調査報告書

HOT PEPPER Beauty Academy

2026年9月30日

白髪・グレイヘアに関する意識調査2026【データ編】

※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　白髪・グレイヘアに関する意識調査2026」
と、明記していただきますようお願い申し上げます。

お問い合わせ：ホットペッパービューティーアカデミー
https://hba.beauty.hotpepper.jp/support/

※報道機関・マスメディアの方はこちらよりお問い合わせください

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

目次

目次	**1**
調査概要	**2-5**
データ編～薄毛・白髪調査　スクリーニング～	**6**
・回答者属性①	7
・回答者属性②	8
・体や髪/頭皮の現状	9
・髪/頭皮に関する悩み【白髪】	10
・髪/頭皮に関する不安【白髪】	11
・白髪染め有無【2024年-2026年】	12
・白髪染めをしない理由【白髪染めをしていない理由（いくつでも）】	13
・白髪染めをしない理由【その中で最も大きな理由（1つだけ）】	14
・白髪の対策意向	15
・理美容室利用頻度	16
データ編～白髪調査～	**17**
・回答者属性①	18
・回答者属性②	19
・気になり度合い	20
・今後の白髪に関する不安	21
・理美容室利用頻度	22
・白髪の割合【白髪が気になり始めたとき】	23
・白髪の割合【白髪染め（ヘアカラー）を始めたとき】	24
・白髪の割合【現在】	25
・白髪対策【知っているもの】	26
・白髪対策【現在実施しているもの】	27
・白髪対策【以前は実施していたが、現在はやらなくなったもの】	28
・白髪対策【現在実施していないが、やってみたいもの】	29
・白髪対策の現在の頻度【全体サマリー】	30
・白髪染めをしてもよい頻度【全体サマリー】	31
・白髪対策の現在の頻度【詳細】	32
・白髪染めをしてもよい頻度【美容室・理容室で染めてもらう】	33
・白髪染めをしてもよい頻度【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】	34
・白髪染めをしてもよい頻度【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】	35
・物価高による影響内容	36
・白髪染めのカラー	37
・白髪への理想的な対処法（いくつでも）	38
・白髪への理想的な対処法（1つだけ）	39
・白髪染めを始めたきっかけ【あてはまるものすべて】	40
・白髪染めを始めたきっかけ【最もあてはまるもの】	41
・白髪が気になりだした年齢	42
・白髪染めを始めた年齢	43
・「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢	44
・白髪染め実施理由	45
・気になる目線	46
・白髪染めの美容室・サロンを探す情報源	47
・白髪染めにかける金額/回【全体サマリー】	48
・白髪染めにかける金額/回【詳細】	49
・白髪染めにかける時間/回【全体サマリー】	50
・白髪染めにかける時間/回【詳細】	51
・白髪染めの満足度【全体サマリー】	52
・白髪染めの満足度【理美容室での白髪染め】	53
・白髪染めの満足度【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め】	54
・白髪染めの満足度【理美容室でのヘアカラー/おしゃれ染め】	55
・白髪染めの満足度【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め】	56
・白髪染めの満足度【美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】	57
・白髪染めの満足度【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】	58
・白髪染めの満足度【ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス】	59
・白髪染めの満足度【自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め】	60
・白髪染めの満足度【自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め】	61
・理美容室・専門サロン染め非利用理由	62
・理美容室・専門サロン染めを行いつつも自宅染めを併用している理由	63
・自宅染めで困ること（サロンは使わず自宅のみで染めている人ベース）	64
・自宅染めで困ること（理美容室・専門サロン染め実施かつ自宅で白髪染め実施者ベース）	65
・サロン染め実施理由【理美容室】	66
・サロン染め実施理由【カラー専門サロン・白髪染め専門サロン】	67
・白髪ぼかし実施理由	68
・白髪・グレイヘアの人へのイメージ（ポジネガ）	69
・白髪がすてきだと思う有名人【男性有名人】	70
・白髪がすてきだと思う有名人【女性有名人】	71
・白髪への意識【全体サマリー】	72
・白髪への意識【白髪についてとても悩んでいる】	73
・白髪への意識【白髪であることにとても抵抗感がある】	74
・白髪への意識【白髪染めは身だしなみであり、常に行わないといけないと思う】	75
・白髪への意識【白髪染めは、必ずしもする必要はないと思う】	76
・白髪への意識【白髪染めに使う薬は、髪・頭皮によくないと感じる】	77
・白髪への意識【白髪も、見せ方によってはすてきな印象を与えると思う】	78
・白髪への意識【おしゃれな白髪・グレイヘアの人を見ると、自分もまねをしてみたいと思う】	79
・白髪への意識【理美容室や、カラー・白髪染め専門サロンで「白髪染め」だけのオーダーはしづらい】	80
・白髪への意識【白髪・グレイヘアもすてきだと思う】	81
・白髪への意識【いつかは、白髪染めをやめてグレイヘアにしてみたいと思う】	82
・白髪染めの満足度【全体サマリー】	83
・白髪染めの満足度【見た目の仕上がり】	84
・白髪染めの満足度【染めたあとの色の持ちのよさ・持続性】	85
・白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる時間】	86
・白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる費用・料金】	87
・白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる手間】	88
・白髪染めの満足度【総合的な満足度】	89
・白髪染めを続ける年齢【上限年齢の有無】	90
・白髪染めを続ける年齢【上限年齢の分布】	91
・専門サロンの認知【カラー専門サロン】	92
・専門サロンの認知【白髪染め専門サロン】	93
・白髪染めにかけてもよい金額【全体サマリー】	94
・白髪染めにかけてもよい金額【理美容室で染めてもらう】	95
・白髪染めにかけてもよい金額【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】	96
・白髪染めにかけてもよい金額【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】	97
・白髪染めにかけてもよい時間【全体サマリー】	98
・白髪染めにかけてもよい時間【理美容室で染めてもらう】	99
・白髪染めにかけてもよい時間【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】	100
・白髪染めにかけてもよい時間【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】	101
・白髪染めに求めるもの【理美容室で染めてもらう】※全体ベース	102
・白髪染めに求めるもの【理美容室で染めてもらう】※実施者ベース	103
・白髪染めに求めるもの【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】※全体ベース	104
・白髪染めに求めるもの【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】※実施者ベース	105
・白髪染めに求めるもの【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】※全体ベース	106
・白髪染めに求めるもの【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】※実施者ベース	107
・サービス案のニーズ	108
・ストレスの有無	109
・パートナーへのケア意向	110
APPENDIX　～白髪調査～	**111-124**

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

HOT PEPPER Beauty Academy

調査概要

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

調査概要　～白髪調査～

2026年7月調査	調査目的	➢ 白髪に関する実態や意識の把握、サロン利用活性化のヒントの導出
	調査手法	➢ インターネット調査
	対象者条件	➢ 全国20～69歳男女、現在白髪があり白髪染めをしている＆白髪を気にしている＆ヘアサロン利用頻度が3カ月に1回以上
	回収数	➢ スクリーニング：50,000人　※人口動態に基づき性年代を割付 ➢ 本調査：1,031人　※SCRでの出現率をもとにウェイトバックを実施
	実査期間	➢ スクリーニング：2026年7月15日（水）～2026年7月27日（月） ➢ 本調査：2026年7月29日（水）～2026年8月3日（月）

	男性					女性					計
	20代	30代	40代	50代	60代	20代	30代	40代	50代	60代	
回収数	103	103	103	103	103	46	161	103	103	103	1,031
WB後集計対象数	17	35	85	81	71	6	45	171	241	277	1,031

（人）

2025年7月調査	調査目的	➢ 白髪に関する実態や意識の把握、サロン利用活性化のヒントの導出
	調査手法	➢ インターネット調査
	対象者条件	➢ 全国20～69歳男女、現在白髪があり白髪染めをしている＆白髪を気にしている＆ヘアサロン利用頻度が3カ月に1回以上
	回収数	➢ スクリーニング：50,000人　※人口動態に基づき性年代を割付 ➢ 本調査：1,031人　※SCRでの出現率をもとにウェイトバックを実施
	実査期間	➢ スクリーニング：2025年7月11日（金）～2025年7月13日（日） ➢ 本調査：2025年7月23日（水）～2025年7月25日（金）

	男性					女性					計
	20代	30代	40代	50代	60代	20代	30代	40代	50代	60代	
回収数	103	103	103	103	103	66	141	103	103	103	1,031
WB後集計対象数	16	35	78	76	68	9	47	175	245	281	1,031

（人）

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd.不許複製

調査概要　～白髪調査～

2024年7月調査	調査目的	➢ 白髪に関する実態や意識の把握、サロン利用活性化のヒントの導出
	調査手法	➢ インターネット調査
	対象者条件	➢ 全国20～69歳男女、現在白髪があり白髪染めをしている＆白髪を気にしている＆ヘアサロン利用頻度が3カ月に1回以上
	回収数	➢ スクリーニング：50,000人　※人口動態に基づき性年代を割付 ➢ 本調査：1,031人　※SCRでの出現率をもとにウェイトバックを実施
	実査期間	➢ スクリーニング：2024年7月8日（月）～2024年7月9日（火） ➢ 本調査：2024年7月19日（金）～2024年7月25日（木）

	男性					女性					計
	20代	30代	40代	50代	60代	20代	30代	40代	50代	60代	
回収数	103	103	103	103	103	67	140	103	103	103	1,031
WB後集計対象数	13	38	77	82	66	9	49	187	239	271	1,031

（人）

2023年7月調査	調査目的	➢ 白髪に関する実態や意識の把握、サロン利用活性化のヒントの導出
	調査手法	➢ インターネット調査
	対象者条件	➢ 全国20～69歳男女、現在白髪があり白髪染めをしている＆白髪を気にしている＆ヘアサロン利用頻度が3カ月に1回以上
	回収数	➢ スクリーニング：50,000人　※人口動態に基づき性年代を割付 ➢ 本調査：1,029人　※SCRでの出現率をもとにウェイトバックを実施
	実査期間	➢ スクリーニング：2023年6月30日（金）～2023年7月1日（土） ➢ 本調査：2023年7月14日（金）～2023年7月18日（火）

	男性					女性					計
	20代	30代	40代	50代	60代	20代	30代	40代	50代	60代	
回収数	103	103	103	103	103	74	131	103	103	103	1,029
WB後集計対象数	14	36	82	82	65	10	50	182	241	268	1,029

（人）

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd.不許複製

調査概要　～白髪調査～

2022年 7月調査	調査目的	➢ 白髪に関する実態や意識の把握、サロン利用活性化のヒントの導出
	調査手法	➢ インターネット調査
	対象者条件	➢ 全国20～69歳男女、現在白髪があり白髪染めをしている＆白髪を気にしている＆ヘアサロン利用頻度が3カ月に1回以上
	回収数	➢ スクリーニング：50,000人　※人口動態に基づき性年代を割付 ➢ 本調査：1,031人　※SCRでの出現率をもとにウェイトバックを実施
	実査期間	➢ スクリーニング：2022年7月6日（水）～2022年7月7日（木） ➢ 本調査：2022年7月15日（金）～2022年7月19日（火）

回収数

	男性					女性					計
	20代	30代	40代	50代	60代	20代	30代	40代	50代	60代	
回収数	99	107	103	103	103	67	140	103	103	103	1,031
WB後集計対象数	13	38	75	79	65	8	53	188	249	264	1,031

（人）

調査結果参照時の注意点

- %を表示する際に小数第2位で四捨五入しているため、%の合計値が「全体合計（100%）」や「小計」と一致しないことがある
- ウェイトバック補正を実施したうえでサンプルサイズを表示する際に小数第1位で四捨五入している。
  そのため、サンプルサイズが「0」と表示されていても実際には回答者がいる場合には、スコアが掲載されていることがある

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd.不許複製

HOT PEPPER Beauty Academy

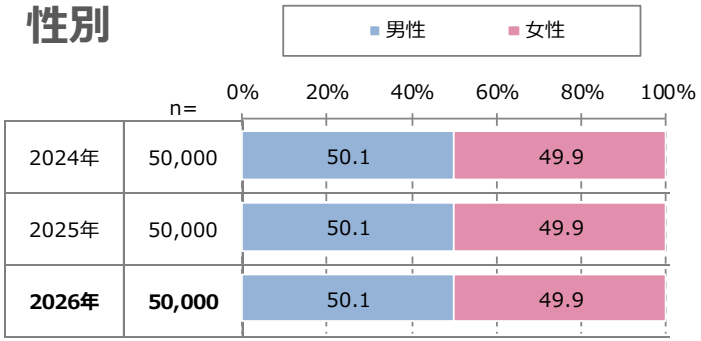
データ編
～薄毛・白髪調査 スクリーニング～

※集計値は四捨五入により、単一回答における合計が、必ずしも 100.0%にならないことがある

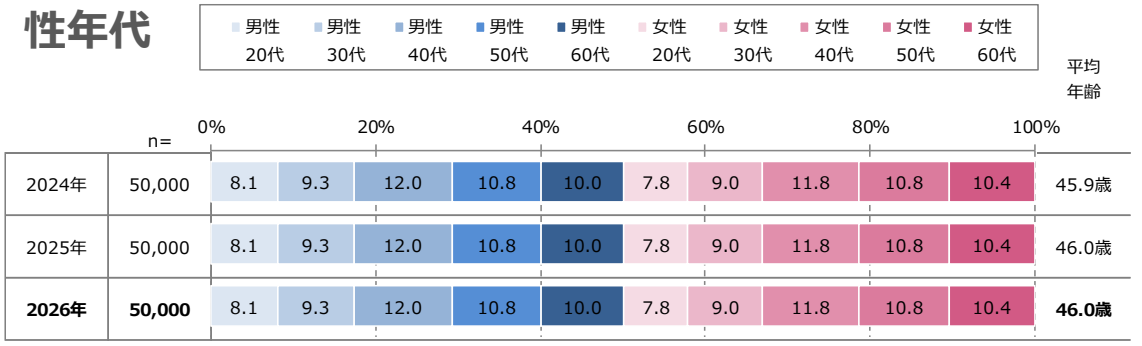
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

回答者属性①

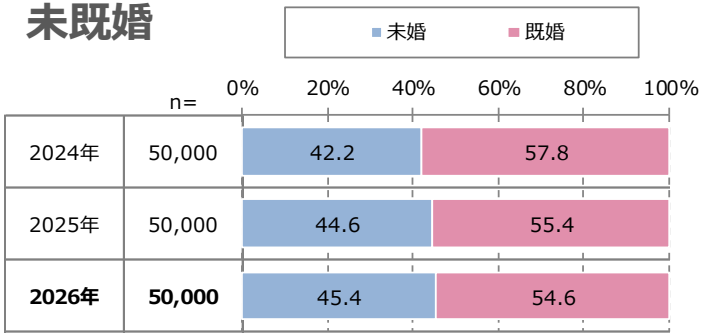
性別



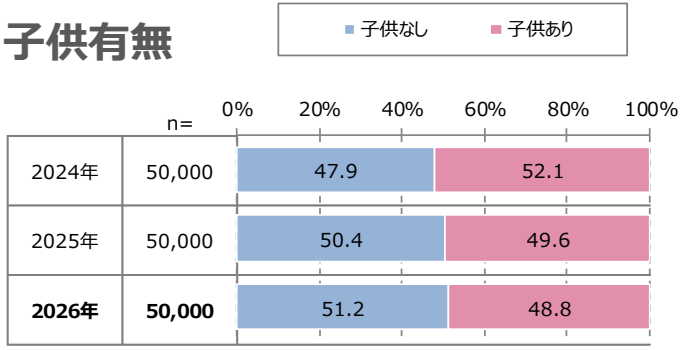
性年代



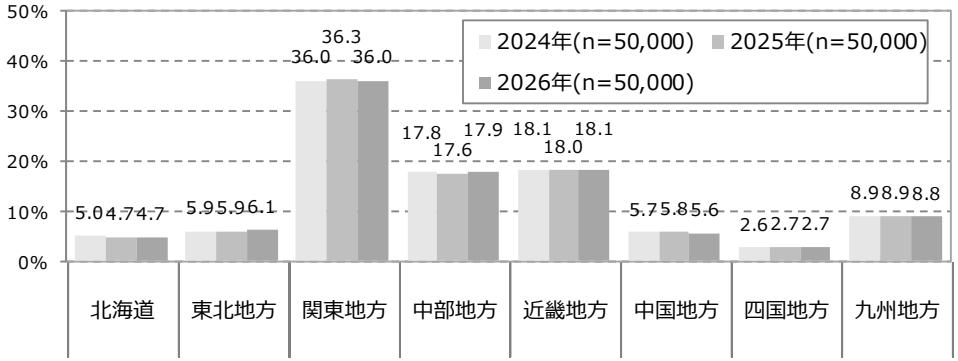
未既婚



子供有無



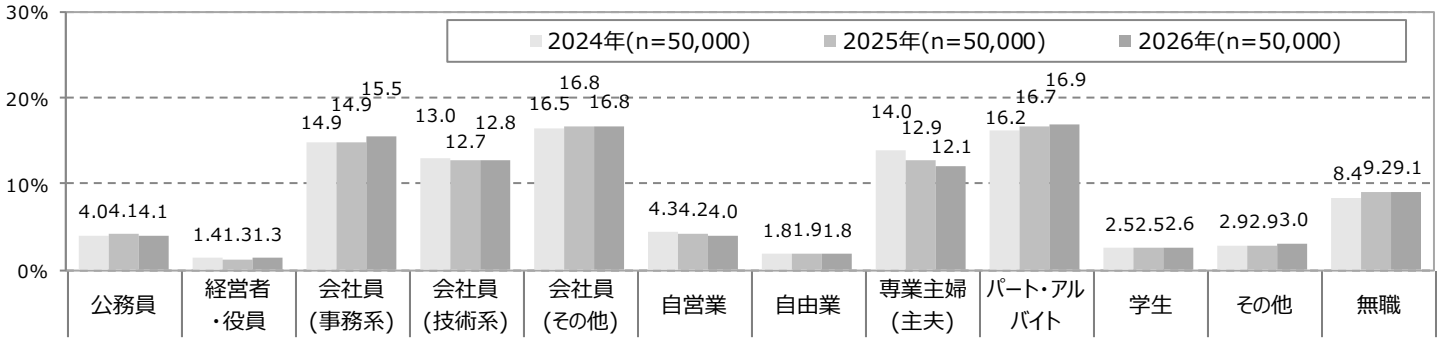
居住エリア



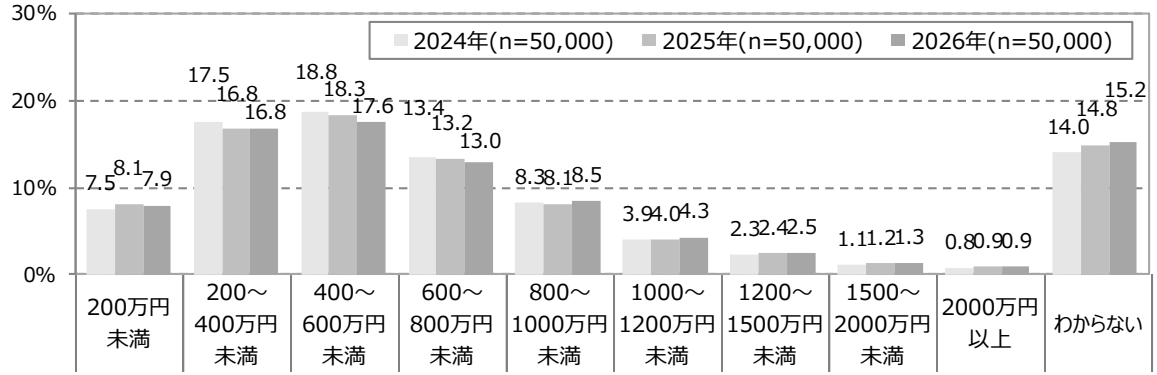
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

回答者属性②

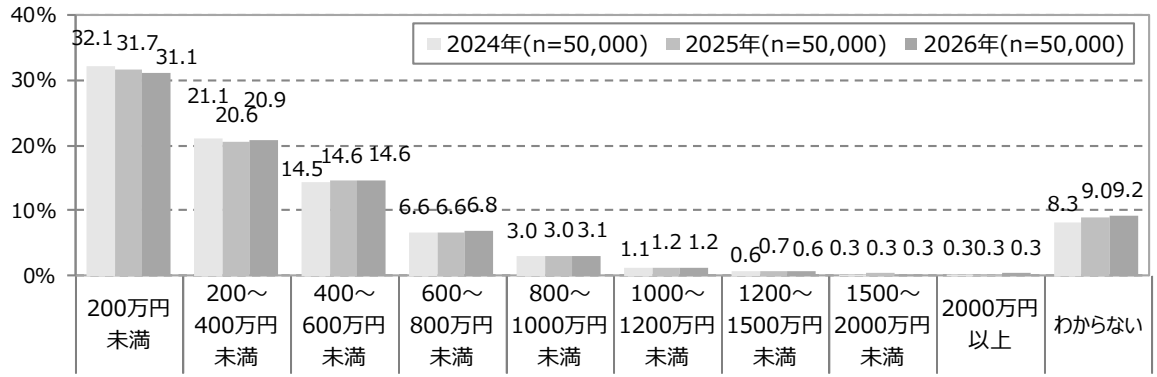
職業



世帯年収



個人年収



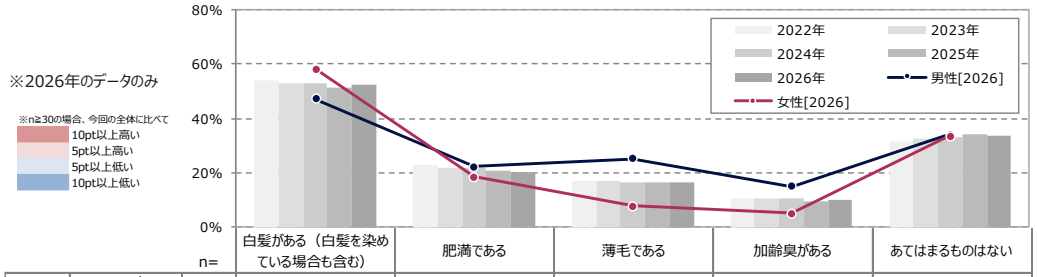
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

体や髪/頭皮の現状

- ここ5年、「薄毛」の人の割合は1割半ば、「白髪」の人の割合は5割強で推移
- 「薄毛」は男性(25.0%)＞女性(7.6%)、「白髪」は女性(58.0%)＞男性(47.0%)
- 前年同様、男女とも高年層ほど「薄毛」や「白髪」の人の比率が高まる

SQ2 ご自身の体の状況について、現在あてはまるものをお答えください。(MA)

※2026年全体の降順ソート



		n=	白髪がある（白髪を染めている場合も含む）	肥満である	薄毛である	加齢臭がある	あてはまるものはない
全体	2022年	50,000	54.0	22.7	17.0	10.7	31.2
	2023年	50,000	52.9	22.0	16.7	10.3	32.8
	2024年	50,000	52.7	21.9	16.5	10.5	32.9
	2025年	50,000	51.5	20.6	16.2	9.4	34.3
	2026年	**50,000**	**52.5**	**20.2**	**16.3**	**9.9**	**33.7**
性別 男性	2022年	25,062	48.2	25.1	26.0	16.0	31.3
	2023年	25,062	47.4	23.9	25.3	15.2	33.1
	2024年	25,062	47.0	24.1	25.1	15.6	33.2
	2025年	25,062	46.0	22.7	25.0	14.0	34.2
	2026年	**25,062**	**47.0**	**22.1**	**25.0**	**14.8**	**33.9**
	男性20代	4,041	11.1	14.8	10.4	4.2	68.9
	男性30代	4,639	26.2	21.0	16.9	9.0	51.0
	男性40代	6,004	52.0	24.2	25.5	18.5	27.9
	男性50代	5,401	64.1	25.6	32.5	21.3	18.0
	男性60代	4,977	71.0	22.9	35.6	17.4	14.0
性別 女性	2022年	24,938	59.9	20.3	8.0	5.5	31.1
	2023年	24,938	58.4	20.1	8.0	5.3	32.5
	2024年	24,938	58.4	19.7	7.8	5.3	32.5
	2025年	24,938	57.1	18.4	7.4	4.7	34.5
	2026年	**24,938**	**58.0**	**18.3**	**7.6**	**5.0**	**33.5**
	女性20代	3,894	7.8	13.1	3.2	0.8	78.2
	女性30代	4,512	32.4	17.9	5.3	2.7	55.1
	女性40代	5,896	63.9	20.1	8.1	6.6	27.3
	女性50代	5,416	80.7	21.1	9.6	8.2	13.9
	女性60代	5,220	87.6	17.5	10.5	5.0	8.8

(%)

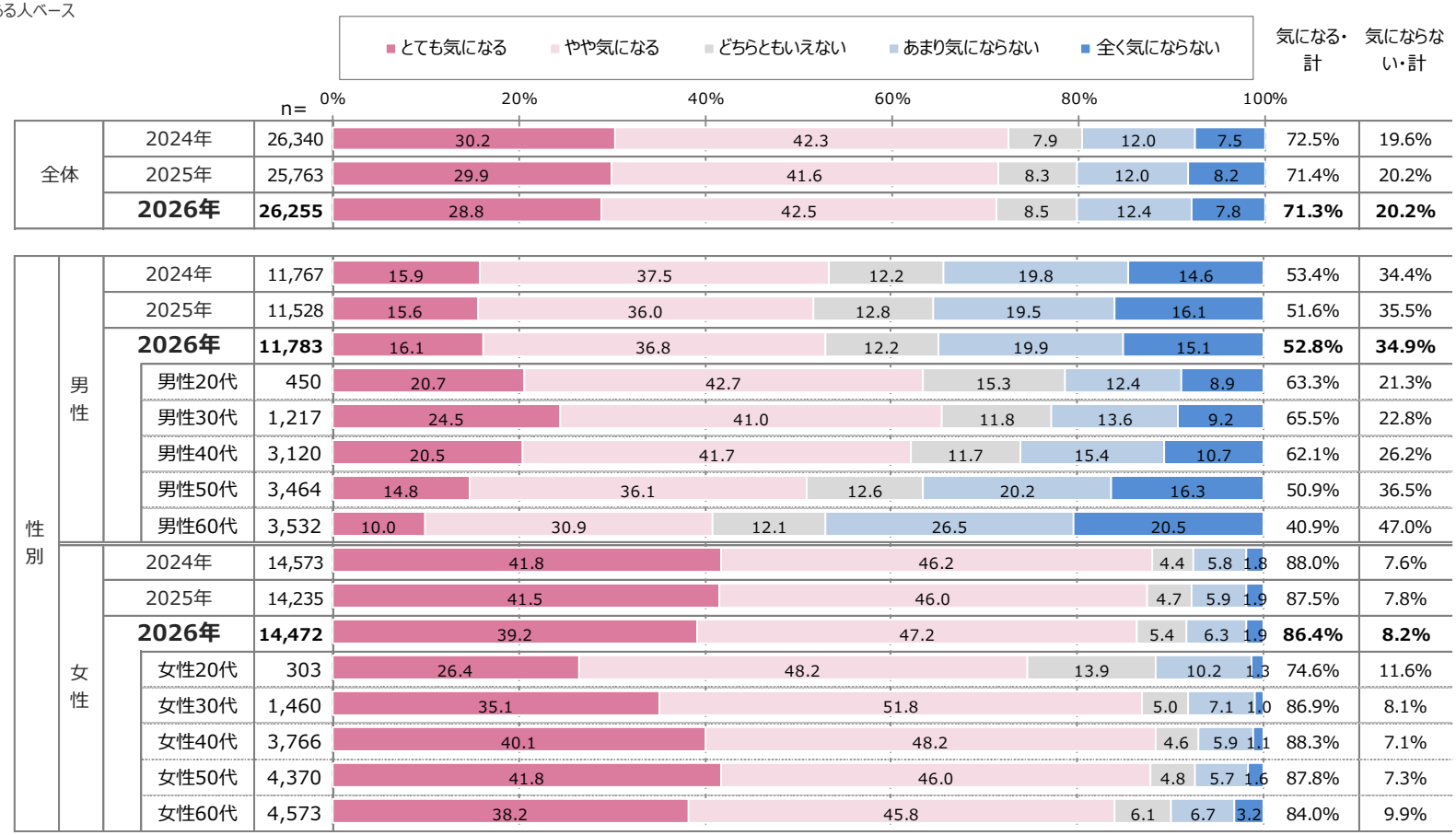
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

髪/頭皮の悩み【白髪】

- 「白髪」の人の中で「白髪が気になる」人は、ここ3年は7割強で横ばい
- 「とても気になる」をみると、男性よりも女性で顕著に高く、特に女性40～50代が4割以上で高め

SQ3S2 あなたは現在、以下のことについて、どの程度気にしていますか。【白髪について】(SAMT)

※白髪である人ベース



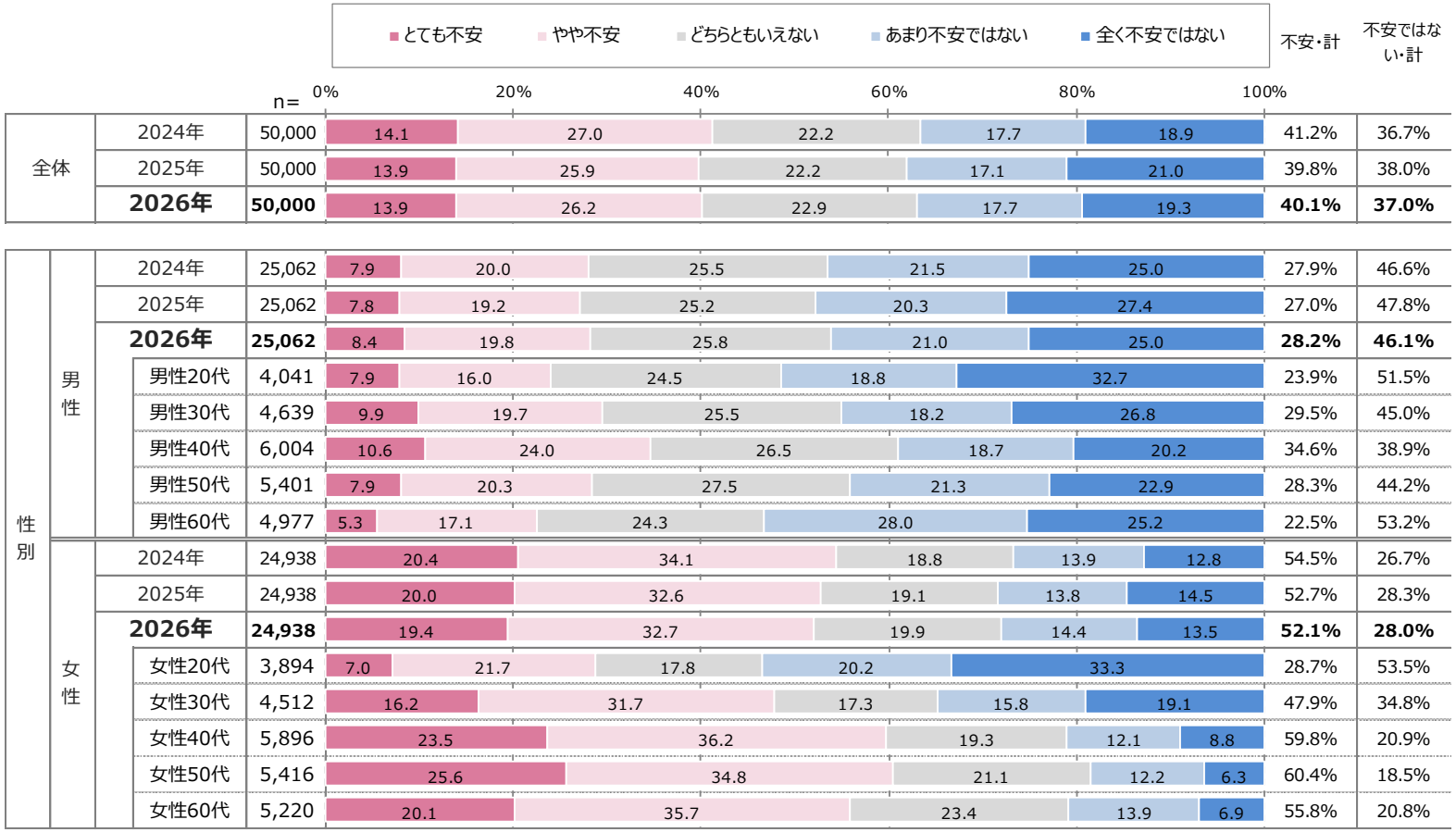
			n=	とても気になる	やや気になる	どちらともいえない	あまり気にならない	全く気にならない	気になる・計	気にならない・計
全体		2024年	26,340	30.2	42.3	7.9	12.0	7.5	72.5%	19.6%
		2025年	25,763	29.9	41.6	8.3	12.0	8.2	71.4%	20.2%
		2026年	**26,255**	28.8	42.5	8.5	12.4	7.8	**71.3%**	**20.2%**
性別	男性	2024年	11,767	15.9	37.5	12.2	19.8	14.6	53.4%	34.4%
		2025年	11,528	15.6	36.0	12.8	19.5	16.1	51.6%	35.5%
		2026年	**11,783**	16.1	36.8	12.2	19.9	15.1	**52.8%**	**34.9%**
		男性20代	450	20.7	42.7	15.3	12.4	8.9	63.3%	21.3%
		男性30代	1,217	24.5	41.0	11.8	13.6	9.2	65.5%	22.8%
		男性40代	3,120	20.5	41.7	11.7	15.4	10.7	62.1%	26.2%
		男性50代	3,464	14.8	36.1	12.6	20.2	16.3	50.9%	36.5%
		男性60代	3,532	10.0	30.9	12.1	26.5	20.5	40.9%	47.0%
	女性	2024年	14,573	41.8	46.2	4.4	5.8	1.8	88.0%	7.6%
		2025年	14,235	41.5	46.0	4.7	5.9	1.9	87.5%	7.8%
		2026年	**14,472**	39.2	47.2	5.4	6.3	1.9	**86.4%**	**8.2%**
		女性20代	303	26.4	48.2	13.9	10.2	1.3	74.6%	11.6%
		女性30代	1,460	35.1	51.8	5.0	7.1	1.0	86.9%	8.1%
		女性40代	3,766	40.1	48.2	4.6	5.9	1.1	88.3%	7.1%
		女性50代	4,370	41.8	46.0	4.8	5.7	1.6	87.8%	7.3%
		女性60代	4,573	38.2	45.8	6.1	6.7	3.2	84.0%	9.9%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

髪/頭皮に関する不安【白髪】

➢経年でみると、将来の「白髪」に関する不安はほぼ横ばい
➢「とても不安」をみると、女性40～50代で高め

SQ4S2 今後や将来を考えた時、以下のことについてどの程度不安に思っていますか。【白髪について】(SAMT)



			n=	とても不安	やや不安	どちらともいえない	あまり不安ではない	全く不安ではない	不安・計	不安ではない・計
全体		2024年	50,000	14.1	27.0	22.2	17.7	18.9	41.2%	36.7%
		2025年	50,000	13.9	25.9	22.2	17.1	21.0	39.8%	38.0%
		2026年	**50,000**	13.9	26.2	22.9	17.7	19.3	**40.1%**	**37.0%**
性別	男性	2024年	25,062	7.9	20.0	25.5	21.5	25.0	27.9%	46.6%
		2025年	25,062	7.8	19.2	25.2	20.3	27.4	27.0%	47.8%
		2026年	**25,062**	8.4	19.8	25.8	21.0	25.0	**28.2%**	**46.1%**
		男性20代	4,041	7.9	16.0	24.5	18.8	32.7	23.9%	51.5%
		男性30代	4,639	9.9	19.7	25.5	18.2	26.8	29.5%	45.0%
		男性40代	6,004	10.6	24.0	26.5	18.7	20.2	34.6%	38.9%
		男性50代	5,401	7.9	20.3	27.5	21.3	22.9	28.3%	44.2%
		男性60代	4,977	5.3	17.1	24.3	28.0	25.2	22.5%	53.2%
	女性	2024年	24,938	20.4	34.1	18.8	13.9	12.8	54.5%	26.7%
		2025年	24,938	20.0	32.6	19.1	13.8	14.5	52.7%	28.3%
		2026年	**24,938**	19.4	32.7	19.9	14.4	13.5	**52.1%**	**28.0%**
		女性20代	3,894	7.0	21.7	17.8	20.2	33.3	28.7%	53.5%
		女性30代	4,512	16.2	31.7	17.3	15.8	19.1	47.9%	34.8%
		女性40代	5,896	23.5	36.2	19.3	12.1	8.8	59.8%	20.9%
		女性50代	5,416	25.6	34.8	21.1	12.2	6.3	60.4%	18.5%
		女性60代	5,220	20.1	35.7	23.4	13.9	6.9	55.8%	20.8%

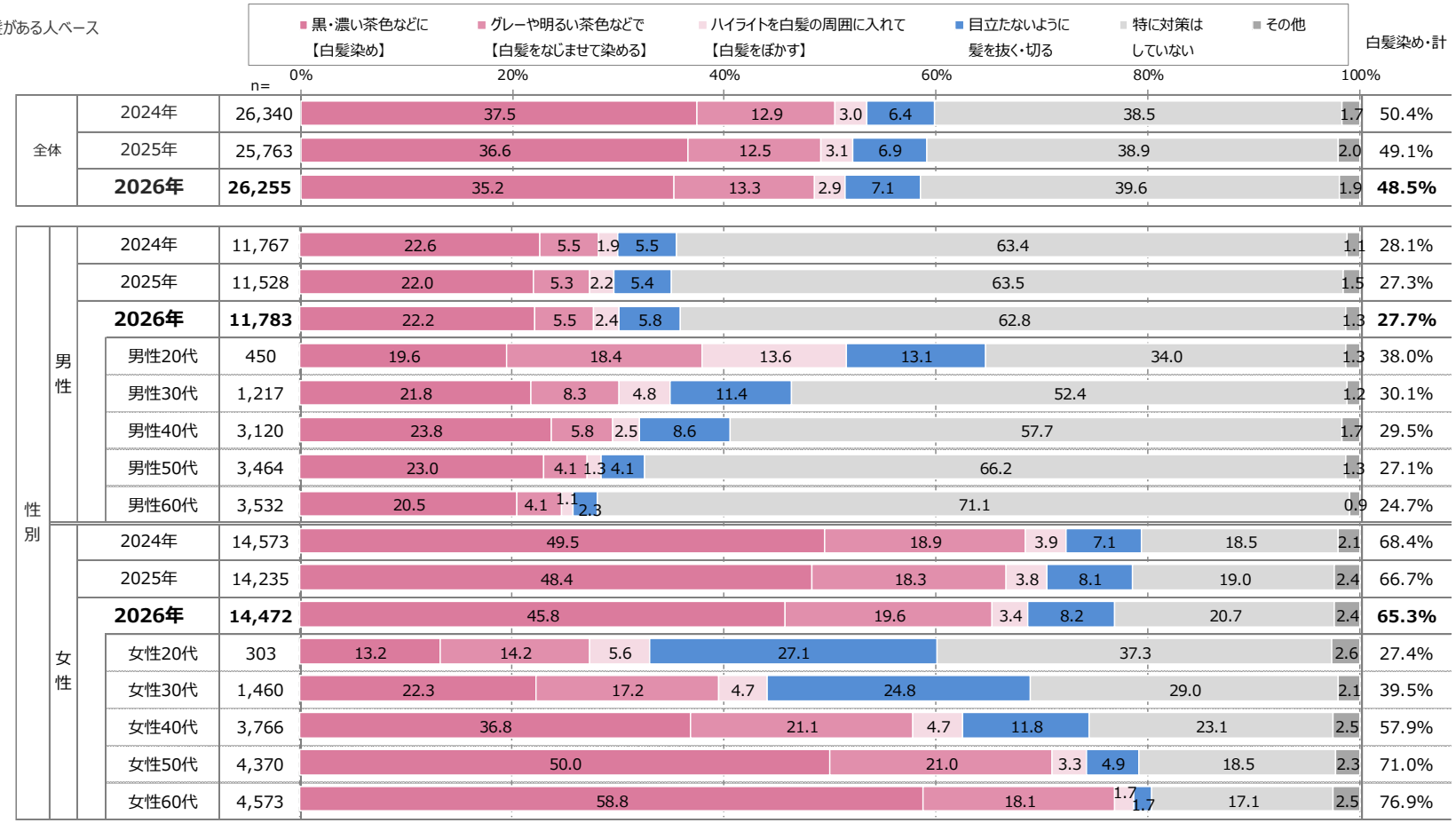
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染め有無【2024年-2026年】

- 「白髪染め」実施者は全体で5割弱、男性は3割弱、女性は6割半ばと差が大きい
- 男性は高年層ほど「特に対策はしていない」が、女性は高年層ほど「黒・濃い茶色などに白髪染め」の実施者が増える

SQ7 あなたは現在、白髪染めをしていますか。最もあてはまるものをお知らせください。(SA)

※白髪がある人ベース



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

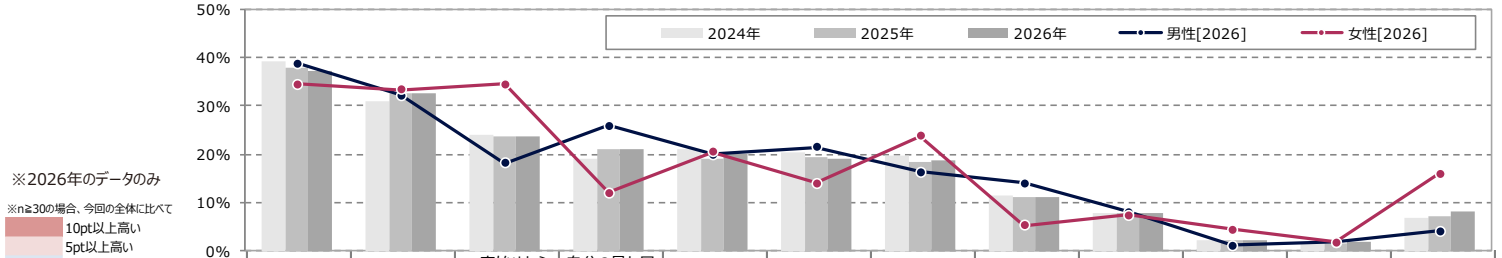
白髪染めをしない理由【白髪染めをしていない理由（いくつでも）】

- 主な理由は前年に続き「面倒」「お金がかかる」など
- 「お金がかかる」は男性30代、「一度始めたらやめられなさそう」は女性30～50代、「頭皮や髪に悪そう」は女性50～60代で特に高い

SQ9S1 あなたはなぜ、白髪があるのに白髪染めをしていないのですか。【白髪染めをしていない理由（いくつでも）】(MAMT)

※白髪があるが白髪染めしていない人ベース

※2026年全体の降順ソート



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	白髪染めをするのは面倒だから／面倒そうだから	白髪染めをするのはお金がかかる／かかりそうだから	一度始めたらやめられなさそうだから（継続して染めなければならないから）	自分の見た目を気にしていないから／白髪であることを気にしていないから	白髪染めをするのは時間がかかる／かかりそうだから	自然体でいたいから・白髪を生かしたいから	白髪染めをすると、頭皮や髪に悪そうだから	年相応に見られたいから	白髪／グレイヘアの方が素敵だと思うから	髪の色が暗くなってしまうのが嫌だから	過去に白髪染めに失敗したことがあるから	その他
全体	2024年	11,838	39.3	31.1	24.0	19.1	21.2	20.3	19.7	11.3	7.8	2.2	1.5	6.9
	2025年	11,811	37.8	32.6	23.6	21.1	19.0	19.3	18.3	11.1	7.7	2.2	1.5	7.1
	2026年	**12,264**	**37.4**	**32.7**	**23.8**	**21.2**	**20.1**	**18.9**	**18.9**	**11.0**	**7.8**	**2.3**	**1.8**	**8.1**
性別 男性	2024年	8,105	41.4	31.0	18.5	22.5	21.5	22.9	17.3	13.9	7.4	1.2	1.4	3.3
	2025年	7,944	39.0	32.2	17.6	25.4	18.5	21.9	15.3	14.1	7.5	1.1	1.3	3.6
	2026年	**8,082**	**38.9**	**32.3**	**18.2**	**25.9**	**20.0**	**21.5**	**16.3**	**14.0**	**8.0**	**1.2**	**1.7**	**4.1**
	男性20代	212	42.9	38.7	14.2	17.9	27.8	9.9	9.4	8.5	4.7	1.9	5.2	3.8
	男性30代	777	42.7	43.1	18.1	21.2	25.1	13.3	15.8	4.8	4.6	1.5	1.7	4.9
	男性40代	2,068	41.6	38.6	22.7	21.2	22.7	16.6	15.6	10.3	6.5	2.0	2.1	4.2
	男性50代	2,434	40.3	32.3	18.1	27.6	20.1	21.6	16.7	13.4	8.7	0.9	1.5	4.0
	男性60代	2,591	33.8	23.5	15.1	30.1	15.6	28.7	17.2	20.7	9.9	0.6	1.4	3.8
女性	2024年	3,733	34.8	31.4	36.0	11.6	20.4	14.8	24.8	5.8	8.7	4.3	1.8	14.7
	2025年	3,867	35.3	33.5	36.0	12.4	19.9	13.9	24.5	5.0	8.3	4.5	1.9	14.4
	2026年	**4,182**	**34.6**	**33.4**	**34.6**	**12.1**	**20.5**	**14.0**	**23.8**	**5.3**	**7.4**	**4.4**	**1.8**	**15.9**
	女性20代	195	26.7	35.9	22.6	11.8	12.8	7.7	10.3	1.5	2.1	5.6	1.5	21.0
	女性30代	786	32.2	36.1	37.0	8.3	18.8	6.5	13.1	1.7	2.3	6.4	1.1	20.9
	女性40代	1,314	33.6	33.7	35.8	8.1	20.9	9.1	21.4	3.4	3.9	6.2	1.4	17.6
	女性50代	1,025	39.1	36.7	38.3	13.0	22.4	16.1	29.4	6.0	9.3	2.8	2.7	13.5
	女性60代	862	34.6	26.0	28.8	20.6	20.6	27.4	33.8	11.5	16.4	1.4	2.1	10.8

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

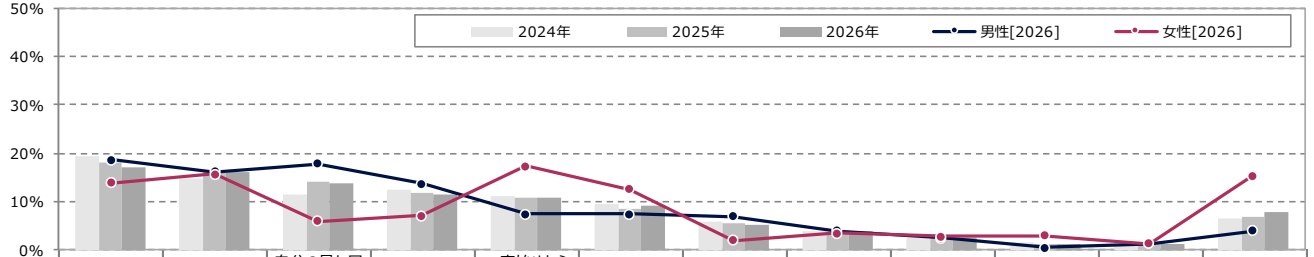
白髪染めをしない理由【その中で最も大きな理由（1つだけ）】

- 「面倒」がトップで、次いで「お金がかかる」
- 女性では「一度始めたらやめられなさそう」が最多となり、特に女性30代で高い

SQ9S2 あなたはなぜ、白髪があるのに白髪染めをしていないのですか。【その中で最も大きな理由（1つだけ）】(SAMT)

※白髪があるが白髪染めしていない人ベース

※2026年全体の降順ソート



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	白髪染めをするのは面倒だから／面倒そうだから	白髪染めをするのはお金がかかる／かかりそうだから	自分の見た目を気にしていないから／白髪であることを気にしていないから	自然体でいたいから・白髪を生かしたいから	一度始めたらやめられなさそうだから（継続して染めなければならないから）	白髪染めをすると、頭皮や髪に悪そうだから	年相応に見られたいから	白髪／グレイヘアの方が素敵だと思うから	白髪染めをするのは時間がかかる／かかりそうだから	髪の色が暗くなってしまうのが嫌だから	過去に白髪染めに失敗したことがあるから	その他
全体	2024年	11,838	19.4	14.7	11.6	12.6	11.0	9.5	5.8	3.9	2.6	1.5	1.0	6.6
	2025年	11,811	18.0	16.3	13.9	11.8	10.9	8.5	5.4	3.5	2.4	1.3	1.0	6.9
	2026年	12,264	**17.0**	**16.0**	**13.8**	**11.4**	**10.8**	**9.1**	**5.2**	**3.8**	**2.6**	**1.3**	**1.3**	**7.8**
性別 男性	2024年	8,105	21.4	14.9	14.3	14.9	7.4	8.4	7.4	3.8	2.7	0.7	0.9	3.2
	2025年	7,944	19.5	16.7	17.7	14.1	7.2	6.9	7.1	3.6	2.3	0.4	1.0	3.5
	2026年	**8,082**	**18.6**	**16.1**	**17.9**	**13.7**	**7.4**	**7.3**	**6.8**	**4.0**	**2.5**	**0.5**	**1.3**	**3.9**
	男性20代	212	24.1	27.4	11.8	4.7	4.7	4.7	5.2	2.8	7.5	0.0	3.8	3.3
	男性30代	777	23.3	24.6	15.1	7.7	7.7	6.7	2.1	2.4	3.7	0.8	1.4	4.5
	男性40代	2,068	20.3	20.8	13.7	10.3	10.3	6.4	5.0	3.3	3.2	0.9	1.6	4.2
	男性50代	2,434	18.5	15.6	19.3	13.4	7.1	8.1	6.5	4.2	2.1	0.2	1.1	3.9
	男性60代	2,591	15.6	9.5	21.2	19.3	5.4	7.7	10.2	4.8	1.5	0.4	1.0	3.6
女性	2024年	3,733	15.1	14.5	5.7	7.6	18.6	11.7	2.2	3.9	2.3	3.1	1.2	14.1
	2025年	3,867	14.9	15.7	6.3	7.0	18.6	11.8	1.8	3.3	2.6	3.0	1.2	13.8
	2026年	**4,182**	**13.9**	**15.7**	**5.9**	**7.0**	**17.4**	**12.5**	**2.0**	**3.4**	**2.8**	**2.9**	**1.3**	**15.3**
	女性20代	195	12.8	24.6	8.7	4.1	12.8	6.2	1.0	1.0	4.6	2.6	1.0	20.5
	女性30代	786	12.7	20.1	4.8	2.8	21.6	7.1	0.8	1.3	2.9	4.5	0.9	20.5
	女性40代	1,314	14.7	16.3	4.6	3.1	19.8	11.9	1.8	1.9	3.5	4.4	1.1	17.0
	女性50代	1,025	15.5	16.1	4.4	8.7	16.8	14.2	2.0	4.0	2.0	1.8	1.8	12.9
	女性60代	862	12.2	8.1	10.1	15.3	11.6	17.5	3.6	7.5	2.1	0.8	1.4	9.7

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

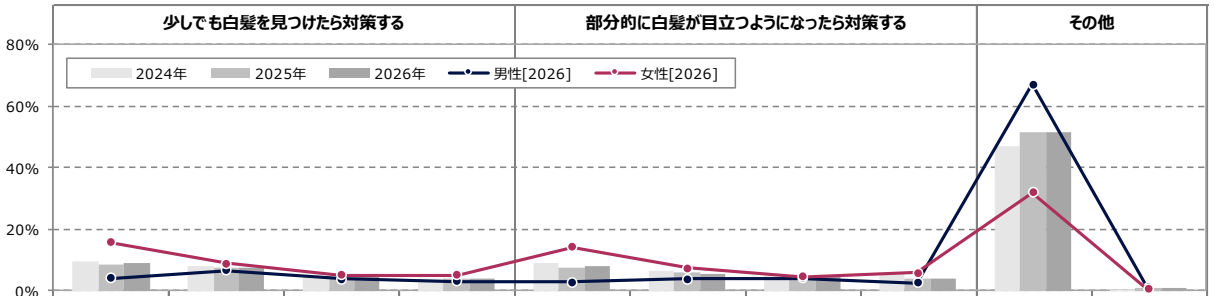
白髪の対策意向

➢男女ともに「自然のままに任せる」が高く、男性の方が7割弱とその意向が特に高い
➢それ以外の項目をみると女性で「明るい茶色などでなじむ感じに染める」が最多

SQ10 今後もし自身の白髪を感じ始めたとしたら、あなたは何か対策をすると思いますか。(SA)

※現在白髪ではない人ベース

※各カテゴリ内で2026年全体の降順ソート



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	明るい茶色などでなじむ感じに染めると思う	白髪とわからないように濃く染めると思う	白髪染めはせず、白髪が目立たないように髪を抜く・切ると思う	白髪を生かし、ハイライトやメッシュなど明るい色で白髪をぼかすと思う	明るい茶色などでなじむ感じに染めると思う	白髪とわからないように濃く染めると思う	白髪染めはせず、白髪が目立たないように髪を抜く・切ると思う	白髪を生かし、ハイライトやメッシュなど明るい色で白髪をぼかすと思う	特に白髪を染めたり抜いたりはせず、自然のままに任せると思う	その他
全体	2024年	23,660	9.6	8.0	4.7	4.0	9.3	6.4	4.8	5.4	47.2	0.6
	2025年	24,237	8.8	7.7	4.6	4.0	7.6	6.2	4.7	3.9	51.6	1.0
	2026年	**23,745**	**9.3**	**7.6**	**4.5**	**4.1**	**7.9**	**5.5**	**4.4**	**4.1**	**51.8**	**0.9**
性別 男性	2024年	13,295	4.3	6.7	4.6	2.8	3.7	5.0	4.7	3.3	64.3	0.7
	2025年	13,534	3.8	6.8	4.0	3.1	2.8	4.7	4.3	2.4	67.0	1.1
	2026年	**13,279**	**4.1**	**6.6**	**4.0**	**3.1**	**2.9**	**4.0**	**4.3**	**2.6**	**67.3**	**1.0**
	男性20代	3,591	5.8	8.7	4.1	4.3	4.1	4.5	4.8	3.6	59.4	0.9
	男性30代	3,422	4.4	8.2	4.3	3.3	2.7	5.1	5.2	2.7	63.6	0.6
	男性40代	2,884	3.7	6.2	4.5	3.2	2.6	3.6	4.2	2.7	68.6	0.9
	男性50代	1,937	3.0	3.6	3.8	1.9	2.1	3.4	3.4	1.5	75.7	1.5
	男性60代	1,445	1.9	3.0	2.6	1.1	1.9	2.1	2.4	1.2	82.1	1.8
女性	2024年	10,365	16.4	9.6	4.8	5.7	16.6	8.1	5.0	8.1	25.2	0.5
	2025年	10,703	15.1	8.8	5.3	5.3	13.6	8.0	5.3	5.7	32.1	0.8
	2026年	**10,466**	**15.8**	**8.9**	**5.1**	**5.3**	**14.2**	**7.4**	**4.5**	**6.0**	**32.1**	**0.7**
	女性20代	3,591	14.6	9.9	4.0	4.7	12.8	8.0	4.3	5.0	36.2	0.5
	女性30代	3,052	16.6	9.1	6.7	6.3	13.4	7.1	5.1	6.8	28.4	0.5
	女性40代	2,130	16.9	7.9	6.2	6.5	13.9	6.8	4.6	7.2	29.1	0.9
	女性50代	1,046	15.0	8.4	3.9	4.1	18.4	7.8	4.3	5.3	31.5	1.3
	女性60代	647	15.8	6.5	2.2	1.5	20.7	6.3	3.4	4.9	37.2	1.4

