



薄毛に関する意識調査2022

2022年10月13日

(株)リクルート
ホットペッパービューティーアカデミー

※出版・印刷物・Web等へデータ転載される際には、
「(株)リクルート ホットペッパービューティーアカデミー 薄毛に関する意識調査2022」
と、明記していただきますようお願い申し上げます

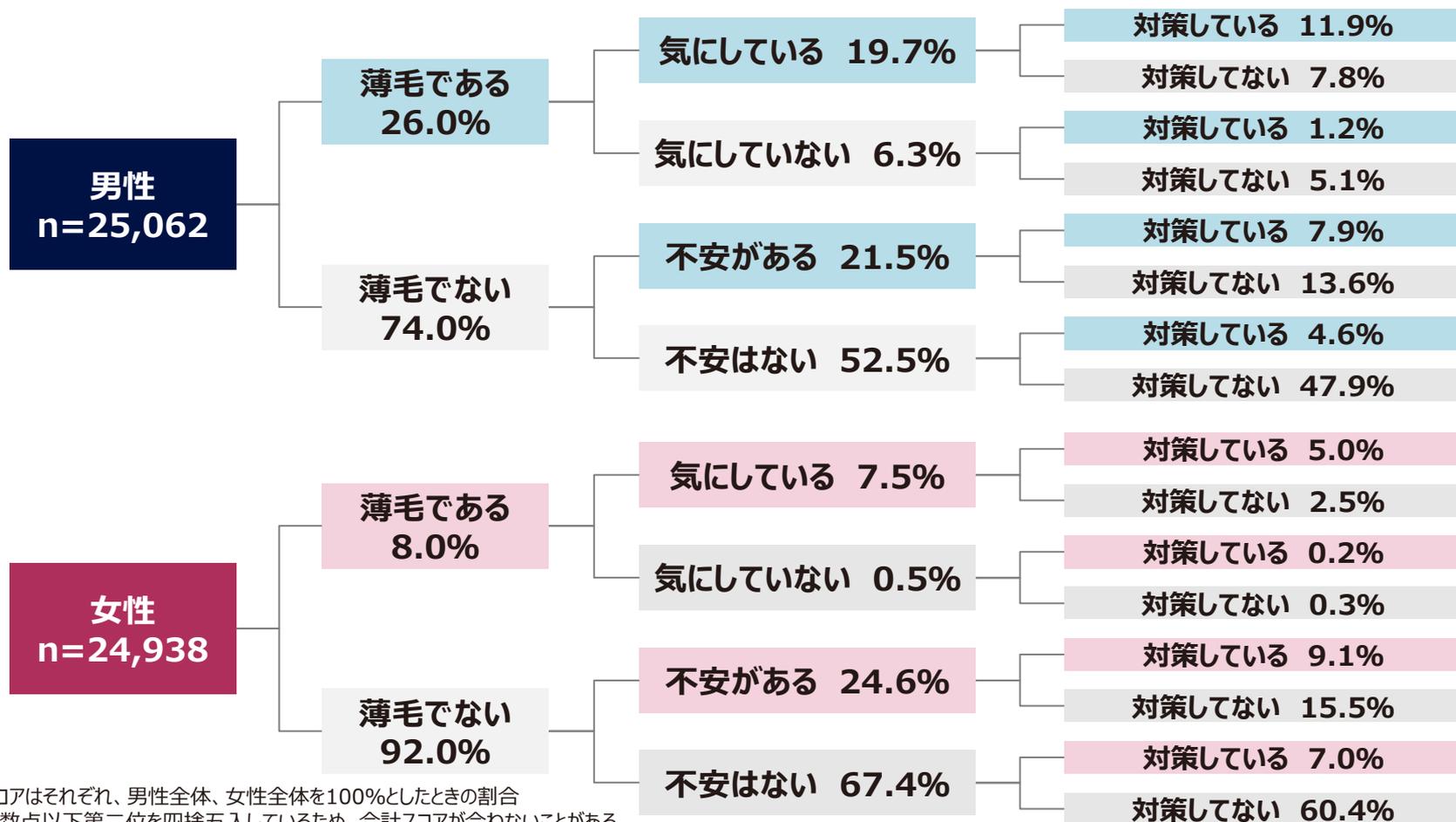
サマリー編	P.3	～	P.26
薄毛人口のボリュームは？①(SCR)			P.4
薄毛人口のボリュームは？②(SCR)			P.5
薄毛でない人口のボリュームは？(SCR)			P.6
薄毛でない人は、薄毛になったらどうする？(SCR、薄毛でない人ベース)			P.7
薄毛の人は、薄毛をどう思っている？(SCR、薄毛の人ベース)			P.8
現在薄毛でない人の現在の薄毛対策は？(薄毛でない人かつ薄毛へ不安ありベース)			P.9
薄毛が気になる場所は？			P.10
薄毛が気になりだした年齢ときっかけは？			P.11
気になる目線は？			P.12
今行っている/今後試してみたい薄毛対策は？			P.13
施術に対する抵抗感は？			P.14
薄毛対策にかけている金額/かけてもよい金額は？			P.15
薄毛対策の情報源は？			P.16
サロンでの相談経験・相談意向は？			P.17
サロンで相談したいのにできていない理由は？(相談意向ありかつ相談経験なしベース)			P.18
【薄毛調査】まとめ①			P.19
【薄毛調査】まとめ②			P.20



サマリー編 ～薄毛調査～

A 薄毛人口のボリュームは？①(SCR)

➤ 薄毛の有無、薄毛の気になり度合い・不安度合いに関わらず、何かしらの薄毛対策をしている人の割合は男性25.6%、女性21.3%

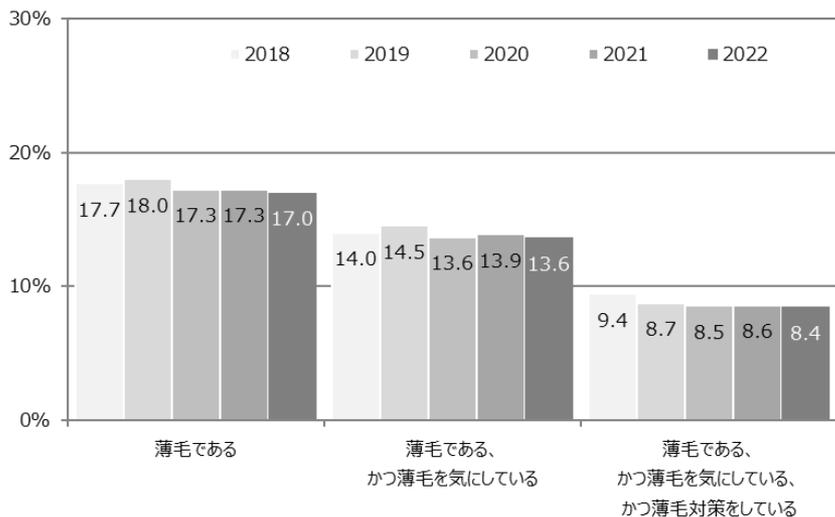


※スコアはそれぞれ、男性全体、女性全体を100%としたときの割合
 ※小数点以下第二位を四捨五入しているため、合計スコアが合わないことがある

A 薄毛人口のボリュームは？②(SCR)

