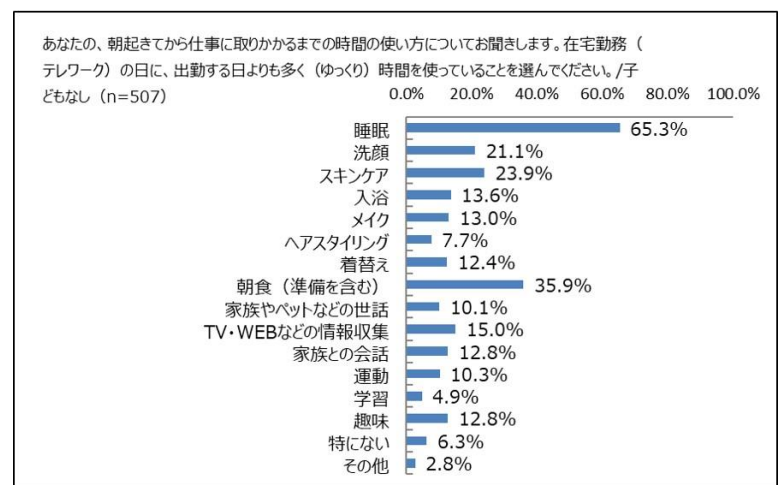
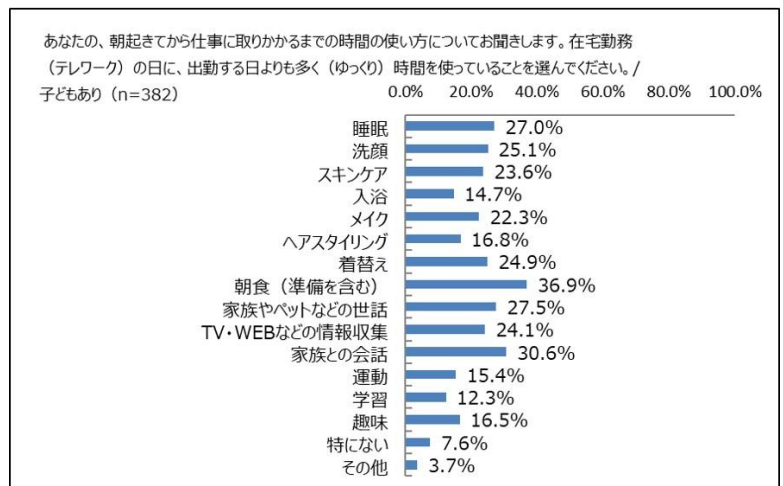
子どものいる女性としない女性に分けてみると、子どものいる女性は、「人に見られないから」48.3%「面倒くさいから」47.4%、「外出しないから」42.2%の順となり、子どものいない女性では、「面倒くさいから」48.4%、「外出しないから」35.7%、「人に見られないから」32.5%と、子どものいる女性の方が「人に見られる」ということへの意識が強いようです。



⑤ テレワークの日、出勤日より時間をかけて（ゆっくり）できること、 「睡眠」5 割超、「朝食」約 4 割、「スキンケア」2 割超。

テレワークをしていると答えた女性 889 名（子どものいる女性：382 名 子どものいない女性：507 名）に、テレワークの日、朝起きてから仕事にとりかかるまでの時間の使い方について聞きました。出勤する日より多く（ゆっくり）時間を使っていることを選んでもらいました。（複数選択制ですので、答えの合計は、100%にはなりません。）

全体では、1 位の「睡眠」が 48.8%と約半数です。「朝食」36.3%、「スキンケア」23.7%と続きました。子どものいる女性・いない女性別で見ると、子どものいる女性は、1 位が「朝食」36.9%、「家族との会話」30.6%、「家族やペットの世話」27.5%で全体の順位とは異なります。子どものいない女性では「睡眠」65.3%、「朝食」35.9%、「スキンケア」23.9%でした。