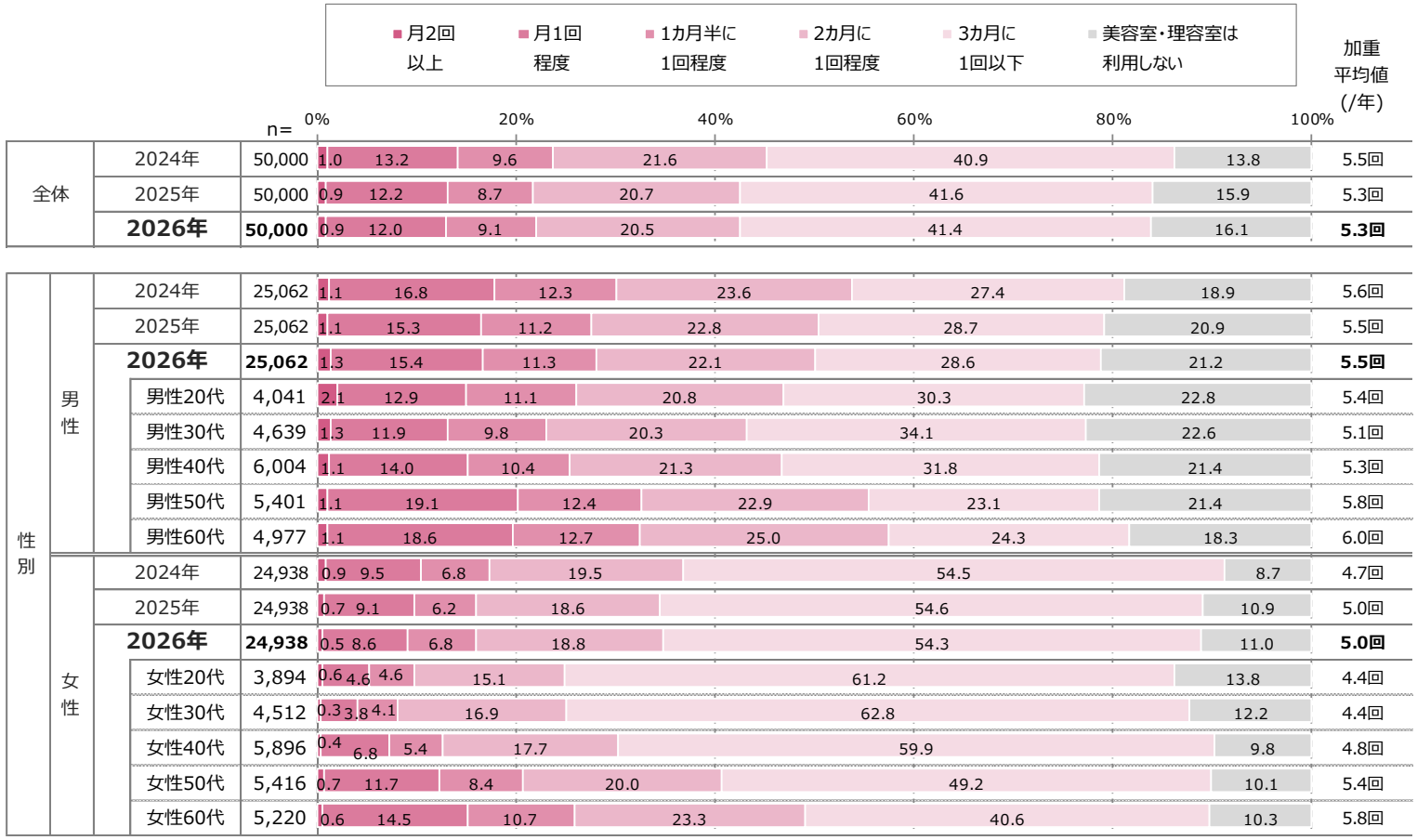
(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

理美容室利用頻度

➢理美容室の利用頻度は前年比横ばいで、今回も年に5.3回
➢男性60代が6.0回で最多、女性20～30代が4.4回で最少

SQ11 あなたは、美容室・理容室をどれくらいの頻度で利用していますか。(SA)



		n=	月2回以上	月1回程度	1カ月半に1回程度	2カ月に1回程度	3カ月に1回以下	美容室・理容室は利用しない	加重平均値(/年)
全体	2024年	50,000	1.0	13.2	9.6	21.6	40.9	13.8	5.5回
	2025年	50,000	0.9	12.2	8.7	20.7	41.6	15.9	5.3回
	2026年	**50,000**	0.9	12.0	9.1	20.5	41.4	16.1	**5.3回**
性別 男性	2024年	25,062	1.1	16.8	12.3	23.6	27.4	18.9	5.6回
	2025年	25,062	1.1	15.3	11.2	22.8	28.7	20.9	5.5回
	2026年	**25,062**	1.3	15.4	11.3	22.1	28.6	21.2	**5.5回**
	男性20代	4,041	2.1	12.9	11.1	20.8	30.3	22.8	5.4回
	男性30代	4,639	1.3	11.9	9.8	20.3	34.1	22.6	5.1回
	男性40代	6,004	1.1	14.0	10.4	21.3	31.8	21.4	5.3回
	男性50代	5,401	1.1	19.1	12.4	22.9	23.1	21.4	5.8回
	男性60代	4,977	1.1	18.6	12.7	25.0	24.3	18.3	6.0回
性別 女性	2024年	24,938	0.9	9.5	6.8	19.5	54.5	8.7	4.7回
	2025年	24,938	0.7	9.1	6.2	18.6	54.6	10.9	5.0回
	2026年	**24,938**	0.5	8.6	6.8	18.8	54.3	11.0	**5.0回**
	女性20代	3,894	0.6	4.6	4.6	15.1	61.2	13.8	4.4回
	女性30代	4,512	0.3	3.8	4.1	16.9	62.8	12.2	4.4回
	女性40代	5,896	0.4	6.8	5.4	17.7	59.9	9.8	4.8回
	女性50代	5,416	0.7	11.7	8.4	20.0	49.2	10.1	5.4回
	女性60代	5,220	0.6	14.5	10.7	23.3	40.6	10.3	5.8回

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

HOT PEPPER Beauty Academy

データ編
～白髪調査～

※集計値は四捨五入により、単一回答における合計が、必ずしも 100.0%にならないことがある

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

回答者属性①

性別



	n=	男性	女性
2024年	1,031	26.8	73.2
2025年	1,031	26.5	73.5
2026年	**1,031**	28.1	71.9

性年代



	n=	男性 20代	男性 30代	男性 40代	男性 50代	男性 60代	女性 20代	女性 30代	女性 40代	女性 50代	女性 60代	平均年齢
2024年	1,031	1.3	3.7	7.5	8.0	6.4	0.8	4.8	18.1	23.2	26.3	53.0歳
2025年	1,031	1.6	3.4	7.6	7.4	6.6	0.9	4.6	17.0	23.7	27.3	53.1歳
2026年	**1,031**	1.7	3.4	8.2	7.9	6.9	0.6	4.4	16.6	23.4	26.9	**53.4歳**

未既婚



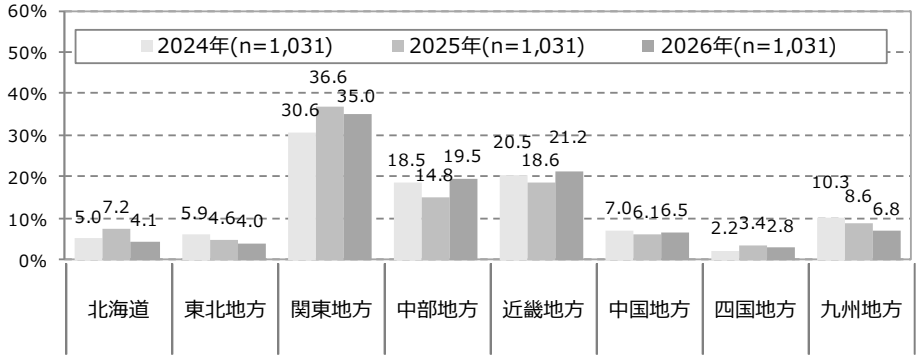
	n=	未婚	既婚
2024年	1,031	30.5	69.5
2025年	1,031	33.3	66.7
2026年	**1,031**	31.6	68.4

子供有無



	n=	子供なし	子供あり
2024年	1,031	33.3	66.7
2025年	1,031	34.9	65.1
2026年	**1,031**	32.8	67.2

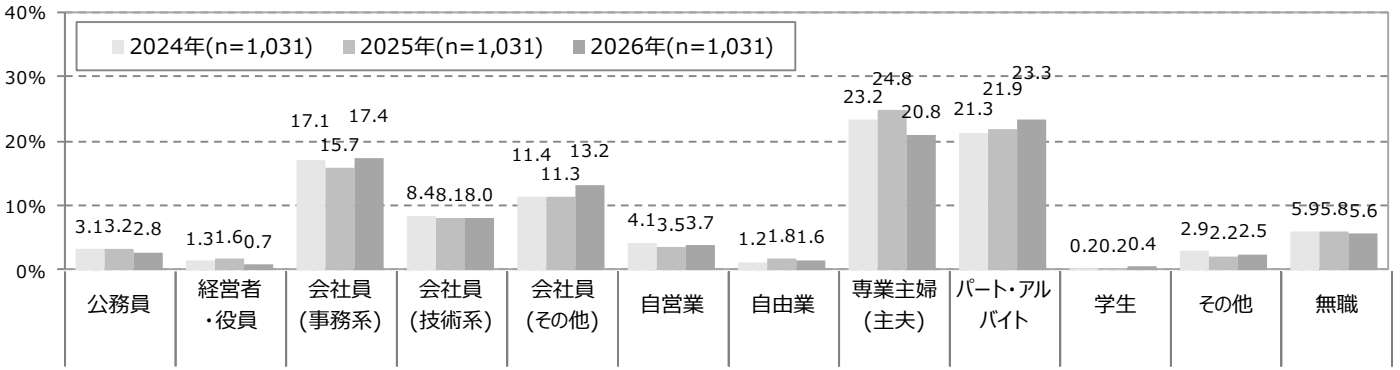
居住エリア



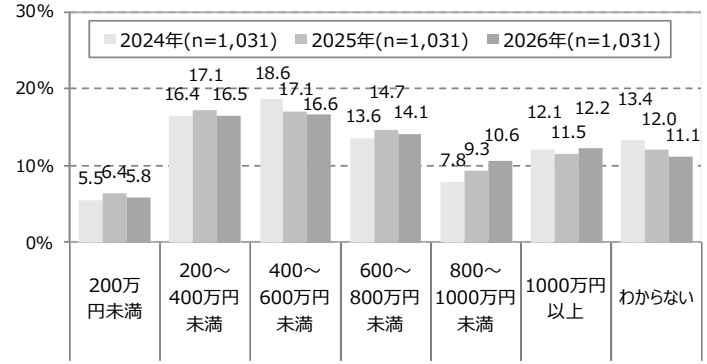
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

回答者属性②

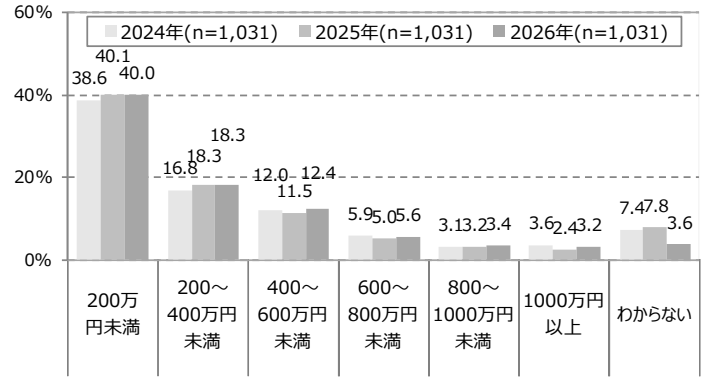
職業



世帯年収



個人年収



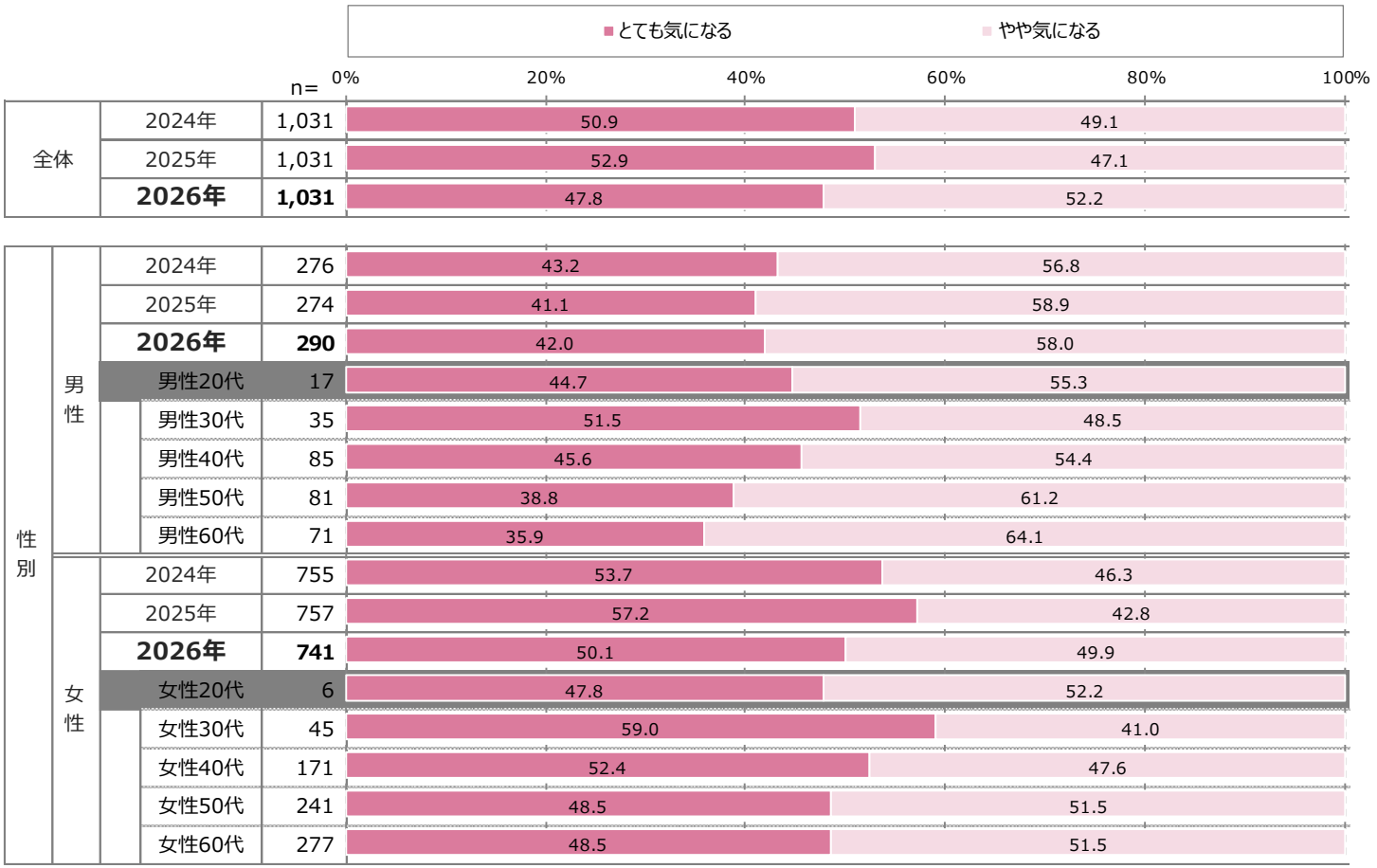
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

気になり度合い

➢白髪が「とても気になる」人は5割弱で、男性より女性で多い
➢女性30代で「とても気になる」の割合が最多

SQ3S2 あなたは現在、以下のことについて、どの程度気にしていますか。【白髪について】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



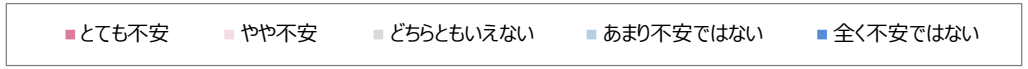
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

今後の白髪に関する不安

- 将来の不安に関しては、男性が8割弱、女性が7割半ばで、男性の方が不安に思う人が多い
- 女性30代で「とても不安」の割合が最多

SQ4S2 今後や将来を考えた時、以下のことについてどの程度不安に思っていますか。【白髪について】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	0%〜100%	不安・計	不安ではない・計
全体	2024年		1,031	36.7 / 44.0 / 15.7 / 3.2 / 0.5	80.6%	3.7%
	2025年		1,031	35.2 / 41.7 / 18.0 / 4.3 / 0.9	76.8%	5.2%
	2026年		**1,031**	33.6 / 43.2 / 17.5 / 5.2 / 0.5	**76.8%**	**5.7%**
性別	男性	2024年	276	32.0 / 42.7 / 19.5 / 5.8 / 0.0	74.7%	5.8%
		2025年	274	29.5 / 47.2 / 18.7 / 3.8 / 0.8	76.7%	4.6%
		2026年	**290**	32.3 / 45.3 / 17.6 / 4.2 / 0.7	**77.6%**	**4.9%**
		男性20代	17	41.7 / 45.6 / 8.7 / 1.9 / 1.9	87.4%	3.9%
		男性30代	35	47.6 / 43.7 / 7.8 / 1.0 / 0.0	91.3%	1.0%
		男性40代	85	37.9 / 42.7 / 13.6 / 4.9 / 1.0	80.6%	5.8%
		男性50代	81	23.3 / 52.4 / 19.4 / 3.9 / 1.0	75.7%	4.9%
		男性60代	71	26.2 / 40.8 / 27.2 / 5.8 / 0.0	67.0%	5.8%
	女性	2024年	755	38.4 / 44.4 / 14.2 / 2.3 / 0.7	82.8%	2.9%
		2025年	757	37.2 / 39.7 / 17.7 / 4.4 / 1.0	76.9%	5.4%
		2026年	**741**	34.1 / 42.4 / 17.4 / 5.6 / 0.4	**76.6%**	**6.0%**
		女性20代	6	43.5 / 45.7 / 8.7 / 0.0 / 2.2	89.1%	2.2%
		女性30代	45	56.5 / 36.6 / 5.6 / 1.2 / 0.0	93.2%	1.2%
		女性40代	171	45.6 / 40.8 / 8.7 / 4.9 / 0.0	86.4%	4.9%
		女性50代	241	34.0 / 39.8 / 20.4 / 5.8 / 0.0	73.8%	5.8%
		女性60代	277	23.3 / 46.6 / 22.3 / 6.8 / 1.0	69.9%	7.8%

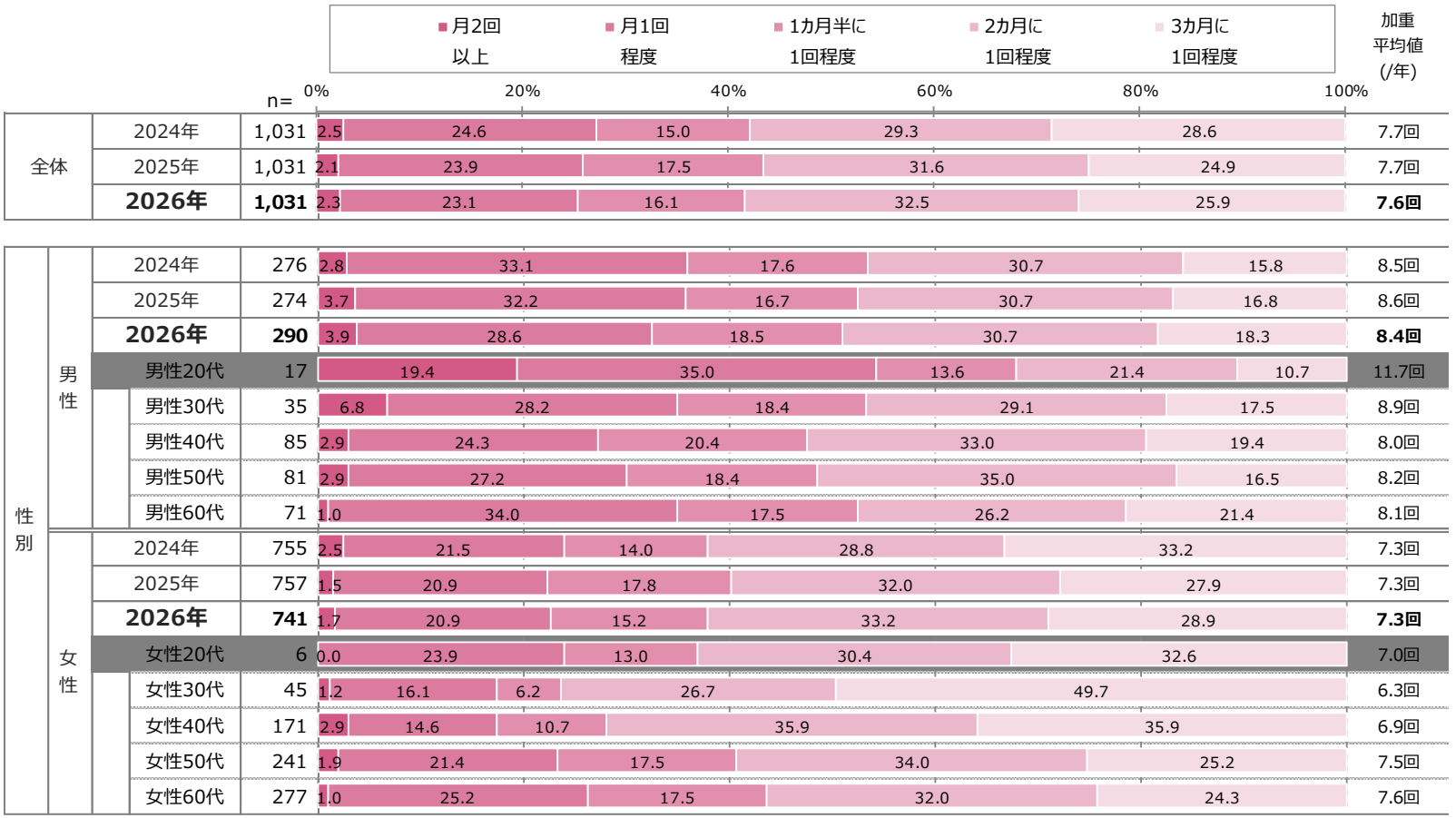
© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

理美容室利用頻度

➢理美容室利用頻度の全体平均は、年間7.6回
➢男性30代が8.9回で最多、女性30代が6.3回で最少

SQ11 あなたは、美容室・理容室をどれくらいの頻度で利用していますか。(SA)

※n <30のスコアは参考値



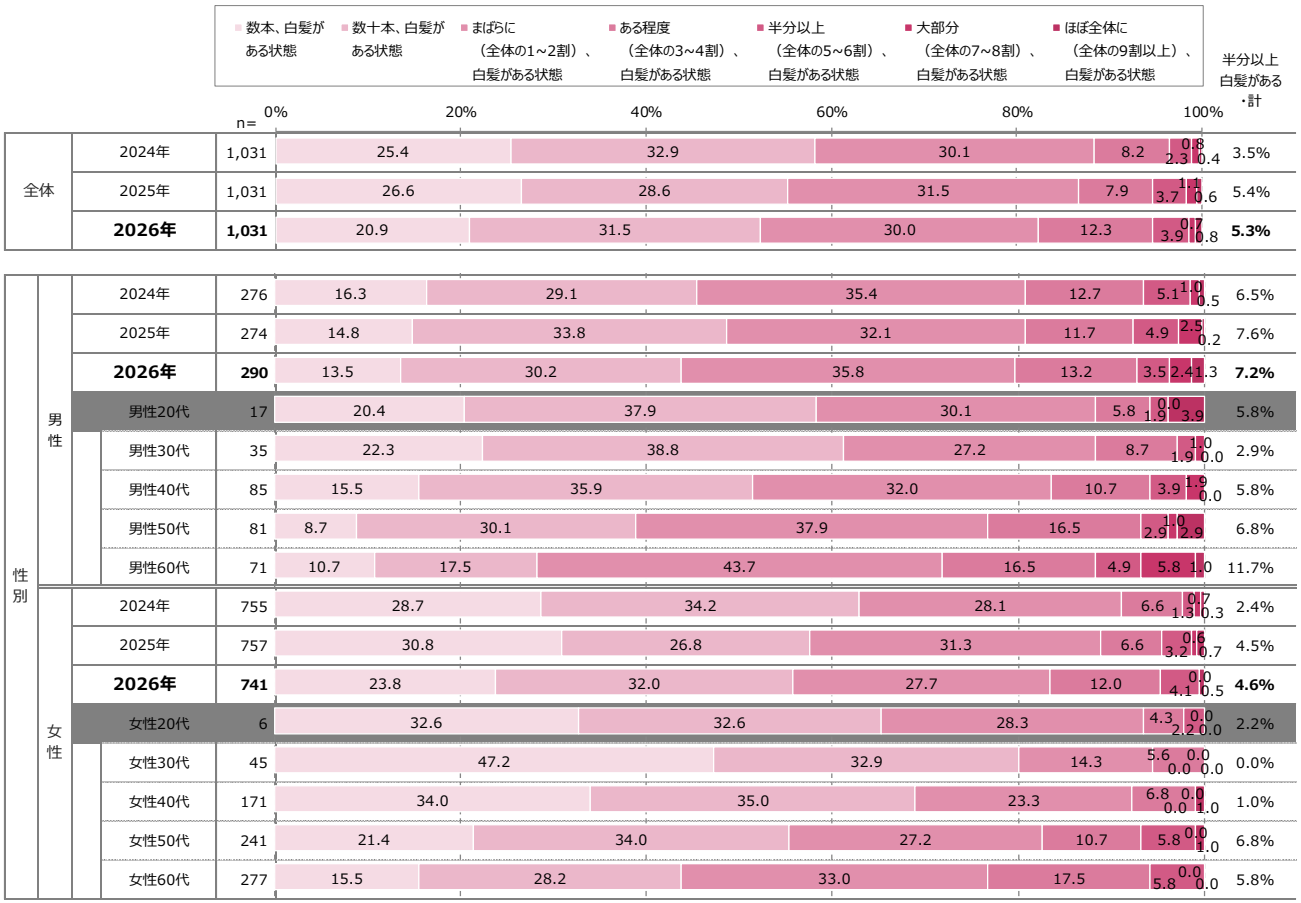
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪の割合【白髪が気になり始めたとき】

- **全体では「数本から全体の1～2割」白髪がある状態が8割強**
- **女性30代では「数本」白髪がある状態で気になり始めた人が5割弱と多め**

Q2S1 以下のタイミングでの白髪の状態について、以下の項目の中で最も近いと思うものをお知らせください。【白髪が気になり始めたとき】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



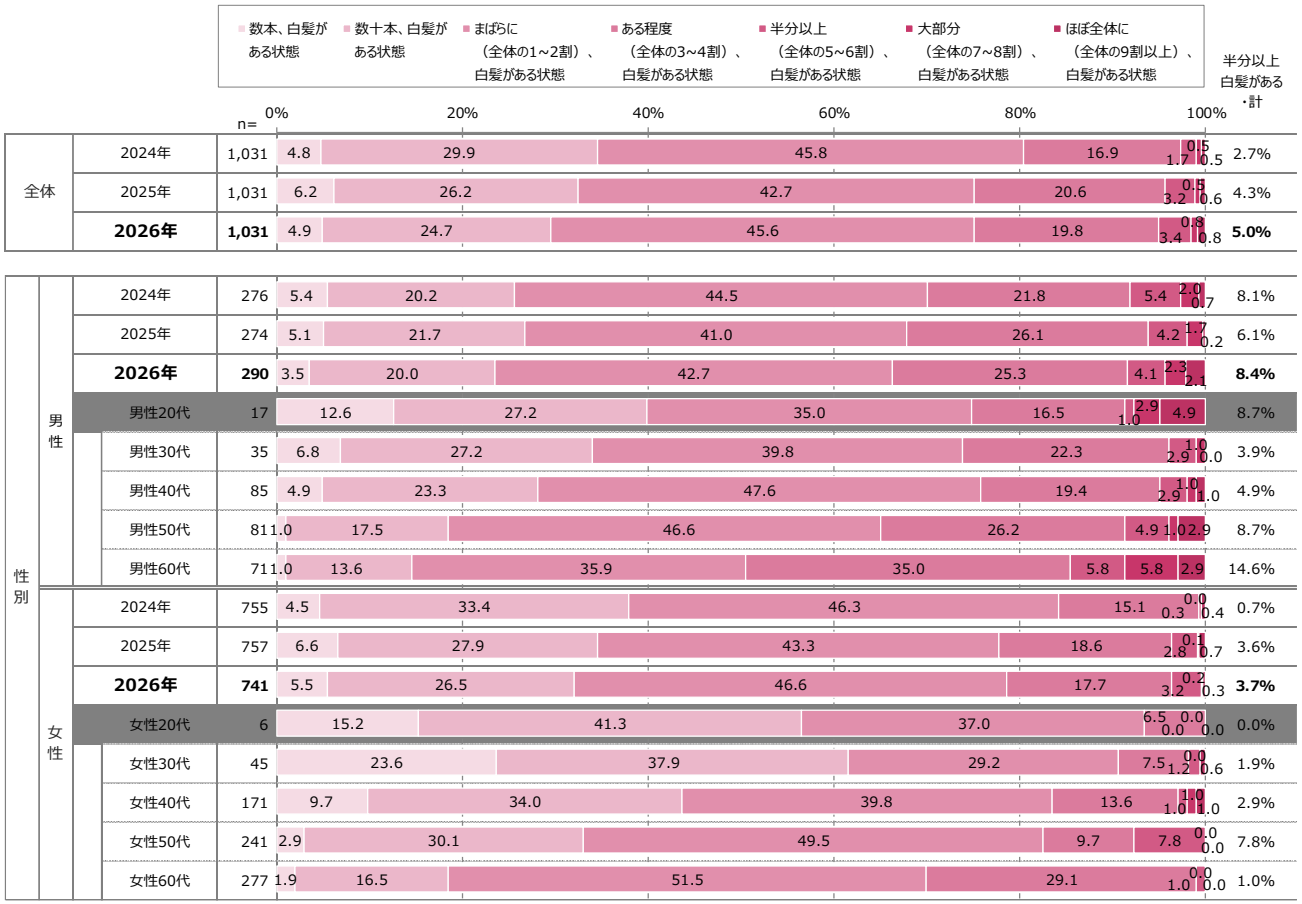
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪の割合【白髪染め（ヘアカラー）を始めたとき】

- 全体では「全体の1～2割」白髪がある状態が4割半ばで最多
- 女性50～60代では「全体の1～2割」白髪がある状態で白髪染めを始める人が5割前後と多め

Q2S2 以下のタイミングでの白髪の状態について、以下の項目の中で最も近いと思うものをお知らせください。【白髪染め（ヘアカラー）を始めたとき】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



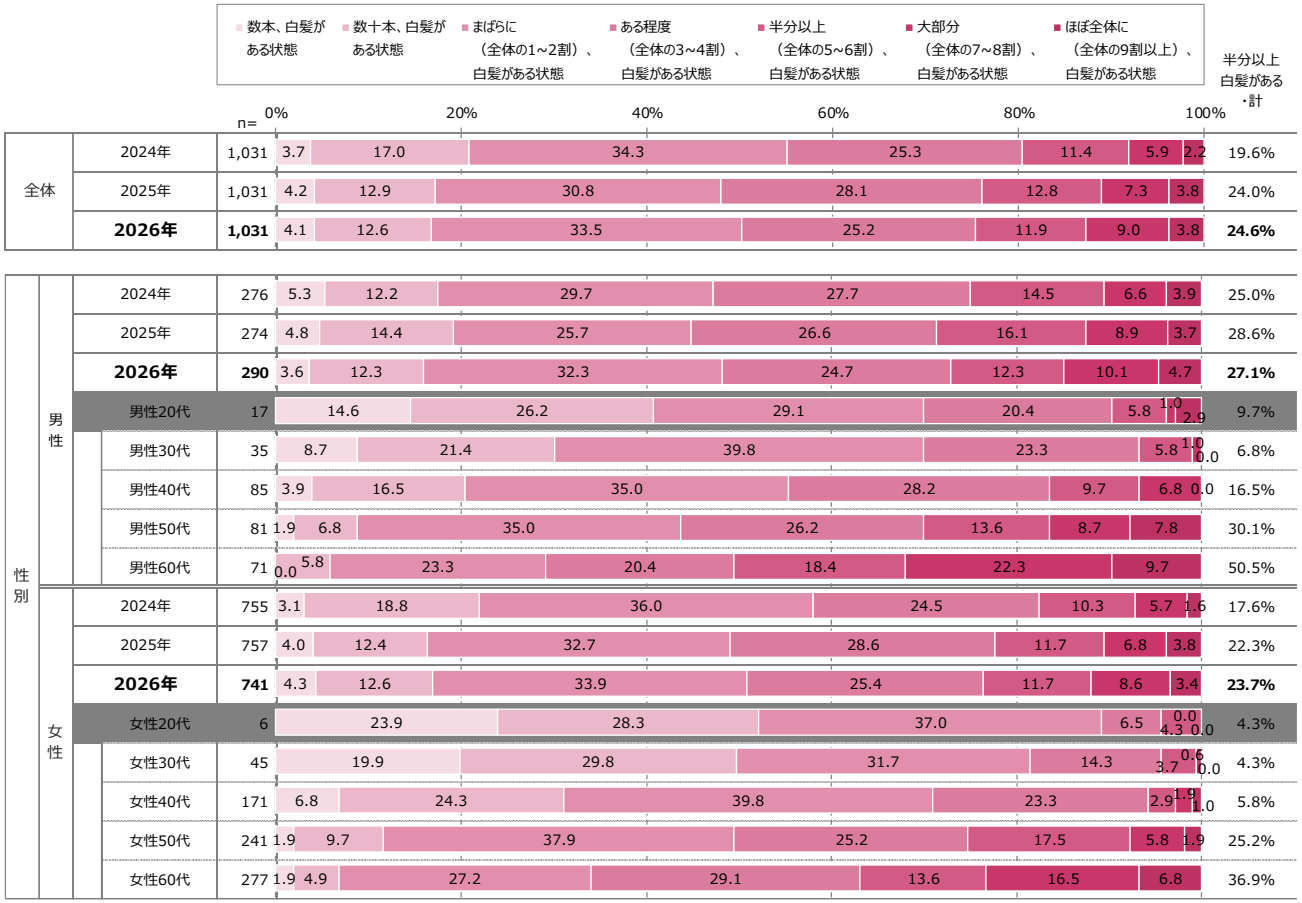
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪の割合【現在】

➢全体では「半分以上～ほぼ全体」白髪がある状態が2割半ば。経年で上昇傾向
➢「半分以上～ほぼ全体」白髪がある割合は、すべての年代で男性の方が女性よりも高く、特に男性60代が5割で高め

Q2S3 以下のタイミングでの白髪の状態について、以下の項目の中で最も近いと思うものをお知らせください。【現在】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

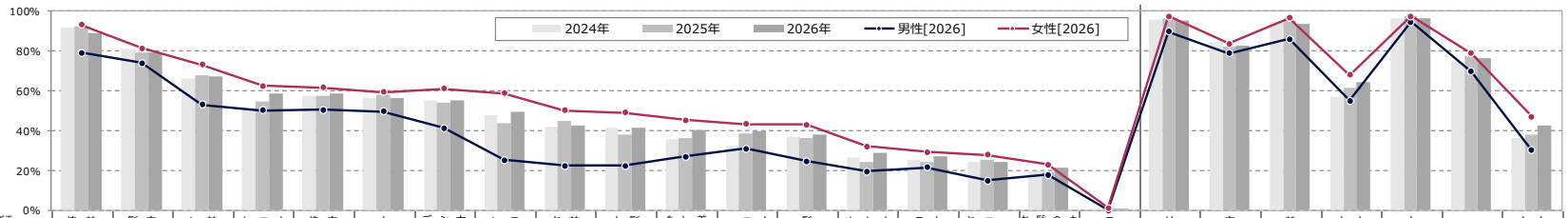
白髪対策【知っているもの】

➢全体では「理美容室での白髪染め」が9割、「自宅での白髪染め」が8割と認知率が高い傾向

➢すべての項目で男性より女性の方が認知率が高い

Q3S1 以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の中で、以下の項目に当てはまるものをすべてお知らせください。【知っているもの】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め用薬剤を使用）	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	白髪を抜く・切る	白髪を徐々に染めていく効果のある、シャンプー・トリートメント・コンディショナー・リンス等を利用する	スティック（塗る）タイプの白髪隠しを利用する	美容室・理容室でヘッドスパ・ヘッドマッサージ	髪の分け目や髪型を変えて白髪を目立たなくする	美容室・理容室での白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	髪型・ヘアスタイルで隠す	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	白髪によいとされる食生活を心がける	ヘッドスパ専門サロンや、リラク・エステサロンでのヘッドスパ・ヘッドマッサージ	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	その他	サロン染め・計	自宅染め・計	美容室・理容室・計	カラー専門サロン・白髪染め専門サロン・計	白髪染め・計	ヘアカラー/おしゃれ染め・計	白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト・計
全体	2024年	1,031	91.7	80.8	66.2	50.5	57.7	56.2	55.3	47.6	42.1	41.3	35.7	32.3	37.1	26.4	25.4	24.2	19.7	0.3	95.7	84.2	94.9	57.1	96.6	74.5	36.5
	2025年	1,031	92.6	79.1	68.0	54.8	57.8	58.4	54.4	43.6	44.7	38.4	36.6	38.9	36.4	24.2	24.1	25.7	19.4	0.6	96.6	82.1	95.3	61.5	97.9	77.8	37.9
	2026年	**1,031**	**89.2**	**79.4**	**67.5**	**59.0**	**58.5**	**56.7**	**55.5**	**49.4**	**42.4**	**41.6**	**40.1**	**40.0**	**37.8**	**28.7**	**27.0**	**24.4**	**21.6**	**1.0**	**95.3**	**82.5**	**93.6**	**64.4**	**96.7**	**76.3**	**42.4**
性別 男性	2024年	276	83.8	84.0	54.6	40.1	48.3	49.3	45.5	25.2	23.6	25.1	26.7	26.3	26.4	18.1	19.7	16.2	16.3	0.0	90.6	87.1	88.6	46.9	96.2	67.3	28.5
	2025年	274	87.2	82.3	59.5	43.5	57.7	54.2	47.0	23.3	29.0	26.8	35.7	33.1	29.5	24.1	24.5	19.5	21.3	0.5	91.4	86.6	89.8	52.8	96.4	74.6	38.5
	2026年	**290**	**79.2**	**73.9**	**53.0**	**50.1**	**50.6**	**49.6**	**41.4**	**25.3**	**22.4**	**22.3**	**27.0**	**31.1**	**24.7**	**19.5**	**21.5**	**15.1**	**18.0**	**0.2**	**89.9**	**79.0**	**85.9**	**55.2**	**94.7**	**69.7**	**30.3**
	男性20代	17	66.0	29.1	57.3	59.2	25.2	25.2	24.3	18.4	21.4	23.3	43.7	43.7	19.4	27.2	19.4	22.3	39.8	0.0	94.2	38.8	85.4	76.7	92.2	78.6	56.3
	男性30代	35	68.0	58.3	55.3	61.2	45.6	47.6	40.8	24.3	28.2	29.1	36.9	42.7	33.0	24.3	35.0	26.2	26.2	0.0	88.3	66.0	80.6	68.0	92.2	74.8	39.8
	男性40代	85	82.5	70.9	64.1	54.4	56.3	53.4	40.8	27.2	33.0	30.1	28.2	34.0	34.0	26.2	23.3	19.4	17.5	0.0	94.2	77.7	89.3	59.2	92.2	74.8	30.1
	男性50代	81	78.6	81.6	48.5	44.7	56.3	60.2	45.6	26.2	18.4	21.4	21.4	28.2	21.4	16.5	20.4	11.7	18.4	0.0	86.4	84.5	83.5	48.5	95.1	66.0	26.2
	男性60代	71	84.5	87.4	42.7	43.7	45.6	39.8	41.7	24.3	11.7	10.7	23.3	22.3	14.6	10.7	14.6	6.8	8.7	1.0	88.3	90.3	87.4	46.6	99.0	63.1	24.3
女性	2024年	755	94.6	79.7	70.5	54.3	61.2	58.8	58.9	55.8	48.9	47.2	39.0	34.5	41.1	29.4	27.4	27.1	21.0	0.3	97.6	83.2	97.1	60.8	96.8	77.1	39.4
	2025年	757	94.6	77.9	71.0	58.9	57.9	59.9	57.0	50.9	50.4	42.5	37.0	40.9	38.8	24.2	23.9	28.0	18.7	0.6	98.5	80.6	97.2	64.7	98.4	79.0	37.7
	2026年	**741**	**93.2**	**81.5**	**73.2**	**62.4**	**61.6**	**59.5**	**61.0**	**58.8**	**50.2**	**49.1**	**45.3**	**43.5**	**43.0**	**32.3**	**29.2**	**28.0**	**23.0**	**1.3**	**97.4**	**83.9**	**96.7**	**67.9**	**97.4**	**79.0**	**47.1**
	女性20代	6	80.4	45.7	58.7	45.7	43.5	45.7	19.6	30.4	21.7	26.1	34.8	30.4	34.8	15.2	15.2	15.2	17.4	0.0	95.7	50.0	89.1	58.7	91.3	71.7	34.8
	女性30代	45	88.8	67.7	76.4	58.4	59.0	64.0	46.6	53.4	40.4	47.8	49.1	47.2	50.9	29.2	41.0	29.2	33.5	0.0	95.7	73.3	95.7	62.1	92.5	82.0	50.3
	女性40代	171	95.1	77.7	74.8	61.2	62.1	66.0	61.2	61.2	48.5	52.4	52.4	43.7	51.5	27.2	35.9	28.2	26.2	1.0	99.0	77.7	99.0	65.0	97.1	81.6	54.4
	女性50代	241	95.1	85.4	75.7	66.0	66.0	60.2	61.2	58.3	59.2	51.5	50.5	50.5	42.7	34.0	27.2	30.1	25.2	1.0	97.1	88.3	97.1	68.0	98.1	81.6	52.4
	女性60代	277	91.3	83.5	69.9	61.2	58.3	54.4	64.1	59.2	45.6	45.6	35.9	36.9	36.9	35.0	25.2	26.2	17.5	1.9	97.1	86.4	95.1	70.9	98.1	74.8	37.9

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪対策【現在実施しているもの】

- 全体では「理美容室での白髪染め」が4割半ば、「自宅での白髪染め」が4割で上位
- 男性では「自宅での白髪染め」、女性では「理美容室での白髪染め」が最多

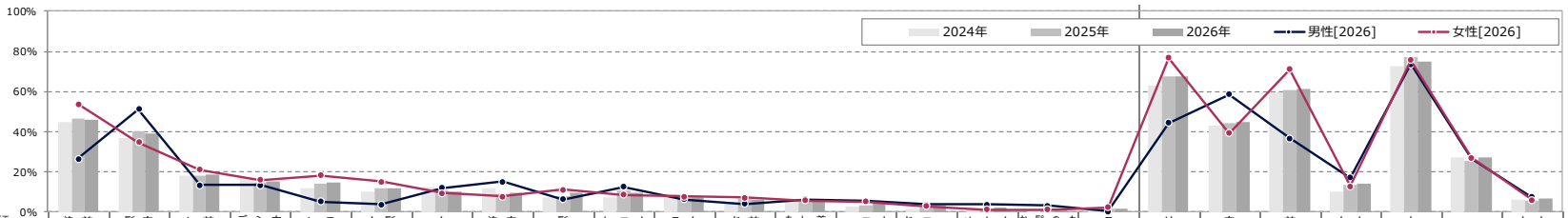
Q3S2 以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の中で、以下の項目に当てはまるものをすべてお知らせください。【現在実施しているもの】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※n <30のスコアは参考値

※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降



		n=	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	白髪を徐々に染めていく効果のある、シャンプー・トリートメント・コンディショナー・リンス等を利用する	スティック（塗る）タイプの白髪隠しを利用する	髪の分け目や髪型を変えて白髪を目立たなくする	白髪を抜く・切る	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	髪型・ヘアスタイルで隠す	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め用薬剤を使用）	白髪によいとされる食生活を心がける	美容室・理容室でヘッドスパ・ヘッドマッサージ	美容室・理容室での白髪ぼかし/白髪ハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロンで白髪ぼかし/白髪ハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	ヘッドスパ専門サロンや、リラク・エステサロンでのヘッドスパ・ヘッドマッサージ	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	その他	サロン染め・計	自宅染め・計	美容室・理容室・計	カラー専門サロン・白髪染め専門サロン・計	白髪染め・計	ヘアカラー/おしゃれ染め・計	白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト・計
全体	2024年	1,031	44.5	36.6	17.9	16.8	11.9	10.3	12.2	11.7	7.4	7.4	9.0	5.0	5.3	2.5	1.7	1.6	1.7	1.8	63.3	43.2	59.5	10.2	72.8	27.3	5.9
	2025年	1,031	46.5	40.2	18.0	14.8	14.1	11.9	10.8	8.9	7.7	10.4	7.4	6.6	5.1	3.5	2.3	1.5	1.3	1.5	67.5	44.4	60.5	13.3	77.0	25.6	5.8
	2026年	**1,031**	**46.1**	**39.4**	**18.9**	**15.1**	**14.6**	**11.8**	**10.2**	**9.7**	**9.7**	**9.6**	**7.3**	**6.2**	**5.9**	**5.1**	**3.2**	**1.9**	**1.8**	**1.7**	**67.6**	**44.7**	**61.5**	**13.9**	**75.0**	**27.0**	**6.4**
性別 男性	2024年	276	22.9	58.3	11.3	15.6	4.8	5.1	11.8	12.7	4.2	4.1	6.5	3.4	5.5	3.2	2.5	2.4	2.2	0.9	36.3	64.1	33.6	7.6	73.6	22.0	6.1
	2025年	274	26.4	56.7	11.5	14.5	3.9	5.8	10.3	14.6	7.5	7.0	8.5	3.6	5.5	5.3	3.8	3.5	3.2	1.2	41.0	63.6	35.9	11.5	75.5	24.1	7.0
	2026年	**290**	**26.4**	**51.2**	**13.4**	**13.4**	**5.2**	**3.7**	**12.0**	**15.0**	**6.3**	**12.5**	**6.4**	**4.1**	**6.2**	**5.3**	**3.7**	**3.8**	**3.1**	**0.3**	**44.2**	**58.5**	**36.8**	**17.1**	**73.8**	**26.8**	**7.4**
	男性20代	17	46.6	16.5	30.1	7.8	4.9	7.8	7.8	8.7	9.7	37.9	9.7	9.7	21.4	21.4	11.7	7.8	22.3	1.0	85.4	20.4	67.0	59.2	71.8	48.5	35.0
	男性30代	35	33.0	41.7	15.5	13.6	6.8	5.8	14.6	24.3	10.7	17.5	16.5	7.8	13.6	14.6	8.7	6.8	7.8	0.0	58.3	49.5	45.6	27.2	68.0	35.9	14.6
	男性40代	85	32.0	41.7	20.4	19.4	7.8	4.9	15.5	18.4	7.8	13.6	7.8	7.8	8.7	6.8	6.8	7.8	2.9	1.0	52.4	50.5	45.6	19.4	66.0	34.0	9.7
	男性50代	81	19.4	53.4	11.7	10.7	3.9	3.9	12.6	11.7	6.8	8.7	3.9	1.0	1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	35.9	60.2	31.1	9.7	72.8	22.3	1.0
	男性60代	71	19.4	72.8	1.9	10.7	2.9	0.0	6.8	11.7	1.0	6.8	1.9	0.0	1.9	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	27.2	79.6	21.4	7.8	87.4	13.6	1.9
女性	2024年	755	52.5	28.7	20.3	17.2	14.5	12.2	12.4	11.3	8.6	8.6	9.8	5.6	5.3	2.2	1.4	1.3	1.5	2.1	73.1	35.6	68.9	11.2	72.4	29.2	5.8
	2025年	757	53.8	34.2	20.4	14.9	17.8	14.1	10.9	6.9	7.7	11.7	7.0	7.7	5.0	2.8	1.8	0.8	0.5	1.6	77.0	37.4	69.4	14.0	77.6	26.2	5.3
	2026年	**741**	**53.8**	**34.7**	**21.0**	**15.8**	**18.2**	**15.0**	**9.4**	**7.7**	**11.0**	**8.4**	**7.6**	**7.0**	**5.8**	**5.0**	**3.0**	**1.2**	**1.2**	**2.3**	**76.8**	**39.3**	**71.1**	**12.7**	**75.5**	**27.1**	**6.1**
	女性20代	6	41.3	13.0	28.3	13.0	15.2	4.3	23.9	19.6	8.7	19.6	6.5	6.5	15.2	10.9	8.7	8.7	10.9	0.0	73.9	28.3	63.0	28.3	58.7	45.7	15.2
	女性30代	45	46.0	24.8	37.3	14.3	20.5	20.5	28.0	12.4	22.4	4.3	15.5	4.3	9.3	6.8	2.5	3.1	3.7	0.0	78.9	29.8	76.4	9.9	58.4	49.1	9.9
	女性40代	171	57.3	34.0	31.1	16.5	21.4	16.5	13.6	13.6	11.7	7.8	7.8	11.7	10.7	4.9	4.9	1.0	3.9	1.0	83.5	41.7	81.6	10.7	73.8	39.8	11.7
	女性50代	241	52.4	33.0	21.4	12.6	16.5	12.6	6.8	7.8	8.7	14.6	5.8	6.8	5.8	4.9	3.9	0.0	0.0	2.9	79.6	36.9	69.9	16.5	75.7	29.1	5.8
	女性60代	277	54.4	38.8	11.7	18.4	17.5	15.5	5.8	2.9	10.7	3.9	7.8	4.9	1.9	4.9	1.0	1.9	0.0	2.9	69.9	41.7	65.0	10.7	79.6	13.6	1.9

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪対策【以前は実施していたが、現在はやらなくなったもの】

➢全体では「白髪を抜く・切る」が2割半ばで最多
➢男性60代では「理美容室での白髪染め」が3割弱で高い

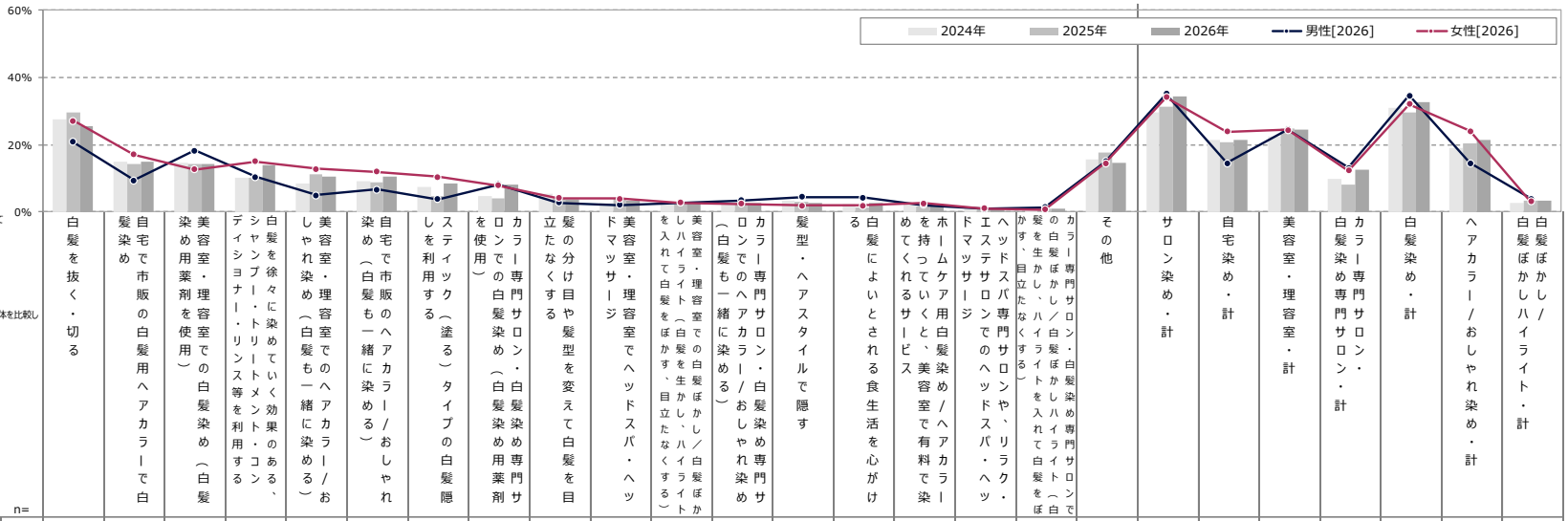
Q3S3 以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の中で、以下の項目に当てはまるものをすべてお知らせください。【以前は実施していたが、現在はやらなくなったもの】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値

