News Release

ナリス化粧品

2026 年 10 月 27 日

女性のスキンケア使用頻度と肌悩み調査、1 位の悩みは「シミ」

シミに悩む女性は与える化粧品の使用率が圧倒的に低い

10 品目中 9 品目が平均以下の使用率

株式会社ナリス化粧品(代表取締役社長：村岡弘義 本社：大阪市福島区)は、化粧品の基礎研究から処方開発・企画・自社製造・販売を行っています。今回、化粧品の使用実態や肌悩みとの関連を把握したうえで、ユーザーニーズに寄り添った事業活動に生かすために意識調査を行いました。これまでの「使用している」に着眼点を置いた分析だけでなく、「使用していない」に着眼点を持つことで新たな実態が見えてきましたので、以下にその内容をまとめます。（実施期間：2026 年 9 月 11 日～24 日　調査方法：インターネットによる自社調査　対象者：全国の 20 歳～59 歳の女性 1,950 名　ただし、質問内容によって回答者の数が異なるため、それぞれの図に n を記載しています。）



【調査トピックス】

①化粧品を使用したスキンケアの実施率は約 8 割。

アラサーは実施率が 7 割台、アラサー以外は 8 割台。

②クリームを毎日使用している女性は 3 割以下。美容液の約 4 割を下回る。

乳液の使用率に年齢による傾向は見られない。
20 代後半、毎日化粧水を使用しているのは 5 割以下。

③肌悩み、「シミ」、「毛穴」が約 5 割。

20 代～40 代前半の悩み 1 位は「毛穴」。40 代以上の悩み 1 位は「シミ」。
悩みが増えるのは 40 歳が境界線。

④シミで悩んでいる女性は、与える化粧品の使用率が圧倒的に低い。

調査対象の 10 品目中、9 品目の使用率が平均以下。

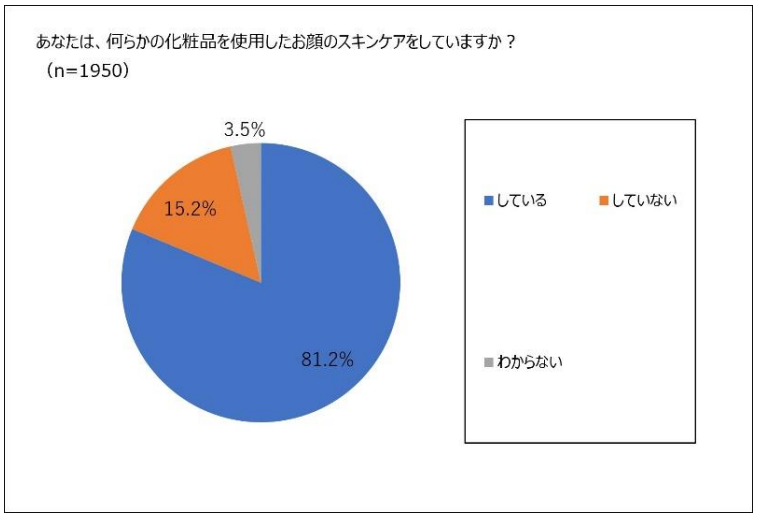
⑤美容への興味がある人が毎日使用している化粧品は、「マッサージ料」、「導入化粧料」、「パック」の順。

【本件に関するお問い合わせ先】株式会社 ナリス化粧品　経営企画室　広報　横谷(よこたに)
〒553-0001 大阪市福島区海老江 1 丁目 11 番 17 号　TEL:06-6346-6672
E-mail:narispr@naris.co.jp　HP:https://www.naris.co.jp

【調査結果】

① <u>化粧品を使用したスキンケアの実施率は約 8 割</u>。

全国の 20 歳～59 歳の女性 1,950 名に化粧品を使用したスキンケアをしているか聞きました。81.2%の女性が「している」と答え、「していない」と答えたのは 15.2%でした。これを年齢別に見てみました。20 代後半～30 代前半は、「している」が 8 割を下回っていることがわかりました。20 代前半では「している」が 8 割を超えていますが、20 代後半～30 代前半で、いったん実施率が下がり、そのあとは再び 8 割を超えています。調査した年代の中で最も実施率が高かったのは 40 代後半で 86.6%と 9 割に迫ります。比較的若年層では「わからない」と答えている割合が多く、特に 20 代前半では 7.3%に上ります。若年層にはスキンケアや化粧品の使用方法が曖昧と実感のないものとして捉えられている可能性があります。