- 現在薄毛の人は全体の2割弱。気にして対策をしている人は全体の1割弱
- 女性よりも男性の方が現在薄毛である人の割合が高い。女性は薄毛である人の割合は8.0%と少ないものの、そのうち大半が薄毛を気にしている

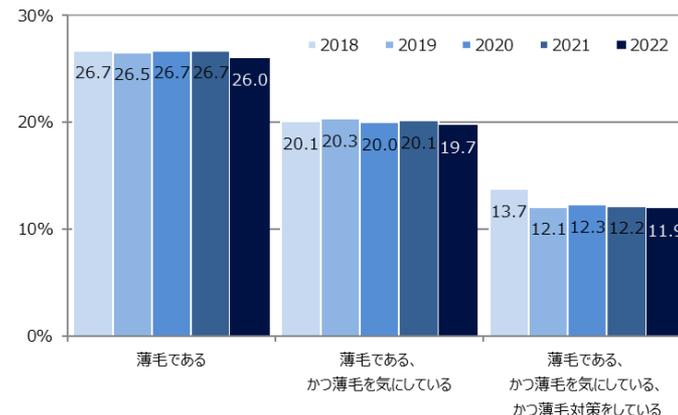
全体



2018年 n=50,004
 2019年 n=50,000
 2020年 n=50,000
 2021年 n=50,000
 2022年 n=50,000

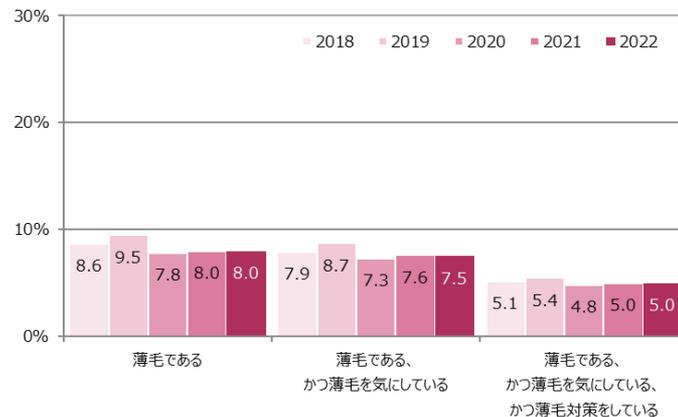
男性

2018年 n=25,005
 2019年 n=25,004
 2020年 n=25,004
 2021年 n=25,004
 2022年 n=25,062



女性

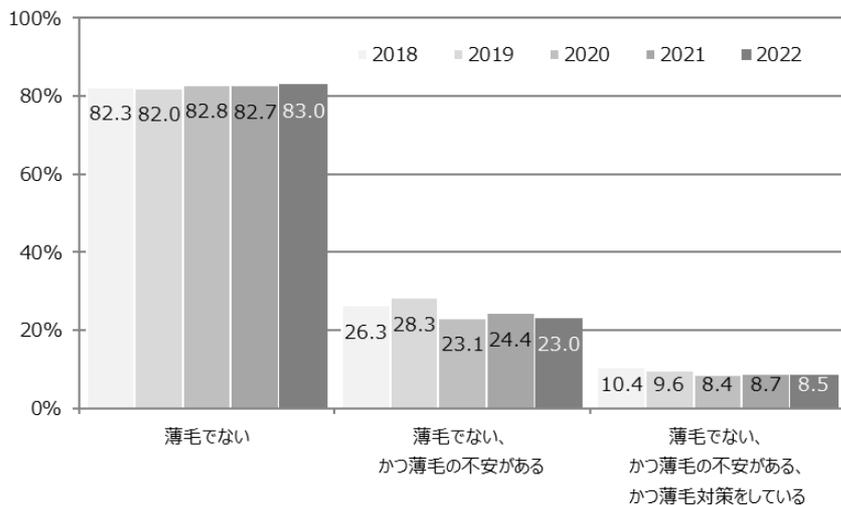
2018年 n=24,999
 2019年 n=24,996
 2020年 n=24,996
 2021年 n=24,996
 2022年 n=24,938



A 薄毛でない人口のボリュームは？(SCR)

- 現在薄毛ではないものの、将来薄毛になることへの不安を抱えている人は全体の23.0%。そのうえで対策までしている人は全体の8.5%
- 性別で見ると、現在薄毛ではないものの、将来薄毛になることへの不安を抱えている人の割合は男性21.5%、女性24.6%

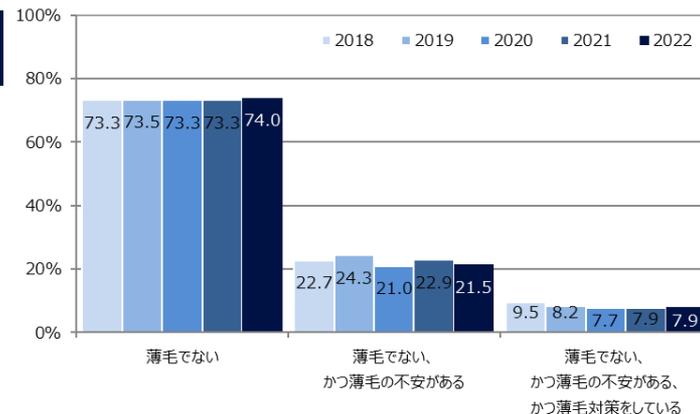
全体



2018年 n=50,004
 2019年 n=50,000
 2020年 n=50,000
 2021年 n=50,000
 2022年 n=50,000

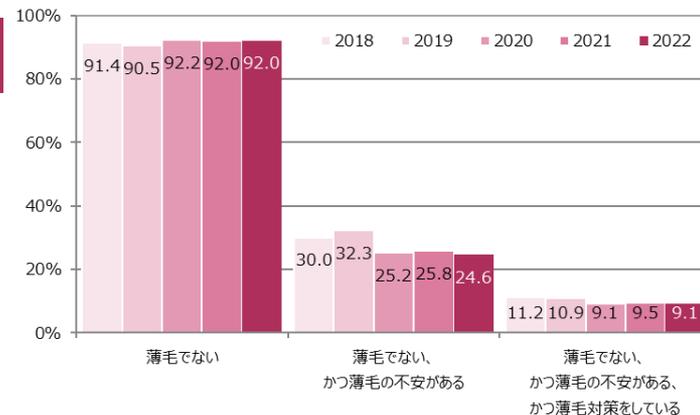
男性

2018年 n=25,005
 2019年 n=25,004
 2020年 n=25,004
 2021年 n=25,004
 2022年 n=25,062



女性

2018年 n=24,999
 2019年 n=24,996
 2020年 n=24,996
 2021年 n=24,996
 2022年 n=24,938



A 薄毛でない人は、薄毛になったらどうする？ (SCR、薄毛でない人ベース)