※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降



		n=	白髪を抜く・切る	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	白髪を徐々に染めていく効果のある、シャンプー・トリートメント・コンディショナー・リンス等を利用する	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	スティック（塗る）タイプの白髪隠しを利用する	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め用薬剤を使用）	髪の分け目や髪型を変えて白髪を目立たなくする	美容室・理容室でヘッドスパ・ヘッドマッサージ	美容室・理容室での白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	髪型・ヘアスタイルで隠す	白髪によいとされる食生活を心がける	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料でやってくれるサービス	ヘッドスパ専門サロンや、リラク・エステサロンでのヘッドスパ・ヘッドマッサージ	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	その他	サロン染め・計	自宅染め・計	美容室・理容室・計	カラー専門サロン・白髪染め専門サロン・計	白髪染め・計	ヘアカラー/おしゃれ染め・計	白髪ぼかし/ハイライト・計
全体	2024年	1,031	27.6	15.1	14.6	10.2	8.6	9.1	7.4	4.6	5.3	2.7	2.2	2.8	3.3	2.4	2.6	0.9	0.9	15.8	29.7	21.5	22.4	9.9	31.1	19.0	2.6
	2025年	1,031	29.7	14.3	14.3	10.2	11.1	8.8	4.6	3.9	4.2	3.9	2.2	2.6	2.9	1.3	1.6	1.3	1.1	17.8	31.4	20.7	24.9	8.1	29.5	20.3	3.2
	2026年	**1,031**	**25.4**	**14.8**	**14.2**	**13.8**	**10.6**	**10.5**	**8.6**	**8.0**	**3.7**	**3.4**	**2.8**	**2.7**	**2.6**	**2.5**	**2.4**	**0.9**	**0.9**	**14.6**	**34.4**	**21.3**	**24.5**	**12.5**	**32.8**	**21.3**	**3.4**
性別 男性	2024年	276	25.2	12.6	17.2	10.1	6.0	7.3	4.0	4.3	3.5	0.9	2.4	1.6	5.0	3.0	2.2	0.2	1.1	18.1	30.3	18.8	24.1	8.5	32.8	14.1	3.0
	2025年	274	28.3	10.0	16.6	9.7	8.2	6.7	2.7	3.0	3.6	2.4	2.8	2.9	1.9	3.5	1.8	1.1	1.3	19.2	30.7	14.8	25.1	7.4	28.5	16.4	4.0
	2026年	**290**	**20.8**	**9.3**	**18.3**	**10.5**	**5.0**	**6.7**	**3.7**	**8.3**	**2.7**	**2.0**	**2.8**	**3.5**	**4.4**	**4.2**	**2.0**	**0.8**	**1.3**	**15.0**	**35.2**	**14.5**	**24.5**	**13.2**	**34.6**	**14.5**	**4.0**
	男性20代	17	13.6	4.9	11.7	8.7	12.6	7.8	5.8	10.7	4.9	1.9	10.7	11.7	3.9	2.9	9.7	1.9	6.8	9.7	60.2	12.6	29.1	35.0	27.2	31.1	15.5
	男性30代	35	19.4	5.8	13.6	7.8	8.7	4.9	1.9	15.5	5.8	1.9	3.9	5.8	7.8	6.8	2.9	1.0	1.0	11.7	43.7	10.7	25.2	24.3	33.0	19.4	4.9
	男性40代	85	21.4	9.7	19.4	3.9	6.8	10.7	2.9	6.8	4.9	3.9	4.9	2.9	5.8	4.9	2.9	1.9	1.0	13.6	37.9	18.4	29.1	10.7	35.0	20.4	5.8
	男性50代	81	24.3	13.6	12.6	13.6	1.0	4.9	2.9	4.9	1.0	1.0	0.0	1.0	2.9	2.9	0.0	0.0	1.9	20.4	20.4	16.5	13.6	7.8	31.1	6.8	1.9
	男性60代	71	18.4	6.8	27.2	16.5	3.9	4.9	5.8	9.7	0.0	1.0	1.0	3.9	2.9	3.9	1.0	0.0	0.0	13.6	38.8	9.7	30.1	11.7	40.8	9.7	1.0
女性	2024年	755	28.4	16.0	13.6	10.2	9.5	9.8	8.6	4.7	6.0	3.4	2.1	3.2	2.7	2.2	2.7	1.2	0.8	14.9	29.4	22.5	21.9	10.4	30.5	20.8	2.5
	2025年	757	30.3	15.8	13.5	10.4	12.1	9.6	5.3	4.2	4.4	4.4	2.0	2.4	3.3	0.5	1.6	1.4	1.0	17.3	31.6	22.8	24.9	8.4	29.9	21.7	2.9
	2026年	**741**	**27.2**	**17.0**	**12.6**	**15.0**	**12.8**	**12.0**	**10.5**	**7.8**	**4.1**	**4.0**	**2.8**	**2.4**	**1.9**	**1.8**	**2.6**	**1.0**	**0.7**	**14.5**	**34.1**	**23.9**	**24.5**	**12.3**	**32.1**	**24.0**	**3.1**
	女性20代	6	15.2	8.7	13.0	4.3	4.3	8.7	4.3	10.9	8.7	6.5	4.3	6.5	10.9	0.0	2.2	0.0	2.2	15.2	41.3	13.0	21.7	21.7	32.6	19.6	6.5
	女性30代	45	23.0	7.5	8.7	5.0	9.9	6.2	5.6	9.9	4.3	2.5	1.9	4.3	6.8	4.3	1.2	3.1	3.1	18.6	28.6	12.4	18.0	14.9	22.4	18.0	3.7
	女性40代	171	35.9	9.7	11.7	6.8	10.7	5.8	11.7	6.8	2.9	1.0	3.9	4.9	2.9	3.9	1.9	1.9	1.9	14.6	31.1	12.6	21.4	12.6	26.2	18.4	4.9
	女性50代	241	31.1	21.4	19.4	21.4	9.7	14.6	11.7	4.9	3.9	1.9	1.9	1.9	1.0	1.0	2.9	0.0	0.0	14.6	35.0	26.2	28.2	9.7	36.9	23.3	1.9
	女性60代	277	19.4	19.4	7.8	16.5	17.5	14.6	9.7	10.7	4.9	7.8	2.9	1.0	1.0	1.0	2.9	1.0	0.0	13.6	35.9	31.1	24.3	13.6	33.0	29.1	2.9

(%)

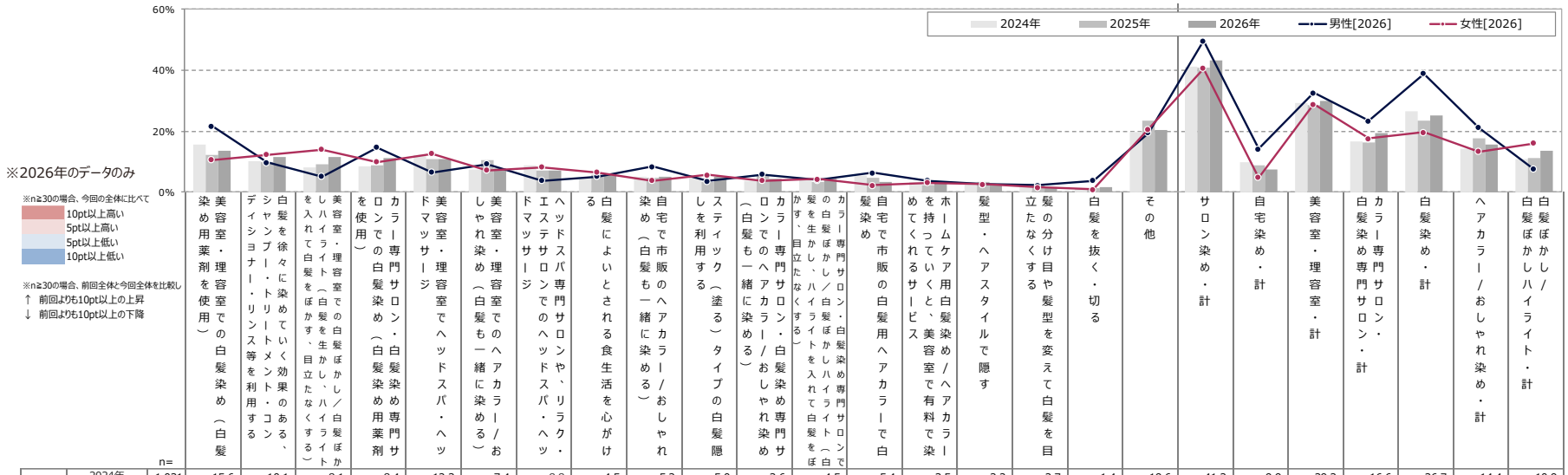
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪対策【現在実施していないが、やってみたいもの】

- 全体では「理美容室での白髪染め」が1割強で最多、次いで「徐々に染めていく効果のある、シャンプー等」「理美容室での白髪ぼかし/ハイライト」が高い
- 男性では「理美容室での白髪染め」が2割強で他項目より高い傾向

Q3S4 以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の中で、以下の項目に当てはまるものをすべてお知らせください。【現在実施していないが、やってみたいもの】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※n <30のスコアは参考値



		n=	美容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）を使用）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	美容室・理容室でヘッドスパ・ヘッドマッサージ	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	ヘッドスパ専門サロンや、リラク・エステサロンでのヘッドスパ・ヘッドマッサージ	白髪によいとされる食生活を心がける	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	スティック（塗る）タイプの白髪隠しを利用する	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	髪型・ヘアスタイルで隠す	髪の分け目や髪型を変えて白髪を目立たなくする	白髪を抜く・切る	その他	サロン染め・計	自宅染め・計	美容室・理容室・計	カラー専門サロン・白髪染め専門サロン・計	白髪染め・計	ヘアカラー/おしゃれ染め・計	白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト・計
全体	2024年	1,031	15.6	10.1	8.1	8.4	12.3	7.4	8.8	4.5	5.2	5.0	3.6	4.5	5.4	3.5	3.2	2.7	1.4	19.6	41.3	9.9	29.3	16.6	26.7	14.4	10.9
	2025年	1,031	12.2	10.0	9.3	8.7	10.8	10.4	7.1	5.6	4.6	3.3	5.3	3.3	4.7	2.3	3.5	2.2	1.2	23.4	40.8	8.7	28.7	16.5	23.6	17.7	11.3
	2026年	**1,031**	**13.7**	**11.6**	**11.5**	**11.3**	**10.9**	**7.7**	**7.0**	**6.1**	**5.1**	**5.1**	**4.3**	**4.2**	**3.3**	**3.3**	**2.5**	**1.8**	**1.7**	**20.3**	**43.1**	**7.4**	**29.8**	**19.2**	**25.1**	**15.5**	**13.6**
性別 男性	2024年	276	26.1	10.3	3.1	10.1	5.4	10.6	4.4	5.9	6.4	3.1	5.1	3.5	5.1	3.1	2.6	1.4	1.6	22.2	47.6	11.3	35.9	17.2	38.3	18.0	5.2
	2025年	274	22.8	9.2	7.5	11.0	8.0	13.8	3.9	5.7	7.3	4.2	7.0	3.9	5.4	3.2	2.5	1.6	2.4	18.5	50.0	11.9	38.2	19.4	34.5	25.0	9.9
	2026年	**290**	**21.7**	**9.7**	**5.2**	**14.6**	**6.5**	**9.1**	**3.8**	**5.1**	**8.3**	**3.6**	**5.8**	**3.9**	**6.3**	**3.8**	**2.6**	**2.2**	**3.8**	**19.4**	**49.6**	**14.1**	**32.6**	**23.4**	**38.9**	**21.2**	**7.5**
	男性20代	17	15.5	9.7	15.5	9.7	3.9	17.5	4.9	3.9	3.9	5.8	15.5	12.6	1.9	13.6	1.9	4.9	5.8	10.7	71.8	5.8	41.7	41.7	27.2	35.0	22.3
	男性30代	35	20.4	7.8	8.7	20.4	6.8	14.6	6.8	6.8	9.7	3.9	13.6	7.8	3.9	4.9	2.9	4.9	5.8	13.6	57.3	11.7	35.9	32.0	38.8	32.0	10.7
	男性40代	85	16.5	7.8	3.9	18.4	9.7	6.8	3.9	8.7	7.8	1.0	5.8	4.9	8.7	3.9	3.9	1.9	3.9	16.5	45.6	16.5	25.2	28.2	38.8	19.4	7.8
	男性50代	81	24.3	11.7	3.9	13.6	5.8	8.7	2.9	1.0	10.7	2.9	2.9	1.9	7.8	1.9	1.0	1.0	3.9	23.3	47.6	17.5	34.0	19.4	40.8	20.4	5.8
	男性60代	71	27.2	10.7	3.9	9.7	3.9	7.8	2.9	4.9	6.8	6.8	2.9	1.0	3.9	2.9	2.9	1.9	1.9	23.3	47.6	10.7	35.9	13.6	39.8	15.5	3.9
女性	2024年	755	11.8	10.1	9.9	7.8	14.8	6.3	10.5	4.0	4.8	5.7	3.1	4.8	5.5	3.6	3.4	3.2	1.3	18.6	38.9	9.4	26.8	16.4	22.4	13.1	13.0
	2025年	757	8.3	10.3	9.9	7.9	11.8	9.2	8.3	5.6	3.6	2.9	4.6	3.1	4.5	2.0	3.8	2.4	0.8	25.1	37.4	7.5	25.3	15.4	19.6	15.0	11.8
	2026年	**741**	**10.6**	**12.3**	**14.0**	**9.9**	**12.7**	**7.2**	**8.3**	**6.5**	**3.8**	**5.7**	**3.8**	**4.3**	**2.2**	**3.1**	**2.5**	**1.6**	**0.9**	**20.7**	**40.6**	**4.7**	**28.8**	**17.6**	**19.7**	**13.3**	**16.0**
	女性20代	6	21.7	2.2	2.2	10.9	4.3	13.0	4.3	4.3	6.5	2.2	2.2	2.2	2.2	2.2	4.3	6.5	6.5	19.6	54.3	8.7	37.0	17.4	34.8	21.7	4.3
	女性30代	45	13.0	8.7	14.9	12.4	9.9	7.5	10.6	6.8	3.7	9.3	8.1	7.5	2.5	3.1	3.1	2.5	1.2	19.9	44.7	5.0	30.4	23.6	23.0	17.4	17.4
	女性40代	171	7.8	12.6	15.5	5.8	11.7	7.8	7.8	11.7	4.9	3.9	5.8	6.8	3.9	3.9	3.9	0.0	1.9	17.5	39.8	6.8	30.1	16.5	16.5	17.5	19.4
	女性50代	241	11.7	11.7	14.6	4.9	17.5	5.8	7.8	4.9	2.9	3.9	5.8	4.9	0.0	3.9	1.9	1.0	0.0	21.4	39.8	2.9	29.1	17.5	14.6	13.6	16.5
	女性60代	277	10.7	13.6	12.6	16.5	9.7	7.8	8.7	4.9	3.9	7.8	0.0	1.9	2.9	1.9	1.9	2.9	1.0	22.3	40.8	4.9	27.2	17.5	25.2	9.7	13.6

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪対策の現在の頻度【全体サマリー】※2026年

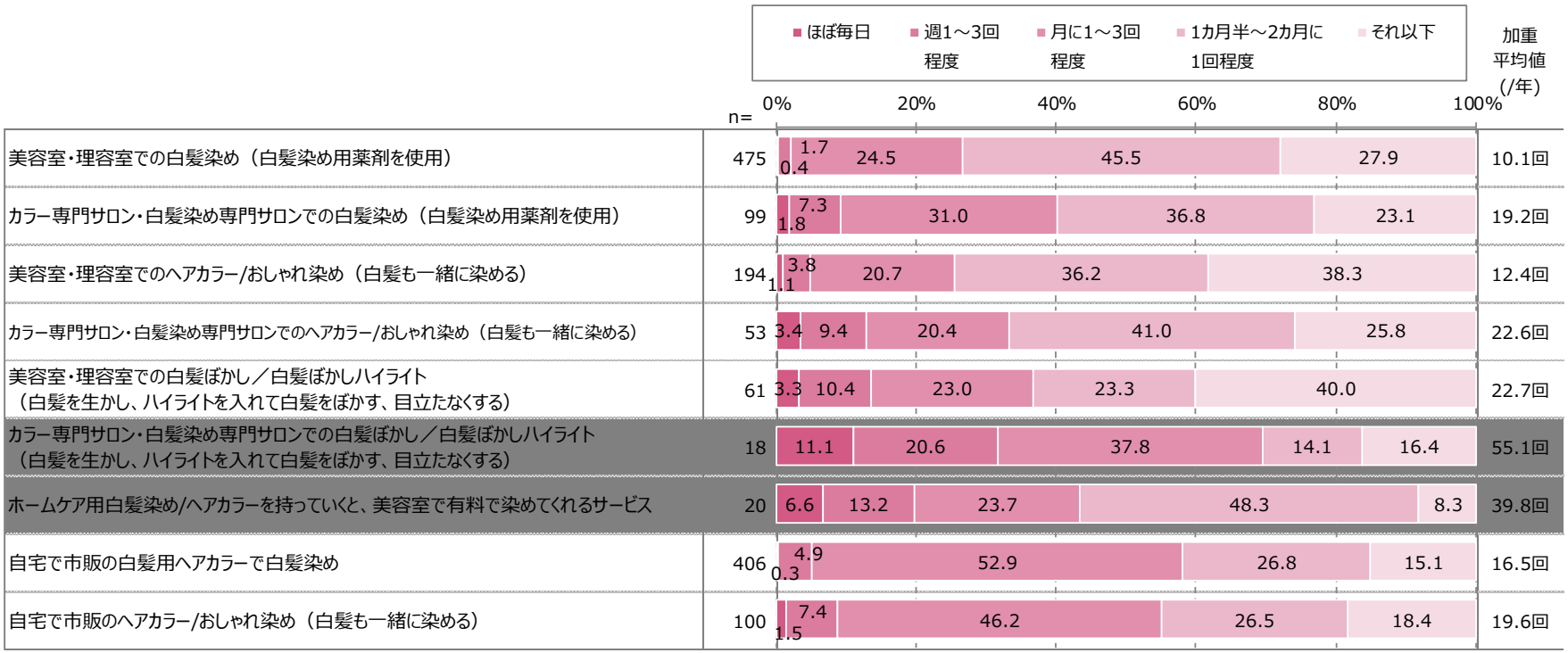
- 「白髪染め」の頻度は、『理美容室』よりも『カラー専門サロン・白髪染め専門サロン』のほうが高め
- 「自宅での白髪染め」は5割以上が月に1～3回程度の実施

Q4S1～S9 あなたは現在、以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」をどのくらいの頻度で行いますか。(SAMT)

※n <30のスコアは参考値

※実施者ベース

【2026年】



	n=	ほぼ毎日	週1～3回程度	月に1～3回程度	1カ月半～2カ月に1回程度	それ以下	加重平均値(/年)
美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	475	0.4	1.7	24.5	45.5	27.9	10.1回
カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	99	1.8	7.3	31.0	36.8	23.1	19.2回
美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	194	1.1	3.8	20.7	36.2	38.3	12.4回
カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	53	3.4	9.4	20.4	41.0	25.8	22.6回
美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	61	3.3	10.4	23.0	23.3	40.0	22.7回
カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	18	11.1	20.6	37.8	14.1	16.4	55.1回
ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	20	6.6	13.2	23.7	48.3	8.3	39.8回
自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	406	0.3	4.9	52.9	26.8	15.1	16.5回
自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	100	1.5	7.4	46.2	26.5	18.4	19.6回

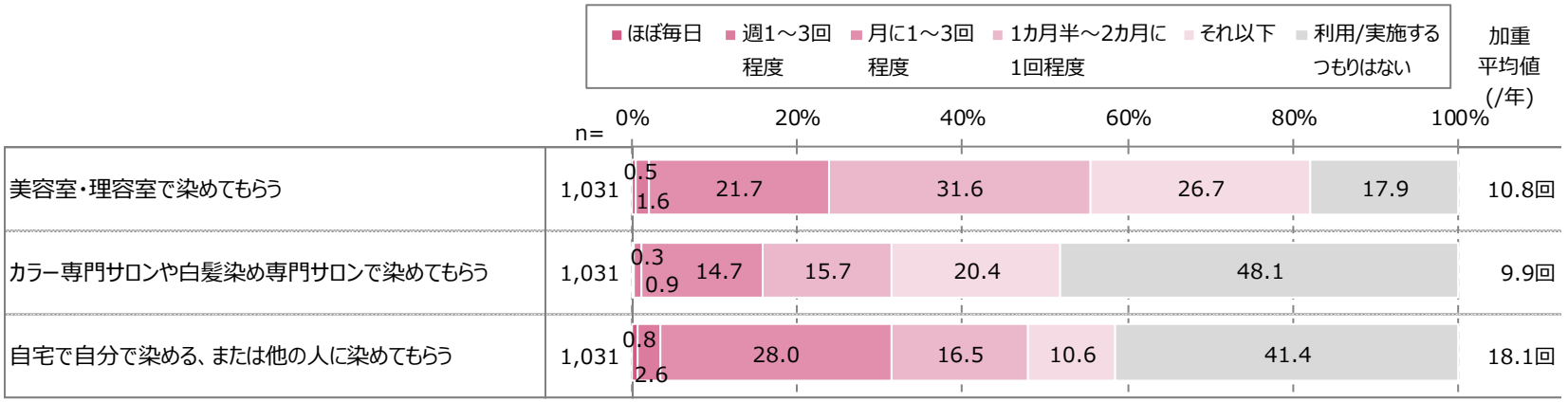
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めをしてもよい頻度【全体サマリー】※2026年

- 実施意向頻度が最も高いのは「自宅での白髪染め」
- 「専門サロンでの白髪染め」は5割弱が実施意向なし

Q4S10～S12 また、今後あなたが実施してもよいと思う頻度はどのくらいですか。(SAMT)

【2026年】



株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

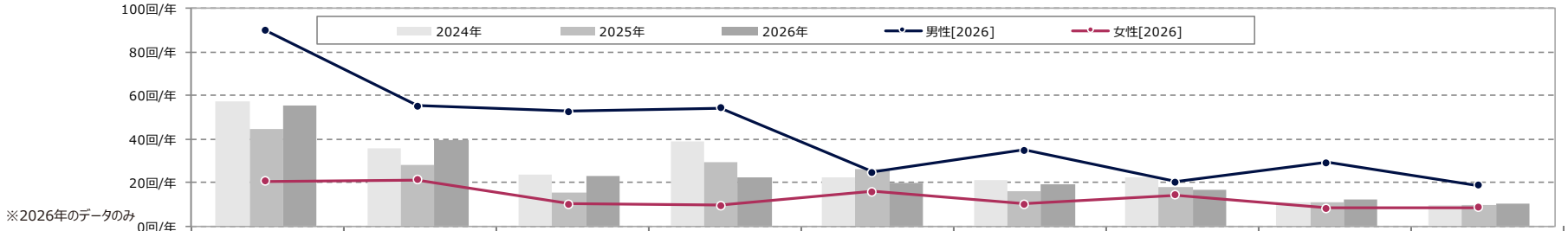
白髪対策の現在の頻度【詳細】

➢前年同様、男性は女性に比べて全般的に実施している頻度が高い
➢全体で「自宅で市販の白髪用ヘアカラー」の実施頻度がここ3年で低下傾向にあり、女性でも低下している

Q4S1～S9 あなたは現在、以下の「白髪ケア」もしくは「白髪対策」をどのくらいの頻度で行いますか。(SAMT)

※実施頻度(回)は実施者ベース
※n=0の箇所は-と記載

※2026年実施頻度(回)の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べ
20回以上多い
10回以上多い
10回以上少ない
20回以上少ない

		カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）
2026年実施率(n=1031)		1.8%	1.9%	5.9%	5.1%	9.7%	9.6%	39.4%	18.9%	46.1%
全体	2024年	57.5回	36.0回	23.5回	38.6回	22.1回	20.8回	22.5回	10.9回	9.7回
	2025年	44.8回	28.2回	15.2回	29.3回	26.1回	16.3回	18.0回	10.7回	9.4回
	2026年	**55.1回**	**39.8回**	**22.7回**	**22.6回**	**19.6回**	**19.2回**	**16.5回**	**12.4回**	**10.1回**
性別 男性	2024年	130.3回	65.2回	53.0回	82.6回	25.5回	59.1回	23.5回	30.4回	21.9回
	2025年	53.4回	41.7回	39.2回	54.7回	26.1回	41.1回	19.1回	28.3回	19.5回
	2026年	**89.8回**	**55.0回**	**52.8回**	**54.3回**	**24.6回**	**35.0回**	**20.3回**	**29.3回**	**18.7回**
	男性20代	114.1回	49.1回	77.5回	75.3回	55.3回	72.1回	35.3回	65.2回	54.4回
	男性30代	42.4回	47.0回	62.1回	42.8回	25.1回	39.1回	23.7回	31.4回	17.7回
	男性40代	104.0回	64.5回	43.8回	51.9回	33.6回	31.0回	23.6回	26.4回	18.9回
	男性50代	-	-	48.0回	48.0回	12.0回	23.6回	18.4回	17.8回	11.8回
	男性60代	-	4.0回	6.5回	-	16.1回	6.0回	17.8回	2.5回	6.1回
性別 女性	2024年	19.8回	15.8回	12.3回	14.5回	20.7回	14.1回	21.8回	7.0回	7.7回
	2025年	25.7回	5.8回	5.6回	12.0回	26.1回	10.9回	17.3回	7.1回	7.6回
	2026年	**20.5回**	**21.1回**	**10.1回**	**9.6回**	**15.8回**	**10.1回**	**14.3回**	**8.2回**	**8.4回**
	女性20代	25.2回	75.0回	58.9回	92.4回	44.1回	60.2回	16.0回	16.1回	31.8回
	女性30代	26.3回	41.2回	10.8回	9.4回	17.3回	8.9回	13.6回	10.5回	6.6回
	女性40代	18.5回	30.0回	11.3回	15.6回	20.1回	14.8回	13.7回	7.9回	8.0回
	女性50代	-	-	4.3回	5.4回	10.8回	7.8回	14.4回	9.0回	8.9回
	女性60代	-	7.5回	12.0回	5.4回	10.0回	6.3回	14.6回	5.7回	8.2回

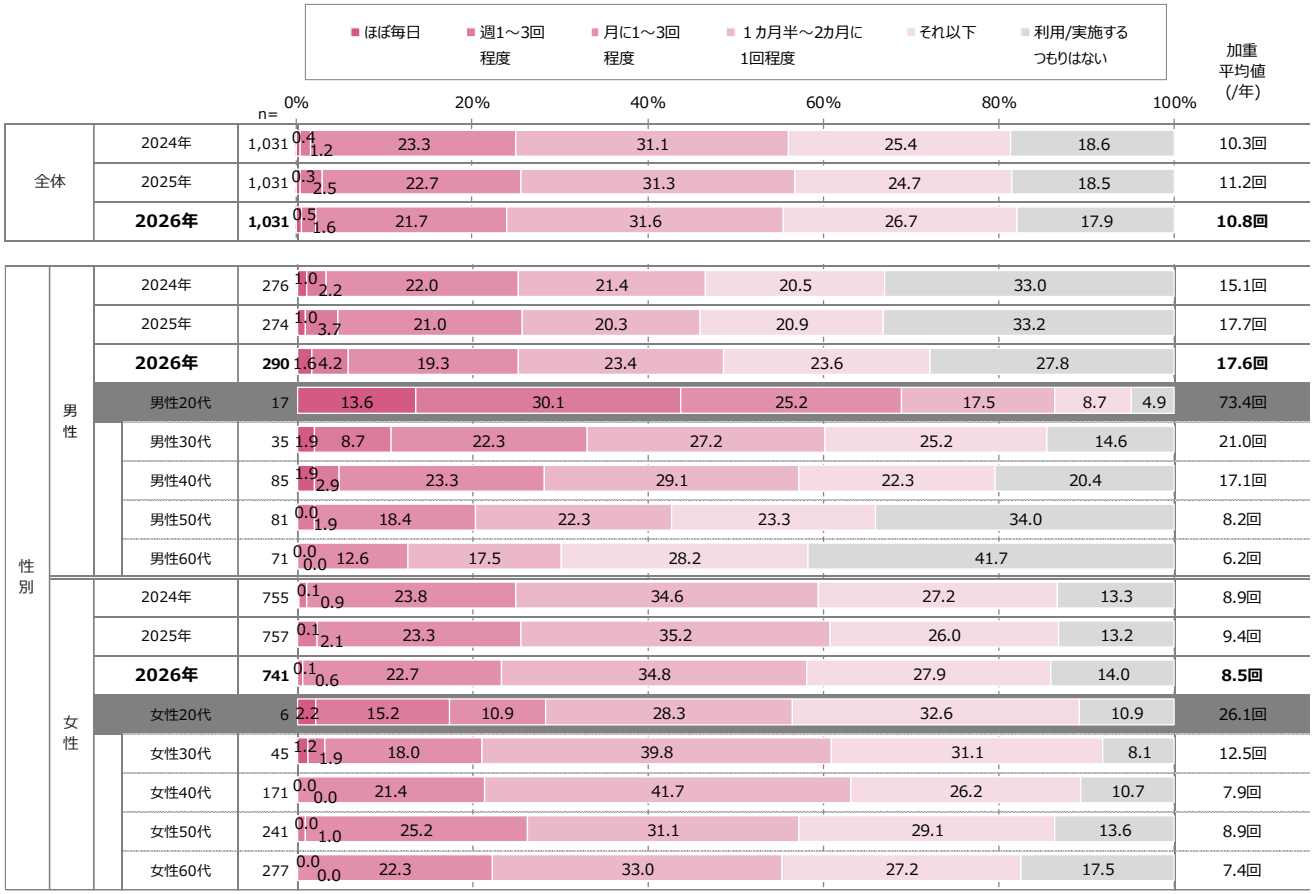
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めをしてもよい頻度【美容室・理容室で染めてもらう】

- 全体の「白髪染めをしてもよい頻度」は年に約11回
- 男女ともに加齢に伴い、「利用/実施するつもりはない」が上昇

Q4S10 また、今後あなたが実施してもよいと思う頻度はどのくらいですか。【美容室・理容室で染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



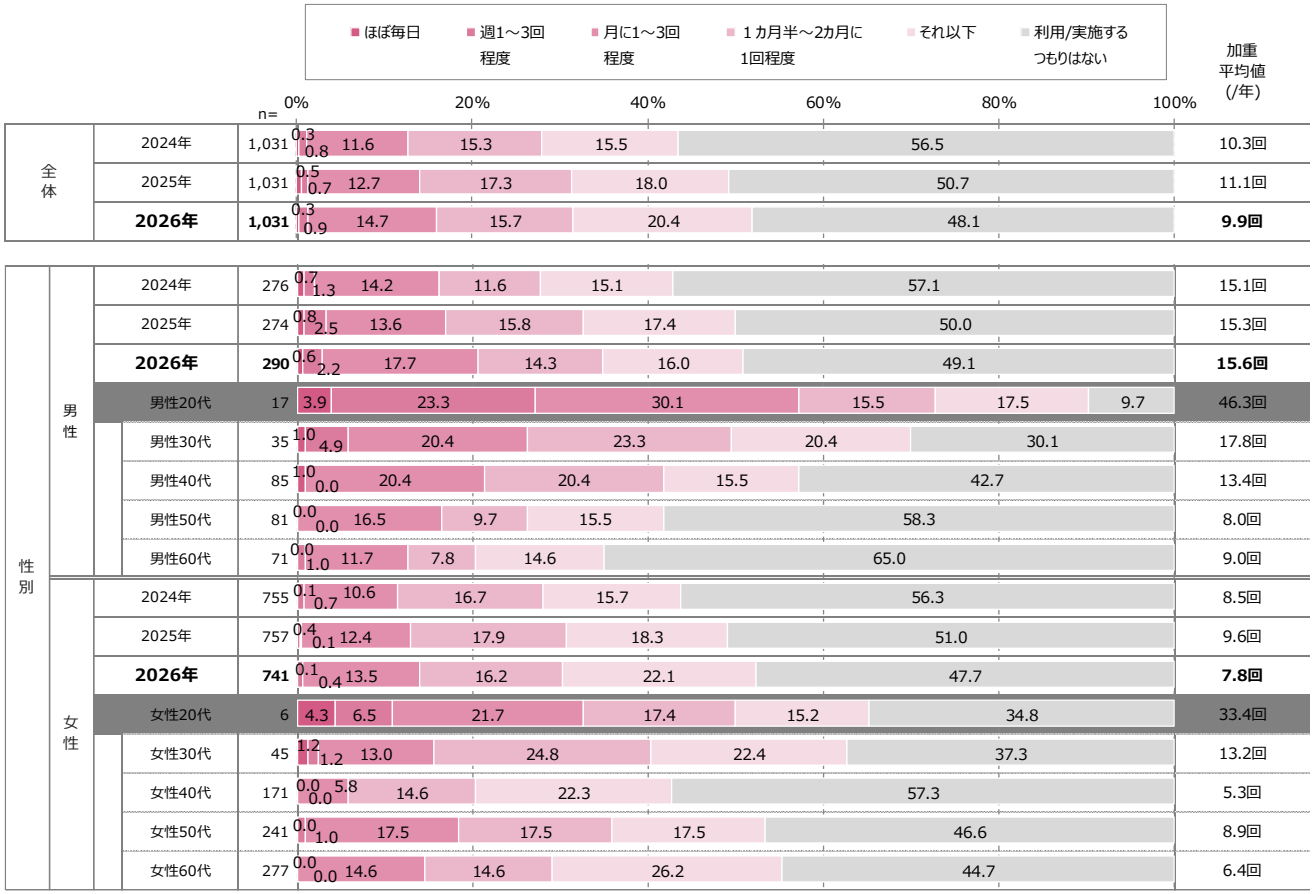
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めをしてもよい頻度【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】

➢全体の「白髪染めをしてもよい頻度」は年に約10回
➢最も頻度が高いのは男性30代

Q4S11 また、今後あなたが実施してもよいと思う頻度はどのくらいですか。【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



		n=	ほぼ毎日	週1～3回程度	月に1～3回程度	1カ月半～2カ月に1回程度	それ以下	利用/実施するつもりはない	加重平均値(/年)
全体	2024年	1,031	0.3	0.8	11.6	15.3	15.5	56.5	10.3回
	2025年	1,031	0.5	0.7	12.7	17.3	18.0	50.7	11.1回
	2026年	**1,031**	0.3	0.9	14.7	15.7	20.4	48.1	**9.9回**
性別 男性	2024年	276	0.7	1.3	14.2	11.6	15.1	57.1	15.1回
	2025年	274	0.8	2.5	13.6	15.8	17.4	50.0	15.3回
	2026年	**290**	0.6	2.2	17.7	14.3	16.0	49.1	**15.6回**
	男性20代	17	3.9		23.3	30.1	15.5	17.5	9.7	46.3回
	男性30代	35	1.0	4.9	20.4	23.3	20.4	30.1	17.8回
	男性40代	85	1.0	0.0	20.4	20.4	15.5	42.7	13.4回
	男性50代	81	0.0	0.0	16.5	9.7	15.5	58.3	8.0回
	男性60代	71	0.0	1.0	11.7	7.8	14.6	65.0	9.0回
性別 女性	2024年	755	0.1	0.7	10.6	16.7	15.7	56.3	8.5回
	2025年	757	0.4	0.1	12.4	17.9	18.3	51.0	9.6回
	2026年	**741**	0.1	0.4	13.5	16.2	22.1	47.7	**7.8回**
	女性20代	6	4.3	6.5	21.7	17.4	15.2	34.8	33.4回
	女性30代	45	1.2	1.2	13.0	24.8	22.4	37.3	13.2回
	女性40代	171	0.0	0.0	5.8	14.6	22.3	57.3	5.3回
	女性50代	241	0.0	1.0	17.5	17.5	17.5	46.6	8.9回
	女性60代	277	0.0	0.0	14.6	14.6	26.2	44.7	6.4回

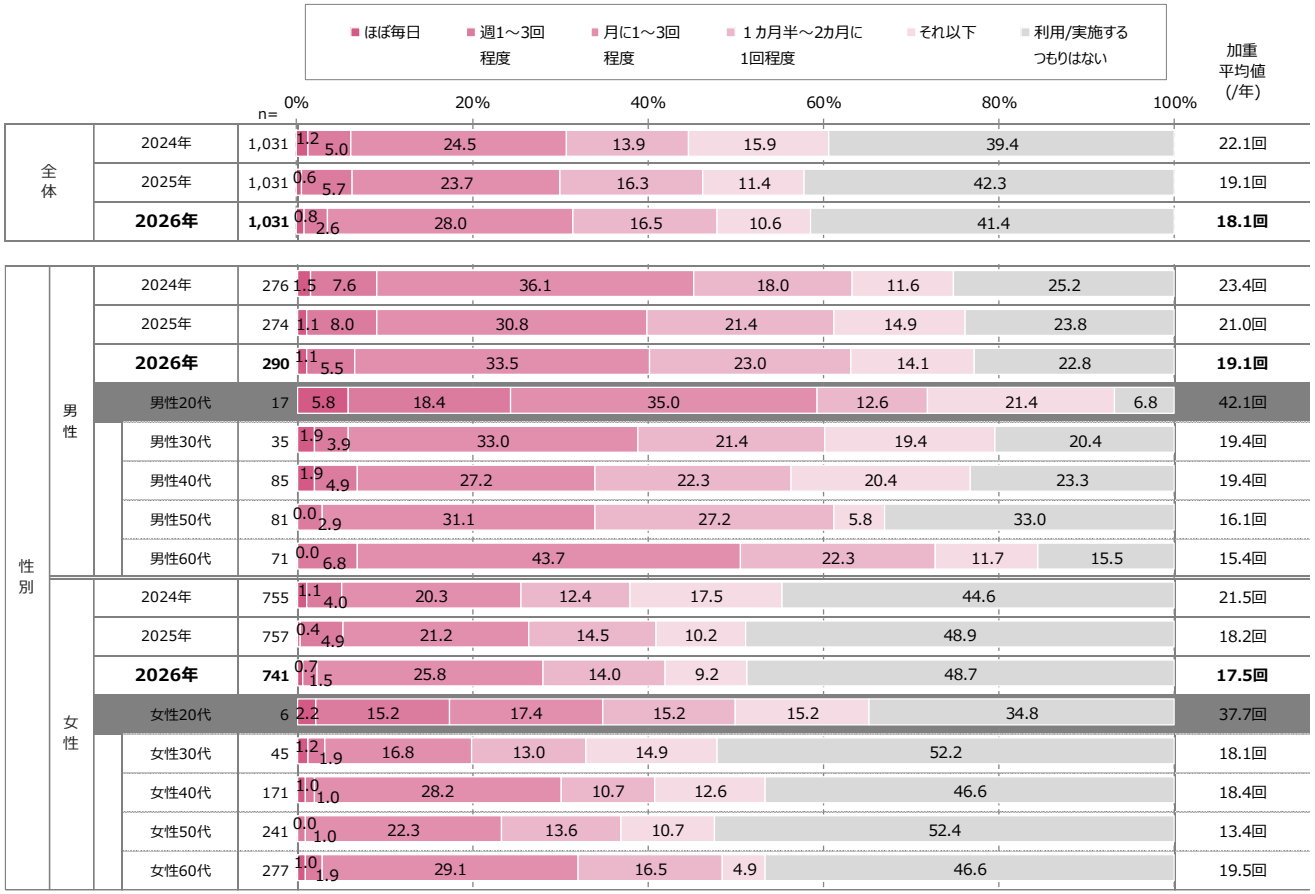
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めをしてもよい頻度【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】

- **全体では「月に1～3回」が3割弱でボリュームゾーン。ここ3年で平均頻度が低下傾向**
- **女性は男性よりも「利用/実施するつもりはない」が高い**

Q4S12 また、今後あなたが実施してもよいと思う頻度はどのくらいですか。【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



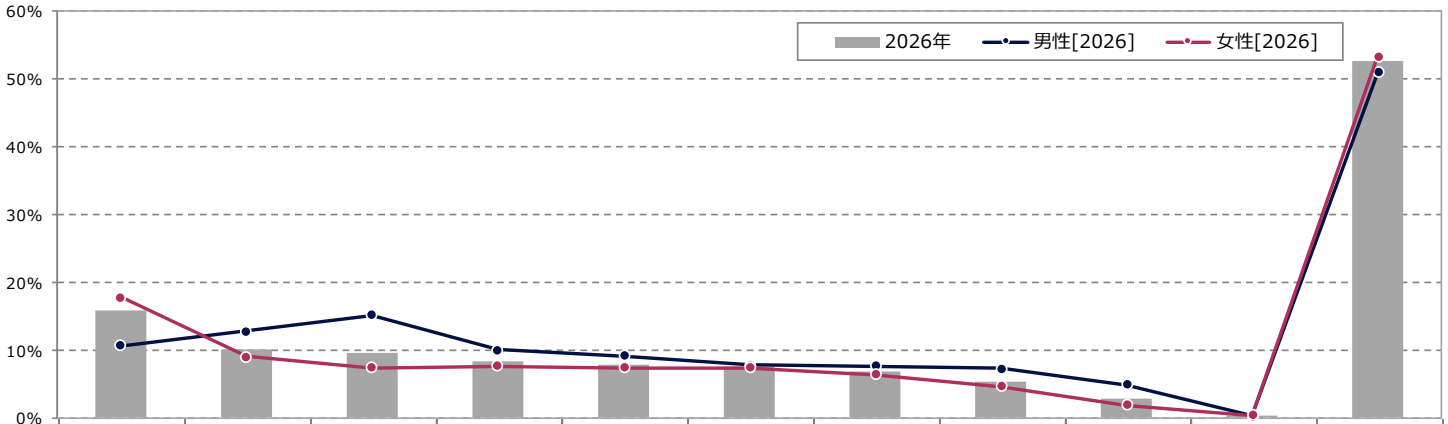
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による影響内容

- 全体では「根本染めにする回数が増えた」が1割半ばで最多。次いで「理美容室やサロンで染める頻度が減った」
- 男性では「より価格の安い白髪染め/ヘアカラーを使うようになった」が1割半ばで高め

Q5　昨今の物価高の影響により、直近1年間のあなたの「白髪ケア」もしくは「白髪対策」について、何か変化はありましたか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA）

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

		n=	全体染めではなく、根本染め（リタッチ）にする回数が増えた	理美容室やサロンで染める頻度が減った	より価格の安いホームケア用白髪染め/ヘアカラーを使うようになった	より価格が安い理美容室やサロンを使うようになった	自宅で染める頻度が減った	理美容室やサロンで、他メニュー（カット、トリートメントなど）との併用が減った	理美容室やサロンの利用をやめ、自宅で染めるよう切り替えた	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンを使うようになった	染める頻度が減らせるよう、「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に変更した	その他	特に物価高による変化はない
全体	2026年	1,031	15.8	10.1	9.6	8.3	7.9	7.5	6.8	5.4	2.7	0.3	52.7
性別	2026年	290	10.7	12.8	15.2	10.0	9.2	7.8	7.6	7.3	4.9	0.2	51.0
男性	男性20代	17	44.7	24.3	15.5	36.9	7.8	38.8	9.7	32.0	24.3	0.0	8.7
	男性30代	35	20.4	22.3	20.4	16.5	12.6	12.6	4.9	10.7	7.8	0.0	39.8
	男性40代	85	13.6	11.7	16.5	9.7	8.7	11.7	10.7	6.8	8.7	0.0	47.6
	男性50代	81	3.9	7.8	14.6	3.9	9.7	1.9	5.8	5.8	0.0	0.0	61.2
	男性60代	71	1.9	12.6	11.7	7.8	7.8	0.0	6.8	1.9	0.0	1.0	59.2
女性	2026年	741	17.8	9.0	7.4	7.7	7.4	7.4	6.4	4.6	1.9	0.3	53.4
	女性20代	6	23.9	21.7	21.7	28.3	6.5	15.2	4.3	13.0	8.7	0.0	23.9
	女性30代	45	19.3	18.0	13.0	12.4	6.2	9.9	7.5	7.5	6.8	0.0	42.2
	女性40代	171	21.4	10.7	11.7	7.8	7.8	9.7	9.7	8.7	1.9	0.0	48.5
	女性50代	241	18.4	4.9	5.8	3.9	5.8	5.8	5.8	2.9	2.9	1.0	55.3
	女性60代	277	14.6	9.7	4.9	9.7	8.7	6.8	4.9	2.9	0.0	0.0	57.3

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

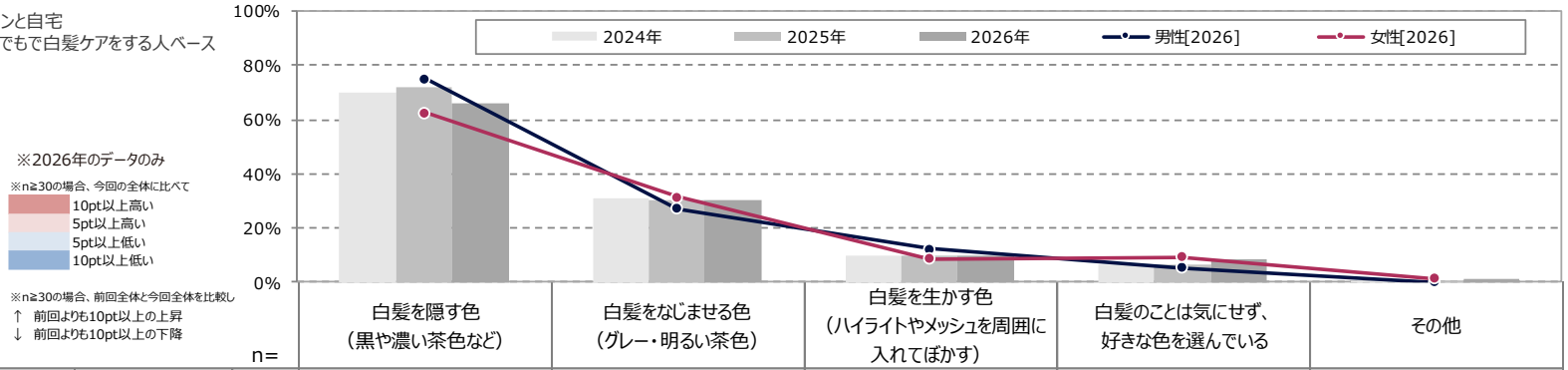
白髪染めのカラー

- 前年同様、全体では「黒や濃い茶色」が最多で6割半ば
- 女性30～40代では「白髪をなじませる色」が高い一方で、「黒や濃い茶色」はやや低い

Q6　あなたが実施することのある「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」のカラーをすべてお知らせください。（MA）

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値

※サロンと自宅
どちらでもで白髪ケアをする人ベース



		n=	白髪を隠す色（黒や濃い茶色など）	白髪をなじませる色（グレー・明るい茶色）	白髪を生かす色（ハイライトやメッシュを周囲に入れてぼかす）	白髪のことは気にせず、好きな色を選んでいる	その他
全体	2024年	1,031	70.1	31.0	10.0	6.5	0.5
	2025年	1,031	72.1	30.0	9.6	6.3	0.6
	2026年	**1,031**	**66.0**	**30.3**	**9.7**	**8.1**	**1.0**
性別 男性	2024年	276	81.7	24.8	8.4	4.5	0.2
	2025年	274	80.2	27.2	10.4	5.4	0.5
	2026年	**290**	**75.1**	**27.1**	**12.2**	**5.4**	**0.0**
	男性20代	17	58.3	54.4	44.7	13.6	0.0
	男性30代	35	69.9	38.8	15.5	6.8	0.0
	男性40代	85	73.8	29.1	15.5	6.8	0.0
	男性50代	81	81.6	18.4	7.8	3.9	0.0
	男性60代	71	75.7	22.3	3.9	2.9	0.0
性別 女性	2024年	755	65.8	33.2	10.5	7.3	0.7
	2025年	757	69.1	31.0	9.3	6.7	0.6
	2026年	**741**	**62.4**	**31.5**	**8.7**	**9.2**	**1.4**
	女性20代	6	52.2	39.1	28.3	21.7	0.0
	女性30代	45	58.4	42.2	14.3	15.5	0.6
	女性40代	171	56.3	40.8	14.6	11.7	2.9
	女性50代	241	59.2	31.1	10.7	8.7	1.0
	女性60代	277	69.9	24.3	1.9	6.8	1.0

(%)

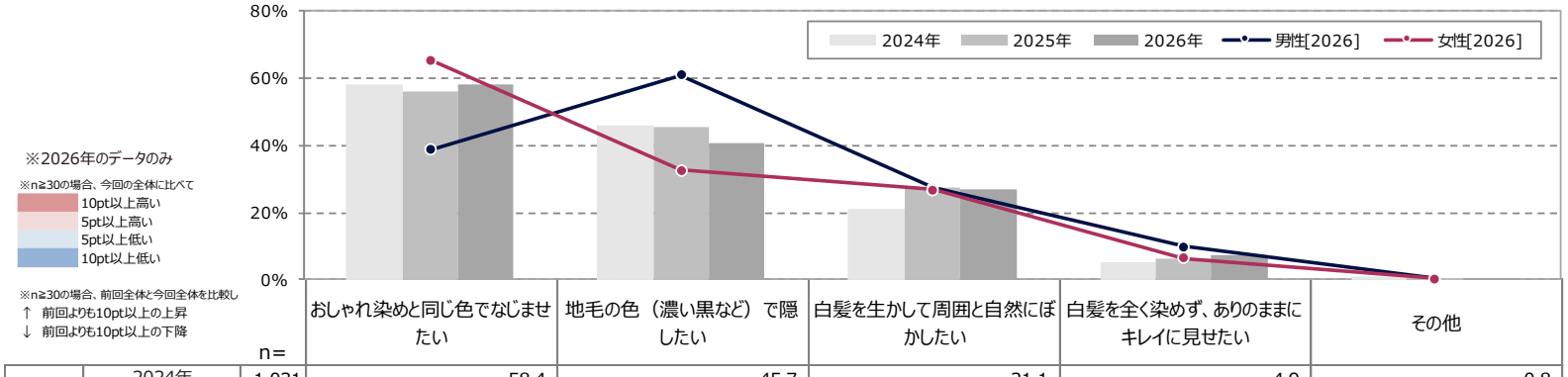
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への理想的な対処法（いくつでも）

- 「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」が最多で6割弱
- 男性では「地毛の色で隠したい」、女性では「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」が最多

Q7S1 あなたが理想とする白髪のカラーリングとしてあてはまるものをすべてお選びください。(MA)

※2026年全体の降順ソート
※n＜30のスコアは参考値



		n=	おしゃれ染めと同じ色でなじませたい	地毛の色（濃い黒など）で隠したい	白髪を生かして周囲と自然にぼかしたい	白髪を全く染めず、ありのままにキレイに見せたい	その他
全体	2024年	1,031	58.4	45.7	21.1	4.9	0.8
	2025年	1,031	55.9	45.3	27.2	6.2	0.5
	2026年	**1,031**	**57.9**	**40.6**	**26.8**	**7.3**	**0.3**
性別 男性	2024年	276	35.5	68.9	22.5	7.2	0.0
	2025年	274	35.4	66.0	29.5	9.7	0.2
	2026年	**290**	**38.6**	**60.8**	**27.4**	**9.8**	**0.3**
	男性20代	17	58.3	64.1	55.3	25.2	0.0
	男性30代	35	55.3	65.0	29.1	13.6	0.0
	男性40代	85	48.5	56.3	28.2	9.7	0.0
	男性50代	81	25.2	67.0	18.4	7.8	1.0
	男性60代	71	29.1	56.3	29.1	6.8	0.0
性別 女性	2024年	755	66.7	37.2	20.6	4.1	1.0
	2025年	757	63.3	37.8	26.4	4.9	0.6
	2026年	**741**	**65.5**	**32.7**	**26.6**	**6.3**	**0.4**
	女性20代	6	78.3	41.3	23.9	15.2	0.0
	女性30代	45	77.6	32.9	27.3	5.6	0.6
	女性40代	171	68.9	34.0	28.2	5.8	0.0
	女性50代	241	63.1	31.1	28.2	5.8	1.0
	女性60代	277	63.1	33.0	24.3	6.8	0.0

(%)

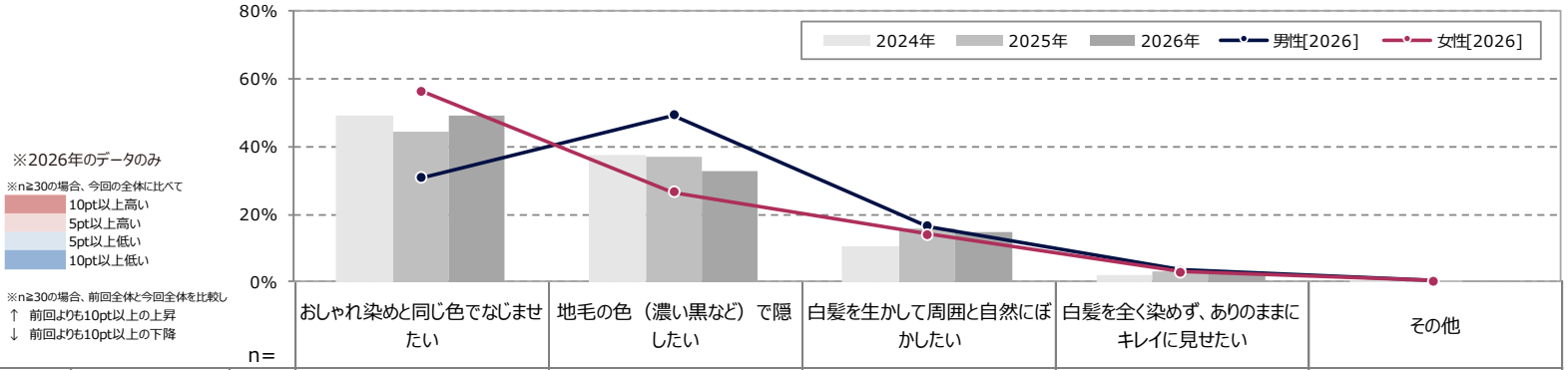
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への理想的な対処法（1つだけ）

- 「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」が最多で、「地毛の色で隠したい」が続く
- 男性では「地毛の色で隠したい」、女性では「おしゃれ染めと同じ色でなじませたい」が最多

Q7S2 あなたが理想とする白髪のカラーリングとして、その中で最もあてはまるものをお選びください。(SA)

※2026年全体の降順ソート
※n <30のスコアは参考値



		n=	おしゃれ染めと同じ色でなじませたい	地毛の色（濃い黒など）で隠したい	白髪を生かして周囲と自然にほかしたい	白髪を全く染めず、ありのままにキレイに見せたい	その他
全体	2024年	1,031	49.3	37.7	10.7	1.8	0.5
	2025年	1,031	44.2	36.7	15.6	2.9	0.5
	2026年	**1,031**	**49.1**	**32.9**	**14.6**	**3.0**	**0.3**
性別 男性	2024年	276	24.6	62.9	10.6	1.9	0.0
	2025年	274	23.9	55.7	16.8	3.3	0.2
	2026年	**290**	**30.6**	**49.2**	**16.3**	**3.6**	**0.3**
	男性20代	17	40.8	40.8	16.5	1.9	0.0
	男性30代	35	34.0	46.6	14.6	4.9	0.0
	男性40代	85	37.9	44.7	15.5	1.9	0.0
	男性50代	81	24.3	58.3	12.6	3.9	1.0
	男性60代	71	25.2	47.6	22.3	4.9	0.0
性別 女性	2024年	755	58.3	28.5	10.7	1.8	0.7
	2025年	757	51.5	29.8	15.2	2.8	0.6
	2026年	**741**	**56.3**	**26.5**	**13.9**	**2.8**	**0.4**
	女性20代	6	58.7	26.1	8.7	6.5	0.0
	女性30代	45	72.7	16.1	8.1	2.5	0.6
	女性40代	171	59.2	27.2	12.6	1.0	0.0
	女性50代	241	53.4	26.2	16.5	2.9	1.0
	女性60代	277	54.4	28.2	13.6	3.9	0.0

(%)

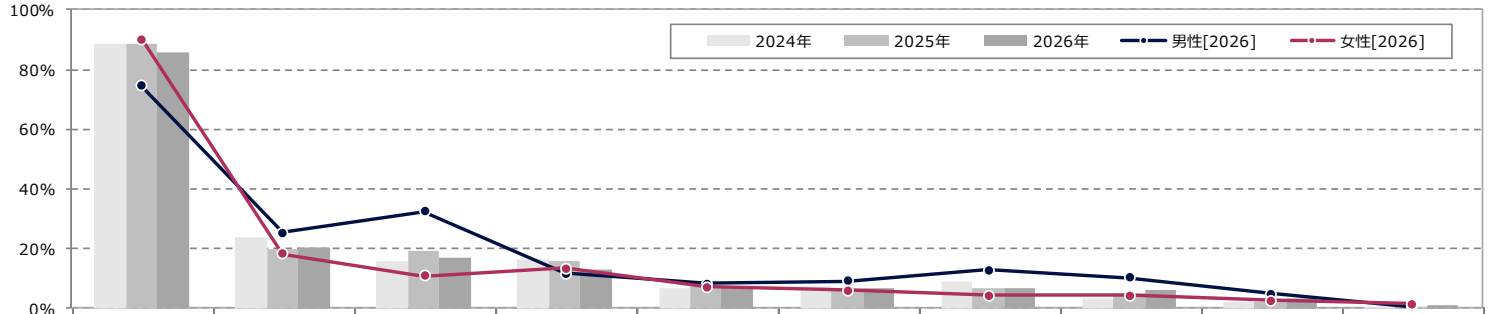
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めを始めたきっかけ【あてはまるものすべて】