あなたは、化粧品を使用したお顔のスキンケアをしていますか？

		している	していない	わからない
	1950	81.2%	15.2%	3.5%
20歳～24歳	233	82.0%	10.7%	7.3%
25歳～29歳	241	77.2%	18.3%	4.6%
30歳～34歳	246	77.6%	18.7%	3.7%
35歳～39歳	242	81.0%	14.0%	5.0%
40歳～44歳	243	80.2%	16.0%	3.7%
45歳～49歳	253	86.6%	12.6%	0.8%
50歳～54歳	246	82.5%	15.0%	2.4%
55歳～59歳	246	82.5%	16.3%	1.2%

② クリームを毎日使用している女性は 3 割以下。美容液の約 4 割を下回る。

次に化粧品を使用したスキンケアをしていると答えた 1,584 名の女性に使用しているアイテムと使用頻度を聞きました。確認した 12 品目のなかで使用頻度が「毎日」で見てみると、使用率が高いのは、「洗顔料」、「化粧水」、「クレンジング料」でした。

これを年齢別に見てみました。「洗顔料」は、20 代後半が最も少なく 61.3%と約 6 割。次に少ないのが 20 代前半で 73.3%と約 7 割です。30 代後半になると 78.5%になり、40 代以上になるとすべての世代で約 9 割が毎日洗顔料を使用しています。「洗顔料」や「化粧水」はスキンケアアイテムの中でも基本中の基本だと考えますが、年齢別に見てみると「化粧水」は 20 代後半では毎日使用する人が 48.9%と半数を切っています。ただし、この世代は「導入化粧水」・「ふきとり化粧水」・「パック」などの使用率が他の世代に比べて高く、個別に確認をすると「ふきとり化粧水」や「パック」を使用すると化粧水を使用しないという人も存在しています。「クレンジング」については、全体が 56.1%で、20 代後半のみが 44.6%と半数を下回るものの、30 代以上は平均して約 6 割です。洗うもの・落とすものの「洗顔料」と「クレンジング」を除く、肌に塗布する化粧品の中で「化粧水」・「乳液」・「クリーム」は、スキンケアの基本となるアイテムであると考えますが、「乳液」で見てみると、毎日使用しているのが最も多いのは 30 代前半で 55.0%と 6 割近いのですが、その他の世代はすべて 5 割を下回りました。「クリーム」に至っては、全体の毎日使用率が 29.4%と 3 割を下回り、「美容液」の 39.4%を 10 ポイントも下回っていることがわかりました。「オールインワンジェル」は、全体では 17.7%ですが、40 代後半以降は 2 割を上回り、50 代以降は、約 3 割に迫ります。

なお、当社では洗顔・化粧水・乳液・クリームなどの基礎化粧品については毎日の使用を推奨していますが、クレンジング料はメイクをした日の使用を推奨しており、それ以外のアイテムは製品の設計上、使用頻度が毎日でないアイテムも存在するため、各アイテムの推奨する使用