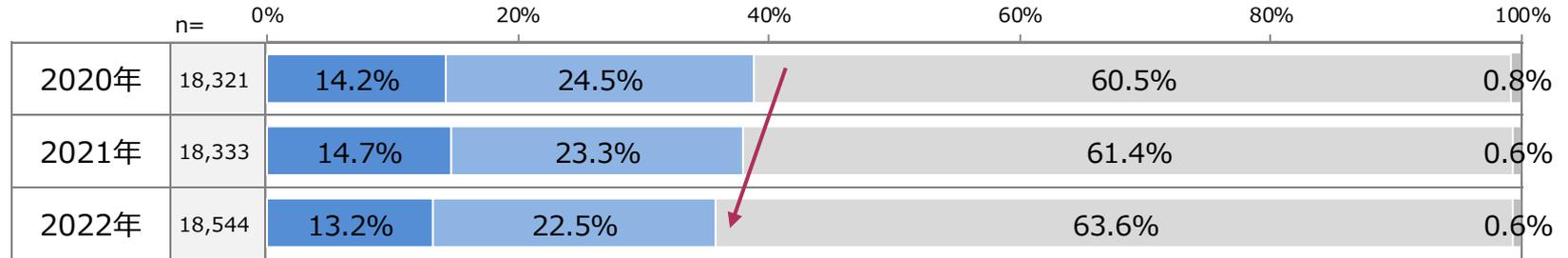
➤ 現在薄毛でない人が薄毛になった場合、具体的な対策をする人は男性1割強、女性3割強と女性の方が高い。男性は坊主・短髪にするハードルが低いためか、具体的な対策よりも髪型の変更で対応する人が多め

薄毛になったらどうするか

男性

※薄毛でない人ベース

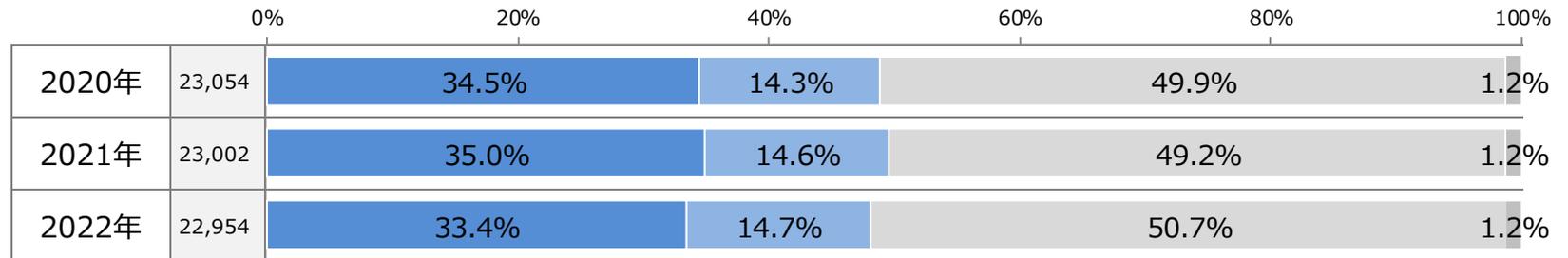
- 薄毛のための対策をと思う (薄毛治療、髪・頭皮ケア、ウィッグ・カツラなど)
- 特に対策はしないが、目立たないように坊主・短髪に思う
- 特に対策や髪型の変更はせず、自然のままに任せると思う
- その他



女性

※薄毛でない人ベース

- 薄毛のための対策をと思う (薄毛治療、髪・頭皮ケア、ウィッグ・カツラなど)
- 特に対策はしないが、目立たないように坊主・短髪に思う
- 特に対策や髪型の変更はせず、自然のままに任せると思う
- その他

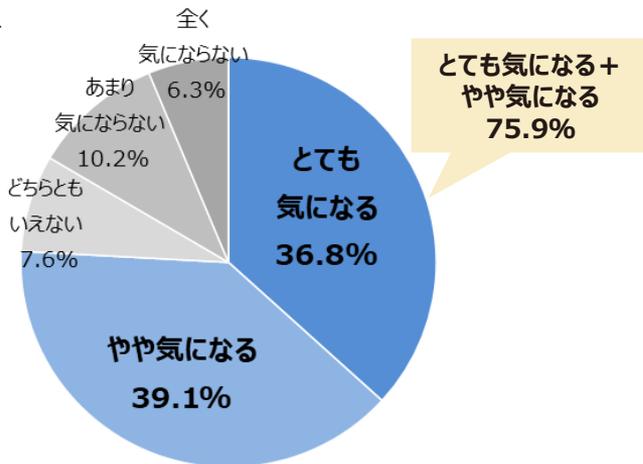


A 薄毛の人は、薄毛をどう思っている？ (SCR、薄毛の人ベース)

- 薄毛の人のうち、男性は約76%、女性は約94%が薄毛を気にしている
薄毛であることに悩んでいる・抵抗感がある割合も女性の方が高く、深刻である
- 男女ともに、約7割の人は薄毛の改善を諦めてしまっている

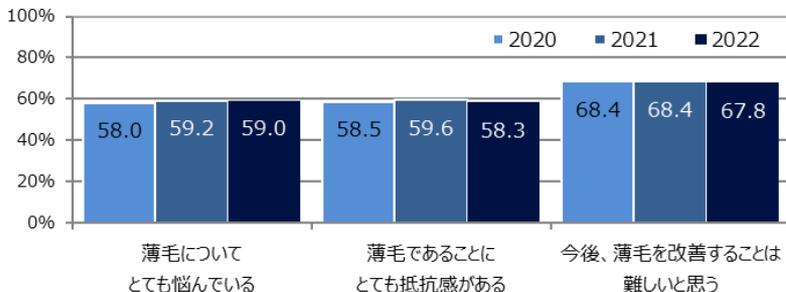
男性 2022年 n=6,518

※薄毛の人ベース



薄毛の気になり度合い

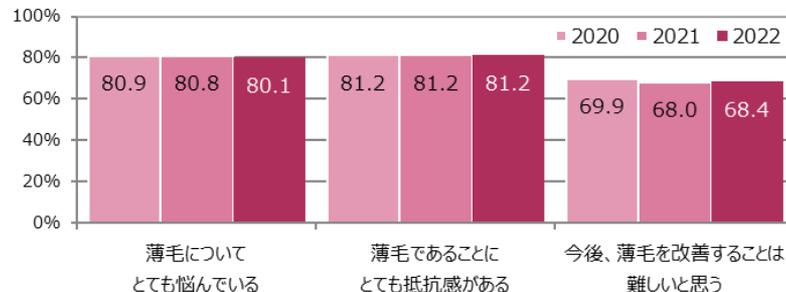
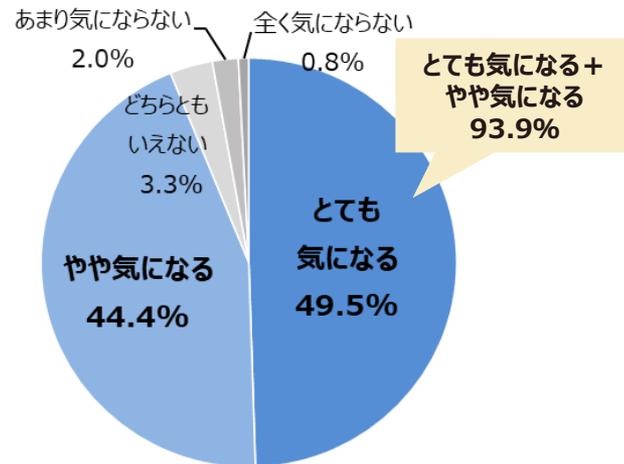
薄毛に関する気持ち (TOP2スコア)