【全体を通した考察】

今回の調査は、コロナ禍で大きく変わる時間の使い方について調査を行いました。コロナ禍は、男女や仕事に就いている・いないを問わず、ほとんどの人が、その生活に影響を受けていますが、中でも仕事を持つ女性にとっては、その変化は大きなものではないかと考え調査を行いました。予想以上にテレワークが進んでいない実態もわかりました。テレワークによって、人に会わない・オンラインで仕事をするということが特にメイクやスキンケアを含む身だしなみに関わる行動にどれほどの影響があるのか、興味深い実態が明らかとなりました。結果は、子どものいる・いないによって意識の違いがあり、子どものいる女性は「人に見られる」という意識や身だしなみについての意識が強いのではないかと想像できます。今回の調査をした女性の中の子どものいない女性のうち、64.9%が、同居している人の世話を「とてもしている」「まあまあしている」と答えていますので、子どものいない女性も家事は多いと考えられるのですが、おそらく、身だしなみに関わることは、会社に行く・人に会うということだけでなく、子どもへの影響を考える女性が多いのではないかと考えられます。また、子どもがいる女性は会社にいかなくとも、保育所や小学校など、子どもの送り迎えなどで人に直接会う機会が多いことも関係していると思われます。通勤時間がなくなることによって、忙しい朝過ごす自宅での時間を他のことに使えることは有益です。睡眠や朝食の時間を増やすことができているのは、健康上も良いことだと考えられますし、家族と会話が増えたということも大変良いことです。また、人と会わないことにより、メイクを省く女性が増えるのは自然なこととも考えられますが、スキンケアをする時間が増えたと答えているのは、子どものいる・いないを問わず、2 割を超えます。スキンケアをゆっくりできることは、自分への癒しに繋がるものと考えられます。一方で洗顔を省く女性が、予想以上に多く、驚きでした。洗顔以外の方法でスキンケアをする女性や、顔が汚れていないから洗顔をしないと答える女性は、おそらく前日にメイクをしていないからだと考えられますが、日々、生まれる老化角質や、肌から出る皮脂にまわりつく汚れ、また花粉や黄砂などの粉塵も、正しく洗顔や角質ケアをすることで、初めておとすことができます。正しいスキンケアをしていただき、やがて訪れるマスクを外せる日常が来る日を迎えていただきたいと思います。また、テレワークをしていなくとも、時差出勤等で不規則な勤務をしている人も多いと考えます。ストレスからくる肌荒れも多い昨今、正しいスキンケアをして、気分よく過ごしていただけるよう情報発信をしていきたいと思います。

1 品使うだけで洗顔・角質ケアまで叶える忙しい人のための薬用多機能化粧水 ドレッサーの前やリビング、ベッドの上でもできる薬用洗顔スキンケア

ネイチャーコンク 薬用 クリアローション

<医薬部外品>

販売名：薬用ローション W 10

内容量：200mL [リフィル]180mL

価格：オープン価格

参考価格：850 円（税抜）935 円（税込）

[リフィル]700 円（税抜）770 円（税込）

ネイチャーコンク 薬用 クリアローション とてもしっとり

<医薬部外品>

販売名：薬用ローション W9 （高保湿タイプ）

内容量：200mL [リフィル]180mL

価格：オープン価格

参考価格：850 円（税抜）935 円（税込）

[リフィル]700 円（税抜）770 円（税込）



薬用美白※&肌荒れ防止 保湿もできるふきとり化粧水。古い角質をケアすることで美容成分(保湿成分)の浸透をサポート。

～植物のチカラで、毎日調子のいい肌続く～

- ・使うほどに透明感。しっとり、なめらかな肌に導きます。
- ・毛穴の黒ずみ、くすみ、乾燥の原因となる古い角質をやさしく取り除きます。
- ・アルコールフリー、無香料、無鉱物オイル、無タール系色素、弱酸性
- ・コットンでやさしくふき取るようにして使用してください。

●**Wの有効成分配合** プラセンタエキス(1)（美白有効成分）・グリチルリチン酸ジカリウム（抗炎症有効成分）

●**透明感を高める天然由来の保湿成分配合** ヨクイニンエキス・月見草エキス・サボンソウエキス・ユキノシタエキス・ヒアルロン酸

〔効果効能〕肌あれ。あれ性。あせも・にきびを防ぐ。メラニンの生成を抑え、しみ、そばかすを防ぐ。日やけ、雪やけ後のほてりを防ぐ。肌をひきしめる。肌を清浄にする。肌を整える。皮膚をすこやかに保つ。皮膚にうるおいを与える。

※美白とは、メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスの発生を防ぐこと。

<https://www.narisup.com/shop/brand/natureconc.aspx>