以下の化粧品の使用頻度について当てはまるものを選んでください。

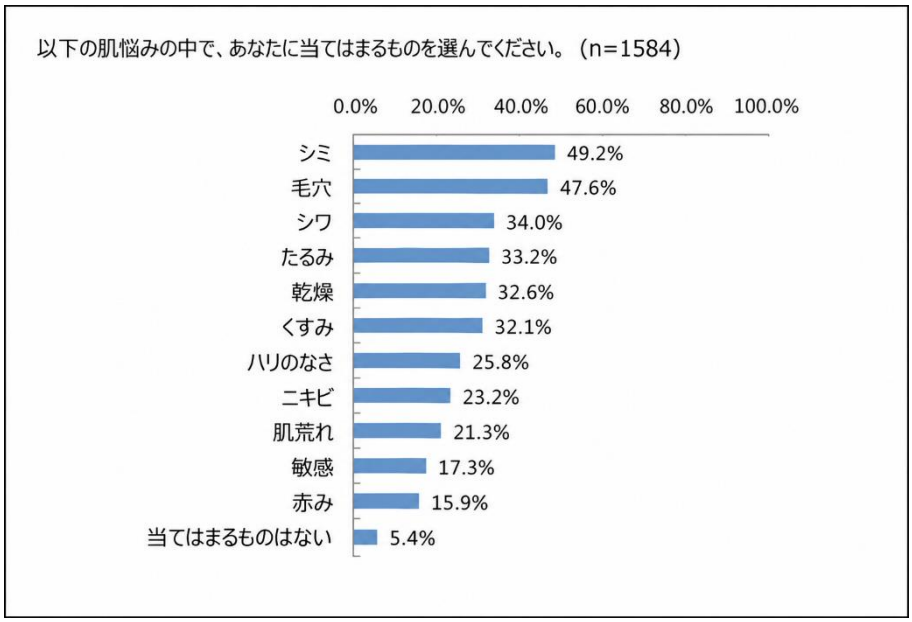
		洗顔料	化粧水	クレンジング料	乳液	美容液	クリーム	オールインワンジェル	導入化粧料	ふきとり化粧水	パック	オイル	マッサージ料
		毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
	1584	80.1%	73.9%	56.1%	43.6%	39.4%	29.4%	17.7%	16.0%	12.4%	10.0%	7.4%	4.0%
20歳～24歳	191	73.3%	67.5%	50.8%	41.9%	39.8%	23.0%	10.5%	17.8%	19.9%	13.1%	9.4%	8.9%
25歳～29歳	186	61.3%	48.9%	44.6%	30.6%	30.6%	25.3%	10.8%	22.6%	17.2%	15.1%	5.9%	9.1%
30歳～34歳	191	78.5%	75.4%	58.1%	55.0%	38.7%	25.1%	15.7%	16.2%	11.0%	12.6%	9.4%	3.7%
35歳～39歳	196	75.5%	75.0%	53.1%	46.4%	36.7%	27.6%	10.7%	17.9%	12.2%	11.2%	4.1%	4.6%
40歳～44歳	195	87.7%	79.5%	61.5%	47.2%	45.1%	29.7%	19.0%	14.4%	13.3%	8.7%	9.2%	1.5%
45歳～49歳	219	86.3%	78.5%	63.0%	44.7%	42.9%	35.2%	21.5%	16.9%	11.0%	9.1%	10.0%	1.8%
50歳～54歳	203	88.7%	81.3%	57.6%	39.9%	41.4%	33.0%	25.6%	11.3%	6.4%	6.4%	5.9%	2.5%
55歳～59歳	203	87.2%	82.8%	58.1%	42.4%	38.9%	35.0%	26.6%	11.3%	9.4%	4.9%	5.4%	1.0%

頻度での使用を推奨しており、すべてのアイテムを毎日使用することが必ずしも良いとは考えていません。

③ 肌悩み、「シミ」、「毛穴」が約 5 割。

化粧品を使用したスキンケアをしていると答えた 1,584 名の女性に、自身の肌悩みを聞きました。（複数回答のため、合計が 100%にはなりません。）全体の 1 位は「シミ」で 49.2%と約半数、続く 2 位は「毛穴」で 47.6%とこちらも約半数です。その後に続くのは「シワ」34.0%、「たるみ」33.2%、「乾燥」32.6%、「くすみ」32.1%と肌悩みは尽きないようです。

これを年代別に見て、ランキングにしてみました。20 代前半は 1 位の「毛穴」49.7%と 2 位の「ニキビ」47.6%がともに約半数ですが、それ以外の悩みはすべて 3 割以下です。20 代後半で見ると 1 位「毛穴」、2 位「ニキビ」、3 位「肌荒れ」と 20 代