2020年 n=6,683 / 2021年 n=6,671 / 2022年 n=6,518

女性 2022年 n=1,984

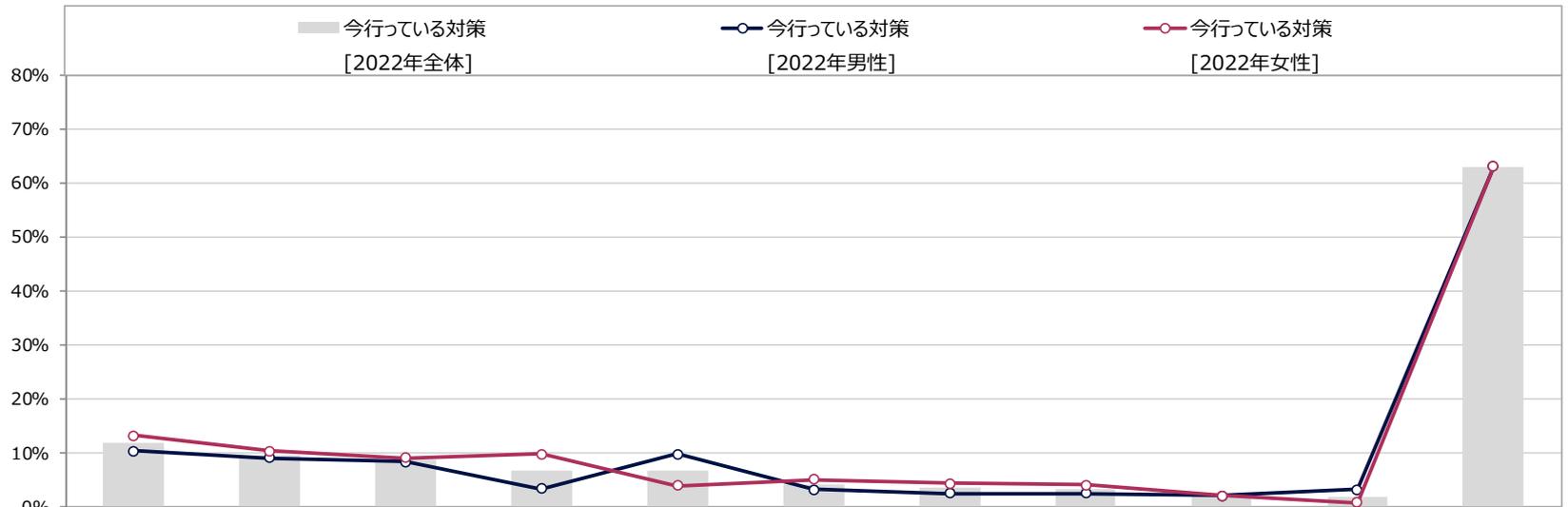
※薄毛の人ベース



2020年 n=1,942 / 2021年 n=1,994 / 2022年 n=1,984

A 現在薄毛でない人の現在の薄毛対策は？ (薄毛でない人かつ薄毛へ不安ありベース)

- 「特になし」が6割程度と、不安がある程度で対策を実行する人は少数派
- 実施している対策の中では、男女ともに「自分の手だけで頭皮マッサージ」が約1割と最も高い
- 次いで、男性では「薄毛対策用シャンプーやトリートメントを使う」、女性では「育毛エッセンス・育毛ローションや発育毛剤を使う」の実施が多い



※2022年全体で降順ソート
 ※スコア上位10項目+「特になし」を掲載

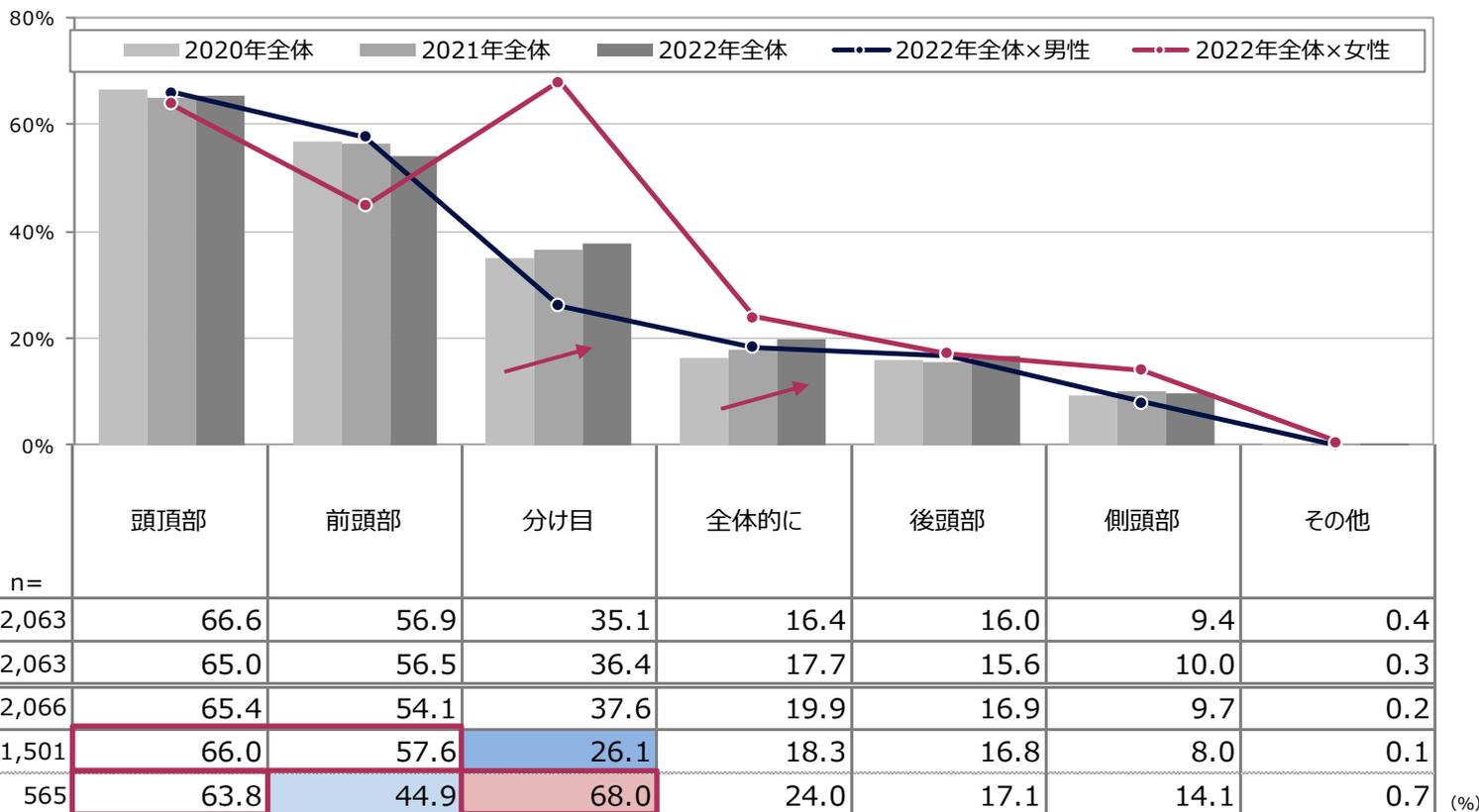
	n=	自宅での自分の手だけで頭皮をマッサージする	育毛エッセンス・育毛ローションや発育毛剤を使う(市販品)	生活習慣に気をつける	薄毛が目立ちにくい分け目・髪型にする	薄毛対策用シャンプーやトリートメントを使う	ヘッドスパ・ヘッドマッサージに行く	美容室・理容室で相談する	自宅でヘッドマッサージャーなどの器具で頭皮マッサージする	対策を調べる、周囲の人間(友人・知人・家族など)に相談する	市販の薬や漢方を使う	特になし
2022年全体	11,521	11.9	9.7	8.7	6.7	6.7	4.2	3.5	3.3	2.0	1.8	63.1
男性	5,379	10.4	9.0	8.4	3.3	9.8	3.1	2.5	2.4	2.0	3.1	63.1
女性	6,142	13.3	10.3	9.0	9.7	3.9	5.1	4.3	4.1	2.0	0.7	63.1