➢全体では「鏡を見て気になった」が8割半ばと圧倒的に高い
➢男性では「人に指摘された」が3割強と高い

Q8S1 あなたが「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を始めたきっかけは何ですか。【あてはまるものすべて】(MA)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	鏡を見て気になった	他人の白髪を見て、自分の白髪が気になりだした	白髪を人に指摘された	髪をアップしたときに気になった	イベントや行事に備えて染めたかった（同窓会、結婚式、デートなど）	美容室・理容室で店員から勧められた	抜け毛に白髪が混ざっていた	ホームケア用品のCMやネット・SNSなどの広告を見た	リモートワークのWEB会議などで自分の容姿を見る機会が増えた	その他
全体	2024年	1,031	88.4	23.7	15.9	16.4	6.7	7.1	8.9	3.4	2.0	0.6
	2025年	1,031	88.4	19.6	19.0	15.7	7.5	6.7	6.7	4.8	2.1	0.6
	2026年	**1,031**	**85.7**	**20.2**	**17.0**	**12.8**	**7.4**	**6.9**	**6.8**	**5.9**	**3.2**	**1.1**
性別 男性	2024年	276	82.0	21.8	31.0	10.6	6.3	7.7	11.5	5.0	4.4	0.6
	2025年	274	75.9	21.5	33.0	12.5	10.2	9.2	11.8	11.0	5.6	0.5
	2026年	**290**	**74.6**	**25.3**	**32.5**	**11.7**	**8.3**	**9.2**	**12.8**	**10.3**	**4.9**	**0.5**
	男性20代	17	53.4	47.6	51.5	9.7	33.0	26.2	26.2	45.6	17.5	0.0
	男性30代	35	73.8	29.1	46.6	12.6	14.6	15.5	21.4	19.4	11.7	0.0
	男性40代	85	70.9	24.3	42.7	15.5	9.7	14.6	14.6	11.7	6.8	0.0
	男性50代	81	81.6	26.2	22.3	8.7	2.9	2.9	10.7	4.9	1.0	0.0
	男性60代	71	76.7	18.4	20.4	10.7	3.9	2.9	5.8	1.9	1.0	1.9
女性	2024年	755	90.7	24.4	10.4	18.5	6.8	6.8	7.9	2.8	1.1	0.5
	2025年	757	92.9	18.9	14.0	16.9	6.5	5.8	4.9	2.6	0.9	0.6
	2026年	**741**	**90.0**	**18.2**	**10.9**	**13.3**	**7.1**	**6.0**	**4.4**	**4.2**	**2.6**	**1.4**
	女性20代	6	56.5	26.1	45.7	21.7	19.6	8.7	17.4	19.6	6.5	0.0
	女性30代	45	90.7	16.1	29.8	28.6	8.7	10.6	13.0	6.2	2.5	0.0
	女性40代	171	88.3	14.6	18.4	12.6	7.8	6.8	4.9	5.8	2.9	0.0
	女性50代	241	96.1	18.4	5.8	13.6	2.9	5.8	3.9	4.9	2.9	1.0
	女性60代	277	86.4	20.4	6.8	10.7	9.7	4.9	2.9	1.9	1.9	2.9

(%)

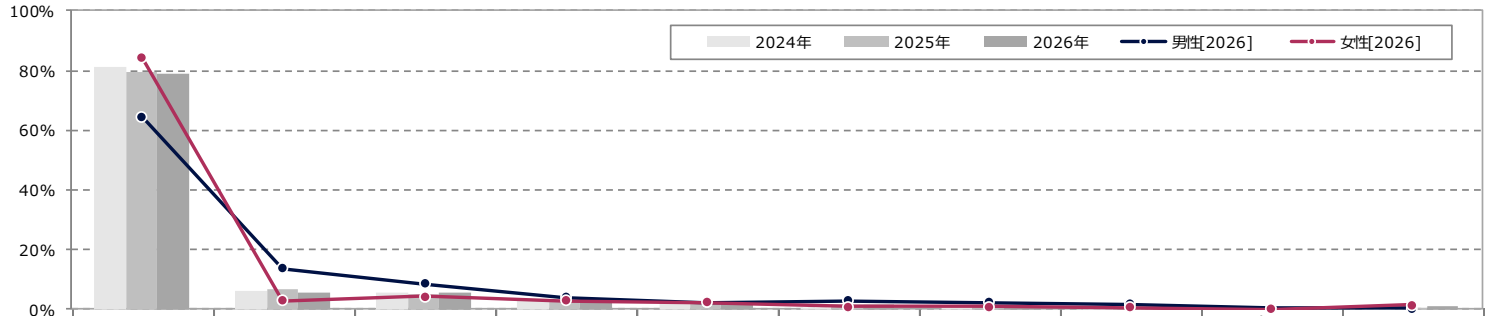
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めを始めたきっかけ【最もあてはまるもの】

➢全体では「鏡を見て気になった」が8割弱と圧倒的に高く、他項目は1割未満
➢男性では「人に指摘された」が1割強でやや高め

Q8S2 あなたが「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を始めたきっかけは何ですか。【最もあてはまるもの】(SA)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	鏡を見て気になった	白髪を人に指摘された	他人の白髪を見て、自分の白髪が気になりだした	髪をアップしたときに気になった	美容室・理容室で店員から勧められた	イベントや行事に備えて染めたかった（同窓会、結婚式、デートなど）	ホームケア用品のCMやネット・SNSなどの広告を見た	抜け毛に白髪が混ざっていた	リモートワークのWEB会議などで自分の容姿を見る機会が増えた	その他
全体	2024年	1,031	81.4	5.9	5.3	3.1	2.1	0.7	0.4	0.4	0.2	0.5
	2025年	1,031	79.3	6.8	4.8	2.6	2.5	1.6	1.1	0.9	0.1	0.3
	2026年	**1,031**	**78.8**	**5.8**	**5.5**	**3.1**	**2.2**	**1.4**	**1.2**	**0.9**	**0.1**	**1.1**
性別 男性	2024年	276	74.7	12.3	5.4	2.9	1.2	0.5	1.2	0.7	0.6	0.5
	2025年	274	64.7	14.3	7.8	3.3	2.4	2.7	3.3	0.7	0.2	0.5
	2026年	**290**	**64.5**	**13.5**	**8.6**	**4.0**	**2.3**	**2.7**	**2.3**	**1.6**	**0.2**	**0.2**
	男性20代	17	32.0	21.4	23.3	1.0	5.8	2.9	11.7	1.9	0.0	0.0
	男性30代	35	60.2	15.5	7.8	1.9	2.9	4.9	3.9	1.0	1.9	0.0
	男性40代	85	61.2	16.5	6.8	3.9	1.9	5.8	2.9	1.0	0.0	0.0
	男性50代	81	71.8	8.7	6.8	3.9	2.9	1.0	1.0	3.9	0.0	0.0
	男性60代	71	69.9	12.6	9.7	5.8	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0
性別 女性	2024年	755	83.9	3.5	5.3	3.1	2.5	0.8	0.1	0.2	0.0	0.5
	2025年	757	84.6	4.1	3.7	2.3	2.5	1.2	0.3	1.0	0.0	0.3
	2026年	**741**	**84.4**	**2.7**	**4.3**	**2.7**	**2.2**	**0.9**	**0.8**	**0.6**	**0.0**	**1.4**
	女性20代	6	43.5	19.6	10.9	10.9	0.0	6.5	8.7	0.0	0.0	0.0
	女性30代	45	81.4	8.1	2.5	3.7	1.9	0.0	2.5	0.0	0.0	0.0
	女性40代	171	80.6	5.8	3.9	2.9	2.9	1.9	1.0	1.0	0.0	0.0
	女性50代	241	93.2	0.0	1.9	1.9	1.0	0.0	1.0	0.0	0.0	1.0
	女性60代	277	80.6	1.9	6.8	2.9	2.9	1.0	0.0	1.0	0.0	2.9

(%)

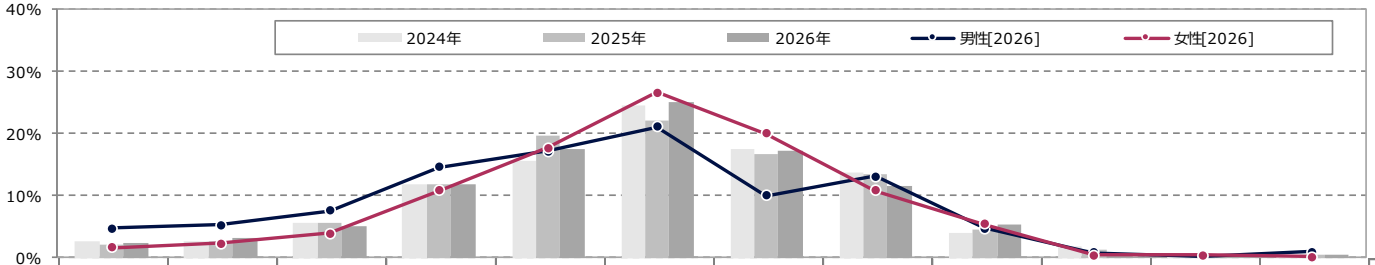
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪が気になりだした年齢

➢前年同様、全体のボリュームゾーンは40代前半
➢女性よりも男性の方が10代～30代前半の若い頃に気になりだした人が多く、女性では40代で気になりだした人が多い

Q9S1 あなたご自身が、白髪が気になりだした年齢と、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を始めた年齢、「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢をお知らせください。【白髪が気になりだした年齢】(NA)

※n＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	10代以下	20代前半	20代後半	30代前半	30代後半	40代前半	40代後半	50代前半	50代後半	60代前半	60代後半	不明	平均年齢
全体	2024年	1,031	2.5	2.5	5.7	11.8	15.5	24.7	17.5	13.7	4.1	1.7	0.1	0.2	39.9歳
	2025年	1,031	2.0	2.6	5.5	11.8	19.7	22.2	16.6	13.3	4.5	1.3	0.1	0.5	39.8歳
	2026年	**1,031**	**2.5**	**3.1**	**5.0**	**11.9**	**17.6**	**25.1**	**17.2**	**11.5**	**5.2**	**0.5**	**0.3**	**0.3**	**39.6歳**
性別 男性	2024年	276	4.8	3.6	8.2	16.2	14.2	24.3	12.6	10.7	3.0	1.6	0.2	0.6	37.6歳
	2025年	274	4.1	5.6	6.9	15.1	16.9	23.5	11.8	10.7	3.0	0.7	0.2	1.3	37.3歳
	2026年	**290**	**4.7**	**5.2**	**7.6**	**14.6**	**17.2**	**21.1**	**10.0**	**13.1**	**4.6**	**0.7**	**0.2**	**0.9**	**37.6歳**
	男性20代	17	25.2	40.8	18.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	15.5	20.4歳
	男性30代	35	7.8	2.9	29.1	46.6	13.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	28.7歳
	男性40代	85	3.9	5.8	4.9	14.6	34.0	34.0	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	34.9歳
	男性50代	81	3.9	0.0	3.9	5.8	17.5	24.3	21.4	20.4	2.9	0.0	0.0	0.0	41.0歳
	男性60代	71	0.0	2.9	1.9	12.6	2.9	17.5	12.6	30.1	15.5	2.9	1.0	0.0	44.8歳
女性	2024年	755	1.7	2.1	4.8	10.2	16.0	24.8	19.4	14.8	4.5	1.7	0.0	0.1	40.8歳
	2025年	757	1.3	1.5	5.0	10.6	20.6	21.7	18.3	14.3	5.0	1.4	0.0	0.2	40.7歳
	2026年	**741**	**1.6**	**2.3**	**4.0**	**10.8**	**17.7**	**26.6**	**20.0**	**10.8**	**5.4**	**0.4**	**0.4**	**0.1**	**40.4歳**
	女性20代	6	41.3	28.3	26.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	19.3歳
	女性30代	45	9.3	9.3	20.5	42.9	17.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	28.4歳
	女性40代	171	2.9	1.9	4.9	12.6	30.1	37.9	9.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	36.8歳
	女性50代	241	0.0	1.9	1.9	11.7	16.5	28.2	31.1	8.7	0.0	0.0	0.0	0.0	40.4歳
	女性60代	277	0.0	1.0	1.9	3.9	11.7	23.3	20.4	21.4	14.6	1.0	1.0	0.0	44.9歳

※：平均年齢は「不明(矛盾回答)」を除いて算出

(%)

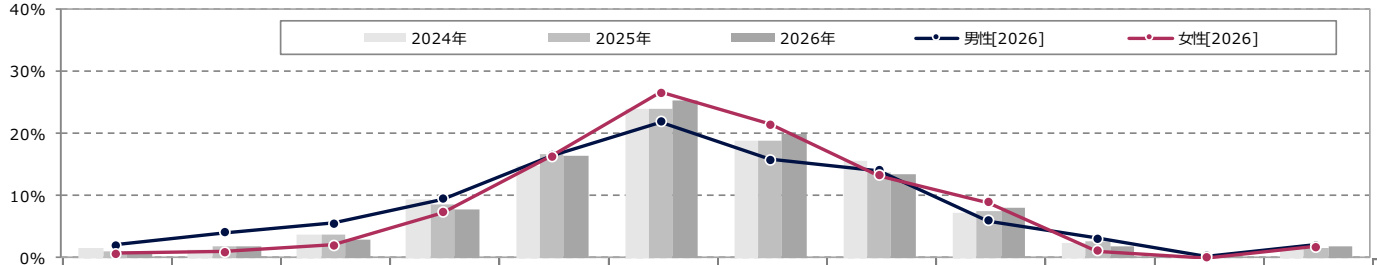
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めを始めた年齢

➢前年同様、全体のボリュームゾーンは40代前半
➢平均年齢は前頁の「白髪が気になりだした平均年齢」よりも約2歳遅い

Q9S2 あなたご自身が、白髪が気になりだした年齢と、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を始めた年齢、「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢をお知らせください。【「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」を始めた年齢】(NA)

※n＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	10代以下	20代前半	20代後半	30代前半	30代後半	40代前半	40代後半	50代前半	50代後半	60代前半	60代後半	不明	平均年齢
全体	2024年	1,031	1.6	1.3	3.7	9.3	14.7	23.9	18.9	15.5	7.1	2.4	0.1	1.5	42.2歳
	2025年	1,031	0.9	1.8	3.5	8.5	16.6	23.9	18.8	13.7	7.6	2.7	0.4	1.6	42.2歳
	2026年	**1,031**	**0.9**	**1.7**	**3.0**	**7.8**	**16.3**	**25.3**	**19.9**	**13.5**	**8.1**	**1.7**	**0.1**	**1.7**	**42.2歳**
性別 男性	2024年	276	2.7	2.7	5.5	13.0	17.1	21.8	14.5	12.4	6.1	2.3	0.5	1.5	40.1歳
	2025年	274	1.6	4.2	5.5	10.4	17.0	22.3	17.4	12.3	5.8	1.2	0.5	1.8	40.3歳
	2026年	**290**	**1.9**	**3.9**	**5.4**	**9.4**	**16.5**	**21.9**	**15.7**	**14.0**	**5.9**	**3.1**	**0.2**	**1.9**	**40.8歳**
	男性20代	17	15.5	41.7	23.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	19.4	21.7歳
	男性30代	35	3.9	2.9	22.3	35.0	34.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	31.1歳
	男性40代	85	1.0	1.9	2.9	9.7	29.1	43.7	11.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	38.0歳
	男性50代	81	1.0	1.9	1.0	4.9	8.7	21.4	31.1	24.3	3.9	0.0	0.0	1.9	43.9歳
	男性60代	71	0.0	0.0	1.0	3.9	5.8	12.6	14.6	29.1	19.4	12.6	1.0	0.0	49.1歳
女性	2024年	755	1.1	0.8	3.1	7.9	13.8	24.6	20.6	16.6	7.5	2.4	0.0	1.4	42.9歳
	2025年	757	0.6	0.9	2.8	7.8	16.5	24.6	19.3	14.2	8.2	3.2	0.4	1.5	42.9歳
	2026年	**741**	**0.5**	**0.8**	**2.0**	**7.2**	**16.3**	**26.6**	**21.5**	**13.3**	**8.9**	**1.1**	**0.0**	**1.7**	**42.7歳**
	女性20代	6	28.3	32.6	30.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.7	21.4歳
	女性30代	45	5.0	3.7	13.7	46.6	27.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.7	30.9歳
	女性40代	171	0.0	0.0	3.9	5.8	24.3	48.5	17.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	39.8歳
	女性50代	241	0.0	1.0	0.0	4.9	16.5	26.2	35.9	10.7	2.9	0.0	0.0	1.9	42.5歳
	女性60代	277	0.0	0.0	0.0	3.9	9.7	18.4	15.5	26.2	21.4	2.9	0.0	1.9	47.0歳

※：平均年齢は「不明(矛盾回答)」を除いて算出

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

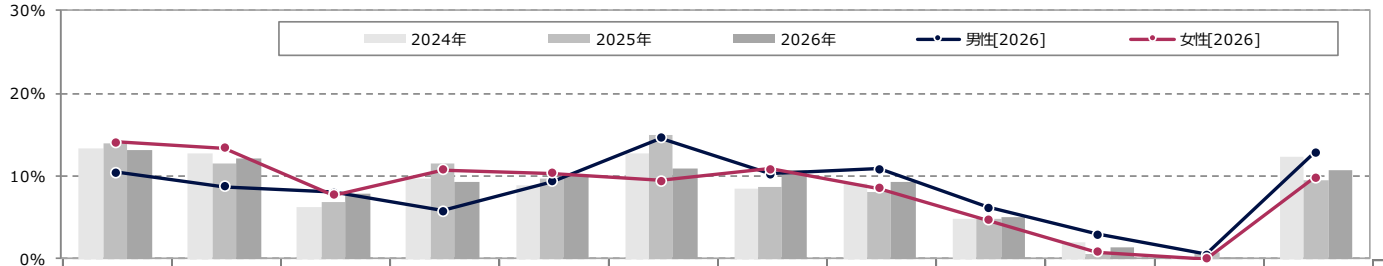
「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢

➢全体のボリュームゾーンは10代～20代前半、30代後半～40代後半
➢平均年齢は女性よりも男性の方がやや高い

Q9S3 あなたご自身が、白髪が気になりだした年齢と、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を始めた年齢、「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢をお知らせください。【「（白髪染めではない）おしゃれ染め」を始めた年齢】(NA)

※n＜30のスコアは参考値

※（白髪染めではない）
おしゃれ染め経験者ベース



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	10代以下	20代前半	20代後半	30代前半	30代後半	40代前半	40代後半	50代前半	50代後半	60代前半	60代後半	不明	平均年齢
全体	2024年	1,031	13.4	12.7	6.1	9.7	8.9	12.6	8.4	9.0	4.8	1.9	0.1	12.3	34.0歳
	2025年	1,031	13.9	11.6	6.8	11.4	9.6	14.9	8.6	8.0	4.7	0.4	0.7	9.5	33.5歳
	2026年	**1,031**	**13.0**	**12.1**	**7.8**	**9.3**	**10.0**	**10.9**	**10.6**	**9.2**	**5.0**	**1.3**	**0.1**	**10.7**	**34.2歳**
性別 男性	2024年	276	10.9	7.7	6.7	7.5	11.3	13.6	9.2	7.3	4.7	3.2	0.5	17.4	35.5歳
	2025年	274	7.3	7.0	5.9	9.8	12.1	14.0	11.6	10.7	5.7	1.7	0.5	13.7	37.3歳
	2026年	**290**	**10.4**	**8.7**	**8.0**	**5.7**	**9.3**	**14.6**	**10.2**	**10.8**	**6.1**	**2.9**	**0.5**	**12.9**	**36.6歳**
	男性20代	17	20.4	35.0	25.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	19.4	21.1歳
	男性30代	35	15.5	8.7	19.4	22.3	24.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	27.5歳
	男性40代	85	9.7	12.6	9.7	4.9	15.5	26.2	11.7	0.0	0.0	0.0	0.0	9.7	33.3歳
	男性50代	81	11.7	5.8	3.9	4.9	2.9	13.6	15.5	22.3	3.9	0.0	0.0	15.5	38.1歳
	男性60代	71	4.9	1.0	1.0	1.0	3.9	12.6	9.7	18.4	20.4	11.7	1.9	13.6	47.2歳
性別 女性	2024年	755	14.2	14.5	5.9	10.6	8.1	12.3	8.1	9.7	4.8	1.4	0.0	10.4	33.5歳
	2025年	757	16.2	13.2	7.1	12.0	8.7	15.2	7.5	7.0	4.3	0.0	0.7	8.0	32.2歳
	2026年	**741**	**14.1**	**13.4**	**7.7**	**10.7**	**10.3**	**9.4**	**10.8**	**8.5**	**4.6**	**0.7**	**0.0**	**9.8**	**33.3歳**
	女性20代	6	43.5	32.6	13.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.9	20.0歳
	女性30代	45	41.0	20.5	9.9	14.3	12.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	23.2歳
	女性40代	171	27.2	18.4	4.9	2.9	11.7	18.4	9.7	0.0	0.0	0.0	0.0	6.8	28.9歳
	女性50代	241	10.7	15.5	13.6	13.6	8.7	5.8	10.7	11.7	2.9	0.0	0.0	6.8	32.6歳
	女性60代	277	3.9	6.8	3.9	12.6	10.7	8.7	13.6	12.6	9.7	1.9	0.0	15.5	39.3歳

※：平均年齢は「不明(矛盾回答)」を除いて算出

(%)

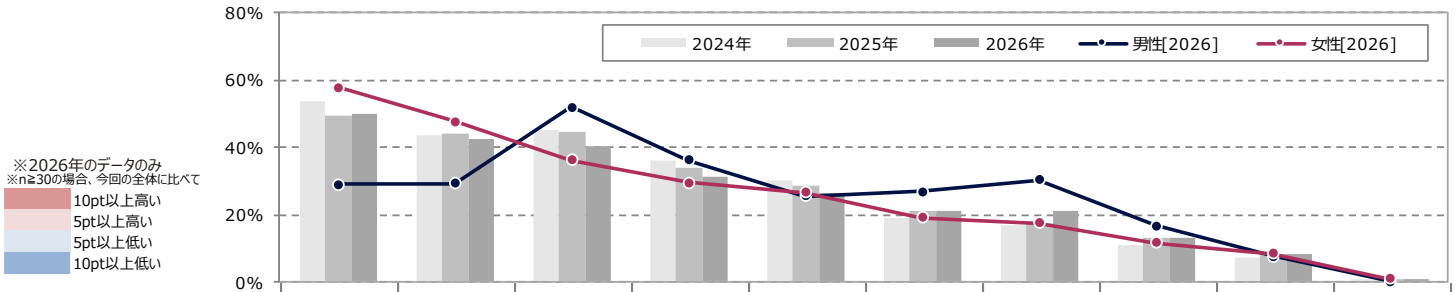
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染め実施理由

- 「自分自身が気になる」が5割で最多。次いで「身だしなみとして必要」
- 男性では「若く見られたい」が高い一方で、「自分自身が気になる」「身だしなみとして必要」は低い

Q10 あなたはなぜ、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をしているのですか。あてはまるものをすべてお知らせください。(MA)

※2026年全体の降順ソート
※n＜30のスコアは参考値



※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	自分自身が気になるから	身だしなみとして必要だから	若く見られたいから	白髪がない方がかっこいいから	清潔感があるように見られたいから	イメージ・雰囲気を変えたいから	いい印象を持たれたいから	年相応に見られたいから	白髪だと似合う服が限定されるから	その他
全体	2024年	1,031	53.9	43.3	45.0	36.1	30.0	18.7	16.6	11.1	7.1	0.1
	2025年	1,031	49.4	43.9	44.4	34.1	28.6	21.2	17.2	13.1	8.4	0.7
	2026年	**1,031**	**49.7**	**42.5**	**40.5**	**31.3**	**26.3**	**21.3**	**21.0**	**12.9**	**8.1**	**0.6**
性別 男性	2024年	276	35.4	30.6	53.1	36.6	26.7	27.8	26.0	17.2	7.3	0.3
	2025年	274	34.8	29.4	53.4	38.9	28.0	30.0	27.6	15.1	7.2	1.0
	2026年	**290**	**29.0**	**29.3**	**51.9**	**36.1**	**25.4**	**26.8**	**30.3**	**16.6**	**7.6**	**0.0**
	男性20代	17	10.7	27.2	51.5	39.8	25.2	44.7	44.7	35.0	16.5	0.0
	男性30代	35	22.3	35.0	49.5	34.0	36.9	27.2	40.8	26.2	6.8	0.0
	男性40代	85	29.1	36.9	48.5	34.0	29.1	29.1	35.0	15.5	7.8	0.0
	男性50代	81	31.1	27.2	55.3	37.9	24.3	25.2	23.3	9.7	5.8	0.0
	男性60代	71	34.0	20.4	53.4	36.9	16.5	21.4	24.3	16.5	7.8	0.0
性別 女性	2024年	755	60.6	48.0	42.1	36.0	31.2	15.4	13.2	8.8	7.0	0.0
	2025年	757	54.7	49.2	41.2	32.4	28.9	18.0	13.5	12.4	8.9	0.6
	2026年	**741**	**57.8**	**47.7**	**36.0**	**29.4**	**26.6**	**19.1**	**17.4**	**11.5**	**8.4**	**0.9**
	女性20代	6	26.1	21.7	32.6	43.5	19.6	32.6	26.1	23.9	2.2	0.0
	女性30代	45	46.0	45.3	39.1	39.1	37.9	27.3	24.8	24.8	9.3	0.0
	女性40代	171	49.5	47.6	35.0	34.0	29.1	23.3	23.3	14.6	7.8	1.0
	女性50代	241	64.1	45.6	39.8	24.3	30.1	19.4	20.4	9.7	11.7	1.9
	女性60代	277	60.2	50.5	33.0	29.1	20.4	14.6	9.7	8.7	5.8	0.0

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

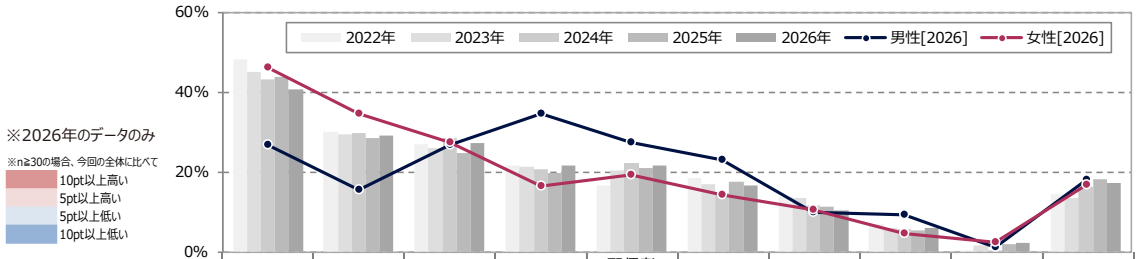
気になる目線

➢全体では「他人の目すべて」が経年で低下傾向となったものの、今回も最多となった

➢前年同様、男性の方が女性よりも異性からの目線を気にする傾向

Q11 白髪について、あなたは誰の目が気になりますか。あてはまるものをすべてお知らせください。(MA)

※2026年全体の降順ソート
※n <30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	他人の目すべて	同性の友人	職場の同性	職場の異性	配偶者（パートナー）※1	異性の友人	配偶者（パートナー）以外の家族・親族※2	恋人	その他	他人の目は気にならない
全体	2022年	1,031	48.3	30.1	27.0	21.7	16.7	18.6	14.0	7.2	0.5	14.5
	2023年	1,029	45.3	29.4	26.1	21.5	20.6	17.1	13.7	6.2	1.9	13.6
	2024年	1,031	43.4	29.8	28.5	20.7	22.3	14.9	11.8	5.7	0.6	16.5
	2025年	1,031	43.8	28.6	24.9	19.7	21.2	17.8	11.5	5.5	1.9	18.3
	2026年	**1,031**	**40.9**	**29.4**	**27.3**	**21.7**	**21.6**	**16.8**	**10.4**	**6.1**	**2.2**	**17.3**
性別 男性	2022年	270	34.8	16.9	29.4	34.9	24.9	24.3	11.9	10.5	0.6	16.8
	2023年	278	37.1	17.0	27.2	32.2	22.0	21.1	8.7	9.0	0.5	14.3
	2024年	276	35.3	17.3	29.8	32.2	27.6	22.5	12.6	10.8	0.4	17.5
	2025年	274	31.8	20.9	24.9	31.3	27.0	25.7	10.0	12.7	1.5	19.2
	2026年	**290**	**27.0**	**15.5**	**26.9**	**34.6**	**27.6**	**23.3**	**10.1**	**9.4**	**1.1**	**18.2**
	男性20代	17	17.5	23.3	27.2	30.1	33.0	32.0	16.5	23.3	1.9	13.6
	男性30代	35	22.3	22.3	31.1	43.7	31.1	35.0	4.9	13.6	0.0	12.6
	男性40代	85	25.2	15.5	32.0	37.9	32.0	16.5	10.7	8.7	0.0	21.4
	男性50代	81	30.1	12.6	26.2	34.0	23.3	24.3	9.7	6.8	1.9	15.5
	男性60代	71	30.1	13.6	19.4	28.2	24.3	22.3	10.7	7.8	1.9	21.4
性別 女性	2022年	761	53.1	34.8	26.1	17.1	13.7	16.5	14.8	6.0	0.5	13.7
	2023年	751	48.3	34.0	25.6	17.5	20.1	15.7	15.6	5.2	2.4	13.3
	2024年	755	46.3	34.4	28.0	16.5	20.4	12.1	11.5	3.9	0.7	16.2
	2025年	757	48.1	31.3	24.9	15.5	19.1	15.0	12.1	2.9	2.0	18.0
	2026年	**741**	**46.3**	**34.8**	**27.4**	**16.7**	**19.2**	**14.3**	**10.6**	**4.8**	**2.6**	**16.9**
	女性20代	6	39.1	39.1	41.3	26.1	30.4	32.6	17.4	30.4	0.0	8.7
	女性30代	45	43.5	39.1	41.0	30.4	29.8	25.5	16.8	6.2	0.0	14.3
	女性40代	171	43.7	34.0	33.0	22.3	17.5	19.4	8.7	10.7	1.0	17.5
	女性50代	241	48.5	32.0	33.0	22.3	21.4	15.5	12.6	2.9	2.9	16.5
	女性60代	277	46.6	36.9	16.5	5.8	16.5	7.8	8.7	1.9	3.9	17.5

(%)

※1:2023年までは、「配偶者」のスコアで代入　※2:2023年までは、「配偶者以外の家族・親族」のスコアで代入

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

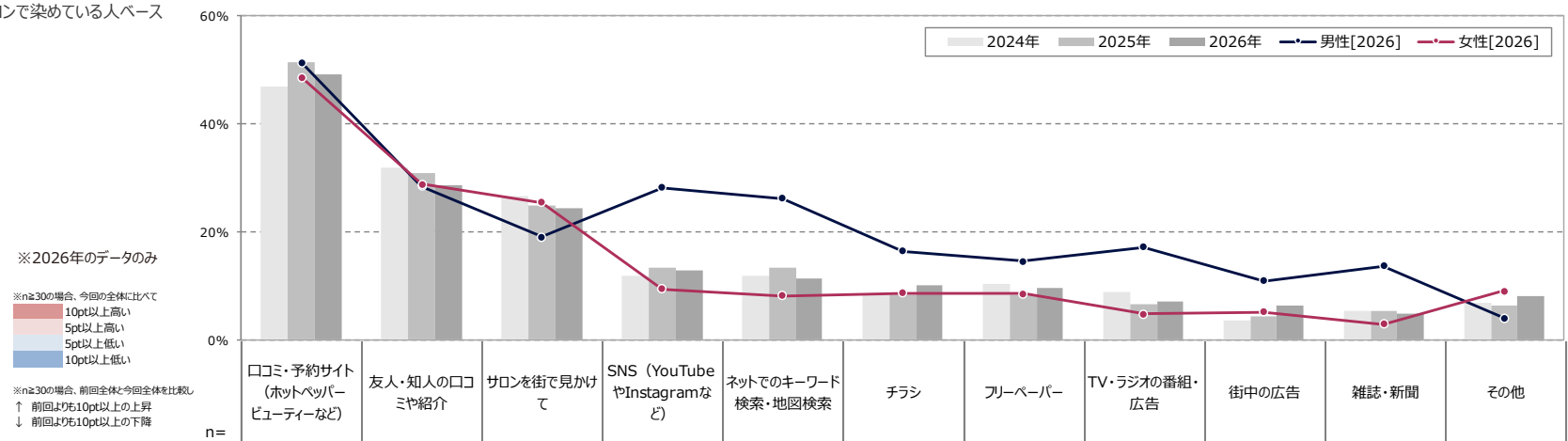
白髪染めの美容室・サロンを探す情報源

- 「口コミ・予約サイト」が最多
- 男性では「サロンを街で見かけて」が前年より10pt以上低下

Q12 あなたは「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト」の施術を受ける美容室・理容室や専門サロンを探す際にどんな情報を参考にしていますか。（MA）

※サロンで染めている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	口コミ・予約サイト（ホットペッパービューティーなど）	友人・知人の口コミや紹介	サロンを街で見かけて	SNS（YouTubeやInstagramなど）	ネットでのキーワード検索・地図検索	チラシ	フリーペーパー	TV・ラジオの番組・広告	街中の広告	雑誌・新聞	その他
全体	2024年	652	46.9	32.0	26.5	11.8	11.9	8.4	10.3	8.9	3.5	5.3	6.8
	2025年	696	51.4	30.8	24.9	13.3	13.3	8.3	8.3	6.5	4.4	5.2	6.4
	2026年	**697**	**49.1**	**28.7**	**24.3**	**12.9**	**11.4**	**10.0**	**9.6**	**7.1**	**6.2**	**4.9**	**8.1**
性別 男性	2024年	100	51.7	27.6	30.0	23.3	23.3	13.9	19.0	15.7	9.2	13.8	9.0
	2025年	112	51.9	33.0	33.2	27.7	28.1	14.6	15.1	15.6	11.1	12.7	4.2
	2026年	**128**	**51.4**	**28.5**	**↓19.0**	**28.2**	**26.1**	**16.5**	**14.5**	**17.2**	**10.8**	**13.6**	**4.0**
	男性20代	15	76.1	35.2	18.2	50.0	42.0	39.8	27.3	25.0	12.5	31.8	1.1
	男性30代	20	76.7	26.7	15.0	38.3	28.3	16.7	23.3	25.0	5.0	23.3	1.7
	男性40代	44	53.7	33.3	22.2	38.9	22.2	16.7	20.4	11.1	14.8	14.8	3.7
	男性50代	29	37.8	18.9	13.5	8.1	16.2	8.1	2.7	18.9	8.1	2.7	5.4
	男性60代	19	21.4	28.6	25.0	7.1	35.7	10.7	0.0	14.3	10.7	3.6	7.1
性別 女性	2024年	552	46.1	32.8	25.9	9.7	9.9	7.4	8.7	7.6	2.5	3.8	6.4
	2025年	583	51.3	30.3	23.3	10.5	10.4	7.1	6.9	4.8	3.2	3.8	6.8
	2026年	**569**	**48.6**	**28.8**	**25.4**	**9.4**	**8.1**	**8.6**	**8.5**	**4.8**	**5.2**	**2.9**	**9.1**
	女性20代	5	73.5	20.6	0.0	47.1	11.8	23.5	8.8	11.8	0.0	8.8	0.0
	女性30代	36	78.0	17.3	13.4	28.3	15.7	6.3	7.1	7.9	3.9	5.5	3.9
	女性40代	143	54.7	20.9	26.7	11.6	12.8	4.7	3.5	2.3	5.8	4.7	11.6
	女性50代	192	45.1	26.8	20.7	7.3	8.5	4.9	8.5	3.7	6.1	2.4	14.6
	女性60代	194	41.7	38.9	31.9	5.6	2.8	15.3	12.5	6.9	4.2	1.4	2.8

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかける金額/回【全体サマリー】

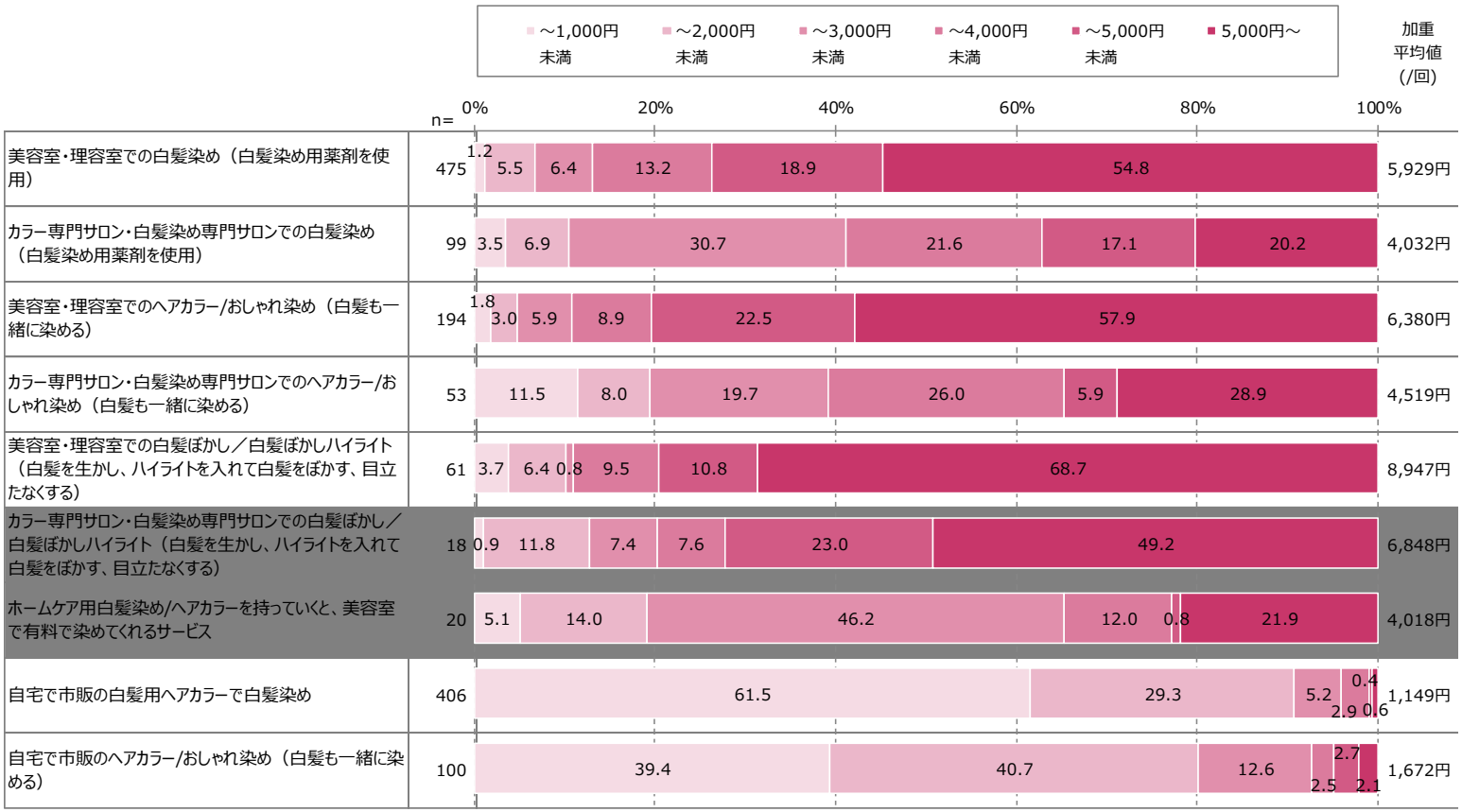
- 「理美容室での白髪ぼかし/ハイライト」が最も高く約8,900円
- 理美容室で染める場合は半数以上が5,000円以上

Q13S1～S9 あなたが普段行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」で、あなたが使っている1回あたりの金額をお知らせください。(SAMT)

※実施者ベース

※n＜30のスコアは参考値

【2026年】



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

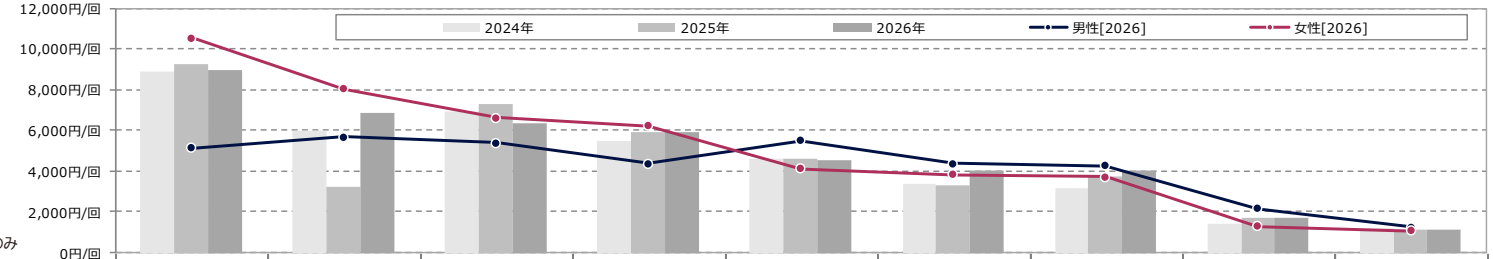
白髪染めにかける金額/回【詳細】

➢女性では「理美容室でのヘアカラー/おしゃれ染め」「専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め」が前年より1,000円以上低下

Q13 あなたが普段行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」で、あなたが使っている1回あたりの金額をお知らせください。(SAMT)

※実施者ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値
※各白髪染め実施者ベースの加重平均値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べ
3,000円以上高い
1,500円以上高い
1,500円以上低い
3,000円以上低い
※前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも1,000円以上の上昇
↓ 前回よりも1,000円以上の下降

		美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め
全体	2024年	8,911	6,008	6,959	5,502	4,636	3,350	3,143	1,450	1,183
	2025年	9,279	3,220	7,317	5,907	4,612	3,321	3,749	1,736	1,123
	2026年	**8,947**	**6,848**	**6,380**	**5,929**	**4,519**	**4,032**	**4,018**	**1,672**	**1,149**
性別 男性	2024年	5,548	5,366	5,221	4,176	4,401	3,449	4,626	1,725	1,077
	2025年	5,252	2,725	4,782	4,096	3,791	3,253	2,824	1,643	1,185
	2026年	**5,147**	**5,673**	**5,386**	**4,364**	**5,502**	**4,374**	**4,260**	**2,178**	**1,261**
	男性20代	4,824	5,158	4,843	4,943	4,801	4,663	4,688	5,000	3,471
	男性30代	3,384	3,594	4,844	4,342	4,417	3,542	2,304	2,420	1,715
	男性40代	7,583	8,750	5,631	5,133	7,554	6,268	5,063	2,724	1,654
	男性50代	750	-	6,021	3,375	750	3,139	-	1,042	1,055
	男性60代	1,500	-	2,125	3,669	-	2,339	2,500	1,688	918
性別 女性	2024年	10,186	6,341	7,311	5,714	4,764	3,332	2,119	1,337	1,261
	2025年	10,880	4,304	7,835	6,228	5,172	3,336	5,293	1,806	1,086
	2026年	**10,541**	**8,021**	**↓6,627**	**6,229**	**↓4,116**	**3,834**	**3,723**	**1,287**	**1,085**
	女性20代	6,196	4,550	8,663	6,770	6,475	4,819	4,313	2,333	1,917
	女性30代	8,600	7,083	7,871	7,135	8,534	4,500	3,700	1,463	1,297
	女性40代	7,545	8,625	7,141	6,992	5,700	4,250	7,500	1,179	1,164
	女性50代	14,000	-	5,750	6,655	3,025	3,783	-	1,531	1,165
	女性60代	14,000	-	6,417	5,241	2,950	3,250	2,500	750	953

（円/回）

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかける時間/回【全体サマリー】

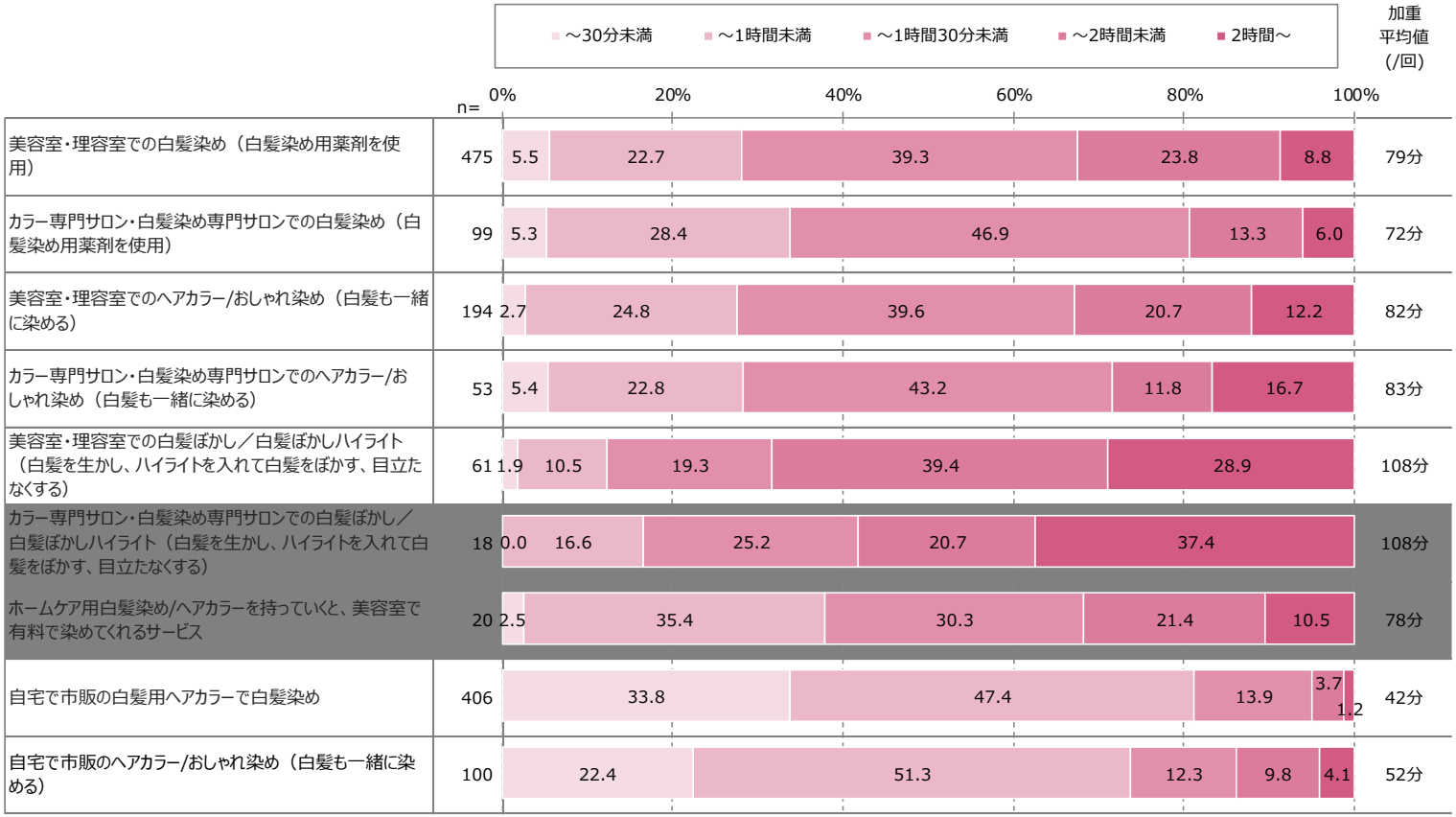
- 「理美容室や専門サロンでの白髪染め/ヘアカラー」は平均で70～80分程度
- 「自宅での白髪染め/ヘアカラー」は平均で40～50分程度
- 最も時間が長い「理美容室での白髪ぼかし/ハイライト」は平均108分

Q14S1～S9 あなたが普段行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」の1回あたりにかけている時間をお知らせください。(SAMT)

※実施者ベース

※n＜30のスコアは参考値

【2026年】



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

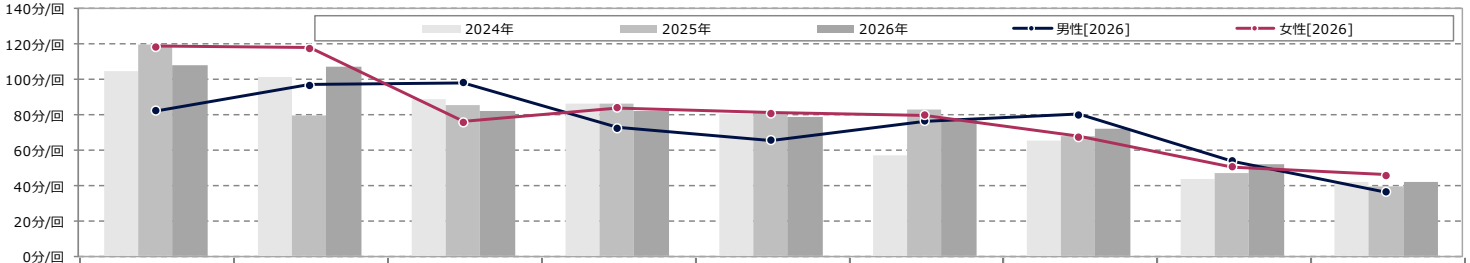
白髪染めにかける時間/回【詳細】

➢女性では「理美容室での白髪ぼかし/ハイライト」にかける時間が依然として長いものの、前年より10分以上低下した

Q14 あなたが普段行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」の1回あたりにかけている時間をお知らせください。(SAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値
※各白髪染め実施者ベースの加重平均値

※実施者ベース



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べ
10分以上長い
5分以上長い
5分以上短い
10分以上短い
※前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10分以上の上昇
↓ 前回よりも10分以上の下降

		美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	美容室・理容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス	カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）	自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）	自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め
全体	2024年	105	102	89	86	81	57	66	44	42
	2025年	120	80	85	87	81	83	68	47	40
	2026年	**↓108**	**108**	**83**	**82**	**79**	**78**	**72**	**52**	**42**
性別 男性	2024年	82	104	98	80	65	80	82	43	32
	2025年	79	74	81	77	69	73	67	46	34
	2026年	**83**	**97**	**98**	**73**	**66**	**77**	**↑80**	**54**	**36**
	男性20代	75	87	87	80	76	60	88	82	56
	男性30代	81	86	83	94	69	58	77	68	51
	男性40代	92	125	118	75	74	90	99	66	46
	男性50代	105	-	105	55	53	-	65	38	30
	男性60代	45	-	-	60	56	45	54	33	30
性別 女性	2024年	113	101	84	88	83	41	63	44	49
	2025年	137	92	88	89	83	100	68	48	43
	2026年	**↓119**	**118**	**↓76**	**84**	**81**	**80**	**68**	**51**	**46**
	女性20代	109	93	129	103	92	68	82	72	60
	女性30代	111	120	110	93	90	87	92	60	53
	女性40代	113	120	99	93	94	45	79	58	53
	女性50代	140	-	63	78	76	-	69	45	43
	女性60代	90	-	63	75	76	90	45	35	44

(分/回)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【全体サマリー】

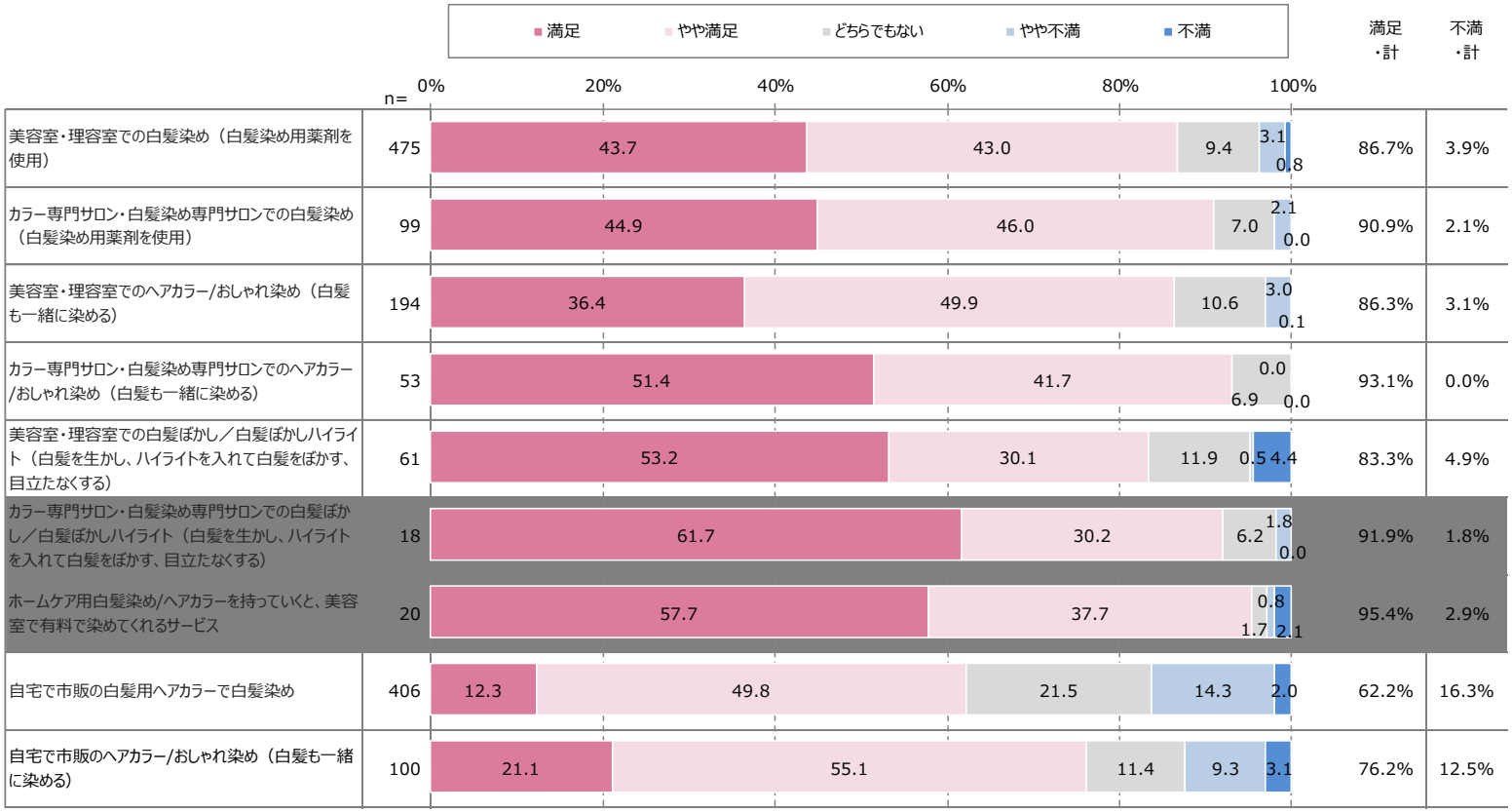
- 「理美容室や専門サロンでの白髪染め/ヘアカラー」は満足・計が8割半ば～9割強
- 「自宅での白髪染め/ヘアカラー」の満足・計は6割強～7割半ばで、理美容室や専門サロンと比べて低め

Q15S1～S9 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。(SAMT)