以下の肌悩みの中で、あなたに当てはまるものを選んでください。

		シミ	毛穴	シワ	たるみ	乾燥	くすみ	ハリのなさ	ニキビ	肌荒れ	敏感	赤み	当てはまるものはない
	1584	49.2%	47.6%	34.0%	33.2%	32.6%	32.1%	25.8%	23.2%	21.3%	17.3%	15.9%	5.4%
20歳～24歳	191	19.9%	49.7%	10.5%	9.4%	26.7%	21.5%	9.4%	47.6%	29.3%	19.4%	23.6%	4.7%
25歳～29歳	186	30.6%	43.5%	23.1%	17.7%	29.0%	18.3%	17.2%	36.0%	32.3%	25.3%	30.1%	2.2%
30歳～34歳	191	44.0%	52.4%	25.7%	19.4%	32.5%	27.7%	17.8%	33.0%	31.4%	21.5%	22.5%	8.4%
35歳～39歳	196	42.9%	51.5%	29.1%	27.6%	29.1%	33.7%	19.4%	28.1%	21.9%	18.4%	16.3%	7.7%
40歳～44歳	195	59.5%	61.0%	38.5%	40.0%	44.1%	38.5%	28.2%	20.5%	26.7%	16.9%	13.3%	6.2%
45歳～49歳	219	61.6%	50.7%	42.5%	41.6%	33.3%	39.7%	34.2%	12.8%	13.2%	13.2%	11.9%	4.6%
50歳～54歳	203	65.5%	34.5%	51.2%	53.2%	36.0%	37.9%	40.4%	7.9%	11.8%	13.3%	8.9%	4.9%
55歳～59歳	203	65.0%	37.9%	47.8%	52.7%	30.0%	36.9%	36.9%	3.4%	6.9%	11.8%	3.0%	4.9%

前半とランキング順位は同じですが、多くの悩みを 3 割以上が選択している結果です。「敏感」や「赤み」を悩みと捉えているのが多いのは、20 代後半～30 代前半で、これらの 2 つの悩みは 20 代後半がピークで年齢が上がるにつれ、少なくなっていきます。30 代に入ると「毛穴」の悩みの割合がぐっと増え半数を超え、加えて「シミ」の悩みも 4 割を超えてきます。30 代になると「乾燥」や「くすみ」などの年齢による悩みが増える一方で「ニキビ」に悩む割合も高いことがわかります。40 代で見てみると「シワ」・「たるみ」・「くすみ」・「ハリのなさ」といった加齢によるとみられる悩みがより増えています。また、40 代では 1 位の「毛穴」の悩みと 2 位の「シミ」の悩みの割合が前半と後半で逆転していることがわかります。50 代で見てみると悩みの 1 位は「シミ」となり、7 割近い人の悩みになります。続く 2 位が「たるみ」3 位が「シワ」です。全世代の 1 位の悩みの毛穴に対する悩みは 40 代までよりも少なくなります。いずれにしても 40 代以降は多くの悩みを感じている人の割合が増えていることがわかります。

以下の肌悩みの中で、あなたに当てはまるものを選んでください。

	1584	1位		2位		3位		4位		5位	
20歳～24歳	191	毛穴	49.7%	ニキビ	47.6%	肌荒れ	29.3%	乾燥	26.7%	赤み	23.6%
25歳～29歳	186	毛穴	43.5%	ニキビ	36.0%	肌荒れ	32.3%	シミ	30.6%	赤み	30.1%
30歳～34歳	191	毛穴	52.4%	シミ	44.0%	ニキビ	33.0%	乾燥	32.5%	肌荒れ	31.4%
35歳～39歳	196	毛穴	51.5%	シミ	42.9%	くすみ	33.7%	シワ	29.1%	乾燥	29.1%
40歳～44歳	195	毛穴	61.0%	シミ	59.5%	乾燥	44.1%	たるみ	40.0%	シワ	38.5%
45歳～49歳	219	シミ	61.6%	毛穴	50.7%	シワ	42.5%	たるみ	41.6%	くすみ	39.7%
50歳～54歳	203	シミ	65.5%	たるみ	53.2%	シワ	51.2%	ハリ	40.4%	くすみ	37.9%
55歳～59歳	203	シミ	65.0%	たるみ	52.7%	シワ	47.8%	毛穴	37.9%	くすみ	36.9%