A 薄毛が気になる場所は？

➤「頭頂部」は男女で共通して気になる部位

頭頂部に加えて、男性では「前頭部」、女性では「分け目」が特に気になっている

➤直近3年間では「分け目」や「全体的に」が気になる人が増加傾向



2022年のデータのみ
※n≥30の場合、今回の全体に比べ
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

n=	
2020年全体	2,063
2021年全体	2,063
2022年全体	2,066
男性	1,501
女性	565

※2022年全体で降順ソート

A 薄毛が気になりだした年齢ときっかけは？

▲ 前回比5pt以上アップ
▼ 前回比5pt以上ダウン

➤ 気になりだした年齢は男性は約38歳、女性は約41歳
直近3年では男女ともにほぼ横ばい

➤ きっかけについては、男女ともに「鏡を見ていたとき」というケースが最も多い

男性

女性

気になりだした年齢

2022年 平均 **37.9** 歳

(2020年平均38.1歳、2021年平均38.4歳)

2020年 n=1,500 / 2021年 n=1,492 / 2022年 n=1,487

2022年 平均 **41.1** 歳

(2020年平均41.9歳、2021年平均41.8歳)

2020年 n=549 / 2021年 n=560 / 2022年 n=564

※n数はデータクリーニング後の有効ケース数を記載

気になりだしたきっかけ

		2022年	2021年	2020年	2019年	2018年
n=		1,501	1,500	1,512	1,446	1,483
1	鏡を見ていたとき	35.7%	36.9%	33.1%	34.7%	29.7%
2	家族（配偶者、親、兄弟姉妹など）から指摘された	15.4%	13.7%	17.4%	17.1%	18.8%
3	友人・知人から指摘された	12.8%	10.5%	11.8%	14.1%	14.4%
4	抜け毛の量を見たとき	9.9%	10.2%	9.2%	9.3%	9.0%
5	自分の写っている写真を見ていたとき	8.8%	11.0%	10.5%	8.6%	9.9%

		2022年	2021年	2020年	2019年	2018年
n=		565	563	551	617	580
1	鏡を見ていたとき	30.5%	31.0%	28.7%	25.1%	23.9%
2	家族（配偶者、親、兄弟姉妹など）から指摘された	23.7%	17.1%	19.2%	21.3%	23.1%
3	抜け毛の量を見たとき	15.0%	15.5%	14.7%	16.0%	15.4%
4	自分の写っている写真を見ていたとき	6.7%	7.4%	8.8%	8.5%	7.8%
5	洗髪していたとき	4.6%	4.9%	5.2%	5.0%	3.6%

※男女共に2022年のTOP5を抜粋し、2022年のスコアで降順ソート

A 気になる他者からの視線は？

▲ 前回比5pt以上アップ
▼ 前回比5pt以上ダウン

- 男女ともに「他人の目すべて」がトップ
- 女性においては、異性の友人からの視線よりも同性や配偶者・家族からの視線をより気にする傾向にある
- 他人の目が気にならない人は女性よりも男性の方が多い

男性

		2022年	2021年	2020年	2019年	2018年
n=		1,501	1,500	1,512	1,446	1,483
1	他人の目すべて	39.6%	43.3%	41.1%	42.0%	42.5%
2	職場の異性	30.2%	28.0%	31.7%	31.0%	29.3%
3	職場の同性	24.3%	21.8%	23.2%	25.1%	22.8%
4	異性の友人	22.4%	21.7%	25.9%	23.9%	24.1%
5	同性の友人	17.5%	15.8%	19.0%	18.0%	18.5%
6	配偶者	14.3%	14.2%	15.4%	15.4%	14.6%
7	配偶者以外の家族・親族	10.6%	9.9%	9.7%	9.9%	-
8	恋人	7.9%	8.3%	8.6%	8.8%	10.5%
9	その他	0.5%	0.4%	0.6%	0.5%	0.6%
	他人の目は気にならない	18.8%	17.1%	16.6%	14.9%	14.8%