※実施者ベース

※n <30のスコアは参考値

【2026年】



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

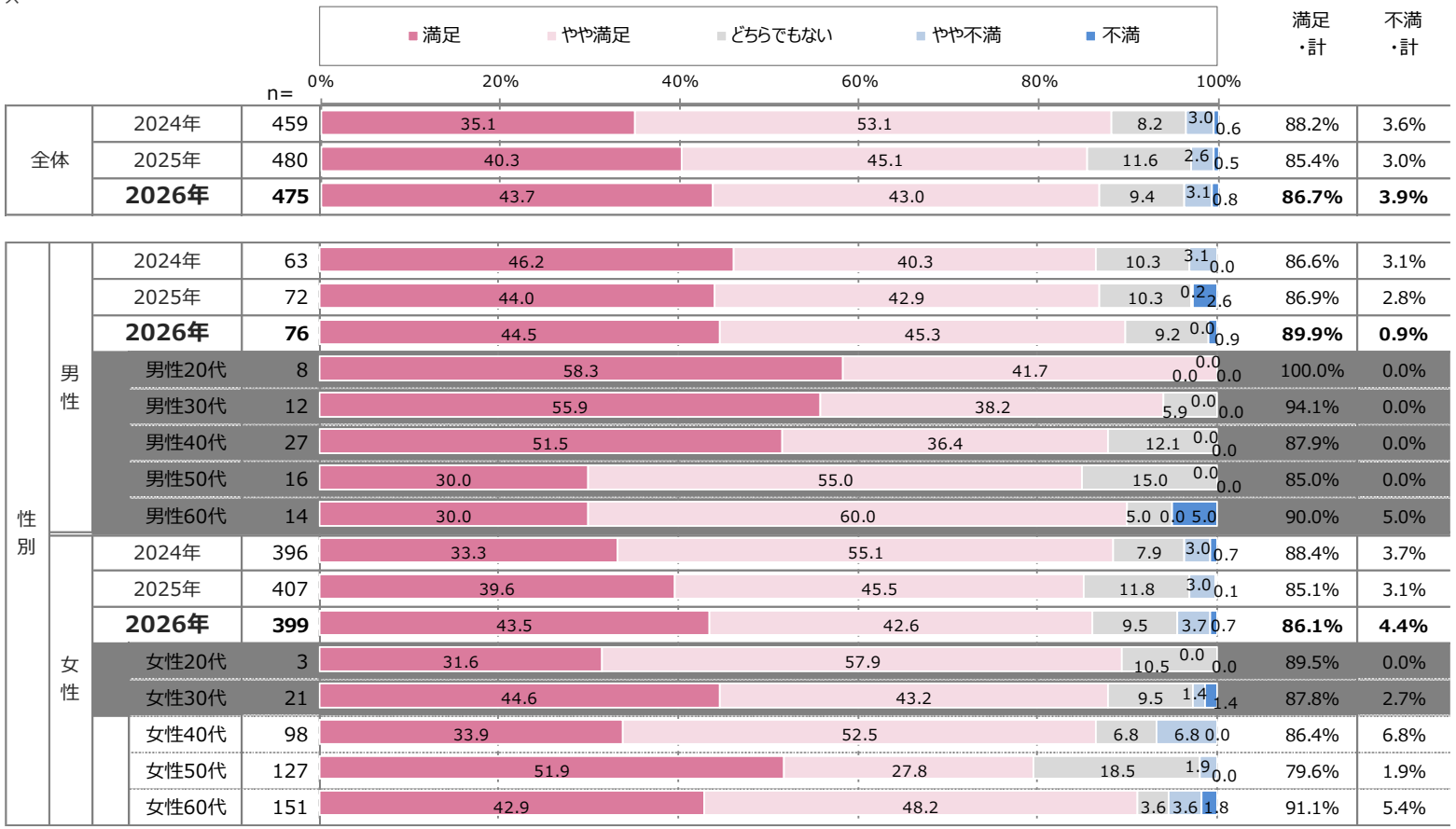
白髪染めの満足度【理美容室での白髪染め】

➢全体の満足・計は8割半ば
➢男性の満足・計がここ3年で上昇傾向

Q15S1 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【理美容室での白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）】(SAMT)

※実施者ベース

※ n <30のスコアは参考値



			n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体		2024年	459	35.1	53.1	8.2	3.0	0.6	88.2%	3.6%
		2025年	480	40.3	45.1	11.6	2.6	0.5	85.4%	3.0%
		2026年	**475**	43.7	43.0	9.4	3.1	0.8	**86.7%**	**3.9%**
性別	男性	2024年	63	46.2	40.3	10.3	3.1	0.0	86.6%	3.1%
		2025年	72	44.0	42.9	10.3	0.2	2.6	86.9%	2.8%
		2026年	**76**	44.5	45.3	9.2	0.0	0.9	**89.9%**	**0.9%**
		男性20代	8	58.3	41.7	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
		男性30代	12	55.9	38.2	5.9	0.0	0.0	94.1%	0.0%
		男性40代	27	51.5	36.4	12.1	0.0	0.0	87.9%	0.0%
		男性50代	16	30.0	55.0	15.0	0.0	0.0	85.0%	0.0%
		男性60代	14	30.0	60.0	5.0	0.0	5.0	90.0%	5.0%
	女性	2024年	396	33.3	55.1	7.9	3.0	0.7	88.4%	3.7%
		2025年	407	39.6	45.5	11.8	3.0	0.1	85.1%	3.1%
		2026年	**399**	43.5	42.6	9.5	3.7	0.7	**86.1%**	**4.4%**
		女性20代	3	31.6	57.9	10.5	0.0	0.0	89.5%	0.0%
		女性30代	21	44.6	43.2	9.5	1.4	1.4	87.8%	2.7%
		女性40代	98	33.9	52.5	6.8	6.8	0.0	86.4%	6.8%
		女性50代	127	51.9	27.8	18.5	1.9	0.0	79.6%	1.9%
		女性60代	151	42.9	48.2	3.6	3.6	1.8	91.1%	5.4%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

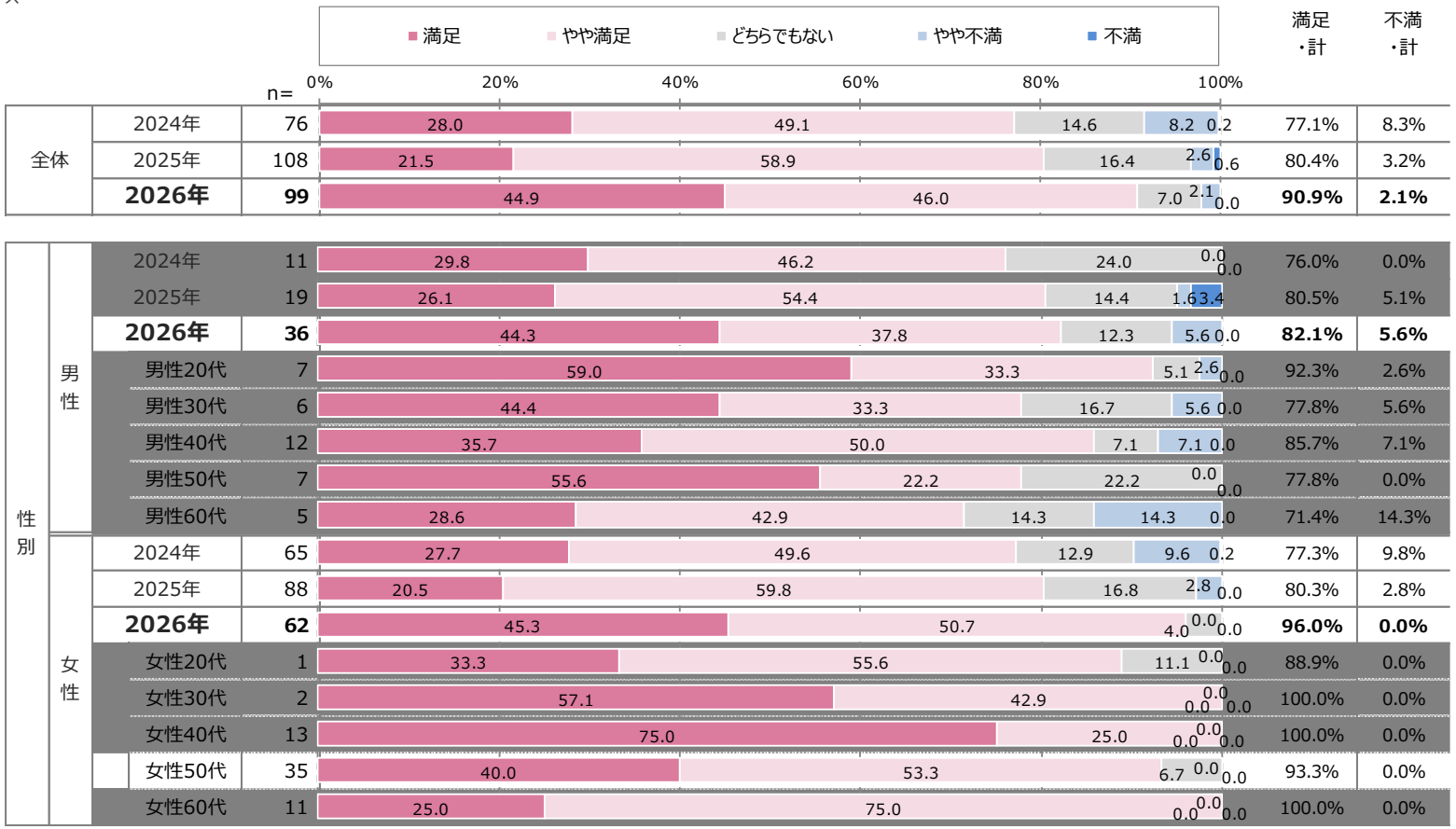
白髪染めの満足度【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め】

➢全体の満足・計は9割。ここ3年で上昇傾向
➢女性の満足・計が9割半ばと男性より高い

Q15S2 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め（白髪染め用薬剤を使用）】（SAMT）

※実施者ベース

※n＜30のスコアは参考値



		n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体	2024年	76	28.0	49.1	14.6	8.2	0.2	77.1%	8.3%
	2025年	108	21.5	58.9	16.4	2.6	0.6	80.4%	3.2%
	2026年	**99**	44.9	46.0	7.0	2.1	0.0	**90.9%**	**2.1%**
性別 男性	2024年	11	29.8	46.2	24.0	0.0	0.0	76.0%	0.0%
	2025年	19	26.1	54.4	14.4	1.6	3.4	80.5%	5.1%
	2026年	**36**	44.3	37.8	12.3	5.6	0.0	**82.1%**	**5.6%**
	男性20代	7	59.0	33.3	5.1	2.6	0.0	92.3%	2.6%
	男性30代	6	44.4	33.3	16.7	5.6	0.0	77.8%	5.6%
	男性40代	12	35.7	50.0	7.1	7.1	0.0	85.7%	7.1%
	男性50代	7	55.6	22.2	22.2	0.0	0.0	77.8%	0.0%
	男性60代	5	28.6	42.9	14.3	14.3	0.0	71.4%	14.3%
性別 女性	2024年	65	27.7	49.6	12.9	9.6	0.2	77.3%	9.8%
	2025年	88	20.5	59.8	16.8	2.8	0.0	80.3%	2.8%
	2026年	**62**	45.3	50.7	4.0	0.0	0.0	**96.0%**	**0.0%**
	女性20代	1	33.3	55.6	11.1	0.0	0.0	88.9%	0.0%
	女性30代	2	57.1	42.9	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	女性40代	13	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	女性50代	35	40.0	53.3	6.7	0.0	0.0	93.3%	0.0%
	女性60代	11	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%

株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

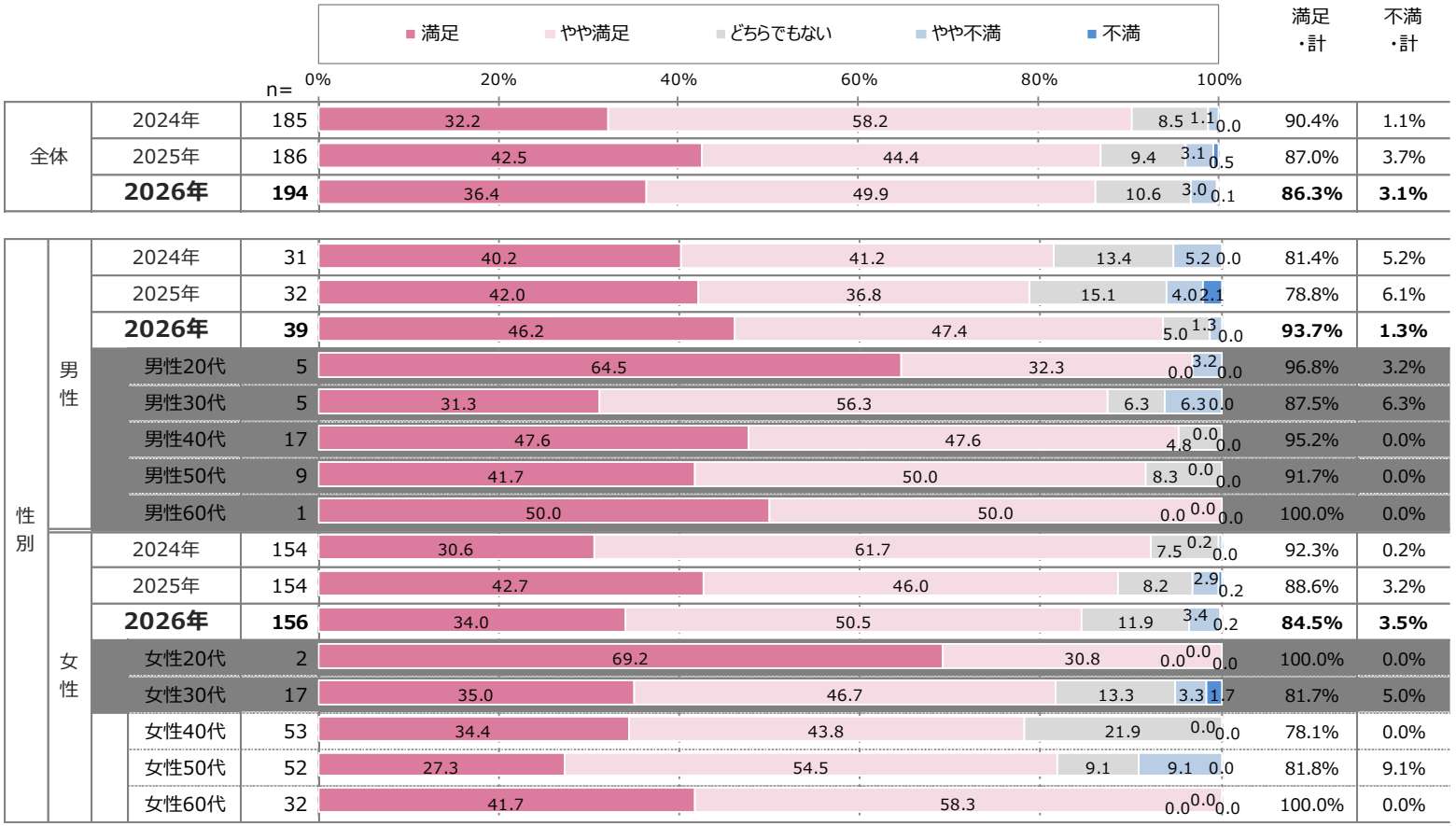
白髪染めの満足度【理美容室でのヘアカラー/おしゃれ染め】

➢全体の満足・計は8割半ば。ここ3年で低下傾向
➢男性の満足・計が前年より大幅に上昇し、女性より高い

Q15S3 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【理美容室でのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）】(SAMT)

※実施者ベース

※ n <30のスコアは参考値



		n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体	2024年	185	32.2	58.2	8.5	1.1	0.0	90.4%	1.1%
	2025年	186	42.5	44.4	9.4	3.1	0.5	87.0%	3.7%
	2026年	**194**	36.4	49.9	10.6	3.0	0.1	**86.3%**	**3.1%**
性別 男性	2024年	31	40.2	41.2	13.4	5.2	0.0	81.4%	5.2%
	2025年	32	42.0	36.8	15.1	4.0	2.1	78.8%	6.1%
	2026年	**39**	46.2	47.4	5.0	1.3	0.0	**93.7%**	**1.3%**
	男性20代	5	64.5	32.3	0.0	3.2	0.0	96.8%	3.2%
	男性30代	5	31.3	56.3	6.3	6.3	0.0	87.5%	6.3%
	男性40代	17	47.6	47.6	4.8	0.0	0.0	95.2%	0.0%
	男性50代	9	41.7	50.0	8.3	0.0	0.0	91.7%	0.0%
	男性60代	1	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
性別 女性	2024年	154	30.6	61.7	7.5	0.2	0.0	92.3%	0.2%
	2025年	154	42.7	46.0	8.2	2.9	0.2	88.6%	3.2%
	2026年	**156**	34.0	50.5	11.9	3.4	0.2	**84.5%**	**3.5%**
	女性20代	2	69.2	30.8	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	女性30代	17	35.0	46.7	13.3	3.3	1.7	81.7%	5.0%
	女性40代	53	34.4	43.8	21.9	0.0	0.0	78.1%	0.0%
	女性50代	52	27.3	54.5	9.1	9.1	0.0	81.8%	9.1%
	女性60代	32	41.7	58.3	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%

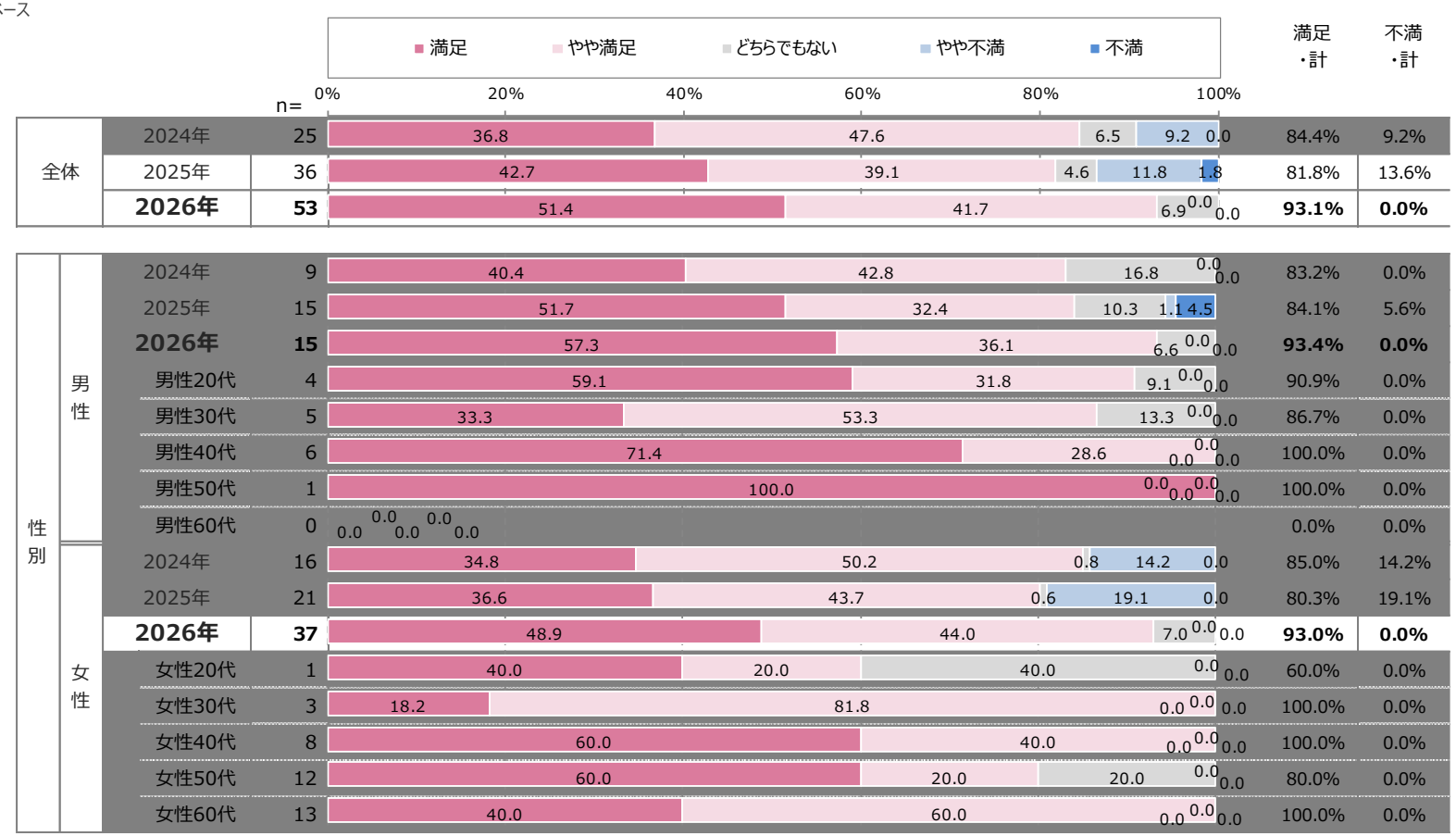
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢全体の満足・計は9割強。前年より大幅に上昇しており、「満足」は5割以上

Q15S4 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）】(SAMT)

※実施者ベース

※ n <30のスコアは参考値



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

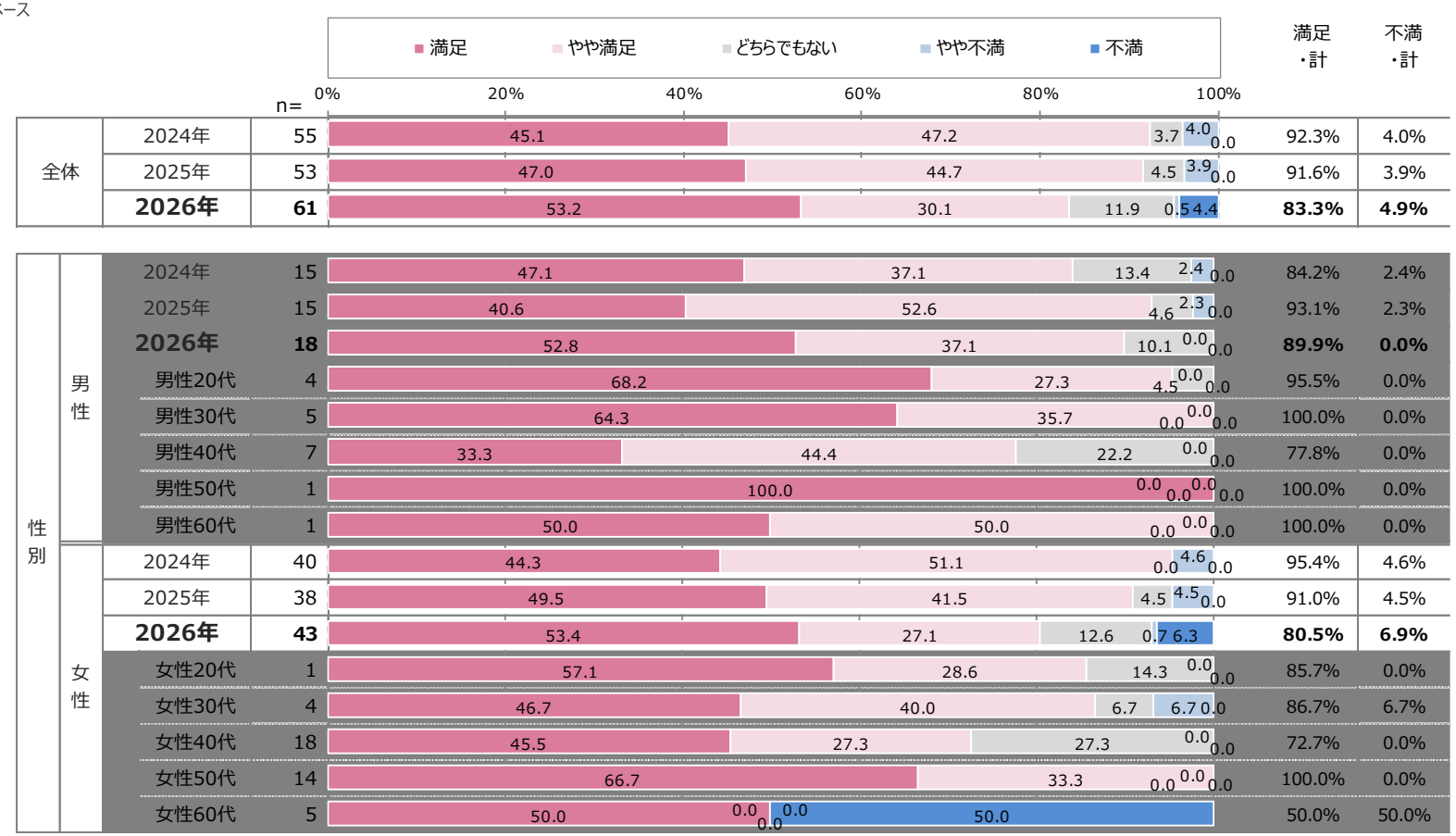
白髪染めの満足度【美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】

➢全体の満足・計は8割強。ここ3年で低下傾向
➢女性の満足・計もここ3年で低下傾向となったものの、「満足」は上昇傾向

Q15S5 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【理美容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）】(SAMT)

※実施者ベース

※ n <30のスコアは参考値



		n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体	2024年	55	45.1	47.2	3.7	4.0	0.0	92.3%	4.0%
	2025年	53	47.0	44.7	4.5	3.9	0.0	91.6%	3.9%
	2026年	**61**	53.2	30.1	11.9	0.5	4.4	**83.3%**	**4.9%**
性別 男性	2024年	15	47.1	37.1	13.4	2.4	0.0	84.2%	2.4%
	2025年	15	40.6	52.6	4.6	2.3	0.0	93.1%	2.3%
	2026年	**18**	52.8	37.1	10.1	0.0	0.0	**89.9%**	**0.0%**
	男性20代	4	68.2	27.3	4.5	0.0	0.0	95.5%	0.0%
	男性30代	5	64.3	35.7	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	男性40代	7	33.3	44.4	22.2	0.0	0.0	77.8%	0.0%
	男性50代	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	男性60代	1	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
性別 女性	2024年	40	44.3	51.1	0.0	4.6	0.0	95.4%	4.6%
	2025年	38	49.5	41.5	4.5	4.5	0.0	91.0%	4.5%
	2026年	**43**	53.4	27.1	12.6	0.7	6.3	**80.5%**	**6.9%**
	女性20代	1	57.1	28.6	14.3	0.0	0.0	85.7%	0.0%
	女性30代	4	46.7	40.0	6.7	6.7	0.0	86.7%	6.7%
	女性40代	18	45.5	27.3	27.3	0.0	0.0	72.7%	0.0%
	女性50代	14	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	100.0%	0.0%
	女性60代	5	50.0	0.0	0.0	50.0		50.0%	50.0%

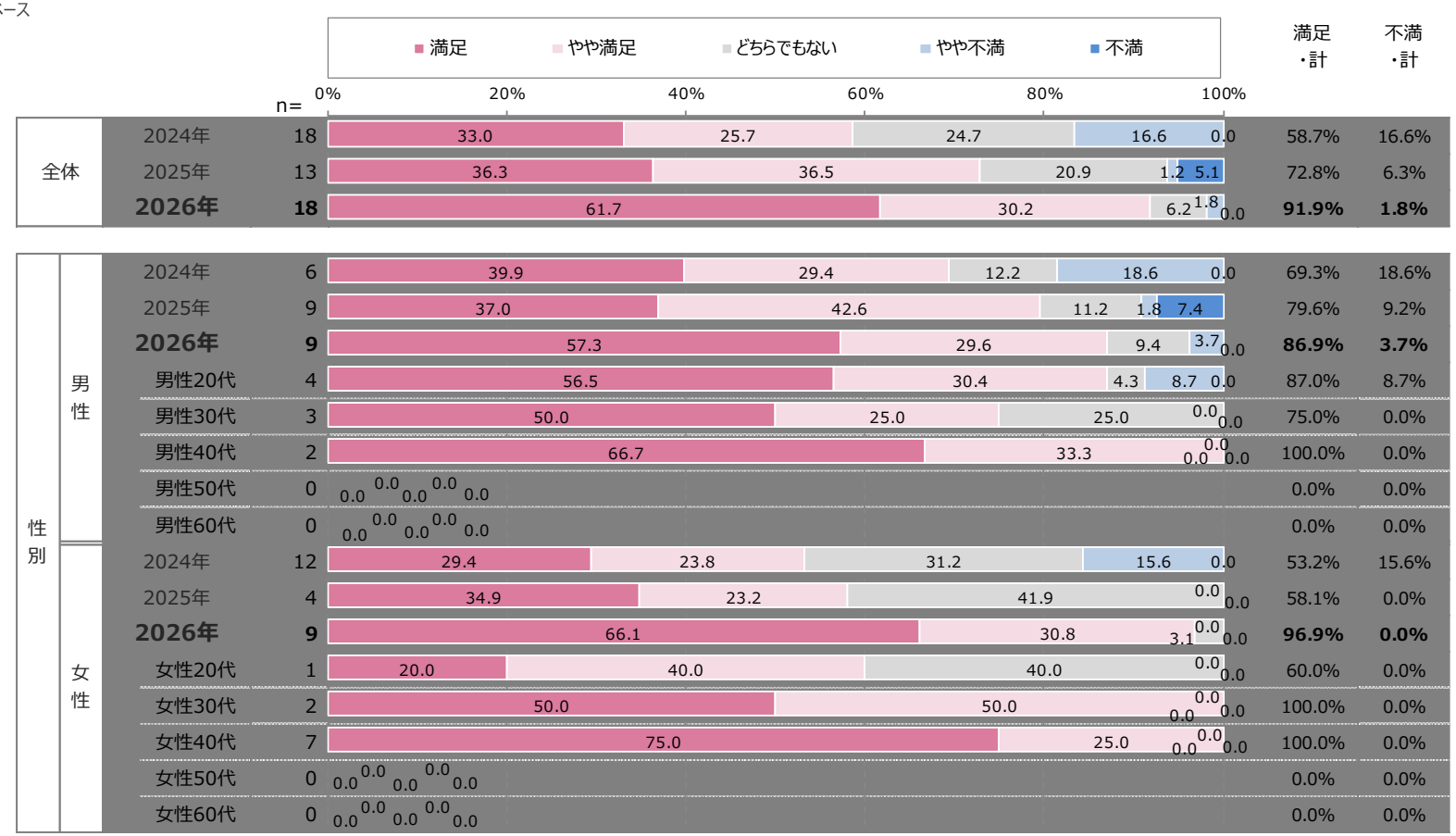
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢ n＜30のため参考値

Q15S6 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト（白髪を生かし、ハイライトを入れて白髪をぼかす、目立たなくする）】(SAMT)

※実施者ベース

※ｎ＜30のスコアは参考値



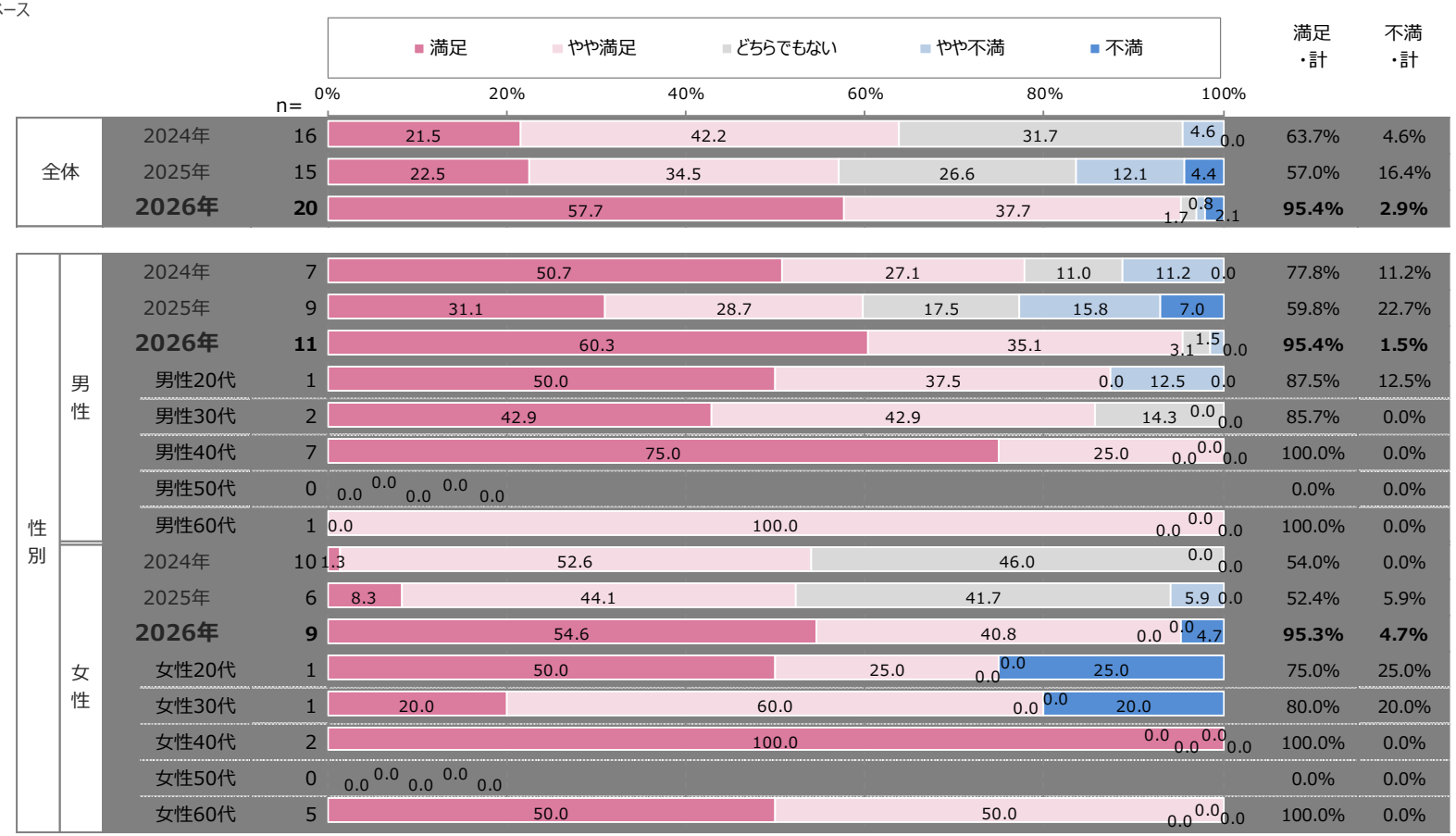
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢ n＜30のため参考値

Q15S7 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス】(SAMT)

※実施者ベース

※ｎ＜30のスコアは参考値



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

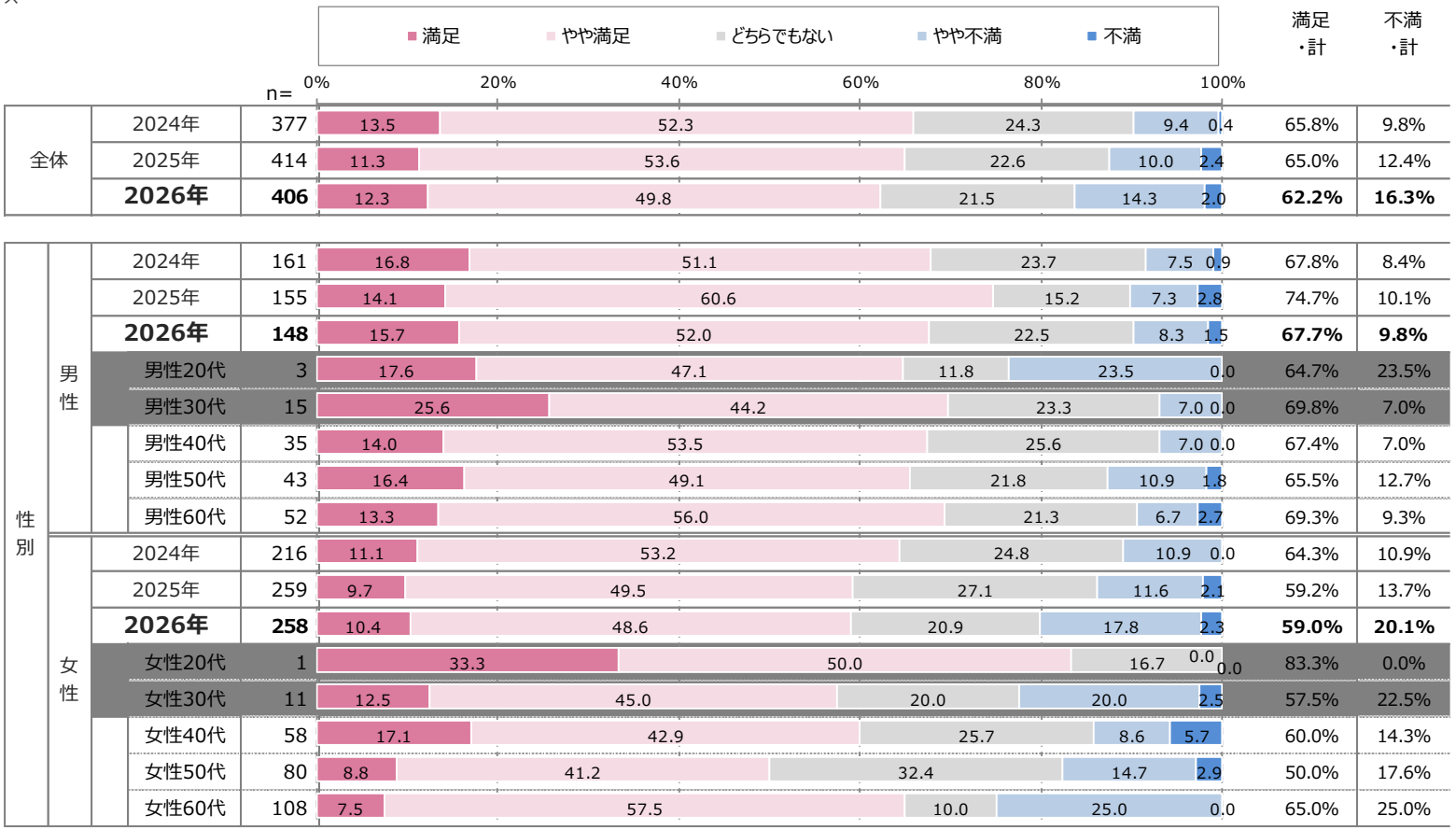
白髪染めの満足度【自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め】

➢全体の満足・計は6割強。ここ3年で低下傾向
➢最も満足・計が高いのは男性60代

Q15S8 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め】(SAMT)

※実施者ベース

※n <30のスコアは参考値



		n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体	2024年	377	13.5	52.3	24.3	9.4	0.4	65.8%	9.8%
	2025年	414	11.3	53.6	22.6	10.0	2.4	65.0%	12.4%
	2026年	**406**	12.3	49.8	21.5	14.3	2.0	**62.2%**	**16.3%**
性別 男性	2024年	161	16.8	51.1	23.7	7.5	0.9	67.8%	8.4%
	2025年	155	14.1	60.6	15.2	7.3	2.8	74.7%	10.1%
	2026年	**148**	15.7	52.0	22.5	8.3	1.5	**67.7%**	**9.8%**
	男性20代	3	17.6	47.1	11.8	23.5	0.0	64.7%	23.5%
	男性30代	15	25.6	44.2	23.3	7.0	0.0	69.8%	7.0%
	男性40代	35	14.0	53.5	25.6	7.0	0.0	67.4%	7.0%
	男性50代	43	16.4	49.1	21.8	10.9	1.8	65.5%	12.7%
	男性60代	52	13.3	56.0	21.3	6.7	2.7	69.3%	9.3%
女性	2024年	216	11.1	53.2	24.8	10.9	0.0	64.3%	10.9%
	2025年	259	9.7	49.5	27.1	11.6	2.1	59.2%	13.7%
	2026年	**258**	10.4	48.6	20.9	17.8	2.3	**59.0%**	**20.1%**
	女性20代	1	33.3	50.0	16.7	0.0	0.0	83.3%	0.0%
	女性30代	11	12.5	45.0	20.0	20.0	2.5	57.5%	22.5%
	女性40代	58	17.1	42.9	25.7	8.6	5.7	60.0%	14.3%
	女性50代	80	8.8	41.2	32.4	14.7	2.9	50.0%	17.6%
	女性60代	108	7.5	57.5	10.0	25.0	0.0	65.0%	25.0%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

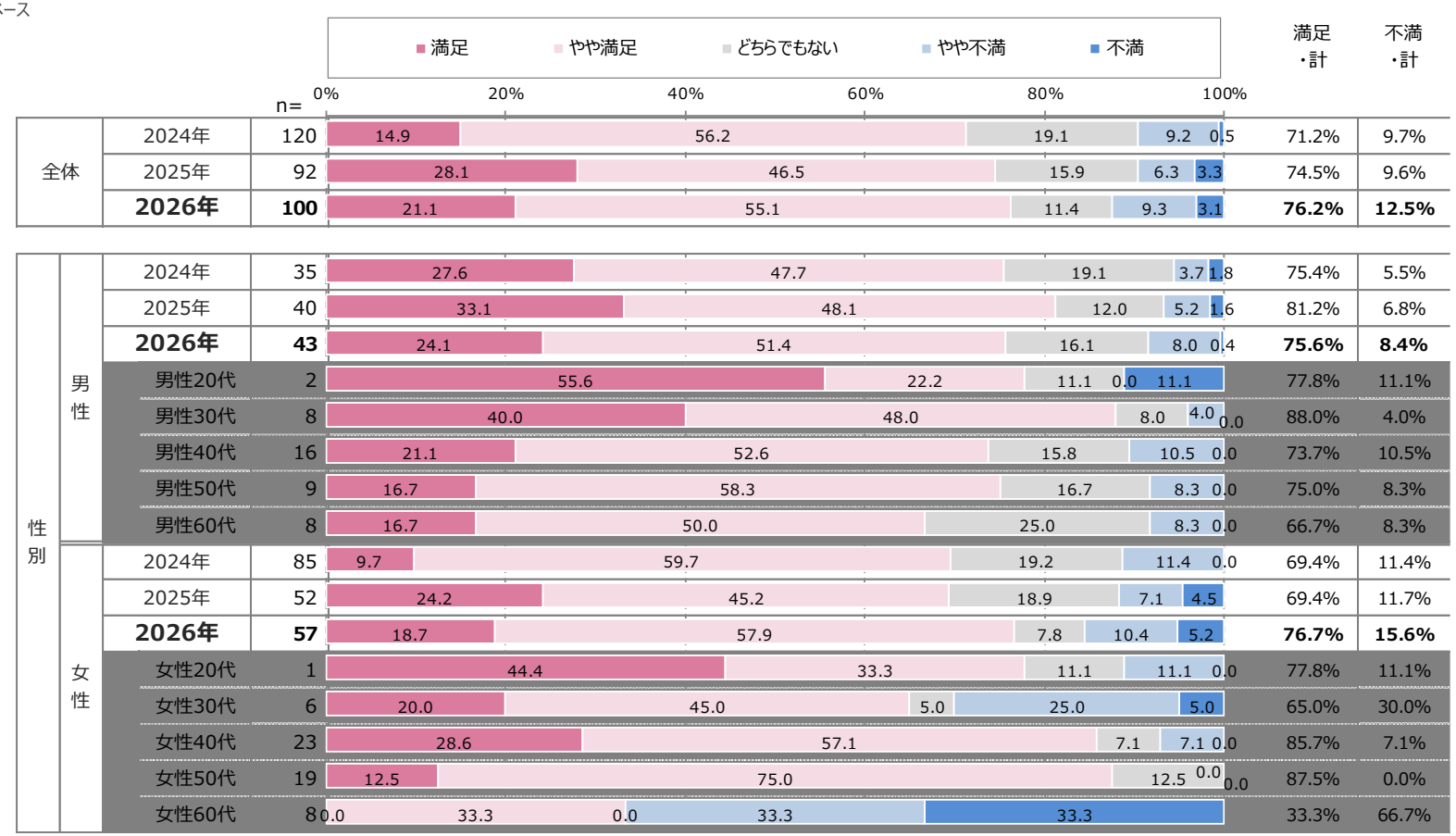
白髪染めの満足度【自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め】

- 全体の満足・計は7割半ば。ここ3年で上昇傾向
- 男性の満足・計は前年より低下、女性の満足・計は前年より上昇したことで、男女差がほぼなくなっている

Q15S9 あなたが行っている以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」について、あなたの満足度をお知らせください。
【自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め（白髪も一緒に染める）】(SAMT)

※実施者ベース

※ n <30のスコアは参考値



			n=	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	満足・計	不満・計
全体		2024年	120	14.9	56.2	19.1	9.2	0.5	71.2%	9.7%
		2025年	92	28.1	46.5	15.9	6.3	3.3	74.5%	9.6%
		2026年	**100**	21.1	55.1	11.4	9.3	3.1	**76.2%**	**12.5%**
性別	男性	2024年	35	27.6	47.7	19.1	3.7	1.8	75.4%	5.5%
		2025年	40	33.1	48.1	12.0	5.2	1.6	81.2%	6.8%
		2026年	**43**	24.1	51.4	16.1	8.0	0.4	**75.6%**	**8.4%**
		男性20代	2	55.6	22.2	11.1	0.0	11.1	77.8%	11.1%
		男性30代	8	40.0	48.0	8.0	4.0	0.0	88.0%	4.0%
		男性40代	16	21.1	52.6	15.8	10.5	0.0	73.7%	10.5%
		男性50代	9	16.7	58.3	16.7	8.3	0.0	75.0%	8.3%
		男性60代	8	16.7	50.0	25.0	8.3	0.0	66.7%	8.3%
	女性	2024年	85	9.7	59.7	19.2	11.4	0.0	69.4%	11.4%
		2025年	52	24.2	45.2	18.9	7.1	4.5	69.4%	11.7%
		2026年	**57**	18.7	57.9	7.8	10.4	5.2	**76.7%**	**15.6%**
		女性20代	1	44.4	33.3	11.1	11.1	0.0	77.8%	11.1%
		女性30代	6	20.0	45.0	5.0	25.0	5.0	65.0%	30.0%
		女性40代	23	28.6	57.1	7.1	7.1	0.0	85.7%	7.1%
		女性50代	19	12.5	75.0	12.5	0.0	0.0	87.5%	0.0%
		女性60代	8	0.0	33.3	0.0	33.3	33.3	33.3%	66.7%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

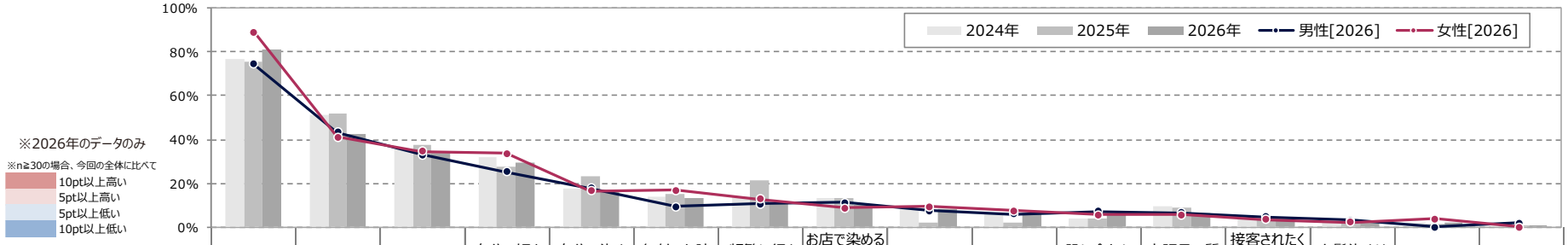
理美容室・専門サロン染め非利用理由

- 「価格が高い」が前年より上昇し、依然として群を抜いて高い
- 「価格が高い」は女性において9割と高く、前年より10pt以上の上昇

Q16 あなたが、理美容室や、カラー・白髪染め専門サロンで「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」を行わない理由（もしくは、自宅での白髪染めやヘアカラー／おしゃれ染めも併用している理由）をすべてお知らせください。(MA)

※サロンは使わず自宅のみで染めている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	価格が高いから	行くのが面倒だから	時間がかかるから	自分の好きなタイミングでやりたいから	自分で染める方が楽だから	気付いた時にやりたいから	頻繁に行く必要があるから	お店で染めるほど白髪の量は多くないから	髪・頭皮を傷めるから	刺激が強いから	肌に合わないことがあるから	市販品の質が良くなってきたから	接客されたくないから/接客がよくないから	白髪染めは恥ずかしいから	その他	特に理由はない
全体	2024年	283	77.0	51.5	35.8	32.2	17.4	14.1	13.6	13.3	7.9	6.6	4.1	9.2	4.3	2.7	1.9	0.3
	2025年	260	75.3	51.6	37.6	27.7	23.4	15.1	21.5	13.1	1.8	1.9	3.8	8.6	3.8	2.5	1.2	0.8
	2026年	**259**	**81.5**	**42.3**	**33.8**	**29.1**	**17.2**	**12.9**	**↓11.5**	**10.0**	**8.4**	**6.4**	**6.3**	**6.1**	**3.9**	**2.5**	**1.8**	**0.9**
性別 男性	2024年	143	82.3	48.6	33.1	21.9	21.5	9.8	8.8	9.5	3.7	5.8	2.8	5.5	4.5	5.3	0.0	0.5
	2025年	136	76.3	44.6	34.2	20.1	19.0	8.8	12.4	12.3	3.3	3.6	3.7	7.0	2.5	3.0	0.6	1.5
	2026年	**134**	**74.5**	**43.4**	**33.1**	**25.1**	**17.8**	**9.3**	**10.4**	**11.2**	**7.5**	**5.7**	**7.0**	**6.5**	**4.6**	**3.0**	**0.0**	**1.6**
	男性20代	2	60.0	30.0	60.0	0.0	30.0	10.0	30.0	10.0	0.0	20.0	0.0	0.0	20.0	10.0	0.0	0.0
	男性30代	10	73.3	40.0	26.7	23.3	20.0	10.0	13.3	10.0	10.0	3.3	3.3	6.7	3.3	0.0	0.0	0.0
	男性40代	30	72.2	44.4	33.3	16.7	11.1	8.3	5.6	5.6	8.3	11.1	11.1	2.8	8.3	5.6	0.0	2.8
	男性50代	43	80.0	43.6	30.9	25.5	12.7	9.1	14.5	20.0	7.3	3.6	3.6	5.5	3.6	1.8	0.0	0.0
	男性60代	49	71.8	43.7	35.2	31.0	25.4	9.9	8.5	7.0	7.0	4.2	8.5	9.9	2.8	2.8	0.0	2.8
女性	2024年	139	71.7	54.4	38.6	42.8	13.2	18.5	18.7	17.2	12.3	7.3	5.4	12.9	4.0	0.1	3.8	0.1
	2025年	124	74.3	59.3	41.3	35.9	28.2	21.9	31.5	13.9	0.1	0.1	3.8	10.4	5.2	2.0	1.9	0.0
	2026年	**124**	**↑89.1**	**↓41.2**	**34.6**	**33.5**	**↓16.6**	**16.7**	**↓12.6**	**8.8**	**9.3**	**7.3**	**5.7**	**5.6**	**3.2**	**2.0**	**3.7**	**0.0**
	女性20代	1	85.7	71.4	28.6	42.9	28.6	28.6	42.9	28.6	0.0	0.0	0.0	14.3	14.3	28.6	0.0	0.0
	女性30代	6	77.3	54.5	36.4	27.3	9.1	18.2	36.4	9.1	9.1	0.0	0.0	13.6	9.1	9.1	4.5	0.0
	女性40代	23	92.9	50.0	35.7	35.7	28.6	28.6	14.3	0.0	14.3	7.1	7.1	14.3	14.3	7.1	7.1	0.0
	女性50代	37	93.8	37.5	50.0	18.8	6.3	12.5	18.8	12.5	6.3	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性60代	57	85.7	38.1	23.8	42.9	19.0	14.3	4.8	9.5	9.5	4.8	9.5	4.8	0.0	0.0	4.8	0.0

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

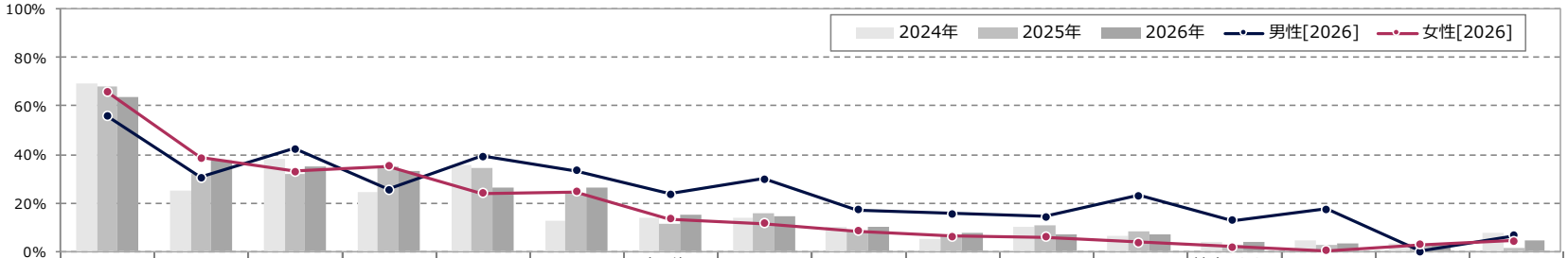
理美容室・専門サロン染めを行いつつも自宅染めを併用している理由

- 「価格が高い」が6割強で最多。ただしここ3年で低下傾向
- 「時間がかかる」「お店で染めるほど多くない」「恥ずかしい」は男性において前年より10pt以上上昇している

Q16 あなたが、理美容室や、カラー・白髪染め専門サロンで「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」を行わない理由（もしくは、自宅での白髪染めやヘアカラー／おしゃれ染めも併用している理由）をすべてお知らせください。(MA)

※サロンと自宅のどちらでも染めている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	価格が高いから	自分の好きなタイミングでやりたいから	時間がかかるから	頻繁に行く必要があるから	行くのが面倒だから	気付いた時にやりたいから	お店で染めるほど白髪の量は多くないから	自分で染める方が楽だから	市販品の質が良くなってきたから	刺激が強いから	髪・頭皮を傷めるから	肌に合わないことがあるから	接客されたくないから/接客がよくないから	白髪染めは恥ずかしいから	その他	特に理由はない
全体	2024年	163	69.2	25.0	38.1	24.3	35.4	12.6	13.6	13.5	10.0	5.3	10.3	6.2	3.6	4.5	3.4	7.5
	2025年	197	68.3	31.8	31.8	35.3	34.2	24.1	11.3	15.9	8.4	6.2	10.6	8.1	2.4	2.6	2.8	1.6
	2026年	**202**	**63.9**	**37.2**	**34.7**	**33.4**	**26.5**	**26.1**	**15.0**	**14.6**	**9.8**	**7.9**	**7.2**	**7.1**	**3.7**	**3.2**	**2.3**	**4.6**
性別 男性	2024年	34	63.6	24.3	30.9	28.4	33.7	18.6	19.7	18.8	13.5	11.4	15.6	14.0	11.0	14.7	0.0	5.5
	2025年	38	56.9	36.2	29.5	21.0	40.6	41.7	11.7	20.4	16.9	8.4	10.1	13.3	9.8	6.7	2.0	0.9
	2026年	**35**	**55.8**	**30.5**	**↑42.4**	**25.5**	**39.2**	**33.4**	**↑23.6**	**30.0**	**16.9**	**15.5**	**14.1**	**23.1**	**12.7**	**↑17.5**	**0.0**	**6.5**
	男性20代	2	54.5	18.2	36.4	36.4	63.6	36.4	54.5	45.5	45.5	45.5	36.4	45.5	27.3	27.3	0.0	0.0
	男性30代	7	28.6	23.8	28.6	38.1	14.3	33.3	33.3	14.3	14.3	19.0	14.3	23.8	9.5	23.8	0.0	9.5
	男性40代	13	43.8	43.8	37.5	31.3	50.0	43.8	37.5	43.8	31.3	18.8	25.0	37.5	25.0	25.0	0.0	6.3
	男性50代	6	71.4	28.6	57.1	14.3	28.6	28.6	0.0	28.6	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14.3
	男性60代	8	90.9	18.2	54.5	9.1	45.5	18.2	0.0	18.2	0.0	0.0	0.0	9.1	0.0	9.1	0.0	0.0
女性	2024年	129	70.6	25.1	40.0	23.3	35.9	11.0	12.0	12.1	9.0	3.7	8.9	4.1	1.6	1.9	4.3	8.0
	2025年	159	71.0	30.7	32.3	38.8	32.7	19.8	11.2	14.8	6.4	5.7	10.8	6.8	0.7	1.6	3.0	1.7
	2026年	**167**	**65.6**	**38.6**	**33.1**	**35.1**	**23.9**	**24.6**	**13.2**	**11.3**	**8.4**	**6.2**	**5.7**	**3.8**	**1.8**	**0.2**	**2.8**	**4.2**
	女性20代	1	33.3	50.0	16.7	33.3	33.3	33.3	33.3	16.7	0.0	16.7	16.7	16.7	16.7	0.0	0.0	0.0
	女性30代	7	76.9	34.6	50.0	34.6	34.6	30.8	19.2	23.1	7.7	3.8	19.2	15.4	15.4	3.8	0.0	0.0
	女性40代	48	58.6	37.9	37.9	37.9	31.0	17.2	10.3	13.8	6.9	10.3	6.9	0.0	3.4	0.0	0.0	3.4
	女性50代	52	68.2	31.8	22.7	36.4	27.3	27.3	9.1	4.5	9.1	4.5	9.1	4.5	0.0	0.0	9.1	0.0
	女性60代	59	68.2	45.5	36.4	31.8	13.6	27.3	18.2	13.6	9.1	4.5	0.0	4.5	0.0	0.0	0.0	9.1