④ シミで悩んでいる女性は、与えるスキンケアの使用率が圧倒的に低い。

化粧品の使用頻度と肌悩みの関連を確認するため、肌悩みと使用頻度を確認してみました。悩みと使用頻度による大きな差は見られなかったため、不使用率と悩みを掛け合わせて見てみました。（アイテムごと、また頻度を 8 種に区切って行った調査内容のデータが膨大であるため参考にならない結果は掲載していません。）スキンケア品は、大きく分けると「洗顔」・「クレンジング」のような洗い落とすものと「化粧水」・「乳液」・「クリーム」のような与えるものに分けられますが、洗い落とすものは、悩みを持っている人の使用率はほとんどが平均を上回っており、不使用率を引き上げているのは悩みがない人でした。与える化粧品で見てみると、「シミ」で悩んでいる人は、10 品中 9 品で使用率が平均以下であることがわかりました。平均を 0.5 ポイントのみ上回った「美容液」と、同率の「オールインワンジェル」を除くすべての品目で使用率が下回っています。それ以外の悩みの人の使用率で見てみると、「たるみ」5 品目、「毛穴」4 品目、「乾燥」3 品目、「シワ」・「ハリのなさ」1 品目、「ニキビ」・「肌荒れ」・「敏感」・「赤み」に悩む人はすべての品目の使用率が平均以上であったため、「シミ」に悩む人の使用率の低さは圧倒的であると言えます。

以下の化粧品の使用頻度について当てはまるものを選んでください。

			洗顔料	化粧水	クレンジング料	美容液	乳液	パック	クリーム	オールインワンジェル	ふきとり化粧水	導入化粧料	オイル	マッサージ料
			使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない	使用していない
		1584	3.7%	8.5%	10.4%	33.6%	34.3%	41.0%	43.1%	58.0%	63.4%	63.9%	68.9%	74.8%
以下の肌悩みの中で、あなたに当てはまるものを選んでください。	シミ	779	3.3%	9.9%	10.1%	33.1%	37.6%	41.5%	45.4%	58.0%	68.3%	67.5%	73.7%	81.3%
	毛穴	754	2.1%	5.7%	7.3%	27.7%	35.3%	34.4%	44.2%	62.9%	64.2%	65.9%	73.2%	80.4%
	シワ	538	3.5%	7.1%	8.2%	26.0%	33.6%	36.2%	35.7%	56.7%	64.1%	61.5%	68.0%	75.8%
	たるみ	526	3.8%	8.7%	9.7%	30.0%	38.4%	37.6%	38.0%	58.0%	65.8%	64.3%	70.3%	77.8%
	乾燥	517	3.3%	6.2%	8.9%	29.6%	31.1%	35.4%	37.9%	62.7%	64.4%	61.9%	67.3%	75.2%
	くすみ	508	2.8%	8.7%	5.1%	26.2%	33.5%	32.5%	38.4%	55.5%	62.4%	63.0%	68.5%	76.4%
	ハリのなさ	409	3.4%	8.8%	8.1%	29.1%	33.7%	36.4%	34.7%	54.5%	62.3%	62.6%	66.3%	73.6%
	ニキビ	367	2.5%	4.6%	8.4%	29.2%	29.2%	33.5%	39.5%	55.6%	55.0%	56.1%	63.8%	68.4%
	肌荒れ	338	3.0%	4.7%	8.3%	27.2%	30.5%	28.7%	37.0%	54.4%	55.0%	53.6%	61.8%	66.6%
	敏感	274	4.7%	4.7%	7.7%	25.2%	24.5%	27.7%	34.3%	50.0%	50.7%	46.0%	53.6%	58.0%
	赤み	252	2.4%	6.7%	5.2%	23.8%	31.0%	23.8%	27.0%	50.8%	49.2%	46.0%	56.7%	60.7%
	当てはまるものはない	86	9.3%	17.4%	22.1%	60.5%	48.8%	75.6%	68.6%	75.6%	82.6%	86.0%	86.0%	95.3%

⑤ 美容への興味がある人が毎日使用している化粧品は、「マッサージ料」、「導入化粧料」、「パック」の順。

美容への興味の度合いと毎日使用しているアイテムを見てみました。「とても興味がある」と答えた人が毎日使用しているアイテムの上位は「マッサージ料」65.6%、「パック」61.0%、「導入化粧水」57.7%でした。