女性

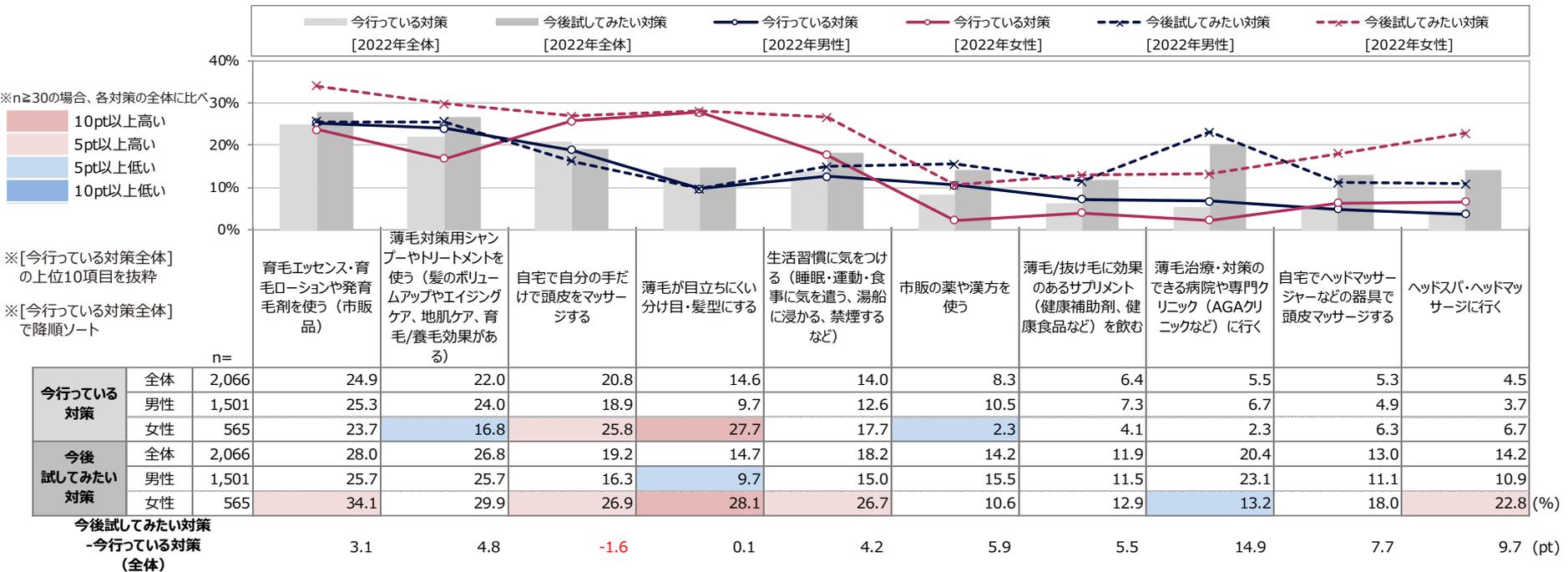
		2022年	2021年	2020年	2019年	2018年
n=		565	563	551	617	580
1	他人の目すべて	57.2%	53.2%	61.4%	58.8%	54.0%
2	同性の友人	29.7%	28.6%	30.8%	30.8%	30.7%
3	職場の同性	20.6%	21.1%	18.3%	19.9%	17.7%
4	配偶者	16.8%	14.7%	13.6%	13.8%	15.4%
5	配偶者以外の家族・親族	16.4%	11.9%	13.4%	13.5%	-
6	職場の異性	14.5%	15.9%	14.2%	13.5%	13.1%
7	異性の友人	12.9%	14.2%	12.8%	16.4%	15.8%
8	恋人	3.5%	4.9%	4.9%	6.5%	6.2%
9	その他	0.4%	1.7%	0.6%	0.5%	0.8%
	他人の目は気にならない	10.3%	14.0%	6.8%	11.8%	12.3%

気になる視線

※男女共に2022年のスコアで降順ソート ※2019年より「配偶者以外の家族・親族」を聴取

A 今行っている/今後試してみたい薄毛対策は？

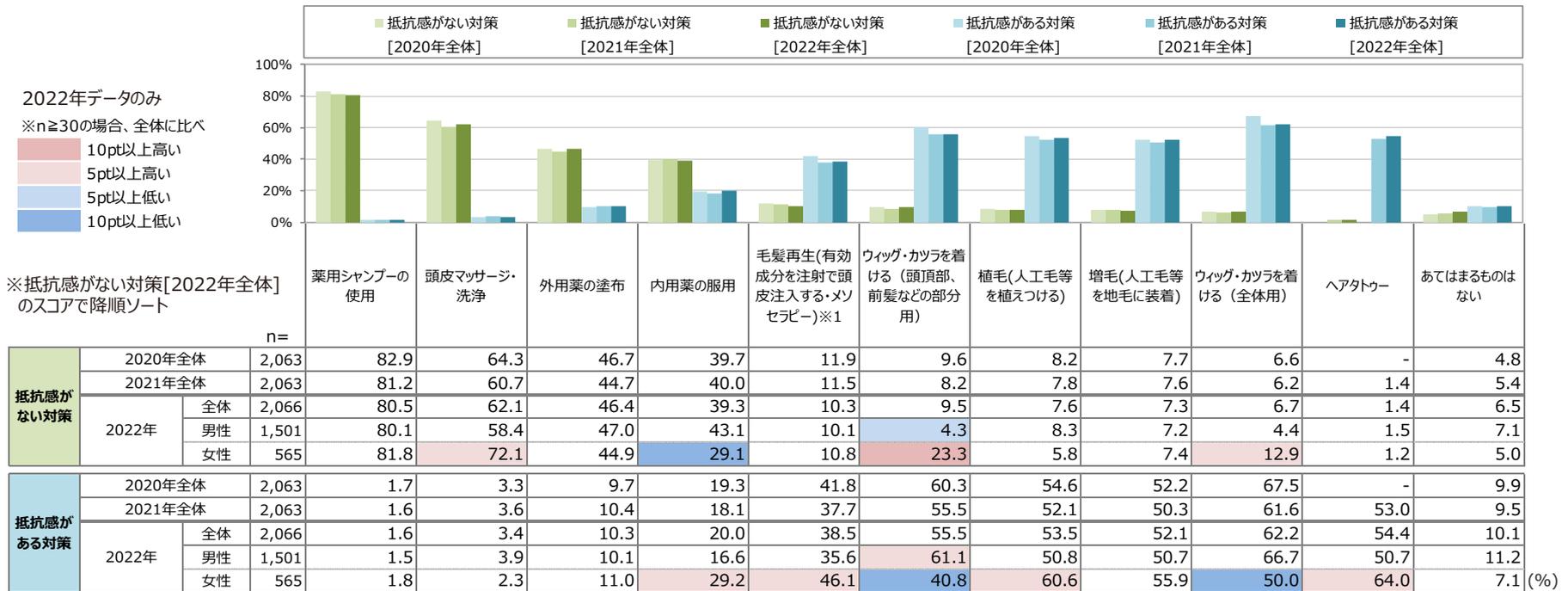
- 今行っている対策として、男性は「育毛エッセンス・育毛ローションや発育毛剤を使う」、女性は「薄毛が目立ちにくい分け目・髪型にする」が最も高い
- 薄毛治療のできる病院や専門クリニックは、現実実施者は6%程度と少ないものの、実施意向者は約2割と、実態と意向のギャップが最も大きい



【年代別傾向】若年層は「薄毛治療のできる病院や専門クリニック」「薄毛専門サロン」の利用意向が特に高い

A 施術に対する抵抗感は？

- 「薬用シャンプーの使用」「頭皮マッサージ・洗浄」「外用薬の塗布」など、日常に取り入れやすい頭皮ケア系の対策は抵抗感が弱め
- 反対に、「ウィッグ・カツラを着ける」「植毛」「増毛」「ヘアトウー」は抵抗感が強い。男性はウィッグ・カツラ、女性は「ヘアトウー」「植毛」「毛髪再生」「内用薬」により抵抗感を感じる