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

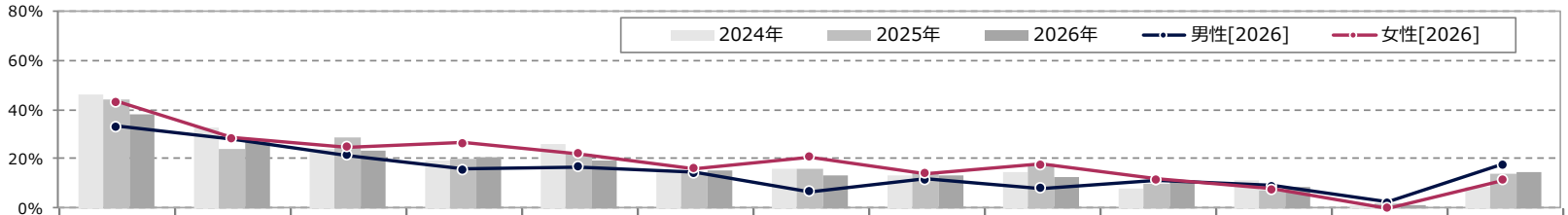
自宅染めで困ること（サロンは使わず自宅のみで染めている人ベース）

➢「ムラ」が4割弱で最多。ただしここ3年で低下傾向
➢「手順が面倒」は女性において前年より10pt以上低下

Q17 あなたが自宅で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」をする時に、困ると感じることがありましたらすべてお知らせください。(MA)

※サロンは使わず自宅のみで染めている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	髪全体をムラなく均一に染められない/染め残した部分がある	溶剤で洋服や、部屋・浴室が汚れてしまう	準備や片付けなどの手間がかかる	髪が傷みやすい	染めた部分の色がすぐに落ちて、きれいな髪色が続かない/白髪が見えてくる	新しく生えてきた部分と、既に染めてある部分に色の段差ができる	染め始めてから染め終えるまでに時間がかかる	思ったとおりの髪色に仕上がらない	髪を細かく分けとりながら、きちんと染めていく手順が面倒	白髪染めのにおいが白髪染めをした場所に残る	どの色を選べばよいか分からない	その他	特に困ると感じることはない
全体	2024年	283	46.1	32.6	24.3	19.2	26.3	14.9	15.8	13.1	14.7	8.1	11.1	1.0	8.6
	2025年	260	43.9	24.1	28.8	19.8	21.9	14.3	15.7	14.9	18.3	9.8	7.3	1.6	13.8
	2026年	**259**	**38.1**	**28.3**	**23.2**	**20.9**	**19.3**	**15.2**	**13.5**	**13.0**	**12.7**	**11.4**	**8.5**	**1.2**	**14.7**
性別 男性	2024年	143	39.7	33.7	21.9	22.9	18.0	18.6	10.1	14.8	6.4	11.2	10.2	1.9	13.4
	2025年	136	38.5	27.3	25.1	15.1	15.5	12.4	11.0	11.8	8.0	9.8	12.4	1.0	15.9
	2026年	**134**	**33.4**	**28.1**	**21.6**	**15.8**	**16.8**	**14.5**	**6.8**	**11.8**	**8.0**	**11.3**	**9.2**	**2.3**	**17.7**
	男性20代	2	30.0	0.0	10.0	50.0	10.0	10.0	0.0	20.0	20.0	10.0	10.0	0.0	0.0
	男性30代	10	16.7	30.0	26.7	20.0	16.7	3.3	6.7	10.0	3.3	10.0	13.3	0.0	16.7
	男性40代	30	27.8	25.0	25.0	16.7	16.7	13.9	8.3	11.1	13.9	19.4	16.7	2.8	11.1
	男性50代	43	45.5	30.9	25.5	16.4	21.8	18.2	9.1	14.5	7.3	10.9	7.3	3.6	12.7
	男性60代	49	29.6	28.2	15.5	12.7	12.7	14.1	4.2	9.9	5.6	7.0	5.6	1.4	26.8
女性	2024年	139	52.7	31.5	26.7	15.3	34.9	11.1	21.6	11.4	23.3	5.0	12.1	0.0	3.7
	2025年	124	49.8	20.5	32.8	24.9	29.0	16.4	20.9	18.3	29.5	9.8	1.7	2.2	11.6
	2026年	**124**	**43.3**	**28.4**	**24.9**	**26.4**	**22.1**	**16.0**	**20.7**	**14.2**	**↓17.8**	**11.6**	**7.7**	**0.0**	**11.6**
	女性20代	1	42.9	57.1	42.9	0.0	14.3	42.9	71.4	28.6	28.6	57.1	42.9	0.0	0.0
	女性30代	6	45.5	36.4	54.5	27.3	40.9	18.2	31.8	27.3	22.7	13.6	40.9	0.0	0.0
	女性40代	23	42.9	28.6	28.6	35.7	28.6	14.3	21.4	14.3	21.4	14.3	7.1	0.0	7.1
	女性50代	37	43.8	18.8	18.8	25.0	12.5	18.8	12.5	18.8	12.5	18.8	6.3	0.0	12.5
	女性60代	57	42.9	33.3	23.8	23.8	23.8	14.3	23.8	9.5	19.0	4.8	4.8	0.0	14.3

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

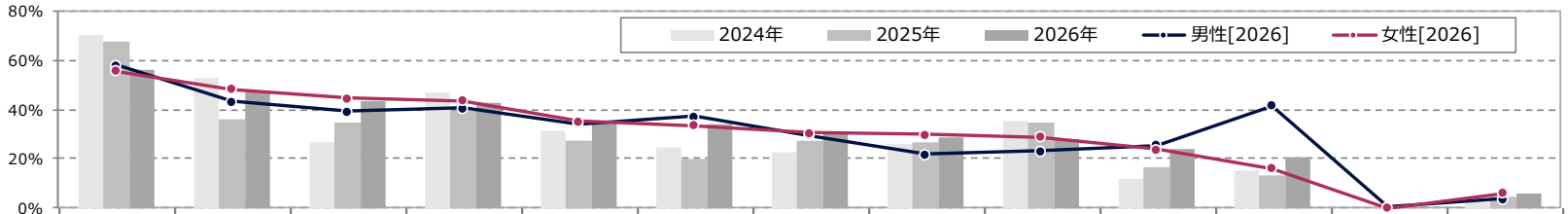
自宅染めで困ること（理美容室・専門サロン染め実施かつ自宅で白髪染め実施者ベース）

- 「ムラ」が5割半ばで最多。ただしここ3年で低下傾向となり、前年より10pt以上低下
- 「手順が面倒」「どの色を選べばよいか分からない」は男性において、「洋服や、部屋・浴室が汚れる」「色の段差ができる」は女性において前年より10pt以上上昇

Q17 あなたが自宅で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」をする時に、困ると感じることがありましたらすべてお知らせください。(MA)

※サロンと自宅のどちらでも染めている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※n＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	髪全体をムラなく均一に染められない/染め残した部分がある	溶剤で洋服や、部屋・浴室が汚れてしまう	髪を細かく分けとりながら、きちんと染めていく手順が面倒	準備や片付けなどの手間がかかる	髪が傷みやすい	新しく生えてきた部分と、既に染めてある部分に色の段差ができる	思ったとおりの髪色に仕上がらない	染め始めてから染め終えるまでに時間がかかる	染めた部分の色がすぐに落ちて、きれいな髪色が続かない/白髪が見えてくる	どの色を選べばよいか分からない	白髪染めのにおいが白髪染めをした場所に残る	その他	特に困ると感じることはない
全体	2024年	163	70.1	52.6	26.5	47.0	31.5	24.8	23.0	25.9	35.5	12.3	15.3	0.0	2.3
	2025年	197	67.8	36.0	35.0	39.6	27.7	19.7	27.2	26.7	34.6	16.3	13.4	1.5	4.7
	2026年	**202**	**↓56.2**	**↑47.3**	**43.8**	**43.1**	**35.1**	**↑34.2**	**30.3**	**28.5**	**27.8**	**24.1**	**20.7**	**0.1**	**5.6**
性別 男性	2024年	34	60.3	51.9	19.6	49.3	30.5	34.2	32.4	21.9	29.1	21.1	21.8	0.0	3.3
	2025年	38	61.0	41.3	27.2	36.4	34.3	39.8	31.0	31.6	28.5	14.4	32.8	1.7	4.7
	2026年	**35**	**58.2**	**43.3**	**↑39.1**	**40.7**	**34.1**	**37.2**	**29.5**	**22.0**	**23.1**	**↑25.6**	**41.8**	**0.5**	**3.9**
	男性20代	2	45.5	54.5	63.6	36.4	45.5	54.5	27.3	63.6	18.2	18.2	45.5	9.1	0.0
	男性30代	7	47.6	47.6	42.9	57.1	33.3	38.1	28.6	28.6	23.8	33.3	47.6	0.0	9.5
	男性40代	13	56.3	37.5	56.3	43.8	43.8	43.8	31.3	18.8	18.8	37.5	62.5	0.0	0.0
	男性50代	6	85.7	57.1	14.3	57.1	42.9	28.6	42.9	0.0	28.6	0.0	28.6	0.0	0.0
	男性60代	8	54.5	36.4	18.2	9.1	9.1	27.3	18.2	27.3	27.3	18.2	9.1	0.0	9.1
女性	2024年	129	72.7	52.8	28.3	46.4	31.8	22.3	20.5	26.9	37.2	10.0	13.5	0.0	2.0
	2025年	159	69.5	34.7	36.8	40.4	26.1	14.9	26.3	25.5	36.1	16.8	8.8	1.5	4.7
	2026年	**167**	**↓55.7**	**↑48.2**	**44.8**	**43.6**	**35.3**	**↑33.6**	**30.4**	**29.9**	**28.8**	**23.8**	**16.2**	**0.0**	**6.0**
	女性20代	1	66.7	50.0	0.0	16.7	33.3	33.3	33.3	33.3	0.0	33.3	16.7	0.0	0.0
	女性30代	7	80.8	46.2	42.3	50.0	42.3	30.8	46.2	46.2	34.6	23.1	34.6	0.0	3.8
	女性40代	48	55.2	27.6	27.6	31.0	41.4	17.2	24.1	17.2	24.1	6.9	13.8	0.0	10.3
	女性50代	52	59.1	50.0	45.5	31.8	27.3	40.9	27.3	31.8	13.6	40.9	13.6	0.0	9.1
	女性60代	59	50.0	63.6	59.1	63.6	36.4	40.9	36.4	36.4	45.5	22.7	18.2	0.0	0.0

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

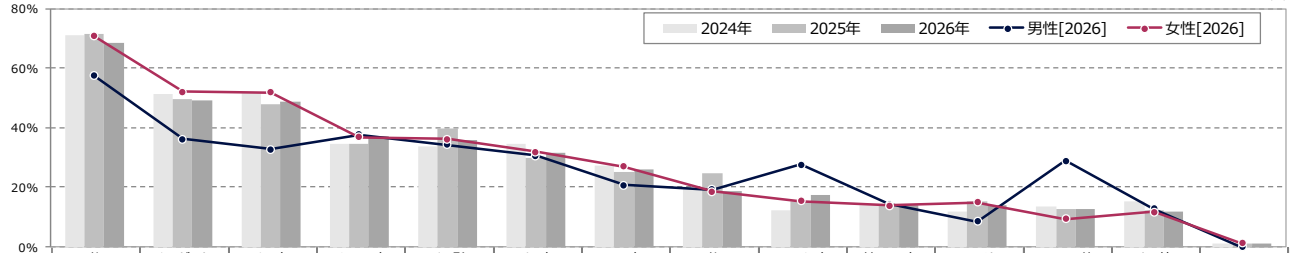
サロン染め実施理由【理美容室】

➢「仕上がりがきれい」が7割弱で最も高く、男性より女性のスコアが高い
➢「お手入れやスタイリングのアドバイスをしてくれる」「薬剤の説明をしてくれる」は男性において高く、経年で上昇傾向にある

Q18S1 あなたが、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を、理美容室でする理由をすべてお知らせください。(MAMT)

※サロン染めしている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	仕上がりがきれいだから	カットなど他のメニューがまとめてできて楽だから	自分でやるのは面倒だから	自分に似合うカラーやヘアスタイルの提案をしてくれるから	髪・頭皮にやさしいやさしそうだから	自分でやるよりも早くできるから	自分でやるより色持ちするから	仕上がりが自然だから	自宅でのお手入れやスタイリングのアドバイスをしてくれるから	自宅ではできないデザインカのあるカラーリング技術だから	サロンでリラックスできるから	使用する薬剤（カラー剤）などの説明をしてくれるから	値段に見合う仕上がりだから	その他
全体	2024年	614	71.1	51.3	51.9	34.6	33.8	34.5	27.3	19.4	12.4	14.1	12.0	13.5	15.2	1.3
	2025年	630	71.4	49.7	47.6	34.6	39.6	29.9	25.3	24.7	15.2	13.8	15.2	12.6	12.1	1.0
	2026年	**641**	**68.4**	**49.3**	**48.5**	**36.9**	**35.8**	**31.6**	**25.8**	**18.7**	**17.6**	**14.0**	**13.8**	**12.7**	**11.9**	**1.0**
性別 男性	2024年	93	63.1	37.8	34.0	36.0	35.0	31.3	27.8	24.2	18.9	15.7	14.3	21.7	14.2	0.1
	2025年	101	56.7	44.2	32.4	36.1	40.8	35.8	29.7	26.8	24.9	18.6	12.9	25.3	23.4	1.8
	2026年	**111**	**57.4**	**36.1**	**32.7**	**37.8**	**34.2**	**30.6**	**20.8**	**19.1**	**27.7**	**14.4**	**8.6**	**28.8**	**↓12.8**	**0.0**
	男性20代	12	38.0	39.4	15.5	60.6	35.2	29.6	12.7	18.3	54.9	28.2	12.7	43.7	15.5	0.0
	男性30代	17	53.1	30.6	14.3	44.9	38.8	36.7	20.4	18.4	44.9	22.4	10.2	30.6	16.3	0.0
	男性40代	41	60.0	28.0	36.0	40.0	30.0	30.0	24.0	28.0	26.0	16.0	8.0	40.0	14.0	0.0
	男性50代	25	65.6	46.9	40.6	34.4	34.4	28.1	21.9	9.4	15.6	6.3	9.4	12.5	12.5	0.0
	男性60代	16	56.5	43.5	43.5	13.0	39.1	30.4	17.4	13.0	13.0	4.3	4.3	13.0	4.3	0.0
女性	2024年	520	72.5	53.7	55.1	34.3	33.6	35.1	27.3	18.5	11.2	13.8	11.6	12.1	15.4	1.5
	2025年	528	74.3	50.8	50.6	34.3	39.3	28.8	24.4	24.4	13.4	12.9	15.6	10.2	9.9	0.8
	2026年	**530**	**70.7**	**52.1**	**51.8**	**36.8**	**36.2**	**31.8**	**26.9**	**18.6**	**15.5**	**13.9**	**14.9**	**9.4**	**11.7**	**1.3**
	女性20代	4	58.6	51.7	13.8	58.6	37.9	31.0	13.8	10.3	27.6	17.2	3.4	48.3	6.9	0.0
	女性30代	35	65.9	42.3	42.3	46.3	43.9	32.5	34.1	26.8	21.1	23.6	11.4	22.0	13.8	0.0
	女性40代	140	70.2	45.2	46.4	39.3	46.4	29.8	34.5	22.6	15.5	23.8	16.7	10.7	11.9	1.2
	女性50代	169	69.4	55.6	50.0	30.6	33.3	26.4	27.8	18.1	18.1	13.9	9.7	6.9	11.1	1.4
	女性60代	183	73.5	55.9	60.3	38.2	29.4	38.2	19.1	14.7	11.8	4.4	19.1	7.4	11.8	1.5

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

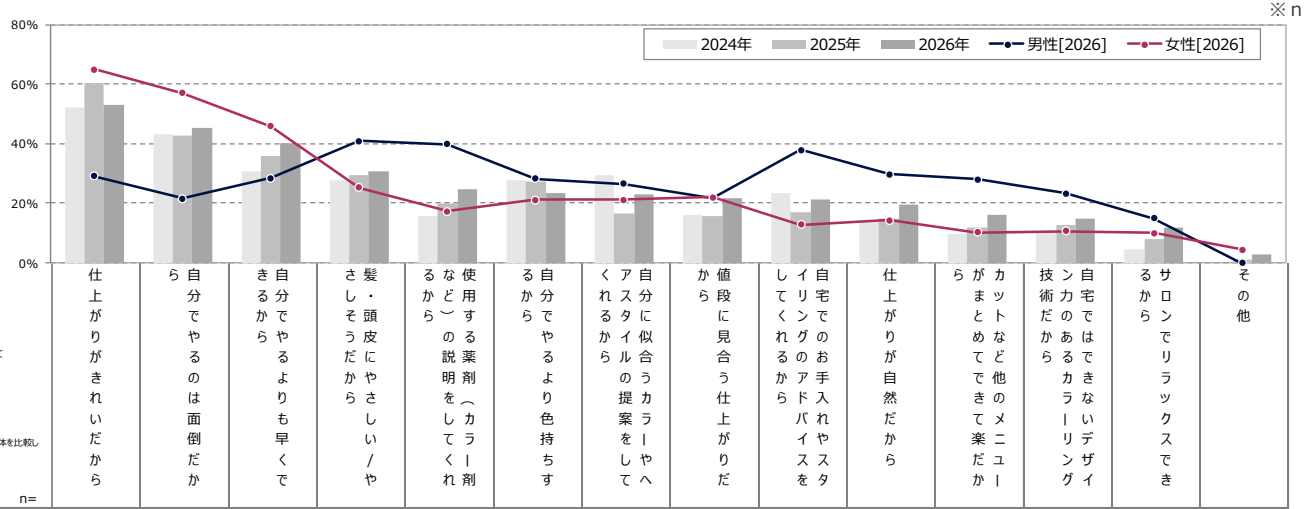
サロン染め実施理由【カラー専門サロン・白髪染め専門サロン】

➢全体では「仕上がりがきれい」が5割強で最多。次いで「面倒」
➢「色持ちする」は男性において、「似合うカラーやヘアスタイルを提案してくれる」は女性において前年より10pt以上の上昇

Q18S2 あなたが、「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」を、カラー・白髪染め専門サロンでする理由をすべてお知らせください。(MAMT)

※サロン染めしている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	仕上がりがきれいだから	自分でやるのは面倒だから	自分でやるよりも早くできるから	髪・頭皮にやさしい/やさしそうだから	使用する薬剤（カラー剤など）の説明をしてくれるから	自分でやるより色持ちするから	自分に似合うカラーやヘアスタイルの提案をしてくれるから	値段に見合う仕上がりだから	自宅でのお手入れやスタイリングのアドバイスをしてくれるから	仕上がりが自然だから	カットなど他のメニューがまとめてできて楽だから	自宅ではできないデザインのあるカラーリング技術だから	サロンでリラックスできるから	その他
全体	2024年	96	52.0	43.3	30.9	27.9	15.7	27.8	29.2	16.0	23.6	13.9	9.8	10.0	4.5	0.0
	2025年	131	60.2	42.7	35.9	29.5	20.0	27.4	16.7	15.8	17.0	15.0	12.0	12.7	7.9	1.3
	2026年	**133**	**52.9**	**45.1**	**40.0**	**30.5**	**24.8**	**23.6**	**23.0**	**21.9**	**21.3**	**19.6**	**16.2**	**15.0**	**11.7**	**3.0**
性別 男性	2024年	18	48.6	27.1	32.8	43.9	55.3	34.0	45.1	32.2	49.4	32.9	36.5	25.9	24.2	0.0
	2025年	27	34.1	21.2	25.9	51.5	32.8	15.3	38.2	20.1	47.1	22.4	27.7	19.6	13.8	0.0
	2026年	**45**	**29.1**	**21.7**	**28.4**	**↓40.9**	**39.7**	**↑28.2**	**↓26.5**	**21.8**	**38.0**	**29.8**	**28.0**	**23.4**	**14.9**	**0.0**
	男性20代	10	28.8	11.9	20.3	33.9	39.0	30.5	40.7	15.3	44.1	30.5	35.6	27.1	16.9	0.0
	男性30代	9	19.2	15.4	30.8	46.2	30.8	26.9	34.6	11.5	42.3	34.6	19.2	23.1	11.5	0.0
	男性40代	13	25.0	25.0	43.8	31.3	56.3	37.5	18.8	31.3	50.0	43.8	50.0	37.5	18.8	0.0
	男性50代	8	30.0	40.0	10.0	50.0	30.0	20.0	20.0	30.0	20.0	10.0	0.0	10.0	10.0	0.0
	男性60代	5	57.1	14.3	28.6	57.1	28.6	14.3	14.3	14.3	14.3	14.3	14.3	0.0	14.3	0.0
女性	2024年	79	52.7	46.9	30.4	24.3	6.9	26.4	25.7	12.4	17.9	9.7	3.9	6.5	0.2	0.0
	2025年	104	67.1	48.4	38.6	23.7	16.7	30.6	11.1	14.7	9.1	13.1	7.9	10.9	6.4	1.6
	2026年	**88**	**64.9**	**56.9**	**45.8**	**25.2**	**17.3**	**21.2**	**↑21.3**	**21.9**	**12.9**	**14.4**	**10.2**	**10.7**	**10.0**	**4.5**
	女性20代	2	41.7	0.0	25.0	16.7	25.0	16.7	25.0	16.7	25.0	25.0	16.7	8.3	0.0	0.0
	女性30代	4	40.0	46.7	53.3	53.3	66.7	40.0	46.7	40.0	46.7	53.3	33.3	46.7	20.0	0.0
	女性40代	18	72.7	45.5	72.7	27.3	27.3	9.1	36.4	27.3	36.4	27.3	27.3	27.3	18.2	9.1
	女性50代	40	70.6	52.9	41.2	23.5	17.6	17.6	17.6	17.6	5.9	5.9	5.9	5.9	11.8	5.9
	女性60代	24	55.6	77.8	33.3	22.2	0.0	33.3	11.1	22.2	0.0	11.1	0.0	0.0	0.0	0.0

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

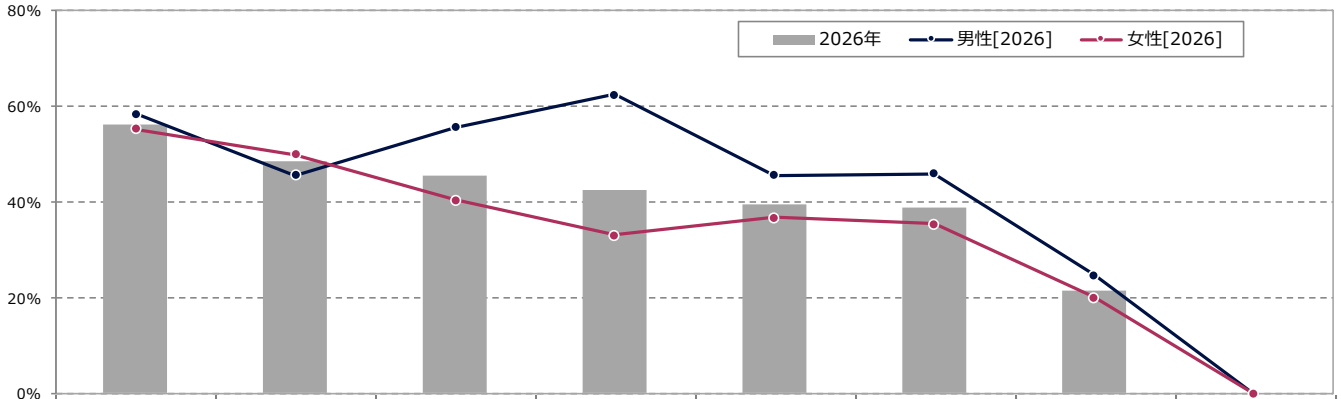
白髪ぼかし実施理由

➢全体では「伸びても気づきにくい」が5割半ばで最多。次いで「オシャレに見える」
➢女性は「イメージチェンジできる」がやや低い

Q19 あなたが、「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」（白髪を生かし、明るいハイライトを周囲に入れて白髪をぼかす、目立たなくする）を実施する理由をすべてお知らせください。(MA)

※サロン染めしている人ベース

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値



※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

		n=	白髪が伸びても気づきにくいから	オシャレに見えるから	髪色を明るくできるから	イメージチェンジできるから	美容室・理容室に頻繁にいかなくても良いから	普通の白髪染めだと、染めているのが分かりやすいから	髪・頭皮へのダメージが少ないから	その他
全体	2026年	66	56.3	48.6	45.4	42.6	39.6	38.8	21.6	0.0
性別 男性	2026年	21	58.6	45.6	55.6	62.5	45.6	45.9	24.8	0.0
	男性20代	6	47.2	47.2	55.6	55.6	47.2	58.3	16.7	0.0
	男性30代	5	46.7	40.0	40.0	53.3	40.0	46.7	6.7	0.0
	男性40代	8	80.0	60.0	80.0	80.0	60.0	40.0	40.0	0.0
	男性50代	1	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性60代	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	50.0	0.0
性別 女性	2026年	45	55.3	50.0	40.5	33.0	36.7	35.4	20.1	0.0
	女性20代	1	28.6	57.1	28.6	57.1	57.1	28.6	0.0	0.0
	女性30代	4	62.5	56.3	56.3	50.0	50.0	50.0	37.5	0.0
	女性40代	20	58.3	50.0	41.7	25.0	33.3	41.7	25.0	0.0
	女性50代	14	33.3	66.7	50.0	50.0	50.0	16.7	16.7	0.0
	女性60代	5	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0

(%)

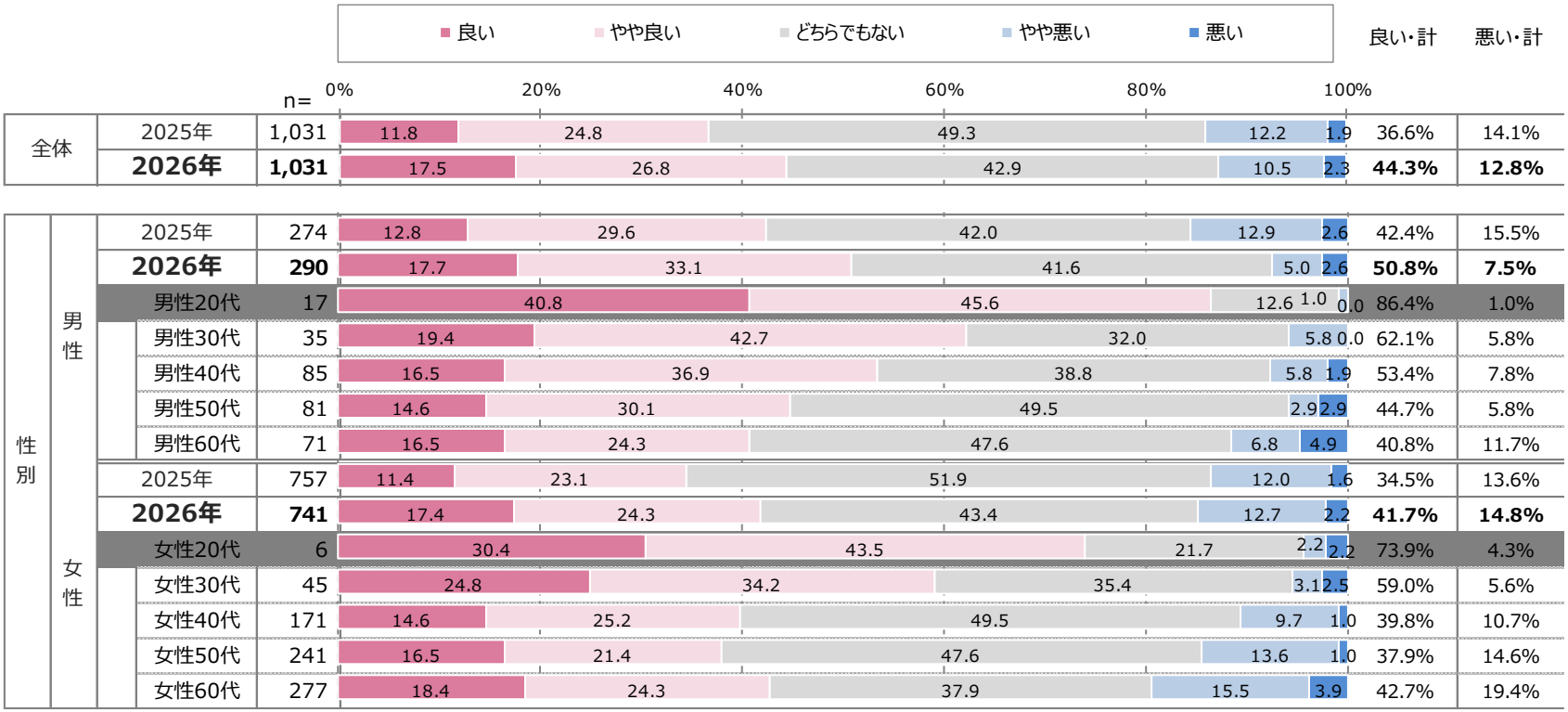
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪・グレイヘアの人へのイメージ（ポジネガ）

- **全体では「どちらでもない」が4割強で最多。良い・計は4割半ば、悪い・計は1割強と、良いイメージの方が上回る**
- **最も良いイメージを持っているのは男性30代**

Q20 「白髪・グレイヘアの人」に対して、あなたが現在もっているイメージを教えてください。(SA)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	良い	やや良い	どちらでもない	やや悪い	悪い	良い・計	悪い・計
全体		2025年	1,031	11.8	24.8	49.3	12.2	1.9	36.6%	14.1%
全体		**2026年**	**1,031**	17.5	26.8	42.9	10.5	2.3	**44.3%**	**12.8%**
性別	男性	2025年	274	12.8	29.6	42.0	12.9	2.6	42.4%	15.5%
性別	男性	**2026年**	**290**	17.7	33.1	41.6	5.0	2.6	**50.8%**	**7.5%**
性別	男性	男性20代	17	40.8	45.6	12.6	1.0	0.0	86.4%	1.0%
性別	男性	男性30代	35	19.4	42.7	32.0	5.8	0.0	62.1%	5.8%
性別	男性	男性40代	85	16.5	36.9	38.8	5.8	1.9	53.4%	7.8%
性別	男性	男性50代	81	14.6	30.1	49.5	2.9	2.9	44.7%	5.8%
性別	男性	男性60代	71	16.5	24.3	47.6	6.8	4.9	40.8%	11.7%
性別	女性	2025年	757	11.4	23.1	51.9	12.0	1.6	34.5%	13.6%
性別	女性	**2026年**	**741**	17.4	24.3	43.4	12.7	2.2	**41.7%**	**14.8%**
性別	女性	女性20代	6	30.4	43.5	21.7	2.2	2.2	73.9%	4.3%
性別	女性	女性30代	45	24.8	34.2	35.4	3.1	2.5	59.0%	5.6%
性別	女性	女性40代	171	14.6	25.2	49.5	9.7	1.0	39.8%	10.7%
性別	女性	女性50代	241	16.5	21.4	47.6	13.6	1.0	37.9%	14.6%
性別	女性	女性60代	277	18.4	24.3	37.9	15.5	3.9	42.7%	19.4%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪がすてきだと思う有名人【男性有名人】

➢全体では、経年同様で「吉川晃司」がトップ。「舘ひろし」「佐藤浩市」が続く
➢「舘ひろし」は、男性60代、女性30代・60代でトップ

Q21 あなたが、「白髪・グレイヘアがすてきだと思う有名人」を、男性・女性それぞれ思いつく順に3人までお知らせください。【白髪がすてきだと思う男性有名人】(FA)

※全体は10位、男女別では上位5位までを掲載
※n＜30のスコアは参考値

全体 n=1,031 n=1,031 n=1,031

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	15.2	16.2	20.0
2	舘ひろし	11.4	5.7	15.6
3	佐藤浩市	7.9	7.2	4.4
4	岩城滉一	7.5	9.0	9.3
5	反町隆史	3.0	1.2	0.4
6	玉置浩二	2.8	1.4	1.2
7	木村拓哉	2.7	1.3	1.3
8	松重豊	1.9	2.3	2.4
9	渡部篤郎	1.8	1.6	1.0
10	高田純次	1.5	2.5	2.2

男性20代 n=17 n=16 n=13

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	14.6	7.8	12.6
2	木村拓哉	6.8	0.0	2.9
3	玉置浩二	5.8	1.9	1.0
4	舘ひろし	3.9	3.9	10.7
5	岩城滉一	2.9	1.0	3.9
5	反町隆史	2.9	1.9	0.0

男性30代 n=35 n=35 n=38

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	16.5	17.5	16.5
2	舘ひろし	5.8	1.0	12.6
2	玉置浩二	5.8	2.9	2.9
4	木村拓哉	4.9	2.9	1.9
5	岩城滉一	2.9	3.9	3.9
5	佐藤浩市	2.9	4.9	1.9

男性40代 n=85 n=78 n=77

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	12.6	19.4	24.3
2	松重豊	4.9	1.0	3.9
3	高田純次	3.9	1.9	1.0
3	舘ひろし	3.9	3.9	11.7
3	木村拓哉	3.9	4.9	1.9
3	佐藤浩市	3.9	3.9	3.9

など

男性50代 n=81 n=76 n=82

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	17.5	22.3	28.2
2	舘ひろし	8.7	10.7	9.7
2	佐藤浩市	8.7	7.8	0.0
4	岩城滉一	3.9	10.7	7.8
5	玉置浩二	2.9	1.9	3.9
5	反町隆史	2.9	0.0	0.0

男性60代 n=71 n=68 n=66

順位	人名	2026	2025	2024
1	舘ひろし	21.4	5.8	10.7
2	吉川晃司	10.7	15.5	14.6
3	岩城滉一	5.8	5.8	10.7
4	佐藤浩市	3.9	2.9	3.9
5	玉置浩二	2.9	1.0	2.9
5	柴田恭兵	2.9	3.9	0.0

女性20代 n=6 n=9 n=9

順位	人名	2026	2025	2024
1	舘ひろし	8.7	3.0	13.4
2	吉川晃司	6.5	6.1	6.0
3	木村拓哉	4.3	3.0	7.5
3	ムロツヨシ	4.3	1.5	1.5
5	佐藤浩市	2.2	0.0	0.0
5	松重豊	2.2	3.0	4.5

など

女性30代 n=45 n=47 n=49

順位	人名	2026	2025	2024
1	舘ひろし	9.3	5.0	11.4
2	吉川晃司	8.7	10.6	14.3
3	木村拓哉	6.2	4.3	3.6
4	佐藤浩市	5.6	4.3	2.1
5	松重豊	3.7	2.8	0.7
5	反町隆史	3.7	2.8	1.4

女性40代 n=171 n=175 n=187

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	11.7	12.6	19.4
2	岩城滉一	6.8	8.7	5.8
2	舘ひろし	6.8	1.9	17.5
4	反町隆史	5.8	1.9	0.0
5	高田純次	4.9	3.9	3.9
5	木村拓哉	4.9	1.9	1.9

女性50代 n=241 n=245 n=239

順位	人名	2026	2025	2024
1	吉川晃司	22.3	18.4	24.3
2	舘ひろし	13.6	4.9	19.4
3	佐藤浩市	10.7	6.8	4.9
4	岩城滉一	7.8	11.7	10.7
5	木村拓哉	3.9	1.0	1.0
5	玉置浩二	3.9	1.0	1.9

女性60代 n=277 n=282 n=271

順位	人名	2026	2025	2024
1	舘ひろし	14.6	8.7	16.5
2	吉川晃司	13.6	15.5	16.5
3	岩城滉一	12.6	9.7	14.6
4	佐藤浩市	11.7	11.7	7.8
5	反町隆史	3.9	1.9	1.0

株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪がすてきだと思う有名人【女性有名人】

➢全体では、経年同様で「近藤サト」「草笛光子」「中尾ミエ」の順で上位3名
➢「草笛光子」は、男性30代・60代、女性60代でトップ

Q21 あなたが、「白髪・グレイヘアがすてきだと思う有名人」を、男性・女性それぞれ思いつく順に3人までお知らせください。【白髪がすてきだと思う女性有名人】(FA)

※全体は10位、男女別では上位5位までを掲載
※2024年、2025年で名前が挙がらなかった有名人のスコアは「-」
※n <30のスコアは参考値

全体 n=1,031 n=1,031 n=1,031

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	17.3	18.4	18.1
2	草笛光子	12.3	9.9	17.8
3	中尾ミエ	7.1	5.9	6.8
4	竹下景子	3.3	1.6	3.3
5	結城アンナ	1.5	1.3	0.9
6	手塚理美	1.2	1.1	2.5
7	夏木マリ	0.8	1.9	1.5
8	小泉今日子	0.7	2.7	-
9	萬田久子	0.6	0.2	0.2
10	山口智子	0.5	0.0	0.2

男性20代 n=17 n=16 n=13

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	9.7	4.9	1.9
2	草笛光子	4.9	1.9	11.7
3	中尾ミエ	2.9	2.9	3.9
4	結城アンナ	1.9	0.0	1.9
5	夏木マリ	1.0	0.0	1.0

など

男性30代 n=35 n=35 n=38

順位	人名	2026	2025	2024
1	草笛光子	8.7	8.7	6.8
2	近藤サト	6.8	1.9	5.8
3	中尾ミエ	2.9	4.9	1.9
4	デヴィ・スカルノ	1.0	1.0	0.0
4	メリル・ストリープ	1.0	0.0	0.0

など

男性40代 n=85 n=78 n=77

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	14.6	16.5	19.4
2	中尾ミエ	3.9	6.8	3.9
3	草笛光子	1.9	1.0	4.9
3	竹下景子	1.9	0.0	0.0
5	メリル・ストリープ	1.0	1.0	0.0

など

男性50代 n=81 n=76 n=82

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	14.6	13.6	19.4
2	中尾ミエ	4.9	3.9	4.9
3	草笛光子	2.9	6.8	4.9
4	手塚理美	1.0	2.9	0.0
4	夏木マリ	1.0	0.0	0.0

など

男性60代 n=71 n=68 n=66

順位	人名	2026	2025	2024
1	草笛光子	8.7	10.7	17.5
2	近藤サト	7.8	11.7	9.7
3	中尾ミエ	4.9	3.9	4.9
3	竹下景子	4.9	3.9	3.9
5	手塚理美	1.9	1.0	1.0

女性20代 n=6 n=9 n=9

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	4.3	3.0	4.5
1	草笛光子	4.3	6.1	4.5
1	夏木マリ	4.3	0.0	4.5
4	天海祐希	2.2	0.0	1.5
4	ヘレン・ミレン	2.2	0.0	-
4	石田ゆり子	2.2	-	-

女性30代 n=45 n=47 n=49

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	13.7	14.9	12.1
2	草笛光子	8.7	7.1	7.9
3	中尾ミエ	4.3	5.7	2.1
4	夏木マリ	1.2	4.3	2.9
4	メリル・ストリープ	1.2	0.7	1.4
4	辺見マリ	1.2	0.0	-

女性40代 n=171 n=175 n=187

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	18.4	22.3	24.3
2	草笛光子	12.6	5.8	12.6
3	中尾ミエ	6.8	4.9	9.7
4	弥生	1.9	1.0	0.0
4	山口智子	1.9	0.0	0.0

女性50代 n=241 n=245 n=239

順位	人名	2026	2025	2024
1	近藤サト	34.0	26.2	22.3
2	草笛光子	13.6	12.6	21.4
3	中尾ミエ	9.7	6.8	6.8
4	竹下景子	3.9	0.0	1.9
5	手塚理美	1.9	1.0	2.9
5	小泉今日子	1.9	2.9	-

女性60代 n=277 n=282 n=271

順位	人名	2026	2025	2024
1	草笛光子	19.4	14.6	30.1
2	近藤サト	8.7	16.5	15.5
2	中尾ミエ	8.7	6.8	8.7
4	竹下景子	6.8	3.9	8.7
5	結城アンナ	3.9	2.9	1.9

株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

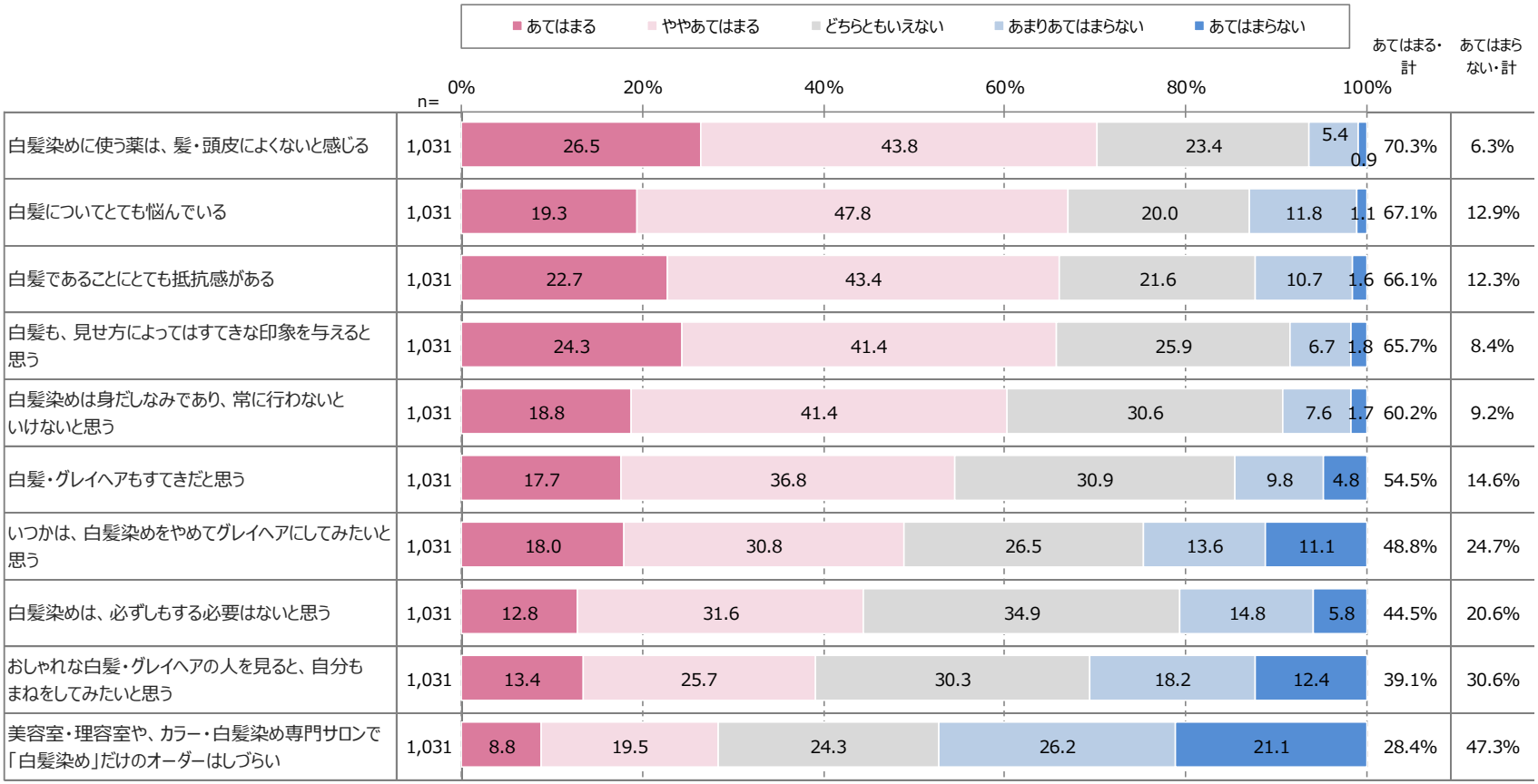
白髪への意識【全体サマリー】

➢「白髪染めに使う薬は、髪・頭皮によくない」とネガティブな意識が7割で最多

Q22S1～S10 「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。(SAMT)

※[あてはまる・計」の降順ソート

【2026年】



	n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
白髪染めに使う薬は、髪・頭皮によくないと感じる	1,031	26.5	43.8	23.4	5.4	0.9	70.3%	6.3%
白髪についてとても悩んでいる	1,031	19.3	47.8	20.0	11.8	1.1	67.1%	12.9%
白髪であることにとても抵抗感がある	1,031	22.7	43.4	21.6	10.7	1.6	66.1%	12.3%
白髪も、見せ方によってはすてきな印象を与えると思う	1,031	24.3	41.4	25.9	6.7	1.8	65.7%	8.4%
白髪染めは身だしなみであり、常に行わないといけないと思う	1,031	18.8	41.4	30.6	7.6	1.7	60.2%	9.2%
白髪・グレイヘアもすてきだと思う	1,031	17.7	36.8	30.9	9.8	4.8	54.5%	14.6%
いつかは、白髪染めをやめてグレイヘアにしてみたいと思う	1,031	18.0	30.8	26.5	13.6	11.1	48.8%	24.7%
白髪染めは、必ずしもする必要はないと思う	1,031	12.8	31.6	34.9	14.8	5.8	44.5%	20.6%
おしゃれな白髪・グレイヘアの人を見ると、自分もまねをしてみたいと思う	1,031	13.4	25.7	30.3	18.2	12.4	39.1%	30.6%
美容室・理容室や、カラー・白髪染め専門サロンで「白髪染め」だけのオーダーはしづらい	1,031	8.8	19.5	24.3	26.2	21.1	28.4%	47.3%

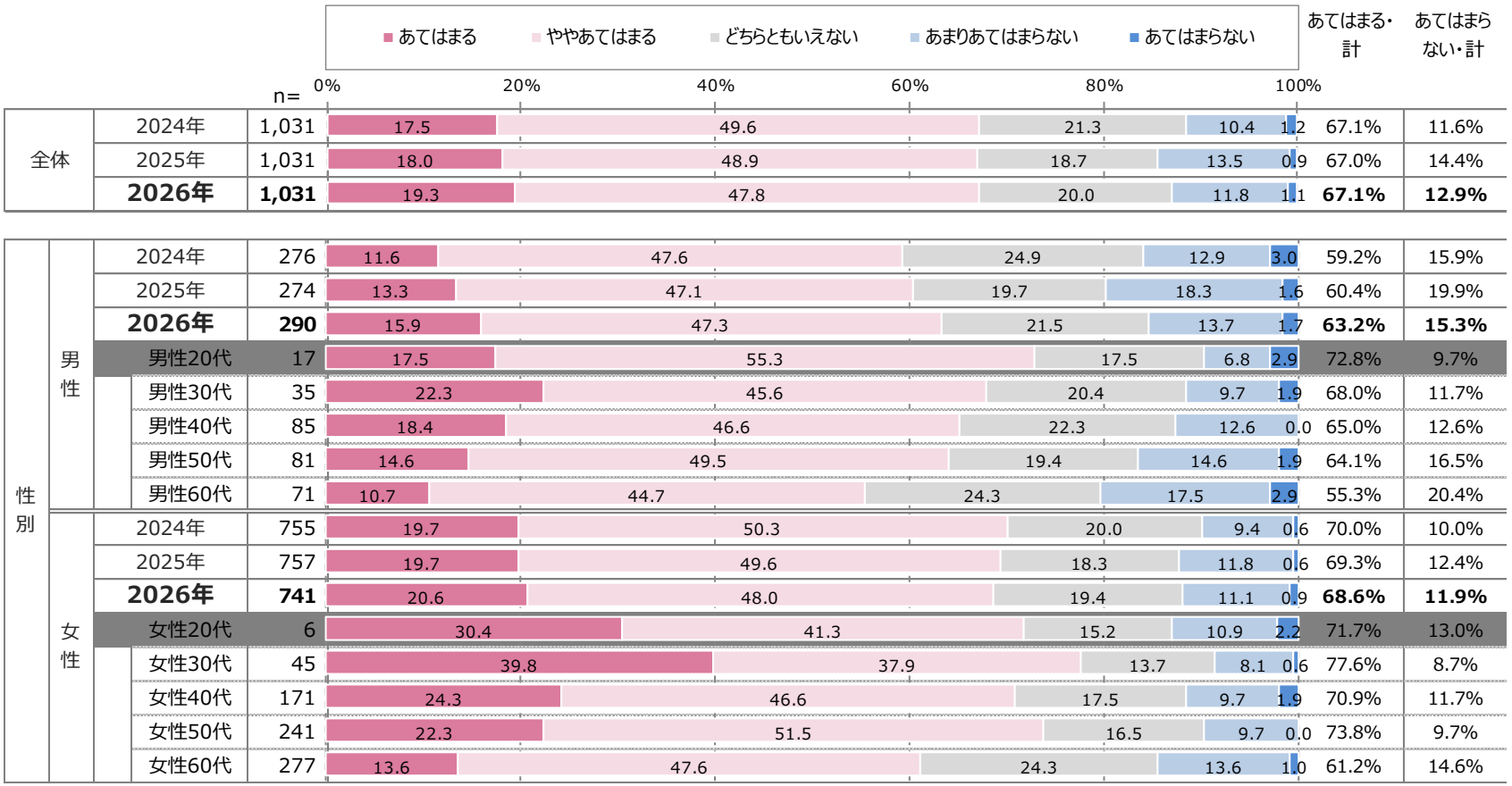
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪についてとても悩んでいる】

- 白髪に悩んでいる人の割合(TOP2)は全体の7割弱
- 女性は男性より悩んでいる人の割合が高いものの、ここ3年で男性は上昇傾向、女性は低下傾向にある

Q22S1「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪についてとても悩んでいる】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	17.5	49.6	21.3	10.4	1.2	67.1%	11.6%
		2025年	1,031	18.0	48.9	18.7	13.5	0.9	67.0%	14.4%
		2026年	**1,031**	19.3	47.8	20.0	11.8	1.1	**67.1%**	**12.9%**
性別	男性	2024年	276	11.6	47.6	24.9	12.9	3.0	59.2%	15.9%
		2025年	274	13.3	47.1	19.7	18.3	1.6	60.4%	19.9%
		2026年	**290**	15.9	47.3	21.5	13.7	1.7	**63.2%**	**15.3%**
		男性20代	17	17.5	55.3	17.5	6.8	2.9	72.8%	9.7%
		男性30代	35	22.3	45.6	20.4	9.7	1.9	68.0%	11.7%
		男性40代	85	18.4	46.6	22.3	12.6	0.0	65.0%	12.6%
		男性50代	81	14.6	49.5	19.4	14.6	1.9	64.1%	16.5%
		男性60代	71	10.7	44.7	24.3	17.5	2.9	55.3%	20.4%
	女性	2024年	755	19.7	50.3	20.0	9.4	0.6	70.0%	10.0%
		2025年	757	19.7	49.6	18.3	11.8	0.6	69.3%	12.4%
		2026年	**741**	20.6	48.0	19.4	11.1	0.9	**68.6%**	**11.9%**
		女性20代	6	30.4	41.3	15.2	10.9	2.2	71.7%	13.0%
		女性30代	45	39.8	37.9	13.7	8.1	0.6	77.6%	8.7%
		女性40代	171	24.3	46.6	17.5	9.7	1.9	70.9%	11.7%
		女性50代	241	22.3	51.5	16.5	9.7	0.0	73.8%	9.7%
		女性60代	277	13.6	47.6	24.3	13.6	1.0	61.2%	14.6%

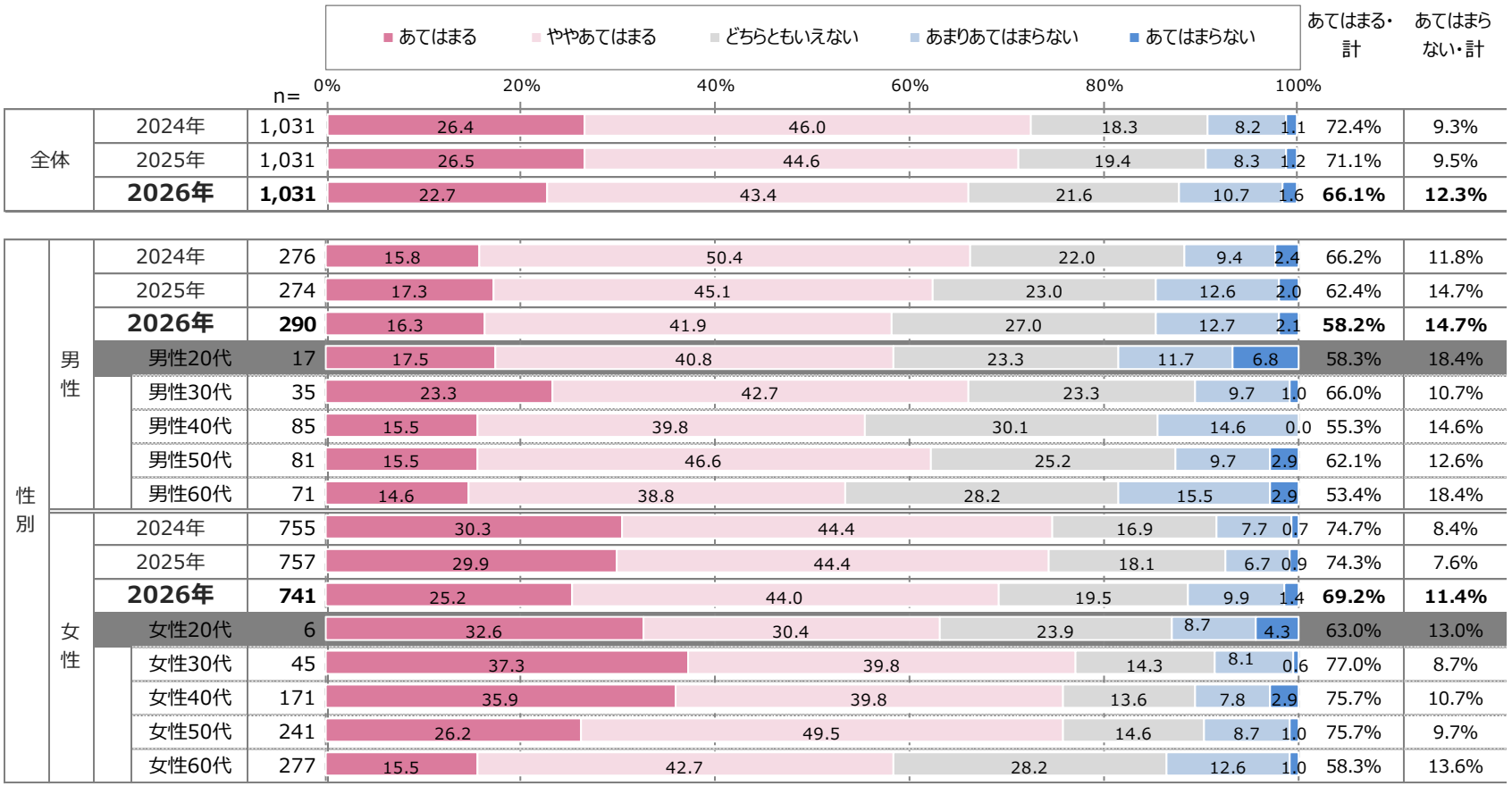
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪であることにとても抵抗感がある】