最後に美容への興味と肌悩みについて掛け合わせて見てみました。美容への興味がない人は肌悩みへの感度も低く、興味があるからと言って悩みが少ないわけでもないことがわかりました。

あなたは、美容に興味がありますか？

			とても興味がある	まあまあ興味がある	あまり興味がない	全く興味がない	わからない
		1584	31.0%	49.1%	14.3%	4.0%	1.6%
洗顔料	毎日	1269	32.5%	48.0%	14.1%	3.9%	1.5%
クレンジング料	毎日	888	37.4%	47.7%	10.6%	3.3%	1.0%
ふきとり化粧水	毎日	197	52.8%	39.1%	6.1%	1.0%	1.0%
導入化粧料	毎日	253	57.7%	34.8%	5.9%	0.8%	0.8%
化粧水	毎日	1171	32.5%	48.2%	14.2%	4.0%	1.2%
美容液	毎日	624	45.5%	44.4%	7.2%	2.1%	0.8%
オールインワンジェル	毎日	281	28.8%	51.6%	14.6%	2.8%	2.1%
乳液	毎日	690	36.4%	47.0%	12.2%	3.6%	0.9%
マッサージ料	毎日	64	65.6%	31.2%	3.1%	0.0%	0.0%
パック	毎日	159	61.0%	31.4%	5.0%	2.5%	0.0%
クリーム	毎日	466	47.4%	41.8%	8.2%	2.1%	0.4%
オイル	毎日	118	53.4%	37.3%	8.5%	0.8%	0.0%

あなたは、美容に興味がありますか？

		とても興味がある	まあまあ興味がある	あまり興味がない	全く興味がない	わからない
	1584	31.0%	49.1%	14.3%	4.0%	1.6%
シミ	779	34.5%	48.7%	13.5%	2.4%	0.9%
シワ	538	39.0%	49.6%	9.5%	1.5%	0.4%
毛穴	754	37.0%	49.1%	11.3%	1.3%	1.3%
ニキビ	367	41.4%	44.7%	10.1%	3.0%	0.8%
乾燥	517	38.5%	46.0%	12.4%	2.3%	0.8%
肌荒れ	338	41.7%	45.3%	10.1%	2.1%	0.9%
たるみ	526	38.0%	50.0%	9.5%	2.1%	0.4%
ハリのなさ	409	43.0%	45.5%	8.8%	2.0%	0.7%
くすみ	508	41.7%	47.4%	9.3%	1.0%	0.6%
赤み	252	47.6%	43.7%	7.5%	0.8%	0.4%
敏感	274	41.2%	44.2%	9.9%	2.9%	1.8%
当てはまるものはない	86	10.5%	32.6%	29.1%	18.6%	9.3%

【全体を通した考察】
当社では、その人に合った化粧品を正しく使うことが、その人の肌の状態や精神面の満足度に繋がると考えていますが、一方でその時々に応じてその人に合った化粧品選びや、使用をすることは難しいことだとも考えており、カウンセリング力の強化を行っています。今回の調査では、「使用している」人に着目するだけではなく、「使用していない」人にも着目し分析することで、新たな視点が見えてきました。いちばん多い肌悩みである「シミ」がそれ以外の悩みと比較して突出的に「使用していない」と答えた人が平均よりも多いことがわかり、これは、シミの悩みの顕在化につながっているのではないかと考えられます。また化粧品の使用頻度についても確認しました。化粧品はすべてのアイテムが毎日使用すればよいというものではなく、それぞれに適した使用頻度があるため、毎日の使用を推奨しないアイテムも存在します。美容への興味があるほどに毎日の使用頻度も高くなりますが、使用頻度が高いほど悩みも少ないというわけではないこともわかりました。当社では、忙しいなどの理由で化粧品を使用しづらい場合には２in1 など複数の効果を持つ化粧品を使用することも選択の一つであると考えます。季節の変わり目や天候の不安定が続く時期は、特に肌のコンディションを整えづらい状況に陥ることが多いです。多くの人がスキンケアへの満足度を上げられるよう、今後も情報発信に努めます。