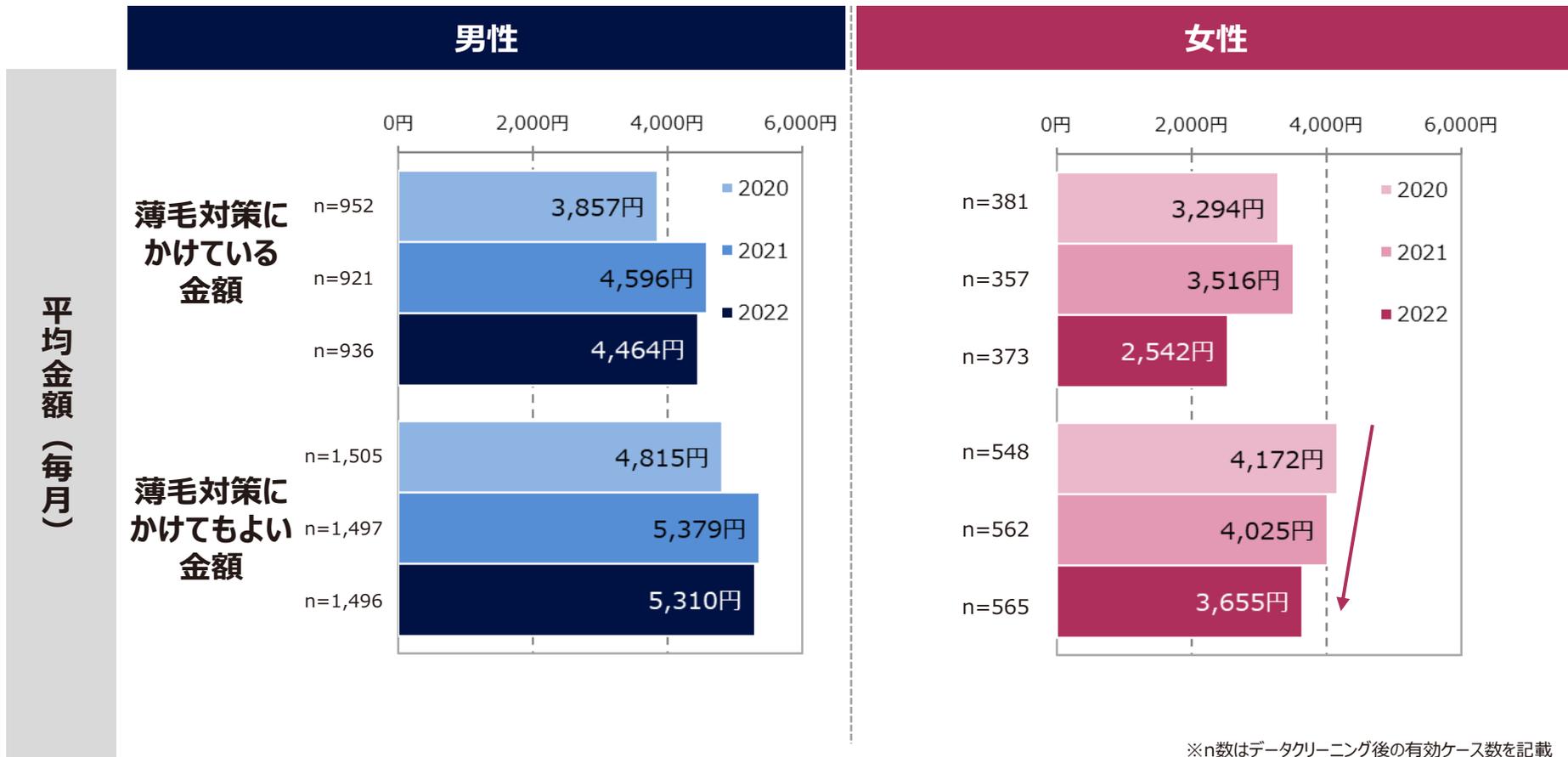


※2021年より「ヘアトウー」を追加
 ※1_2020年までは「毛髪再生(有効成分を注射で頭皮注入する)」の選択肢で聴取

【年代別傾向】20代は施術に対する抵抗感が全般的に低く、60代女性では、抵抗感がある対策が多め

A 薄毛対策にかけている金額/かけてもよい金額は？

➤ 薄毛対策にかけている金額／かけてもよい金額について、男性は2021年に比べほぼ横ばい。一方、女性では2021年に比べて減少した



※n数はデータクリーニング後の有効ケース数を記載

A 薄毛対策の情報源は？

- 男女ともに「インターネット検索」「TV・ラジオ」からの情報収集が多い
- 男性でネット広告/口コミ、SNSなどネット経由での情報が多いのに対し、女性では「理美容師に相談」「友人の 口コミ」などリアルの人づての情報が

男性

		2022年	2021年	2020年
n=		1,501	1,500	1,512
1	インターネット検索	50.7%	55.7%	52.7%
2	TV・ラジオのCM	32.3%	31.7%	29.0%
3	TV・ラジオの番組	27.9%	29.1%	30.6%
4	インターネットのバナー広告 (ホームページは除く)	15.8%	13.3%	14.6%
5	ネットの口コミ ※2	15.8%	5.0%	5.3%
6	SNS (YouTube, インスタグラムなど) ※3	15.1%	6.4%	6.4%
7	知人 (友人・家族・同僚など) から 直接聞く口コミ	13.5%	12.6%	14.3%
8	新聞	12.3%	12.2%	12.0%
9	雑誌	12.1%	12.4%	14.3%
10	検索・予約サイト、口コミサイト (ホットペッパービューティーなど) ※1	9.9%	8.5%	10.1%

女性

		2022年	2021年	2020年
n=		565	563	551
1	インターネット検索	47.5%	52.8%	48.4%
2	TV・ラジオのCM	30.1%	29.7%	26.7%
3	TV・ラジオの番組	26.9%	25.2%	27.6%
4	美容師・理容師に相談する	22.3%	21.7%	25.3%
5	ネットの口コミ ※2	19.9%	5.1%	4.8%
6	知人 (友人・家族・同僚など) から 直接聞く口コミ	18.6%	15.5%	19.4%
7	SNS (YouTube, インスタグラムなど) ※3	17.1%	7.2%	7.3%
8	雑誌	15.2%	12.5%	15.2%
9	検索・予約サイト、口コミサイト (ホットペッパービューティーなど) ※1	10.6%	13.6%	15.6%
10	新聞	9.9%	7.1%	9.3%

※男女共に2022年のTOP10を抜粋し、2022年のスコアで降順ソート
 ※1_2021年までは「美容総合サイトや口コミサイト」の選択肢で聴取
 ※2_2021年までは「知人 (友人・家族・同僚など) のSNS・ブログなどの口コミ」の選択肢で聴取
 ※3_2021年までは「知人以外のSNS・ブログなどの口コミ」の選択肢で聴取

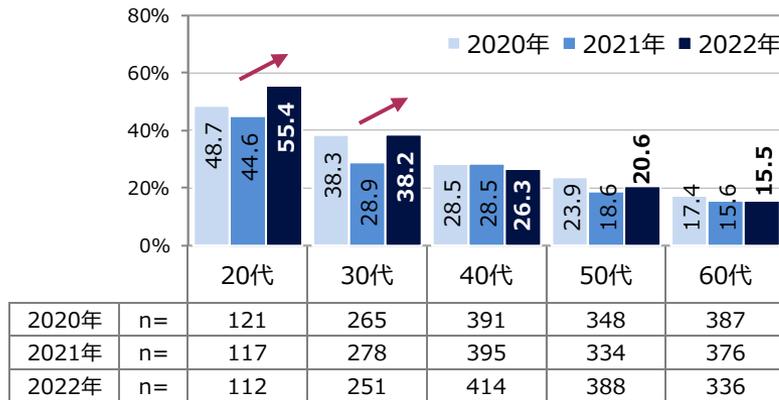
A サロンでの相談経験・相談意向は？

➤ 男性では、20代・30代の若年層で相談経験・意向ともに上昇。一方で、50代男性では相談意向が減少。女性では、20代の相談経験が低下したが、30代・40代の相談経験、全世代での相談意向が増加した