➢白髪に抵抗感がある人の割合(TOP2)は全体の6割半ば。ここ3年で低下傾向
➢男女比較では女性の方が高い。特に女性30代は8割弱で最多

Q22S2「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪であることにとても抵抗感がある】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	26.4	46.0	18.3	8.2	1.1	72.4%	9.3%
		2025年	1,031	26.5	44.6	19.4	8.3	1.2	71.1%	9.5%
		2026年	**1,031**	22.7	43.4	21.6	10.7	1.6	**66.1%**	**12.3%**
性別	男性	2024年	276	15.8	50.4	22.0	9.4	2.4	66.2%	11.8%
		2025年	274	17.3	45.1	23.0	12.6	2.0	62.4%	14.7%
		2026年	**290**	16.3	41.9	27.0	12.7	2.1	**58.2%**	**14.7%**
		男性20代	17	17.5	40.8	23.3	11.7	6.8	58.3%	18.4%
		男性30代	35	23.3	42.7	23.3	9.7	1.0	66.0%	10.7%
		男性40代	85	15.5	39.8	30.1	14.6	0.0	55.3%	14.6%
		男性50代	81	15.5	46.6	25.2	9.7	2.9	62.1%	12.6%
		男性60代	71	14.6	38.8	28.2	15.5	2.9	53.4%	18.4%
	女性	2024年	755	30.3	44.4	16.9	7.7	0.7	74.7%	8.4%
		2025年	757	29.9	44.4	18.1	6.7	0.9	74.3%	7.6%
		2026年	**741**	25.2	44.0	19.5	9.9	1.4	**69.2%**	**11.4%**
		女性20代	6	32.6	30.4	23.9	8.7	4.3	63.0%	13.0%
		女性30代	45	37.3	39.8	14.3	8.1	0.6	77.0%	8.7%
		女性40代	171	35.9	39.8	13.6	7.8	2.9	75.7%	10.7%
		女性50代	241	26.2	49.5	14.6	8.7	1.0	75.7%	9.7%
		女性60代	277	15.5	42.7	28.2	12.6	1.0	58.3%	13.6%

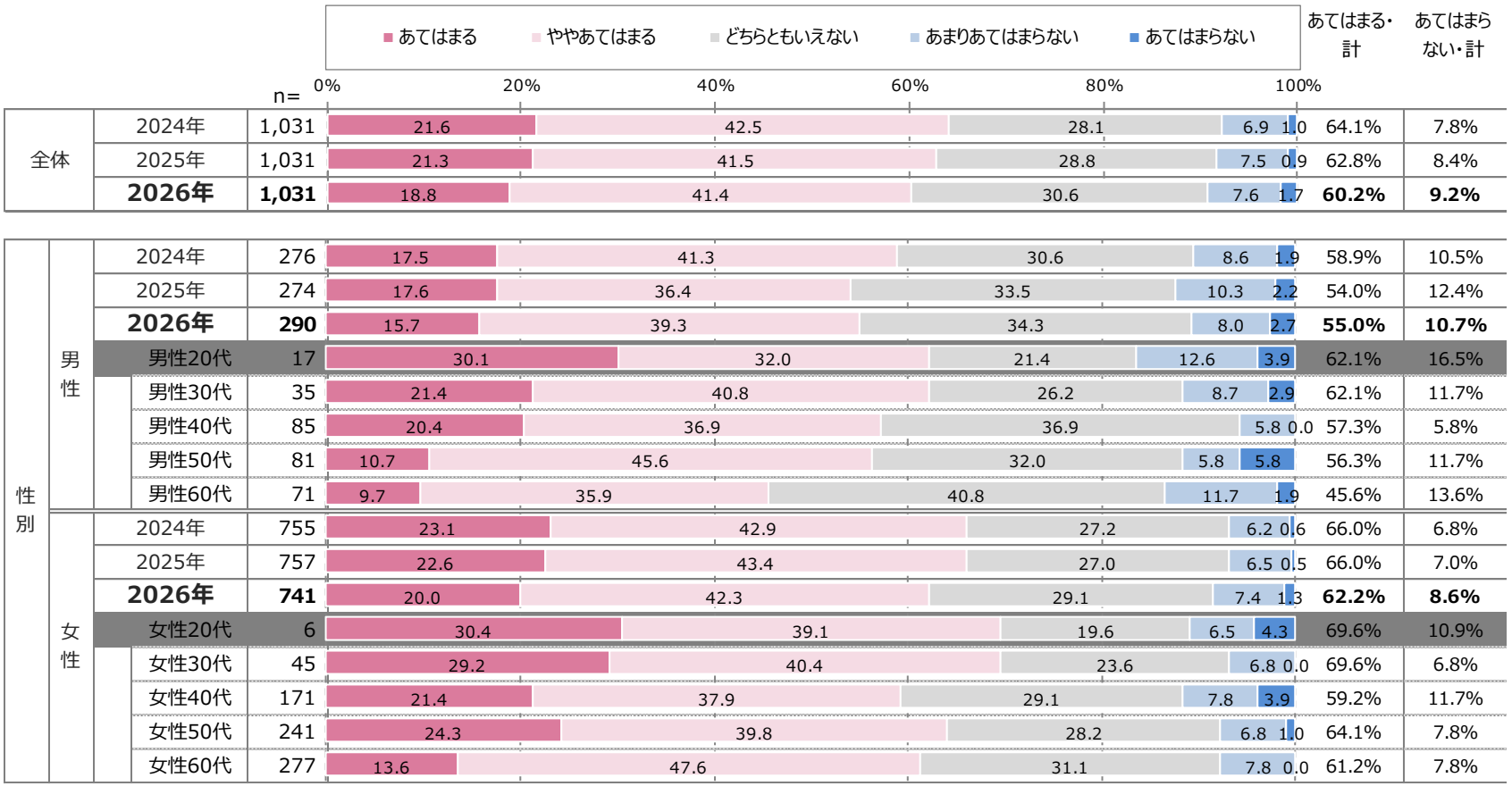
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪染めは身だしなみであり、常に行わないといけないと思う】

➢白髪染めは身だしなみと思う人(TOP2)は全体の6割。ここ3年で低下傾向
➢男女比較では女性の方がTOP2スコアが高く、最も意識が高いのは女性30代

Q22S3「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪染めは身だしなみであり、常に行わないといけないと思う】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	21.6	42.5	28.1	6.9	1.0	64.1%	7.8%
		2025年	1,031	21.3	41.5	28.8	7.5	0.9	62.8%	8.4%
		2026年	**1,031**	18.8	41.4	30.6	7.6	1.7	**60.2%**	**9.2%**
性別	男性	2024年	276	17.5	41.3	30.6	8.6	1.9	58.9%	10.5%
		2025年	274	17.6	36.4	33.5	10.3	2.2	54.0%	12.4%
		2026年	**290**	15.7	39.3	34.3	8.0	2.7	**55.0%**	**10.7%**
		男性20代	17	30.1	32.0	21.4	12.6	3.9	62.1%	16.5%
		男性30代	35	21.4	40.8	26.2	8.7	2.9	62.1%	11.7%
		男性40代	85	20.4	36.9	36.9	5.8	0.0	57.3%	5.8%
		男性50代	81	10.7	45.6	32.0	5.8	5.8	56.3%	11.7%
		男性60代	71	9.7	35.9	40.8	11.7	1.9	45.6%	13.6%
	女性	2024年	755	23.1	42.9	27.2	6.2	0.6	66.0%	6.8%
		2025年	757	22.6	43.4	27.0	6.5	0.5	66.0%	7.0%
		2026年	**741**	20.0	42.3	29.1	7.4	1.3	**62.2%**	**8.6%**
		女性20代	6	30.4	39.1	19.6	6.5	4.3	69.6%	10.9%
		女性30代	45	29.2	40.4	23.6	6.8	0.0	69.6%	6.8%
		女性40代	171	21.4	37.9	29.1	7.8	3.9	59.2%	11.7%
		女性50代	241	24.3	39.8	28.2	6.8	1.0	64.1%	7.8%
		女性60代	277	13.6	47.6	31.1	7.8	0.0	61.2%	7.8%

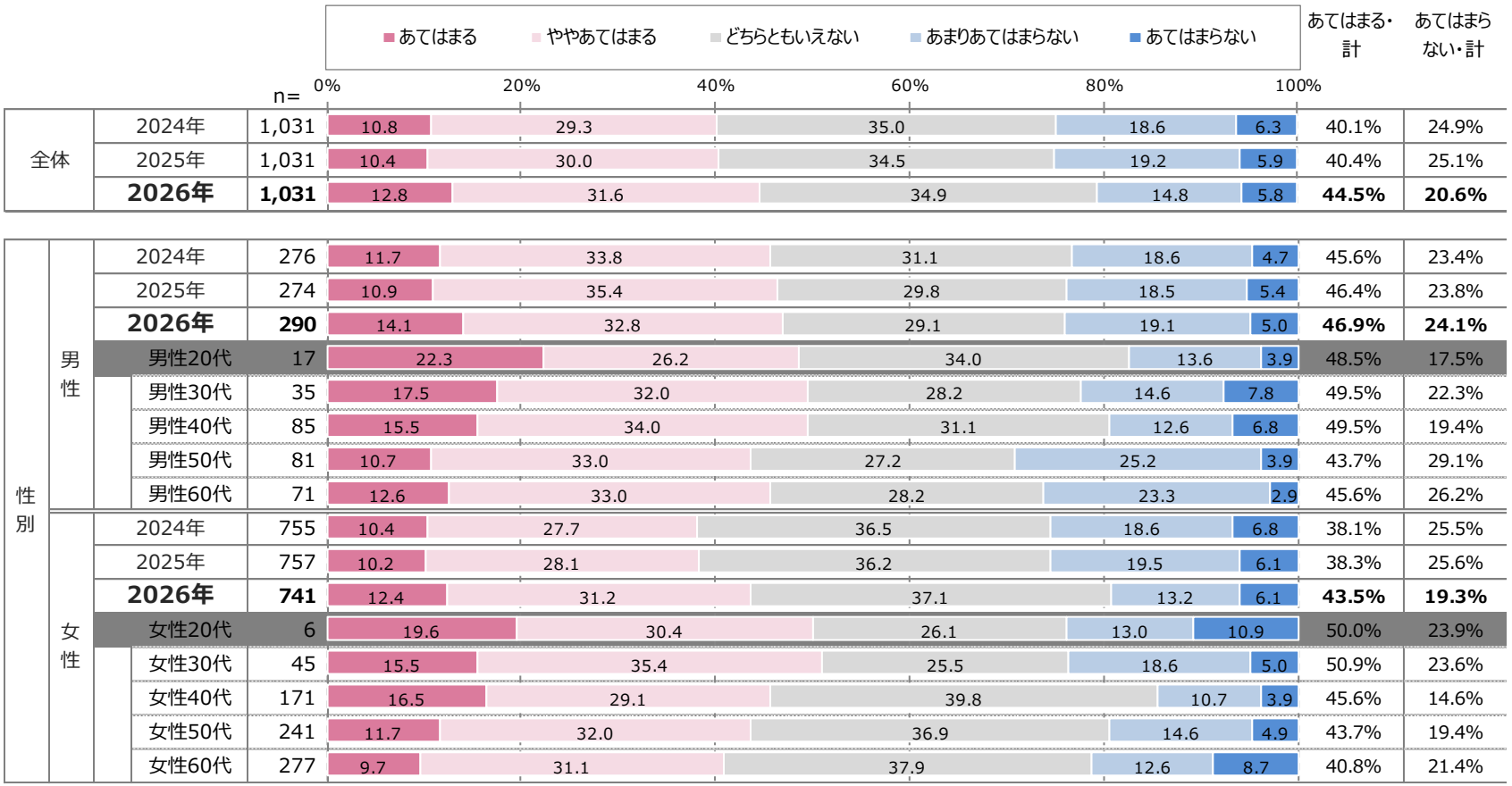
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪染めは、必ずしもする必要はないと思う】

➢白髪染めは、必ずしもする必要はないと思う人(TOP2)は全体の4割半ば
➢男女ともにここ3年で上昇傾向

Q22S4「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪染めは、必ずしもする必要はないと思う】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	10.8	29.3	35.0	18.6	6.3	40.1%	24.9%
		2025年	1,031	10.4	30.0	34.5	19.2	5.9	40.4%	25.1%
		2026年	**1,031**	12.8	31.6	34.9	14.8	5.8	**44.5%**	**20.6%**
性別	男性	2024年	276	11.7	33.8	31.1	18.6	4.7	45.6%	23.4%
		2025年	274	10.9	35.4	29.8	18.5	5.4	46.4%	23.8%
		2026年	**290**	14.1	32.8	29.1	19.1	5.0	**46.9%**	**24.1%**
		男性20代	17	22.3	26.2	34.0	13.6	3.9	48.5%	17.5%
		男性30代	35	17.5	32.0	28.2	14.6	7.8	49.5%	22.3%
		男性40代	85	15.5	34.0	31.1	12.6	6.8	49.5%	19.4%
		男性50代	81	10.7	33.0	27.2	25.2	3.9	43.7%	29.1%
		男性60代	71	12.6	33.0	28.2	23.3	2.9	45.6%	26.2%
	女性	2024年	755	10.4	27.7	36.5	18.6	6.8	38.1%	25.5%
		2025年	757	10.2	28.1	36.2	19.5	6.1	38.3%	25.6%
		2026年	**741**	12.4	31.2	37.1	13.2	6.1	**43.5%**	**19.3%**
		女性20代	6	19.6	30.4	26.1	13.0	10.9	50.0%	23.9%
		女性30代	45	15.5	35.4	25.5	18.6	5.0	50.9%	23.6%
		女性40代	171	16.5	29.1	39.8	10.7	3.9	45.6%	14.6%
		女性50代	241	11.7	32.0	36.9	14.6	4.9	43.7%	19.4%
		女性60代	277	9.7	31.1	37.9	12.6	8.7	40.8%	21.4%

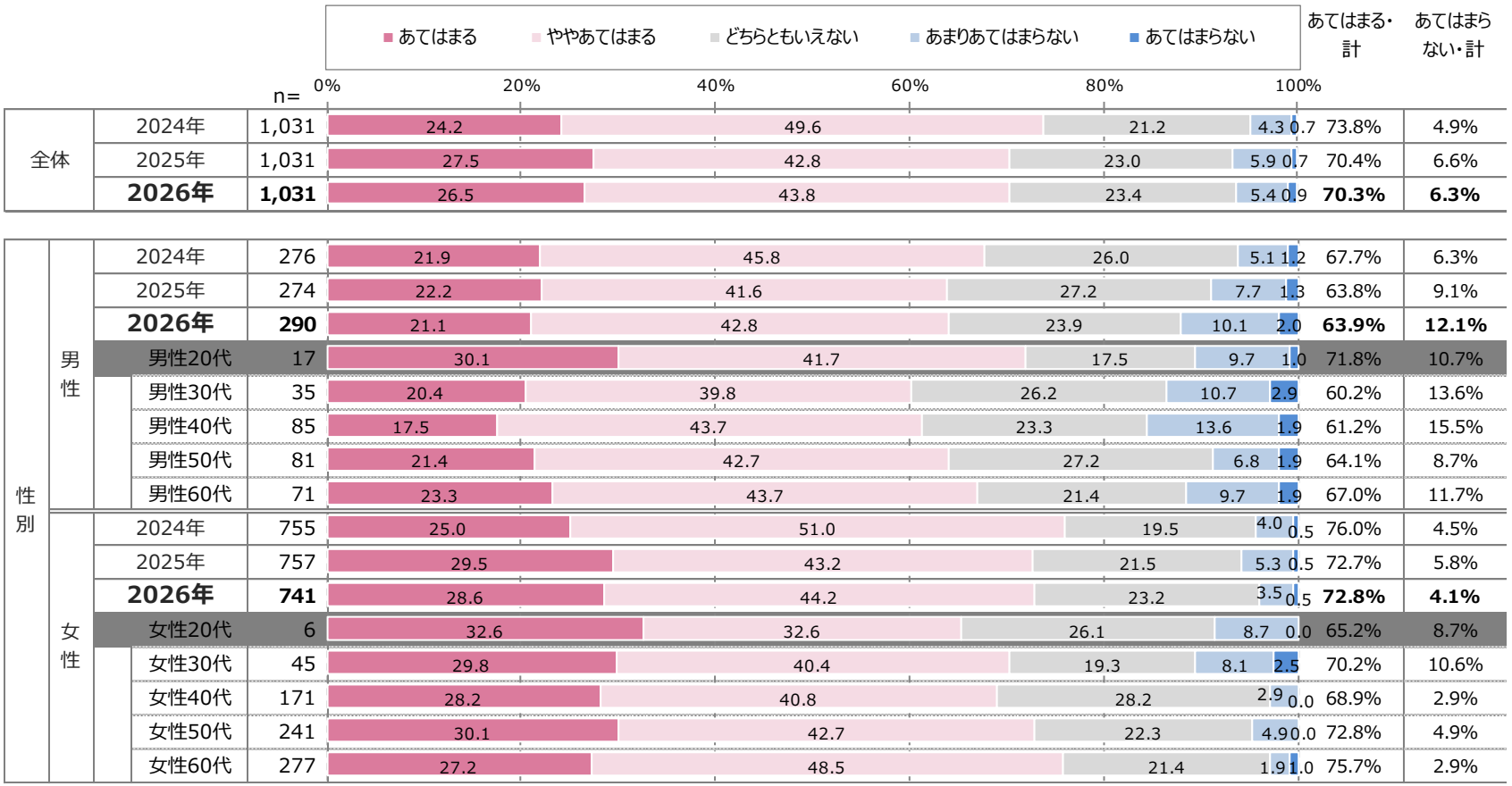
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪染めに使う薬は、髪・頭皮によくないと感じる】

➢白髪染めの薬は、髪・頭皮によくないと感じる人(TOP2)は全体の7割
➢女性ではいずれの年代でもTOP2スコアが7割前後と意識が高め

Q22S5「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪染めに使う薬は、髪・頭皮によくないと感じる】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	24.2	49.6	21.2	4.3	0.7	73.8%	4.9%
		2025年	1,031	27.5	42.8	23.0	5.9	0.7	70.4%	6.6%
		2026年	**1,031**	26.5	43.8	23.4	5.4	0.9	**70.3%**	**6.3%**
性別	男性	2024年	276	21.9	45.8	26.0	5.1	1.2	67.7%	6.3%
		2025年	274	22.2	41.6	27.2	7.7	1.3	63.8%	9.1%
		2026年	**290**	21.1	42.8	23.9	10.1	2.0	**63.9%**	**12.1%**
		男性20代	17	30.1	41.7	17.5	9.7	1.0	71.8%	10.7%
		男性30代	35	20.4	39.8	26.2	10.7	2.9	60.2%	13.6%
		男性40代	85	17.5	43.7	23.3	13.6	1.9	61.2%	15.5%
		男性50代	81	21.4	42.7	27.2	6.8	1.9	64.1%	8.7%
		男性60代	71	23.3	43.7	21.4	9.7	1.9	67.0%	11.7%
	女性	2024年	755	25.0	51.0	19.5	4.0	0.5	76.0%	4.5%
		2025年	757	29.5	43.2	21.5	5.3	0.5	72.7%	5.8%
		2026年	**741**	28.6	44.2	23.2	3.5	0.5	**72.8%**	**4.1%**
		女性20代	6	32.6	32.6	26.1	8.7	0.0	65.2%	8.7%
		女性30代	45	29.8	40.4	19.3	8.1	2.5	70.2%	10.6%
		女性40代	171	28.2	40.8	28.2	2.9	0.0	68.9%	2.9%
		女性50代	241	30.1	42.7	22.3	4.9	0.0	72.8%	4.9%
		女性60代	277	27.2	48.5	21.4	1.9	1.0	75.7%	2.9%

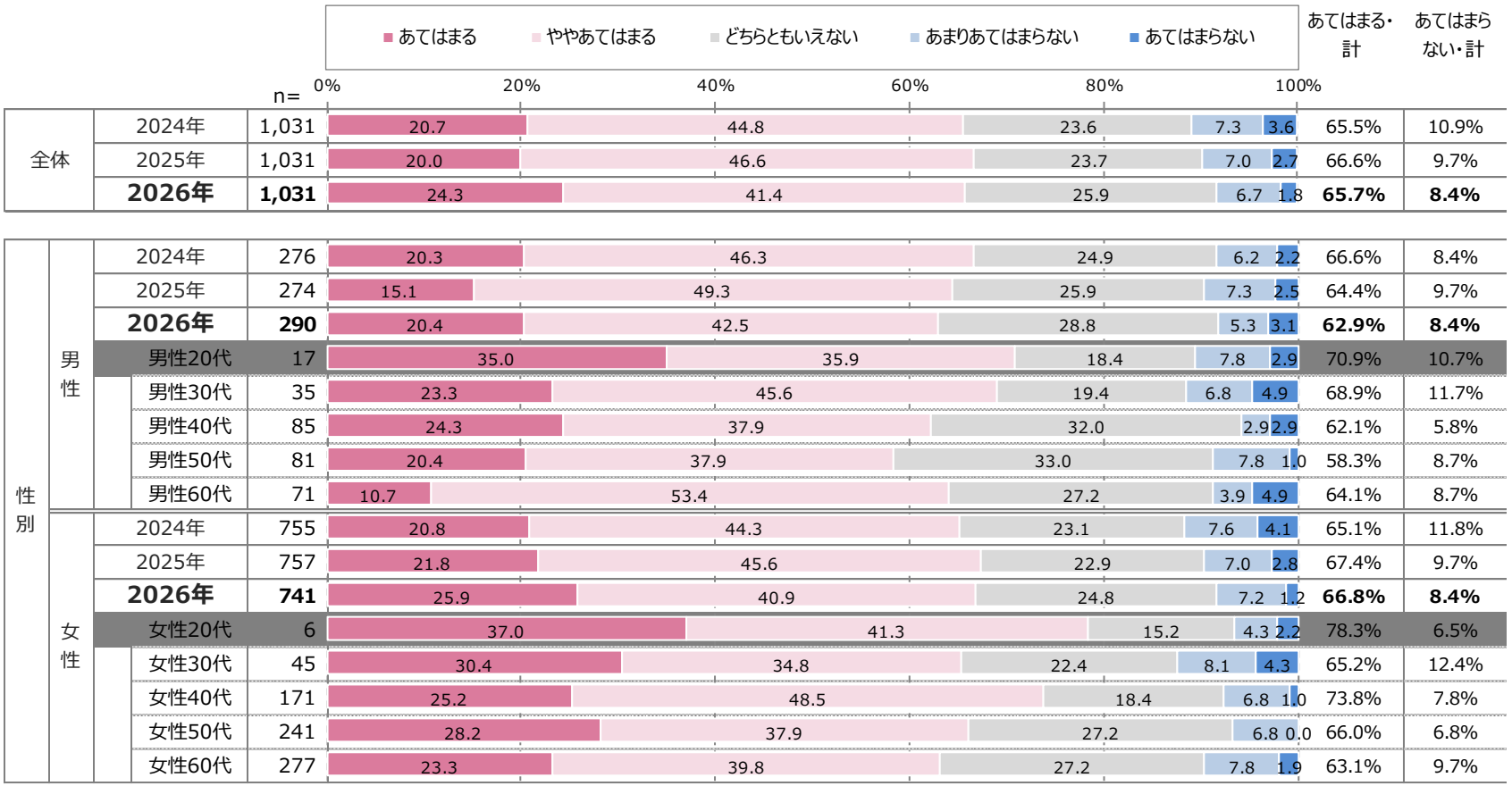
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪も、見せ方によってはすてきな印象を与えると思う】

- 白髪も、見せ方によってはすてきな印象を与えると思う人(TOP2)は全体の6割半ば
- 男性では経年で低下傾向だが、「あてはまる(TOP1)」に絞ると、前年より上昇

Q22S6「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪も、見せ方によってはすてきな印象を与えると思う】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	20.7	44.8	23.6	7.3	3.6	65.5%	10.9%
		2025年	1,031	20.0	46.6	23.7	7.0	2.7	66.6%	9.7%
		2026年	**1,031**	24.3	41.4	25.9	6.7	1.8	**65.7%**	**8.4%**
性別	男性	2024年	276	20.3	46.3	24.9	6.2	2.2	66.6%	8.4%
		2025年	274	15.1	49.3	25.9	7.3	2.5	64.4%	9.7%
		2026年	**290**	20.4	42.5	28.8	5.3	3.1	**62.9%**	**8.4%**
		男性20代	17	35.0	35.9	18.4	7.8	2.9	70.9%	10.7%
		男性30代	35	23.3	45.6	19.4	6.8	4.9	68.9%	11.7%
		男性40代	85	24.3	37.9	32.0	2.9	2.9	62.1%	5.8%
		男性50代	81	20.4	37.9	33.0	7.8	1.0	58.3%	8.7%
		男性60代	71	10.7	53.4	27.2	3.9	4.9	64.1%	8.7%
	女性	2024年	755	20.8	44.3	23.1	7.6	4.1	65.1%	11.8%
		2025年	757	21.8	45.6	22.9	7.0	2.8	67.4%	9.7%
		2026年	**741**	25.9	40.9	24.8	7.2	1.2	**66.8%**	**8.4%**
		女性20代	6	37.0	41.3	15.2	4.3	2.2	78.3%	6.5%
		女性30代	45	30.4	34.8	22.4	8.1	4.3	65.2%	12.4%
		女性40代	171	25.2	48.5	18.4	6.8	1.0	73.8%	7.8%
		女性50代	241	28.2	37.9	27.2	6.8	0.0	66.0%	6.8%
		女性60代	277	23.3	39.8	27.2	7.8	1.9	63.1%	9.7%

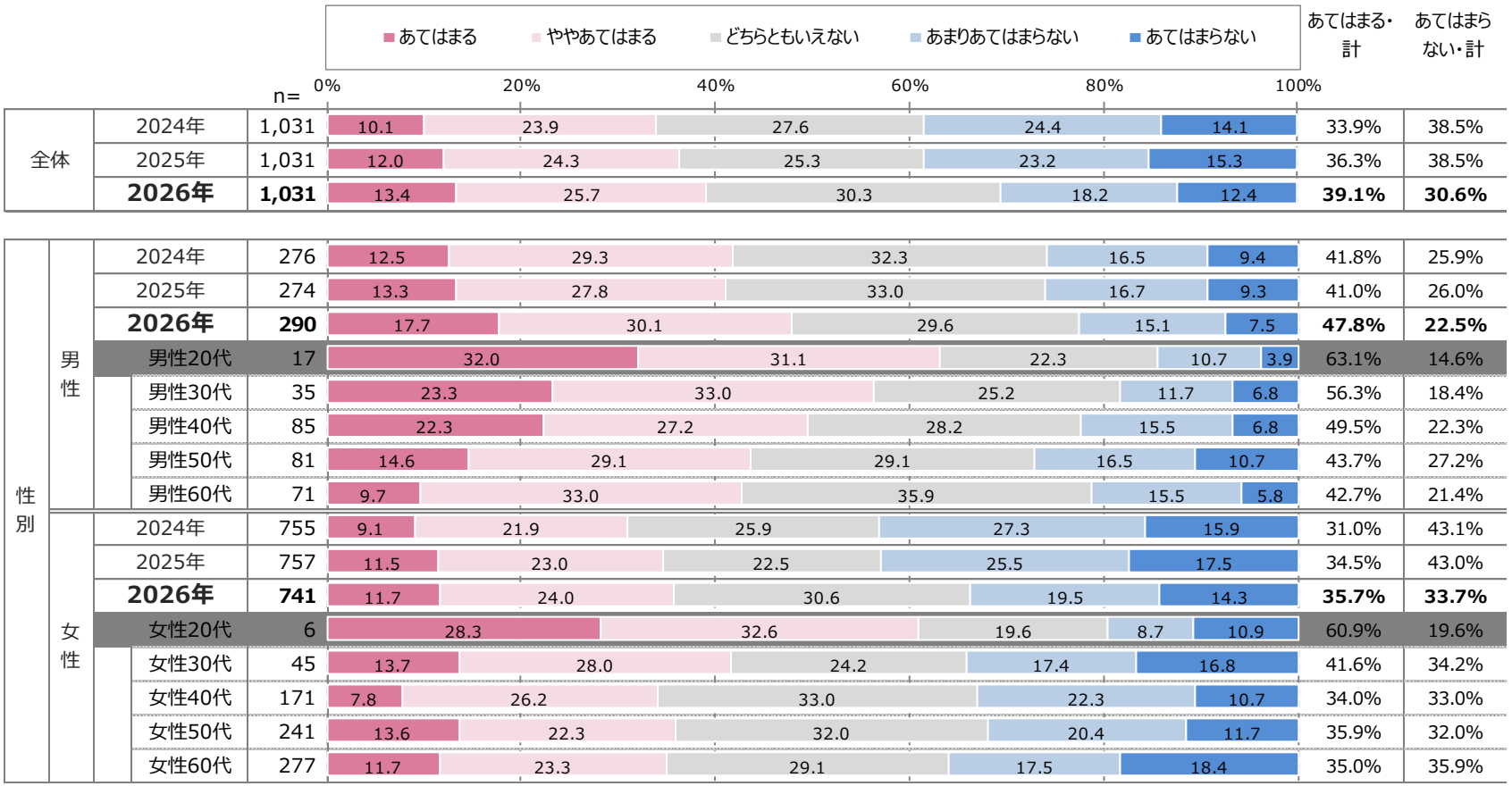
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢おしゃれな白髪・グレイヘアの人を見ると、自分もまねをしてみたいと思う人(TOP2)は全体の4割。ここ3年で上昇傾向

➢男女比較では男性の方が高い。特に男性30代は5割半ばで最多

Q22S7「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【おしゃれな白髪・グレイヘアの人を見ると、自分もまねをしてみたいと思う】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



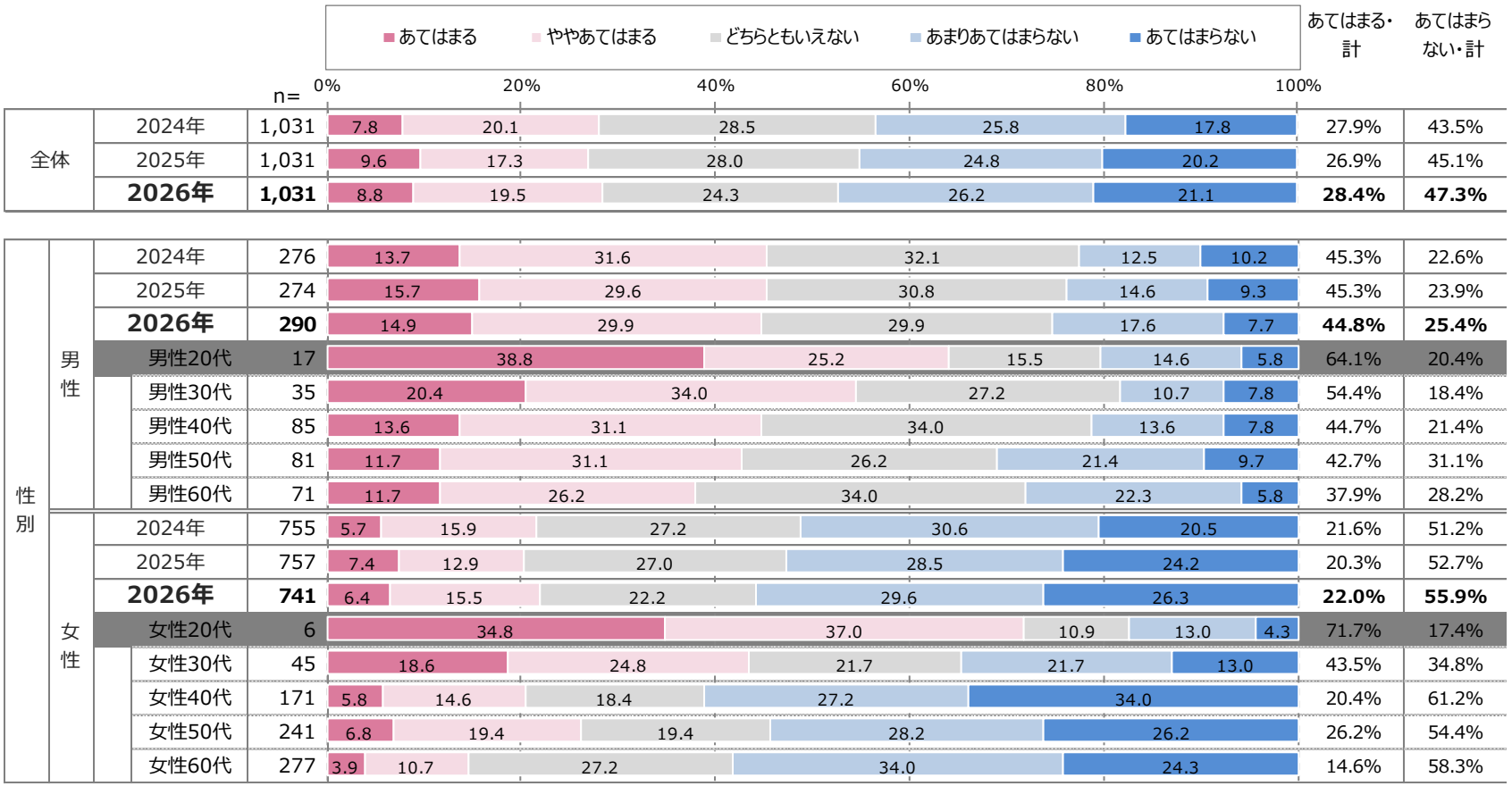
			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	10.1	23.9	27.6	24.4	14.1	33.9%	38.5%
		2025年	1,031	12.0	24.3	25.3	23.2	15.3	36.3%	38.5%
		2026年	**1,031**	13.4	25.7	30.3	18.2	12.4	**39.1%**	**30.6%**
性別	男性	2024年	276	12.5	29.3	32.3	16.5	9.4	41.8%	25.9%
		2025年	274	13.3	27.8	33.0	16.7	9.3	41.0%	26.0%
		2026年	**290**	17.7	30.1	29.6	15.1	7.5	**47.8%**	**22.5%**
		男性20代	17	32.0	31.1	22.3	10.7	3.9	63.1%	14.6%
		男性30代	35	23.3	33.0	25.2	11.7	6.8	56.3%	18.4%
		男性40代	85	22.3	27.2	28.2	15.5	6.8	49.5%	22.3%
		男性50代	81	14.6	29.1	29.1	16.5	10.7	43.7%	27.2%
		男性60代	71	9.7	33.0	35.9	15.5	5.8	42.7%	21.4%
	女性	2024年	755	9.1	21.9	25.9	27.3	15.9	31.0%	43.1%
		2025年	757	11.5	23.0	22.5	25.5	17.5	34.5%	43.0%
		2026年	**741**	11.7	24.0	30.6	19.5	14.3	**35.7%**	**33.7%**
		女性20代	6	28.3	32.6	19.6	8.7	10.9	60.9%	19.6%
		女性30代	45	13.7	28.0	24.2	17.4	16.8	41.6%	34.2%
		女性40代	171	7.8	26.2	33.0	22.3	10.7	34.0%	33.0%
		女性50代	241	13.6	22.3	32.0	20.4	11.7	35.9%	32.0%
		女性60代	277	11.7	23.3	29.1	17.5	18.4	35.0%	35.9%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢白髪染めだけのオーダーはしづらいと感じている人(TOP2)は全体の3割弱
➢男性は女性より、TOP2が20pt以上高い

Q22S8「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【理美容室や、カラー・白髪染め専門サロンで「白髪染め」だけのオーダーはしづらい】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	7.8	20.1	28.5	25.8	17.8	27.9%	43.5%
		2025年	1,031	9.6	17.3	28.0	24.8	20.2	26.9%	45.1%
		2026年	**1,031**	8.8	19.5	24.3	26.2	21.1	**28.4%**	**47.3%**
性別	男性	2024年	276	13.7	31.6	32.1	12.5	10.2	45.3%	22.6%
		2025年	274	15.7	29.6	30.8	14.6	9.3	45.3%	23.9%
		2026年	**290**	14.9	29.9	29.9	17.6	7.7	**44.8%**	**25.4%**
		男性20代	17	38.8	25.2	15.5	14.6	5.8	64.1%	20.4%
		男性30代	35	20.4	34.0	27.2	10.7	7.8	54.4%	18.4%
		男性40代	85	13.6	31.1	34.0	13.6	7.8	44.7%	21.4%
		男性50代	81	11.7	31.1	26.2	21.4	9.7	42.7%	31.1%
		男性60代	71	11.7	26.2	34.0	22.3	5.8	37.9%	28.2%
	女性	2024年	755	5.7	15.9	27.2	30.6	20.5	21.6%	51.2%
		2025年	757	7.4	12.9	27.0	28.5	24.2	20.3%	52.7%
		2026年	**741**	6.4	15.5	22.2	29.6	26.3	**22.0%**	**55.9%**
		女性20代	6	34.8	37.0	10.9	13.0	4.3	71.7%	17.4%
		女性30代	45	18.6	24.8	21.7	21.7	13.0	43.5%	34.8%
		女性40代	171	5.8	14.6	18.4	27.2	34.0	20.4%	61.2%
		女性50代	241	6.8	19.4	19.4	28.2	26.2	26.2%	54.4%
		女性60代	277	3.9	10.7	27.2	34.0	24.3	14.6%	58.3%

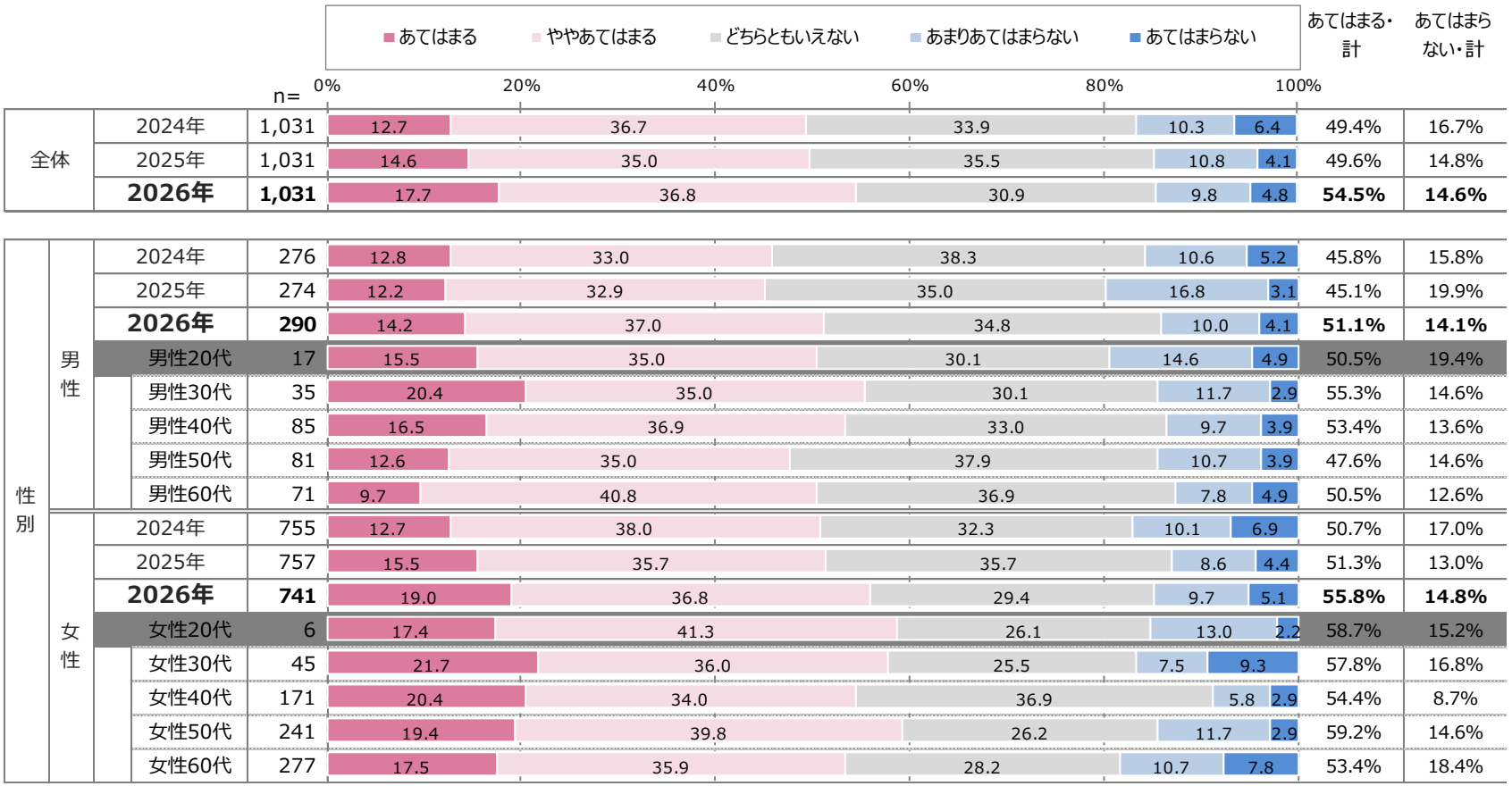
© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【白髪・グレイヘアもすてきだと思う】

➢白髪・グレイヘアもすてきだと思う人(TOP2)は全体の5割半ば
➢女性ではTOP2スコアがここ3年で上昇傾向

Q22S9「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【白髪・グレイヘアもすてきだと思う】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	12.7	36.7	33.9	10.3	6.4	49.4%	16.7%
		2025年	1,031	14.6	35.0	35.5	10.8	4.1	49.6%	14.8%
		2026年	**1,031**	17.7	36.8	30.9	9.8	4.8	**54.5%**	**14.6%**
性別	男性	2024年	276	12.8	33.0	38.3	10.6	5.2	45.8%	15.8%
		2025年	274	12.2	32.9	35.0	16.8	3.1	45.1%	19.9%
		2026年	**290**	14.2	37.0	34.8	10.0	4.1	**51.1%**	**14.1%**
		男性20代	17	15.5	35.0	30.1	14.6	4.9	50.5%	19.4%
		男性30代	35	20.4	35.0	30.1	11.7	2.9	55.3%	14.6%
		男性40代	85	16.5	36.9	33.0	9.7	3.9	53.4%	13.6%
		男性50代	81	12.6	35.0	37.9	10.7	3.9	47.6%	14.6%
		男性60代	71	9.7	40.8	36.9	7.8	4.9	50.5%	12.6%
	女性	2024年	755	12.7	38.0	32.3	10.1	6.9	50.7%	17.0%
		2025年	757	15.5	35.7	35.7	8.6	4.4	51.3%	13.0%
		2026年	**741**	19.0	36.8	29.4	9.7	5.1	**55.8%**	**14.8%**
		女性20代	6	17.4	41.3	26.1	13.0	2.2	58.7%	15.2%
		女性30代	45	21.7	36.0	25.5	7.5	9.3	57.8%	16.8%
		女性40代	171	20.4	34.0	36.9	5.8	2.9	54.4%	8.7%
		女性50代	241	19.4	39.8	26.2	11.7	2.9	59.2%	14.6%
		女性60代	277	17.5	35.9	28.2	10.7	7.8	53.4%	18.4%

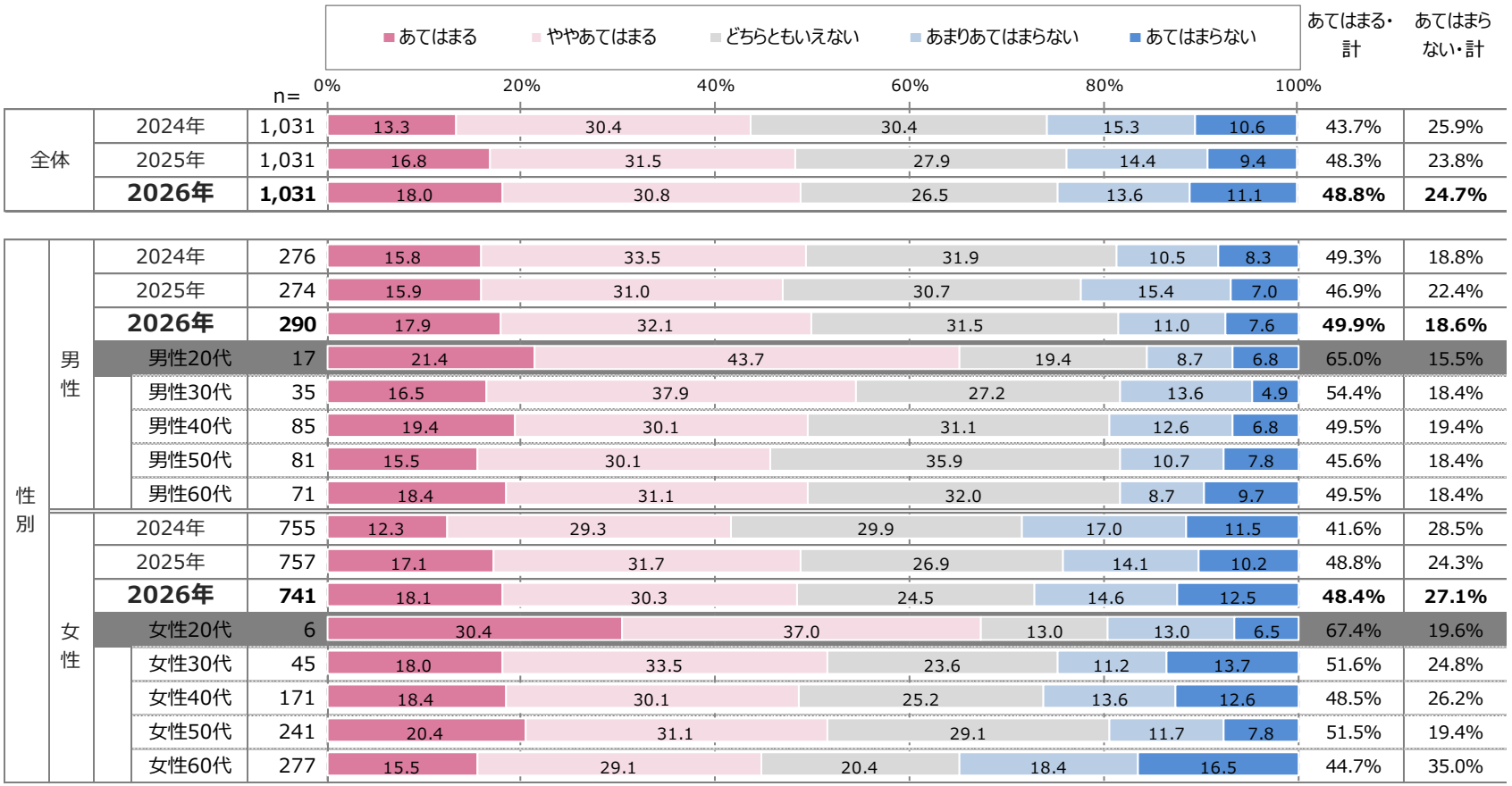
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪への意識【いつかは、白髪染めをやめてグレイヘアにしてみたいと思う】

➢いつかはグレイヘアにしてみたい人(TOP2)は全体の5割弱
➢前年より男女差が狭まっており、大きな差はみられない

Q22S10「白髪・グレイヘア」に関する以下それぞれについて、あなたのお気持ちに近いものをお知らせください。【いつかは、白髪染めをやめてグレイヘアにしてみたいと思う】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	あてはまらない	あてはまる・計	あてはまらない・計
全体		2024年	1,031	13.3	30.4	30.4	15.3	10.6	43.7%	25.9%
		2025年	1,031	16.8	31.5	27.9	14.4	9.4	48.3%	23.8%
		2026年	**1,031**	18.0	30.8	26.5	13.6	11.1	**48.8%**	**24.7%**
性別	男性	2024年	276	15.8	33.5	31.9	10.5	8.3	49.3%	18.8%
		2025年	274	15.9	31.0	30.7	15.4	7.0	46.9%	22.4%
		2026年	**290**	17.9	32.1	31.5	11.0	7.6	**49.9%**	**18.6%**
		男性20代	17	21.4	43.7	19.4	8.7	6.8	65.0%	15.5%
		男性30代	35	16.5	37.9	27.2	13.6	4.9	54.4%	18.4%
		男性40代	85	19.4	30.1	31.1	12.6	6.8	49.5%	19.4%
		男性50代	81	15.5	30.1	35.9	10.7	7.8	45.6%	18.4%
		男性60代	71	18.4	31.1	32.0	8.7	9.7	49.5%	18.4%
	女性	2024年	755	12.3	29.3	29.9	17.0	11.5	41.6%	28.5%
		2025年	757	17.1	31.7	26.9	14.1	10.2	48.8%	24.3%
		2026年	**741**	18.1	30.3	24.5	14.6	12.5	**48.4%**	**27.1%**
		女性20代	6	30.4	37.0	13.0	13.0	6.5	67.4%	19.6%
		女性30代	45	18.0	33.5	23.6	11.2	13.7	51.6%	24.8%
		女性40代	171	18.4	30.1	25.2	13.6	12.6	48.5%	26.2%
		女性50代	241	20.4	31.1	29.1	11.7	7.8	51.5%	19.4%
		女性60代	277	15.5	29.1	20.4	18.4	16.5	44.7%	35.0%

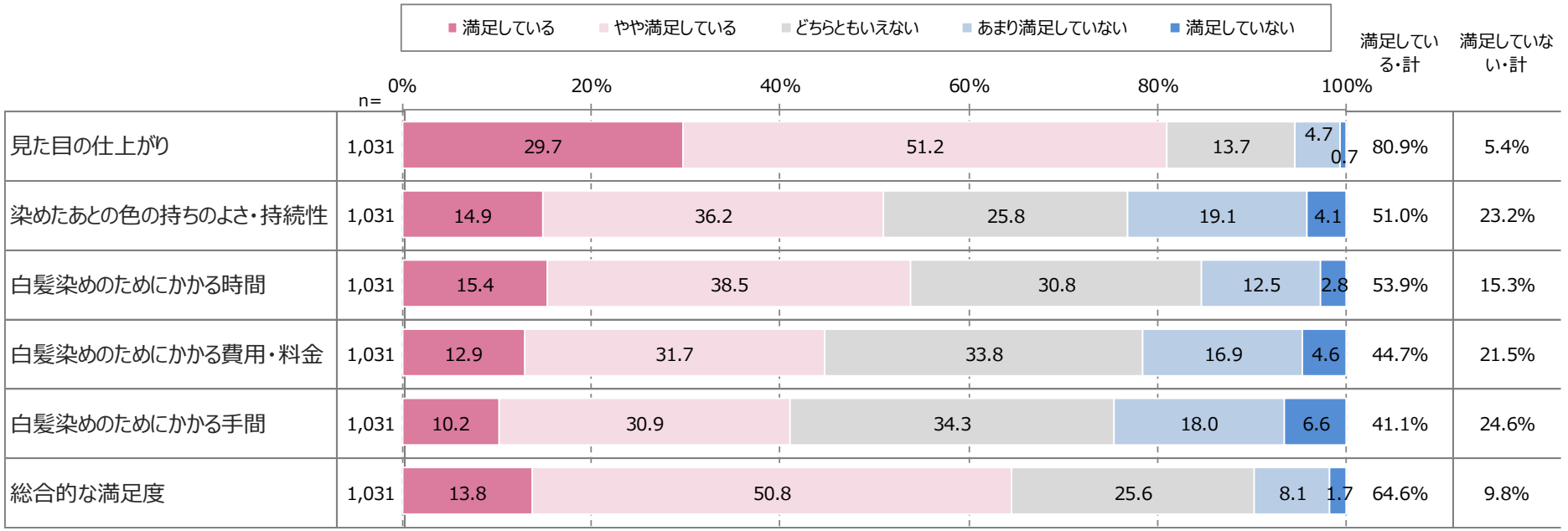
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【全体サマリー】

- 「見た目の仕上がり」(TOP2)が8割で最多。他項目の満足度と比べて高め
- 「費用・料金」「かかる手間」は満足度が低め

Q23S1～S6 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。(SAMT)

【2026年】



	n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
見た目の仕上がり	1,031	29.7	51.2	13.7	4.7	0.7	80.9%	5.4%
染めたあとの色の持ちのよさ・持続性	1,031	14.9	36.2	25.8	19.1	4.1	51.0%	23.2%
白髪染めのためにかかる時間	1,031	15.4	38.5	30.8	12.5	2.8	53.9%	15.3%
白髪染めのためにかかる費用・料金	1,031	12.9	31.7	33.8	16.9	4.6	44.7%	21.5%
白髪染めのためにかかる手間	1,031	10.2	30.9	34.3	18.0	6.6	41.1%	24.6%
総合的な満足度	1,031	13.8	50.8	25.6	8.1	1.7	64.6%	9.8%

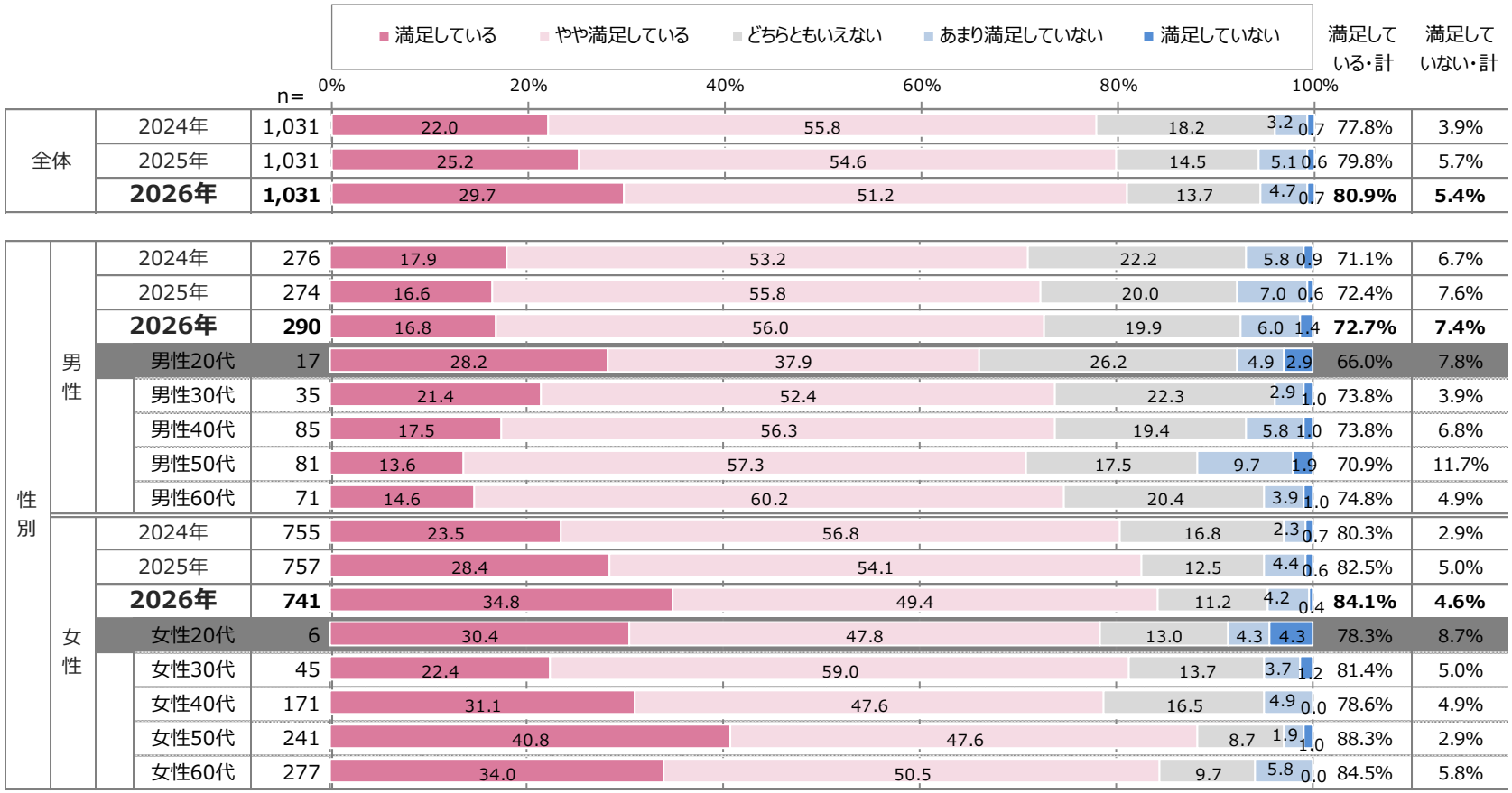
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【見た目の仕上がり】