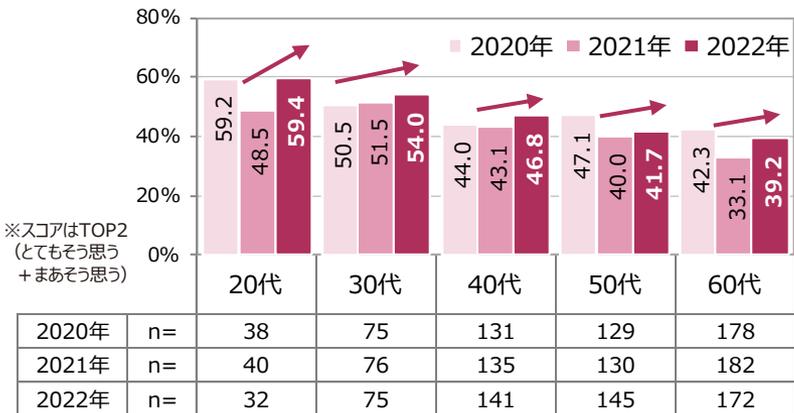
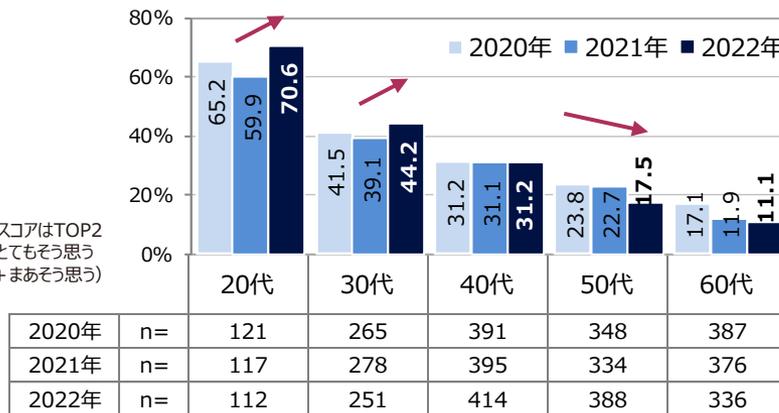
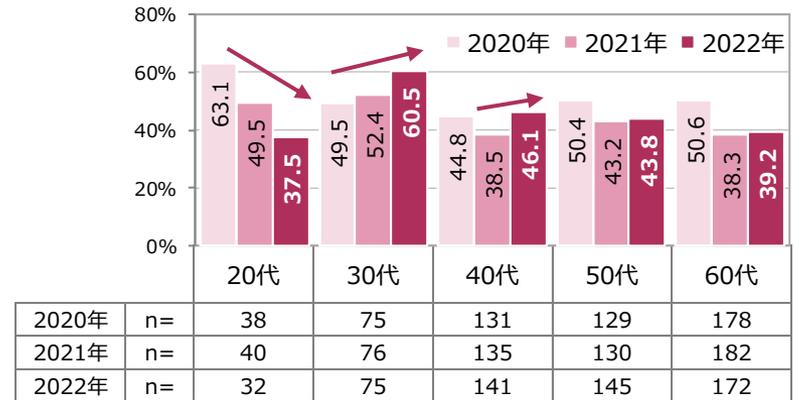
相談経験ありの割合

相談意向ありの割合

男性



女性



※スコアはTOP2 (とてもそう思う + まあそう思う)

※スコアはTOP2 (とてもそう思う + まあそう思う)

A サロンで相談したいのにできていない理由は？ (相談意向ありかつ相談経験なしベース)

- 男女ともに、「言いたすのが恥ずかしい」が5～6割で高い
- 女性は男性と比べ「追加のメニューを勧められそう」なことへの抵抗感がやや高い

 前回比5pt以上アップ
 前回比5pt以上ダウン

男性

	n=	2022年	2021年	2020年
		152	180	183
1		59.2%	58.7%	63.8%
2		33.5%	36.6%	36.8%
3		19.7% 	25.0%	15.5%
4		19.1%	23.3%	21.3%
5		18.4%	20.4%	21.3%
6		11.8%	15.1%	9.8%
7		6.6%	7.0%	8.6%
8		5.3%	6.4%	-
9		3.9%	1.7%	2.9%

女性

	n=	2022年	2021年	2020年
		79	64	54
1		55.6% 	46.5%	63.1%
2		44.4% 	38.1%	36.3%
3		29.2%	30.4%	26.1%
4		25.3%	26.8%	23.3%
5		17.7%	20.0%	13.7%
6		16.4% 	22.1%	18.8%
7		6.4%	8.5%	10.4%
8		5.1%	2.3%	-
9		3.8%	5.0%	5.2%

相談したいのにできていない理由

※男女共に2022年のスコアで降順ソート
 ※2021年より「美容師・理容師側から話してくれるのを待てるため」を追加

男性

＜女性と比べて＞

- 薄毛の悩みとして前頭部の割合が高い
- 同性よりも異性の目線が気になる
- そもそも薄毛であることに対して他人からの目線は気にならない人の割合が高い
- 現在行っている対策としては、育毛エッセンス・育毛ローションや発育毛剤の使用が多い
- ウィッグ・カツラへの抵抗感が強い
- 薄毛対策にかけている金額、かけてよい金額が高め
- 薄毛対策の情報源はネット経由が多い
- 現在薄毛ではなく不安がある人の対策として、薄毛対策のシャンプーやトリートメントを使う人が多い

主な特徴

女性

＜男性と比べて＞

- 薄毛に対する悩みが深刻
- 薄毛の悩みとして分け目の割合が高い
- 薄毛が気になるタイミングが40歳を超えてからとやや遅い
- 異性よりも同性の目線が気になる
- 現在行っている対策として、薄毛が目立ちにくい分け目・髪型にしている人が多い
- 植毛・増毛、毛髪再生、ヘアトナーに抵抗感が強い
- 薄毛対策の情報源などはリアルの人づて情報が多い
- 薄毛に関してサロンでの相談経験率・相談意向が高い
- 現在薄毛ではない人が薄毛になった時、薄毛治療、髪・頭皮ケア、ウィッグ・カツラなどで対応する人が多い

男性

<経年でアップしたこと ↑>

- 特に対策や髪形の変更をせず、**自然のままに任せると思う**が微増
- 20代・30代での**相談経験・意向**

<経年でダウンしたこと ↓>

- 50代での**相談意向**
- サロンで相談したいのにできていない理由として**商品売りつけられそうな気がする**ため

経年での
主な変化

女性

<経年でアップしたこと ↑>

- 気になったきっかけとして**家族から指摘されたこと**
- 30代・40代の**相談経験**、全世代での**相談意向**
- サロンで相談したいのにできていない理由として**言い出すのが恥ずかしい**ため、**相談して良いアドバイスがもらえるかわからない**ため

<経年でダウンしたこと ↓>

- 20代での**相談経験**
- サロンで相談したいのにできていない理由としての**施術時間が短時間**なので、**言い出すタイミングが難しい**ため
- **薄毛対策にかけている・かけてもよい金額**