➢見た目の仕上がりの満足度(TOP2)は全体で8割。ここ3年で上昇傾向
➢女性は男性よりTOP2が10pt以上高い

Q23S1 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【見た目の仕上がり】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	22.0	55.8	18.2	3.2	0.7	77.8%	3.9%
		2025年	1,031	25.2	54.6	14.5	5.1	0.6	79.8%	5.7%
		2026年	**1,031**	29.7	51.2	13.7	4.7	0.7	**80.9%**	**5.4%**
性別	男性	2024年	276	17.9	53.2	22.2	5.8	0.9	71.1%	6.7%
		2025年	274	16.6	55.8	20.0	7.0	0.6	72.4%	7.6%
		2026年	**290**	16.8	56.0	19.9	6.0	1.4	**72.7%**	**7.4%**
		男性20代	17	28.2	37.9	26.2	4.9	2.9	66.0%	7.8%
		男性30代	35	21.4	52.4	22.3	2.9	1.0	73.8%	3.9%
		男性40代	85	17.5	56.3	19.4	5.8	1.0	73.8%	6.8%
		男性50代	81	13.6	57.3	17.5	9.7	1.9	70.9%	11.7%
		男性60代	71	14.6	60.2	20.4	3.9	1.0	74.8%	4.9%
	女性	2024年	755	23.5	56.8	16.8	2.3	0.7	80.3%	2.9%
		2025年	757	28.4	54.1	12.5	4.4	0.6	82.5%	5.0%
		2026年	**741**	34.8	49.4	11.2	4.2	0.4	**84.1%**	**4.6%**
		女性20代	6	30.4	47.8	13.0	4.3	4.3	78.3%	8.7%
		女性30代	45	22.4	59.0	13.7	3.7	1.2	81.4%	5.0%
		女性40代	171	31.1	47.6	16.5	4.9	0.0	78.6%	4.9%
		女性50代	241	40.8	47.6	8.7	1.9	1.0	88.3%	2.9%
		女性60代	277	34.0	50.5	9.7	5.8	0.0	84.5%	5.8%

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【染めたあとの色の持ちのよさ・持続性】

➢色の持ちのよさの満足度(TOP2)は全体で5割強。ここ3年で上昇傾向
➢女性でTOP2が経年で上昇傾向となり、男性を上回っている

Q23S2 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【染めたあとの色の持ちのよさ・持続性】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値

			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	8.6	35.1	30.8	21.0	4.6	43.7%	25.5%
		2025年	1,031	10.4	38.1	27.3	18.3	5.9	48.5%	24.2%
		2026年	**1,031**	14.9	36.2	25.8	19.1	4.1	**51.0%**	**23.2%**
性別	男性	2024年	276	8.5	32.6	34.9	21.1	2.9	41.1%	24.1%
		2025年	274	10.2	40.8	29.5	15.8	3.6	51.1%	19.4%
		2026年	**290**	9.5	39.4	30.9	16.1	4.1	**48.9%**	**20.2%**
		男性20代	17	21.4	31.1	25.2	15.5	6.8	52.4%	22.3%
		男性30代	35	17.5	34.0	27.2	19.4	1.9	51.5%	21.4%
		男性40代	85	8.7	36.9	35.0	15.5	3.9	45.6%	19.4%
		男性50代	81	6.8	45.6	30.1	11.7	5.8	52.4%	17.5%
		男性60代	71	6.8	39.8	30.1	20.4	2.9	46.6%	23.3%
	女性	2024年	755	8.6	36.0	29.3	20.9	5.2	44.6%	26.1%
		2025年	757	10.4	37.1	26.6	19.2	6.7	47.5%	25.9%
		2026年	**741**	17.0	34.9	23.8	20.3	4.1	**51.9%**	**24.4%**
		女性20代	6	13.0	39.1	30.4	10.9	6.5	52.2%	17.4%
		女性30代	45	14.9	37.3	22.4	21.7	3.7	52.2%	25.5%
		女性40代	171	19.4	35.0	22.3	18.4	4.9	54.4%	23.3%
		女性50代	241	18.4	32.0	24.3	20.4	4.9	50.5%	25.2%
		女性60代	277	14.6	36.9	24.3	21.4	2.9	51.5%	24.3%

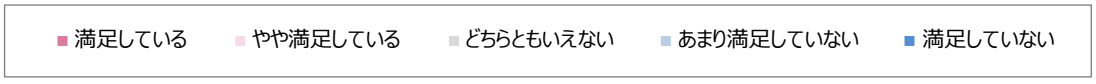
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる時間】

➢かかる時間の満足度(TOP2)は全体で5割強
➢満足度の男女差はほぼない。女性30代が6割強で最多

Q23S3 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【白髪染めのためにかかる時間】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	12.1	40.8	31.2	14.3	1.8	52.8%	16.0%
		2025年	1,031	14.0	41.8	29.0	12.2	3.1	55.7%	15.3%
		2026年	**1,031**	15.4	38.5	30.8	12.5	2.8	**53.9%**	**15.3%**
性別	男性	2024年	276	12.5	39.6	34.1	11.7	2.2	52.1%	13.8%
		2025年	274	12.5	44.2	27.0	13.3	3.0	56.7%	16.3%
		2026年	**290**	13.4	40.2	29.3	14.1	3.0	**53.6%**	**17.1%**
		男性20代	17	10.7	45.6	20.4	18.4	4.9	56.3%	23.3%
		男性30代	35	17.5	34.0	31.1	14.6	2.9	51.5%	17.5%
		男性40代	85	8.7	43.7	30.1	15.5	1.9	52.4%	17.5%
		男性50代	81	12.6	41.7	28.2	13.6	3.9	54.4%	17.5%
		男性60代	71	18.4	35.9	31.1	11.7	2.9	54.4%	14.6%
	女性	2024年	755	11.9	41.2	30.1	15.2	1.6	53.1%	16.8%
		2025年	757	14.5	40.9	29.7	11.9	3.1	55.4%	14.9%
		2026年	**741**	16.1	37.9	31.4	11.9	2.7	**54.0%**	**14.6%**
		女性20代	6	15.2	34.8	34.8	6.5	8.7	50.0%	15.2%
		女性30代	45	24.2	37.9	23.6	11.8	2.5	62.1%	14.3%
		女性40代	171	17.5	34.0	33.0	13.6	1.9	51.5%	15.5%
		女性50代	241	15.5	40.8	33.0	6.8	3.9	56.3%	10.7%
		女性60代	277	14.6	37.9	30.1	15.5	1.9	52.4%	17.5%

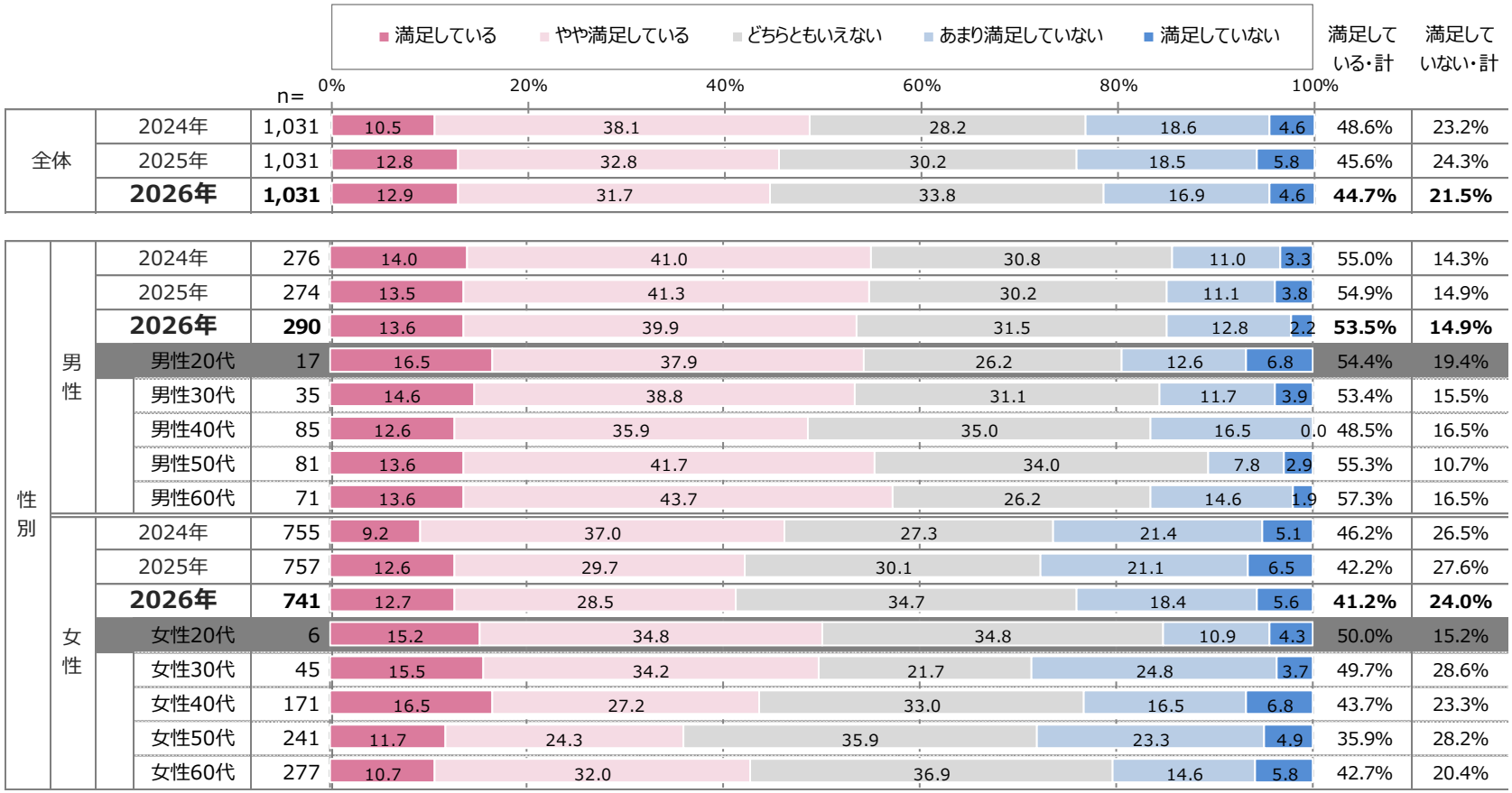
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる費用・料金】

➢かかる費用・料金の満足度(TOP2)は全体で4割半ば。ここ3年で低下傾向
➢TOP2は男性の方が女性より10pt以上高い

Q23S4 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【白髪染めのためにかかる費用・料金】(SAMT)

※n＜30のスコアは参考値



			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	10.5	38.1	28.2	18.6	4.6	48.6%	23.2%
		2025年	1,031	12.8	32.8	30.2	18.5	5.8	45.6%	24.3%
		2026年	**1,031**	12.9	31.7	33.8	16.9	4.6	**44.7%**	**21.5%**
性別	男性	2024年	276	14.0	41.0	30.8	11.0	3.3	55.0%	14.3%
		2025年	274	13.5	41.3	30.2	11.1	3.8	54.9%	14.9%
		2026年	**290**	13.6	39.9	31.5	12.8	2.2	**53.5%**	**14.9%**
		男性20代	17	16.5	37.9	26.2	12.6	6.8	54.4%	19.4%
		男性30代	35	14.6	38.8	31.1	11.7	3.9	53.4%	15.5%
		男性40代	85	12.6	35.9	35.0	16.5	0.0	48.5%	16.5%
		男性50代	81	13.6	41.7	34.0	7.8	2.9	55.3%	10.7%
		男性60代	71	13.6	43.7	26.2	14.6	1.9	57.3%	16.5%
	女性	2024年	755	9.2	37.0	27.3	21.4	5.1	46.2%	26.5%
		2025年	757	12.6	29.7	30.1	21.1	6.5	42.2%	27.6%
		2026年	**741**	12.7	28.5	34.7	18.4	5.6	**41.2%**	**24.0%**
		女性20代	6	15.2	34.8	34.8	10.9	4.3	50.0%	15.2%
		女性30代	45	15.5	34.2	21.7	24.8	3.7	49.7%	28.6%
		女性40代	171	16.5	27.2	33.0	16.5	6.8	43.7%	23.3%
		女性50代	241	11.7	24.3	35.9	23.3	4.9	35.9%	28.2%
		女性60代	277	10.7	32.0	36.9	14.6	5.8	42.7%	20.4%

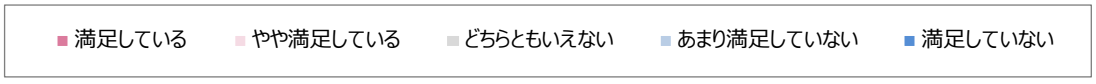
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【白髪染めのためにかかる手間】

➢かかる手間の満足度(TOP2)は全体で4割強
➢満足度の大きな男女差はない。満足度が高いのは男性30代と女性30代

Q23S5 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【白髪染めのためにかかる手間】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	9.1	31.4	32.0	22.2	5.3	40.5%	27.5%
		2025年	1,031	10.5	31.1	31.6	19.7	7.1	41.6%	26.8%
		2026年	**1,031**	10.2	30.9	34.3	18.0	6.6	**41.1%**	**24.6%**
性別	男性	2024年	276	11.3	29.9	31.9	21.2	5.6	41.3%	26.8%
		2025年	274	8.3	35.5	34.7	16.1	5.5	43.8%	21.5%
		2026年	**290**	11.6	30.9	35.2	18.0	4.4	**42.4%**	**22.4%**
		男性20代	17	22.3	39.8	24.3	8.7	4.9	62.1%	13.6%
		男性30代	35	19.4	29.1	33.0	15.5	2.9	48.5%	18.4%
		男性40代	85	9.7	31.1	35.0	20.4	3.9	40.8%	24.3%
		男性50代	81	7.8	31.1	38.8	15.5	6.8	38.8%	22.3%
		男性60代	71	11.7	29.1	35.0	21.4	2.9	40.8%	24.3%
	女性	2024年	755	8.3	31.9	32.0	22.5	5.3	40.2%	27.8%
		2025年	757	11.3	29.5	30.5	21.0	7.7	40.8%	28.7%
		2026年	**741**	9.7	30.9	33.9	18.0	7.5	**40.6%**	**25.5%**
		女性20代	6	19.6	34.8	28.3	13.0	4.3	54.3%	17.4%
		女性30代	45	18.0	31.7	27.3	17.4	5.6	49.7%	23.0%
		女性40代	171	14.6	27.2	38.8	13.6	5.8	41.7%	19.4%
		女性50代	241	7.8	33.0	34.0	16.5	8.7	40.8%	25.2%
		女性60代	277	6.8	31.1	32.0	22.3	7.8	37.9%	30.1%

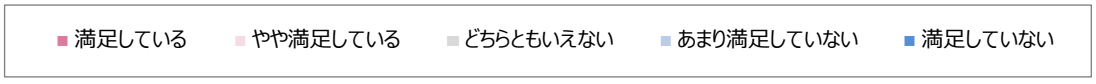
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めの満足度【総合的な満足度】

➢総合的な満足度(TOP2)は全体で6割半ば。ここ3年で上昇傾向
➢女性のTOP2が経年で上昇傾向となった

Q23S6 現在あなたが行っている「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」についての、あなたの満足度をお答えください。
【総合的な満足度】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	満足している	やや満足している	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない	満足している・計	満足していない・計
全体		2024年	1,031	12.4	46.1	30.8	9.6	1.2	58.5%	10.7%
		2025年	1,031	13.9	47.8	26.0	9.5	2.8	61.7%	12.3%
		2026年	**1,031**	13.8	50.8	25.6	8.1	1.7	**64.6%**	**9.8%**
性別	男性	2024年	276	12.8	48.3	30.3	8.2	0.5	61.1%	8.6%
		2025年	274	13.3	48.8	27.5	9.0	1.3	62.1%	10.4%
		2026年	**290**	14.0	45.7	30.9	8.0	1.4	**59.8%**	**9.4%**
		男性20代	17	30.1	40.8	22.3	6.8	0.0	70.9%	6.8%
		男性30代	35	20.4	41.7	29.1	7.8	1.0	62.1%	8.7%
		男性40代	85	12.6	43.7	35.9	6.8	1.0	56.3%	7.8%
		男性50代	81	9.7	52.4	26.2	9.7	1.9	62.1%	11.7%
		男性60代	71	13.6	43.7	33.0	7.8	1.9	57.3%	9.7%
	女性	2024年	755	12.2	45.3	31.0	10.1	1.4	57.6%	11.5%
		2025年	757	14.2	47.4	25.5	9.6	3.3	61.6%	13.0%
		2026年	**741**	13.6	52.8	23.6	8.1	1.9	**66.5%**	**10.0%**
		女性20代	6	23.9	56.5	13.0	4.3	2.2	80.4%	6.5%
		女性30代	45	20.5	43.5	28.0	7.5	0.6	64.0%	8.1%
		女性40代	171	14.6	49.5	28.2	5.8	1.9	64.1%	7.8%
		女性50代	241	12.6	57.3	22.3	5.8	1.9	69.9%	7.8%
		女性60代	277	12.6	52.4	21.4	11.7	1.9	65.0%	13.6%

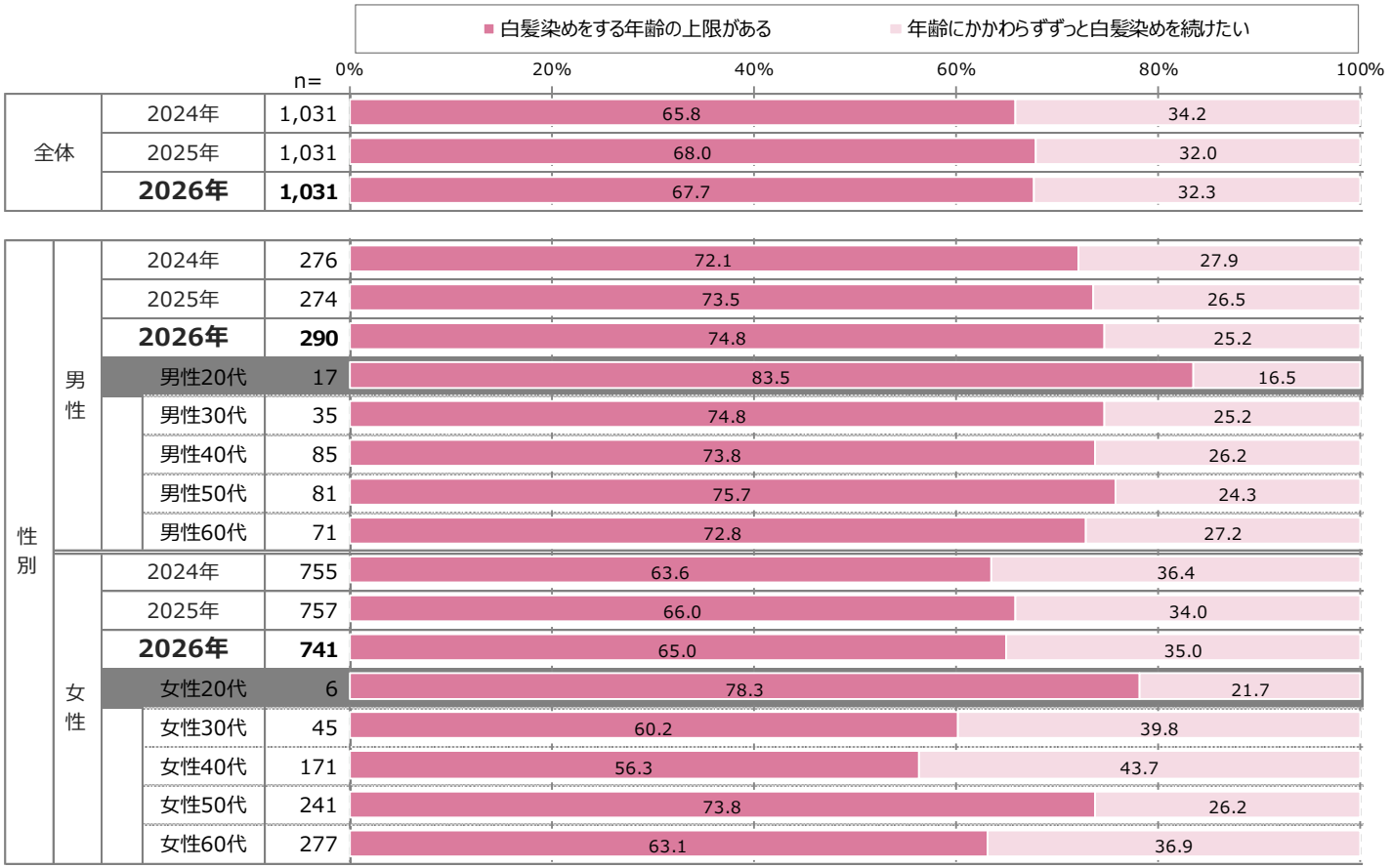
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めを続ける年齢【上限年齢の有無】

- 「ずっと続けたい」人は3割強
- 女性は男性より「ずっと続けたい」が約10pt高く、男性では経年で低下傾向

Q24 あなたは、何歳くらいまで「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をしたいですか。(NA)

※n <30のスコアは参考値



株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

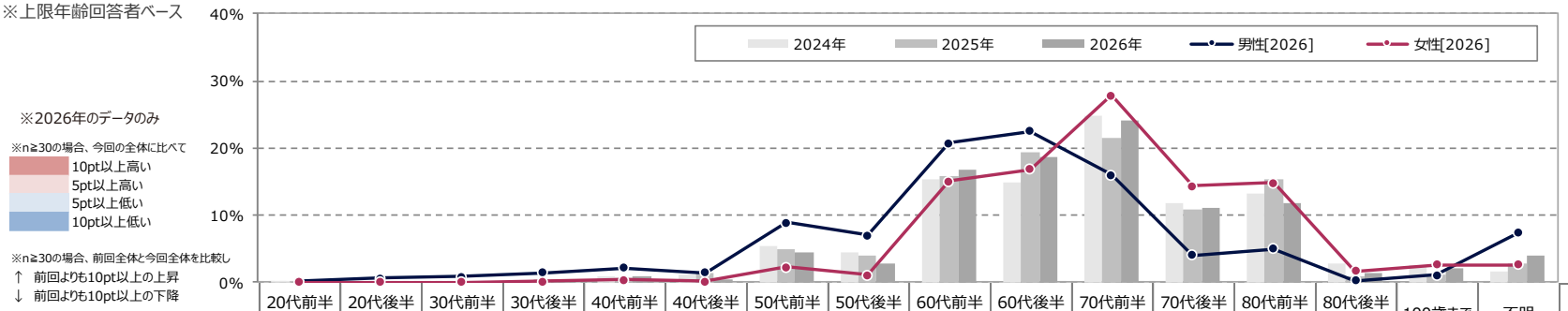
白髪染めを続ける年齢【上限年齢の分布】

- 上限年齢の全体平均は67.7歳で、経年でほぼ横ばい
- 男性全体のボリュームゾーンが「60代前半まで」「60代後半まで」に対し、女性全体は「70代前半まで」と上限年齢が高め

Q24 あなたは、何歳くらいまで「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をしたいですか。(NA)

※n＜30のスコアは参考値

※上限年齢回答者ベース



		n=	20代前半まで	20代後半まで	30代前半まで	30代後半まで	40代前半まで	40代後半まで	50代前半まで	50代後半まで	60代前半まで	60代後半まで	70代前半まで	70代後半まで	80代前半まで	80代後半まで	100歳まで	不明	平均年齢
全体	2024年	679	0.0	0.2	0.2	0.2	0.8	1.3	5.4	4.5	15.3	15.0	24.9	11.9	13.3	2.8	2.7	1.6	68.4歳
	2025年	701	0.1	0.2	0.2	0.6	0.6	1.3	4.9	4.0	15.9	19.3	21.4	10.9	15.4	0.9	1.3	2.9	67.6歳
	2026年	**698**	**0.0**	**0.3**	**0.3**	**0.6**	**0.9**	**0.5**	**4.4**	**2.9**	**16.8**	**18.6**	**24.2**	**11.1**	**11.7**	**1.3**	**2.2**	**4.1**	**67.7歳**
性別 男性	2024年	199	0.1	0.3	0.3	0.7	1.6	3.3	10.7	8.0	22.8	19.1	15.3	4.9	4.5	0.7	2.7	4.9	63.0歳
	2025年	201	0.3	0.6	0.7	0.6	1.9	2.7	10.6	6.6	21.6	21.2	15.6	5.7	3.5	0.3	1.0	7.2	62.1歳
	2026年	**217**	**0.2**	**0.6**	**0.9**	**1.5**	**2.2**	**1.5**	**9.0**	**7.1**	**20.8**	**22.6**	**16.1**	**4.0**	**5.0**	**0.3**	**1.1**	**7.4**	**62.4歳**
	男性20代	14	2.3	9.3	8.1	5.8	9.3	1.2	14.0	2.3	11.6	5.8	3.5	0.0	2.3	0.0	1.2	23.3	47.3歳
	男性30代	26	0.0	0.0	2.6	9.1	13.0	5.2	19.5	10.4	24.7	3.9	3.9	0.0	3.9	0.0	0.0	3.9	52.5歳
	男性40代	63	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.6	18.4	15.8	28.9	15.8	5.3	1.3	1.3	0.0	1.3	9.2	59.2歳
	男性50代	62	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	3.8	28.2	42.3	11.5	3.8	3.8	0.0	1.3	3.8	65.2歳
	男性60代	52	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.7	21.3	44.0	10.7	12.0	1.3	1.3	6.7	71.2歳
女性	2024年	480	0.0	0.1	0.2	0.0	0.5	0.4	3.2	3.0	12.2	13.3	28.9	14.8	16.9	3.7	2.6	0.2	70.5歳
	2025年	500	0.0	0.1	0.0	0.6	0.1	0.8	2.7	3.0	13.6	18.5	23.8	13.0	20.1	1.1	1.4	1.2	69.6歳
	2026年	**482**	**0.0**	**0.1**	**0.1**	**0.2**	**0.4**	**0.1**	**2.3**	**1.1**	**15.0**	**16.8**	**27.9**	**14.3**	**14.8**	**1.7**	**2.6**	**2.6**	**70.0歳**
	女性20代	5	0.0	8.3	2.8	11.1	8.3	0.0	16.7	5.6	11.1	2.8	11.1	5.6	8.3	0.0	0.0	8.3	53.3歳
	女性30代	27	0.0	0.0	1.0	1.0	5.2	2.1	19.6	3.1	19.6	15.5	17.5	3.1	6.2	1.0	2.1	3.1	61.4歳
	女性40代	96	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.2	1.7	27.6	29.3	19.0	3.4	8.6	0.0	1.7	3.4	65.9歳
	女性50代	178	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	22.4	21.1	28.9	10.5	14.5	0.0	1.3	0.0	68.9歳
	女性60代	175	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.2	33.8	26.2	20.0	4.6	4.6	4.6	75.2歳

※：平均年齢は「不明(矛盾回答)」を除いて算出

(%)

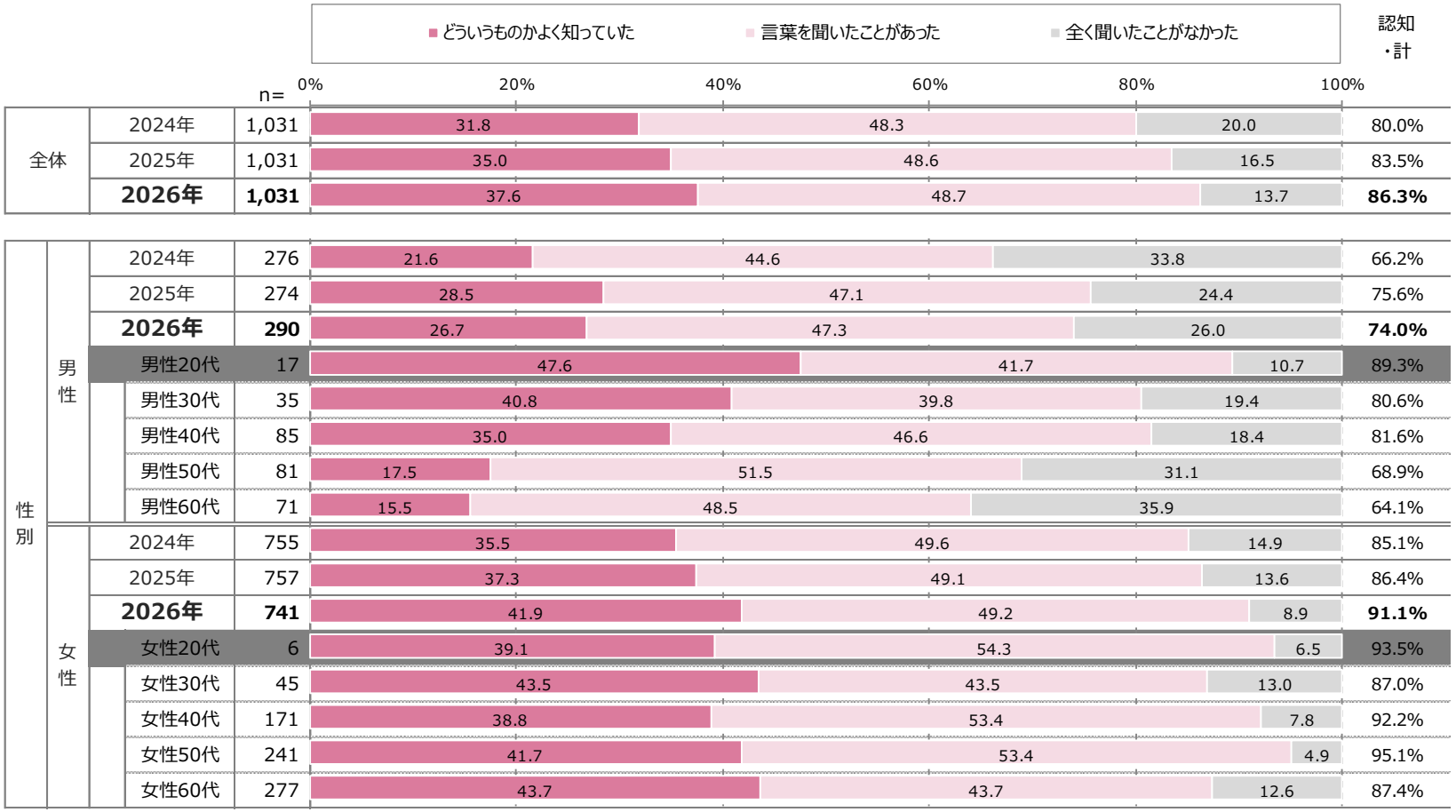
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

専門サロンの認知【カラー専門サロン】

➢カラー専門サロンの認知率は8割半ば。ここ3年で上昇傾向
➢女性の方が男性より認知率が10pt以上高い

Q25S1 あなたは、このアンケートを回答する前の時点で、以下の専門サロンの存在を知っていましたか。【カラー専門サロン】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	どういうものかよく知っていた	言葉を聞いたことがあった	全く聞いたことがなかった	認知・計
全体		2024年	1,031	31.8	48.3	20.0	80.0%
		2025年	1,031	35.0	48.6	16.5	83.5%
		2026年	**1,031**	37.6	48.7	13.7	**86.3%**
性別	男性	2024年	276	21.6	44.6	33.8	66.2%
		2025年	274	28.5	47.1	24.4	75.6%
		2026年	**290**	26.7	47.3	26.0	**74.0%**
		男性20代	17	47.6	41.7	10.7	89.3%
		男性30代	35	40.8	39.8	19.4	80.6%
		男性40代	85	35.0	46.6	18.4	81.6%
		男性50代	81	17.5	51.5	31.1	68.9%
		男性60代	71	15.5	48.5	35.9	64.1%
	女性	2024年	755	35.5	49.6	14.9	85.1%
		2025年	757	37.3	49.1	13.6	86.4%
		2026年	**741**	41.9	49.2	8.9	**91.1%**
		女性20代	6	39.1	54.3	6.5	93.5%
		女性30代	45	43.5	43.5	13.0	87.0%
		女性40代	171	38.8	53.4	7.8	92.2%
		女性50代	241	41.7	53.4	4.9	95.1%
		女性60代	277	43.7	43.7	12.6	87.4%

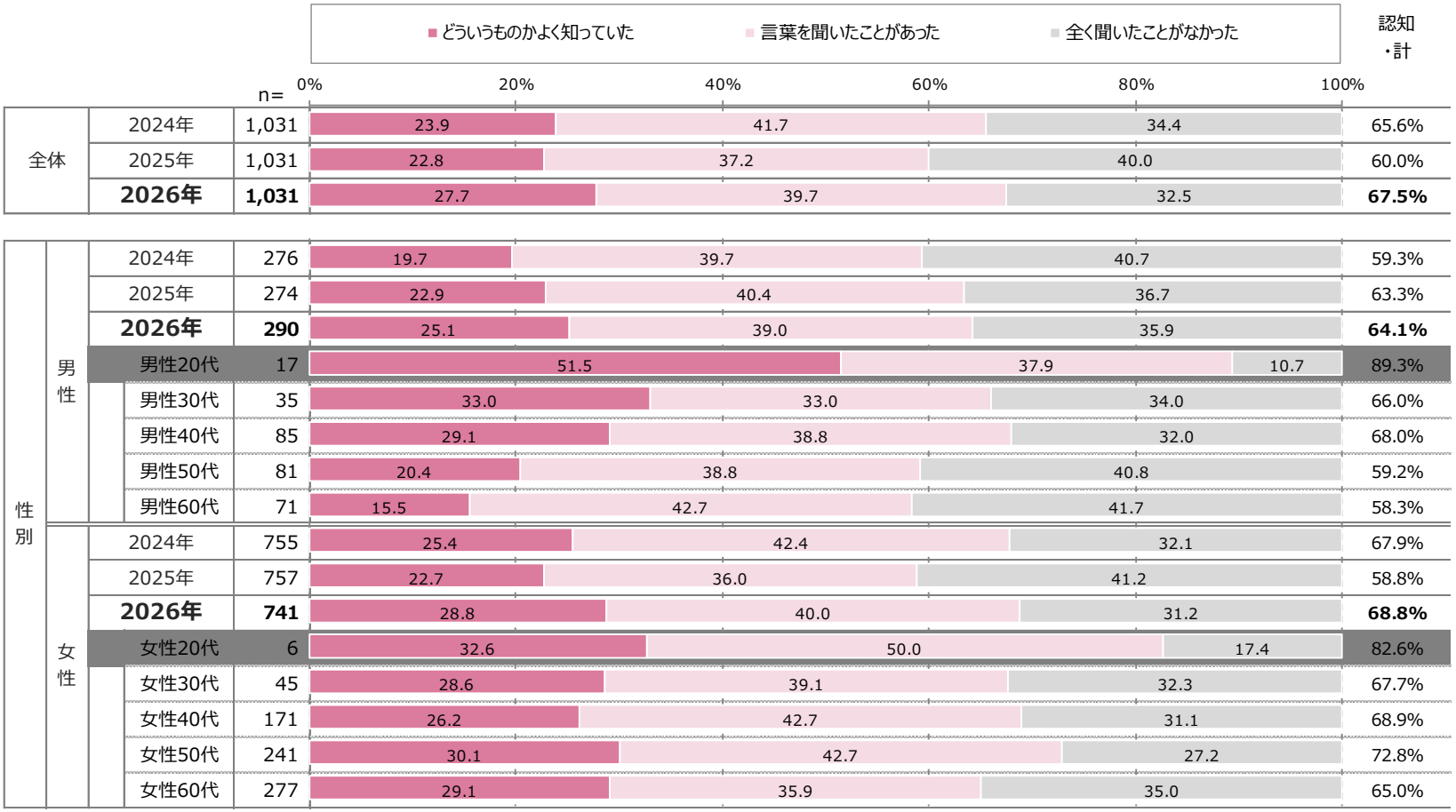
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

専門サロンの認知【白髪染め専門サロン】

➢白髪染め専門サロンの認知率は7割弱。かつ前年より上昇
➢前年やや落ち込んだ女性の認知率が復調し、男性の認知率を上回っている

Q25S2 あなたは、このアンケートを回答する前の時点で、以下の専門サロンの存在を知っていましたか。【白髪染め専門サロン】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	どういうものかよく知っていた	言葉を聞いたことがあった	全く聞いたことがなかった	認知・計
全体		2024年	1,031	23.9	41.7	34.4	65.6%
		2025年	1,031	22.8	37.2	40.0	60.0%
		2026年	**1,031**	27.7	39.7	32.5	**67.5%**
性別	男性	2024年	276	19.7	39.7	40.7	59.3%
		2025年	274	22.9	40.4	36.7	63.3%
		2026年	**290**	25.1	39.0	35.9	**64.1%**
		男性20代	17	51.5	37.9	10.7	89.3%
		男性30代	35	33.0	33.0	34.0	66.0%
		男性40代	85	29.1	38.8	32.0	68.0%
		男性50代	81	20.4	38.8	40.8	59.2%
		男性60代	71	15.5	42.7	41.7	58.3%
	女性	2024年	755	25.4	42.4	32.1	67.9%
		2025年	757	22.7	36.0	41.2	58.8%
		2026年	**741**	28.8	40.0	31.2	**68.8%**
		女性20代	6	32.6	50.0	17.4	82.6%
		女性30代	45	28.6	39.1	32.3	67.7%
		女性40代	171	26.2	42.7	31.1	68.9%
		女性50代	241	30.1	42.7	27.2	72.8%
		女性60代	277	29.1	35.9	35.0	65.0%

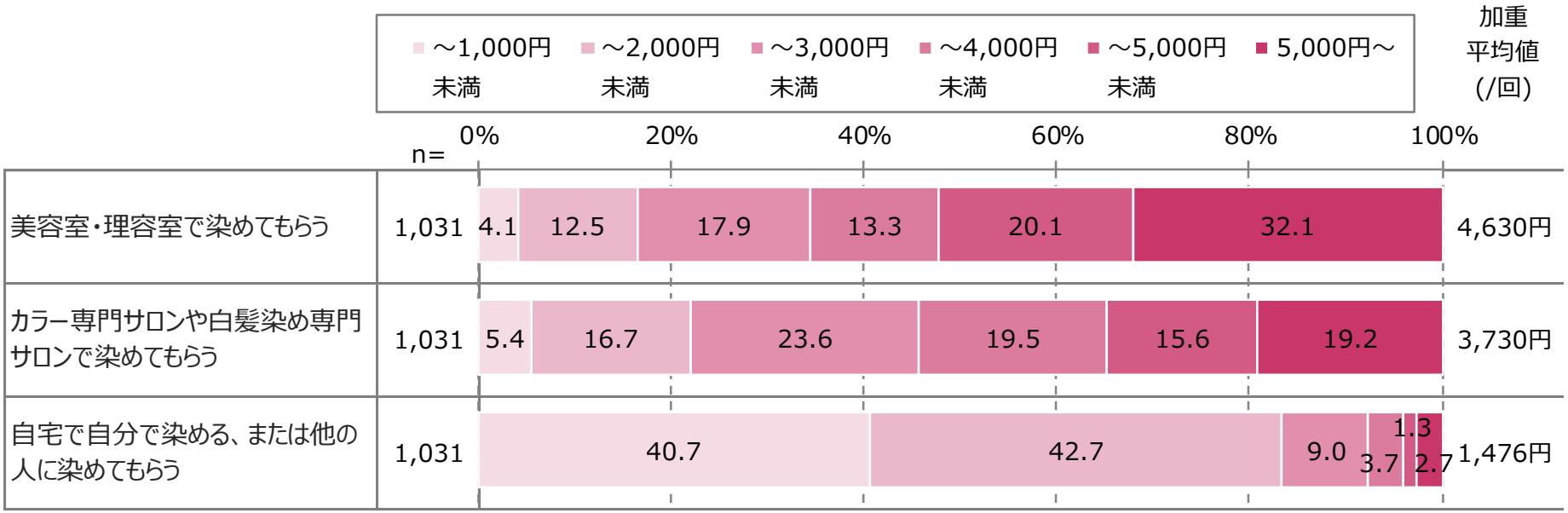
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい金額【全体サマリー】

- 「理美容室」で白髪染めにかけてもよい金額は平均約4,600円
- 「専門サロン」では平均約3,700円、「自宅」では平均約1,500円

Q26S1～S3 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかけてもよいと思う金額はどのくらいですか。(SAMT)

【2026年】



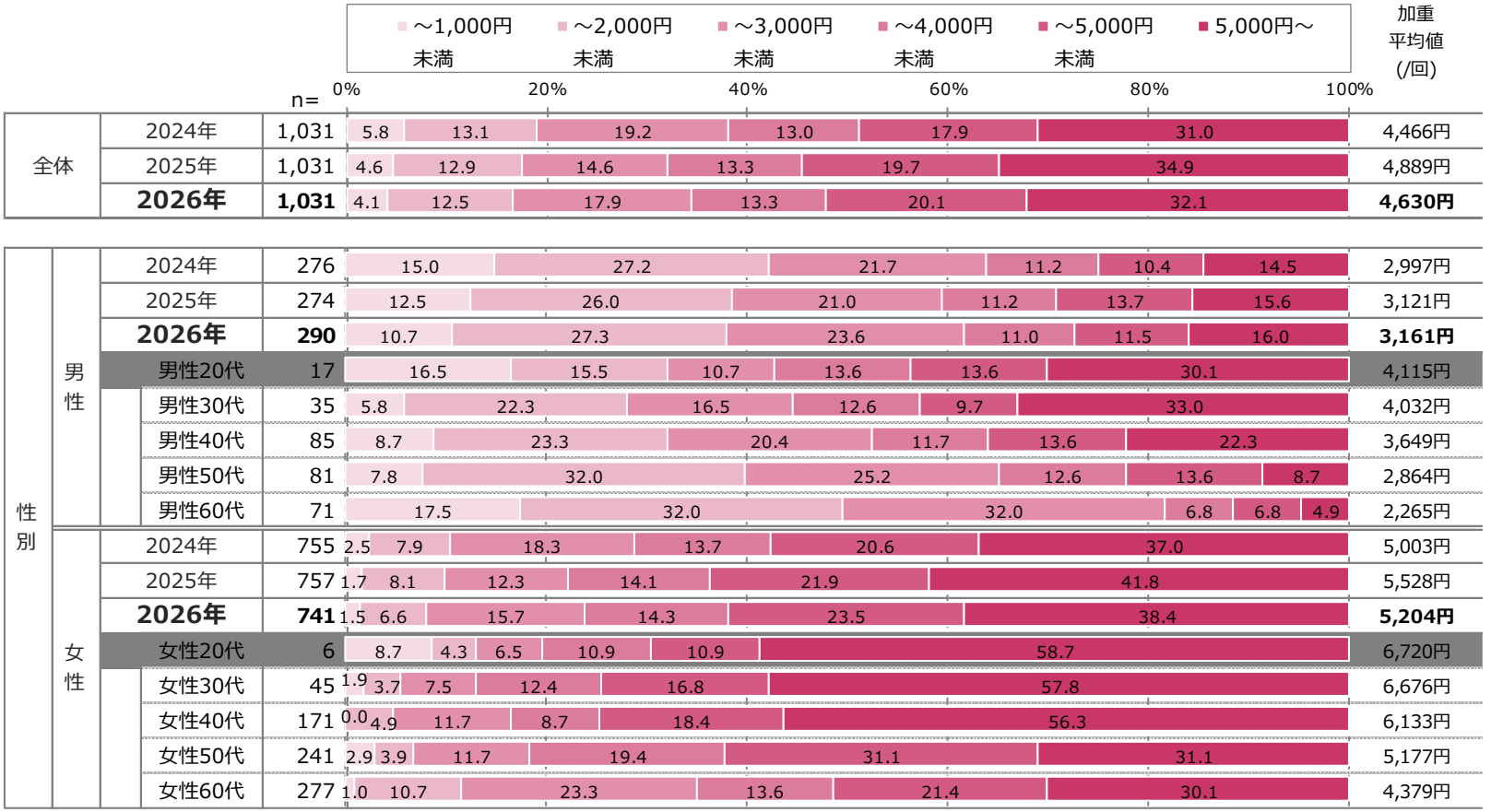
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい金額【理美容室で染めてもらう】

- **理美容室でかけてもよい金額は平均約4,600円。経年でほぼ横ばい**
- **男性が平均約3,200円、女性で平均約5,200円と、約2,000円の差**
- **女性30代が最高で、平均約6,700円**

Q26S1 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかけてもよいと思う金額はどのくらいですか。
【理美容室で染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	～1,000円未満	～2,000円未満	～3,000円未満	～4,000円未満	～5,000円未満	5,000円～	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	5.8	13.1	19.2	13.0	17.9	31.0	4,466円
		2025年	1,031	4.6	12.9	14.6	13.3	19.7	34.9	4,889円
		2026年	**1,031**	4.1	12.5	17.9	13.3	20.1	32.1	**4,630円**
性別	男性	2024年	276	15.0	27.2	21.7	11.2	10.4	14.5	2,997円
		2025年	274	12.5	26.0	21.0	11.2	13.7	15.6	3,121円
		2026年	**290**	10.7	27.3	23.6	11.0	11.5	16.0	**3,161円**
		男性20代	17	16.5	15.5	10.7	13.6	13.6	30.1	4,115円
		男性30代	35	5.8	22.3	16.5	12.6	9.7	33.0	4,032円
		男性40代	85	8.7	23.3	20.4	11.7	13.6	22.3	3,649円
		男性50代	81	7.8	32.0	25.2	12.6	13.6	8.7	2,864円
		男性60代	71	17.5	32.0	32.0	6.8	6.8	4.9	2,265円
	女性	2024年	755	2.5	7.9	18.3	13.7	20.6	37.0	5,003円
		2025年	757	1.7	8.1	12.3	14.1	21.9	41.8	5,528円
		2026年	**741**	1.5	6.6	15.7	14.3	23.5	38.4	**5,204円**
		女性20代	6	8.7	4.3	6.5	10.9	10.9	58.7	6,720円
		女性30代	45	1.9	3.7	7.5	12.4	16.8	57.8	6,676円
		女性40代	171	0.0	4.9	11.7	8.7	18.4	56.3	6,133円
		女性50代	241	2.9	3.9	11.7	19.4	31.1	31.1	5,177円
		女性60代	277	1.0	10.7	23.3	13.6	21.4	30.1	4,379円

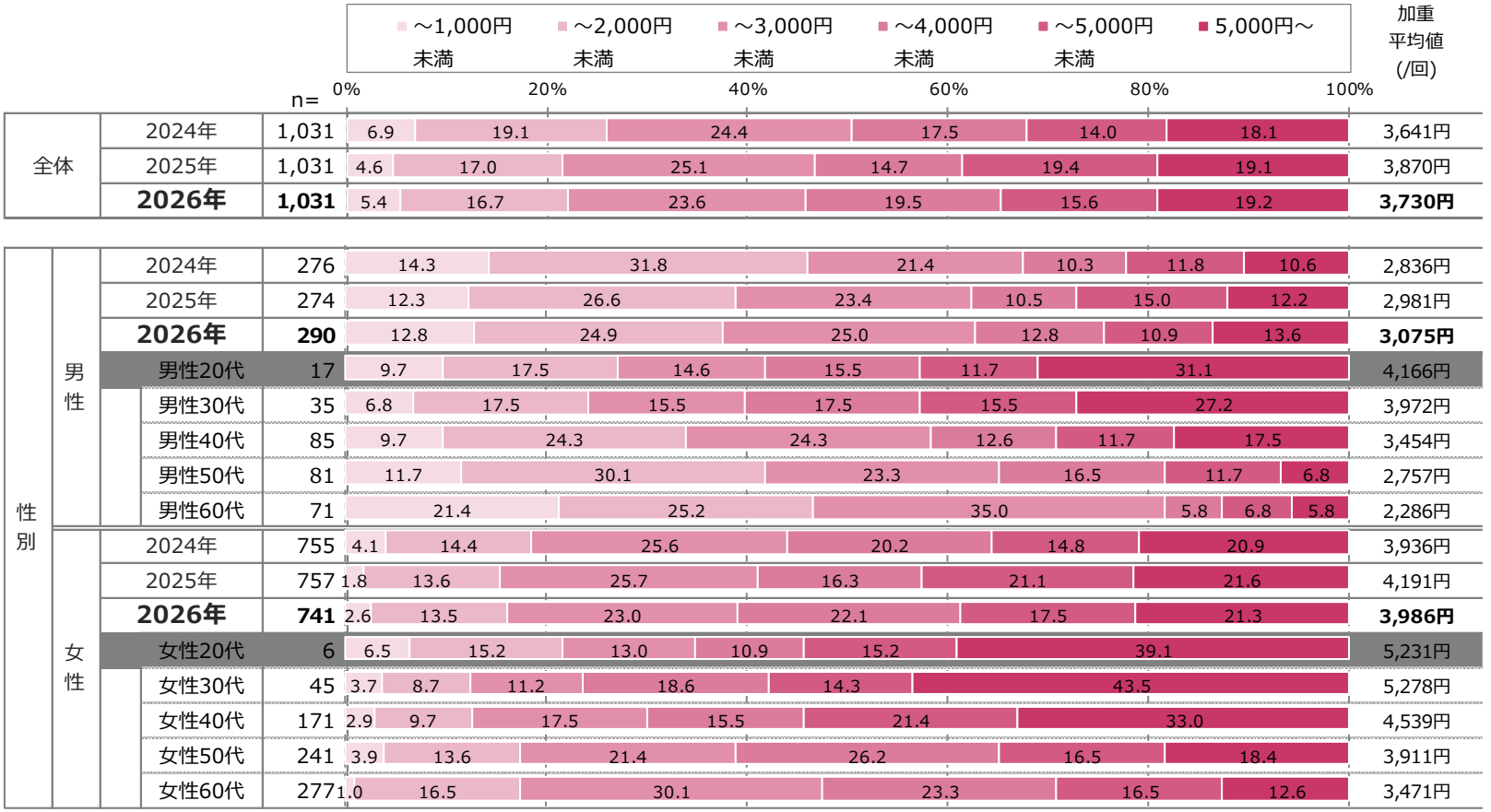
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい金額【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】

➢専門サロンでかけてもよい金額は平均約3,700円。経年でほぼ横ばい
➢男性の平均約3,100円に対し、女性は平均約4,000円と、約900円高い

Q26S2 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかけてもよいと思う金額はどのくらいですか。
【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	3,641円
		2025年	1,031	3,870円
		2026年	**1,031**	**3,730円**
性別	男性	2024年	276	2,836円
		2025年	274	2,981円
		2026年	**290**	**3,075円**
		男性20代	17	4,166円
		男性30代	35	3,972円
		男性40代	85	3,454円
		男性50代	81	2,757円
		男性60代	71	2,286円
	女性	2024年	755	3,936円
		2025年	757	4,191円
		2026年	**741**	**3,986円**
		女性20代	6	5,231円
		女性30代	45	5,278円
		女性40代	171	4,539円
		女性50代	241	3,911円
		女性60代	277	3,471円

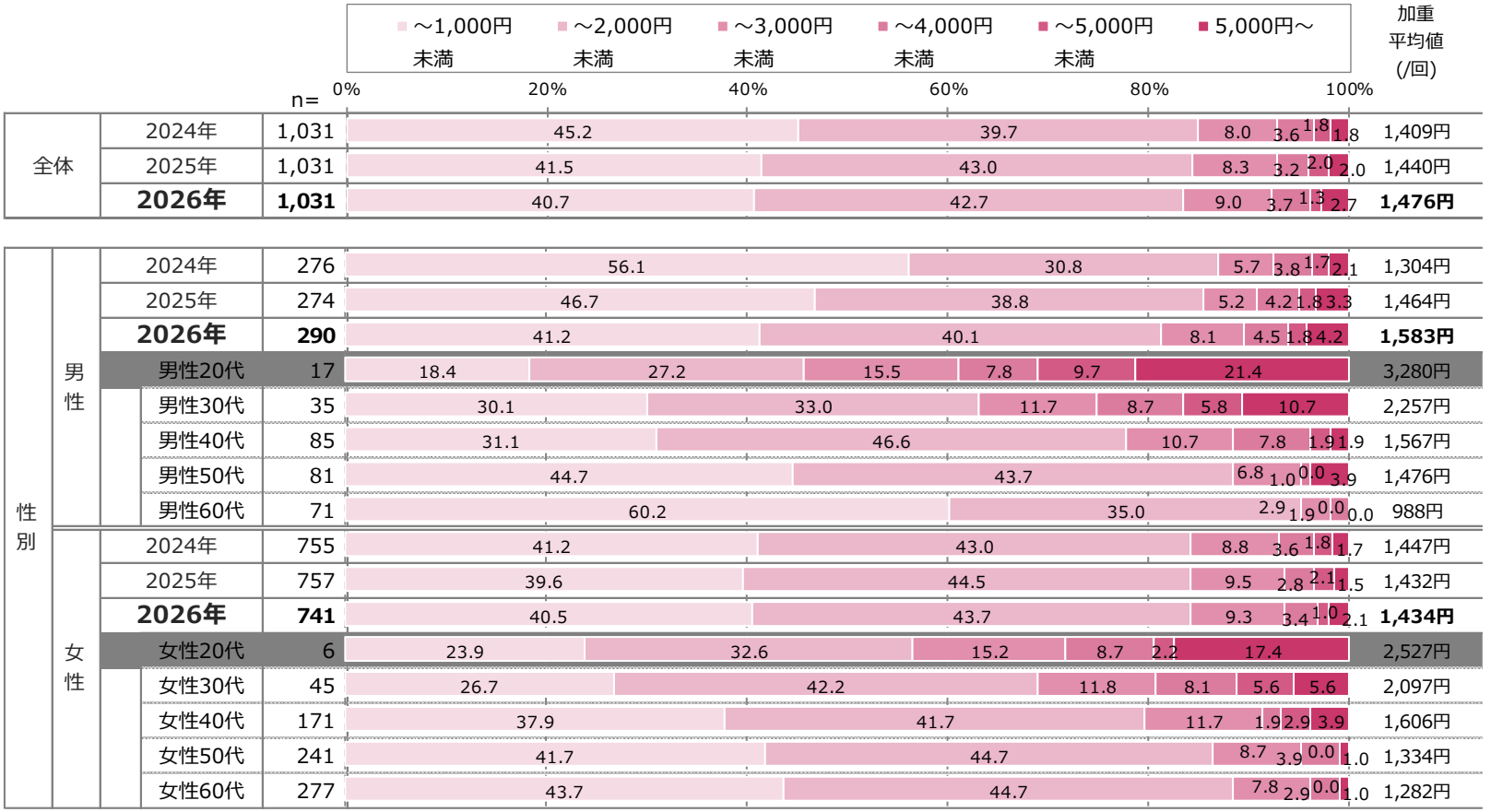
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい金額【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】

➢自宅でかけてもよい金額は平均約1,500円。経年でほぼ横ばい
➢男性で平均約1,600円、女性で平均約1,400円と、男女差は大きくない

Q26S3 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかけてもよいと思う金額はどのくらいですか。
【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	1,409円
		2025年	1,031	1,440円
		2026年	**1,031**	**1,476円**
性別	男性	2024年	276	1,304円
		2025年	274	1,464円
		2026年	**290**	**1,583円**
		男性20代	17	3,280円
		男性30代	35	2,257円
		男性40代	85	1,567円
		男性50代	81	1,476円
		男性60代	71	988円
	女性	2024年	755	1,447円
		2025年	757	1,432円
		2026年	**741**	**1,434円**
		女性20代	6	2,527円
		女性30代	45	2,097円
		女性40代	171	1,606円
		女性50代	241	1,334円
		女性60代	277	1,282円

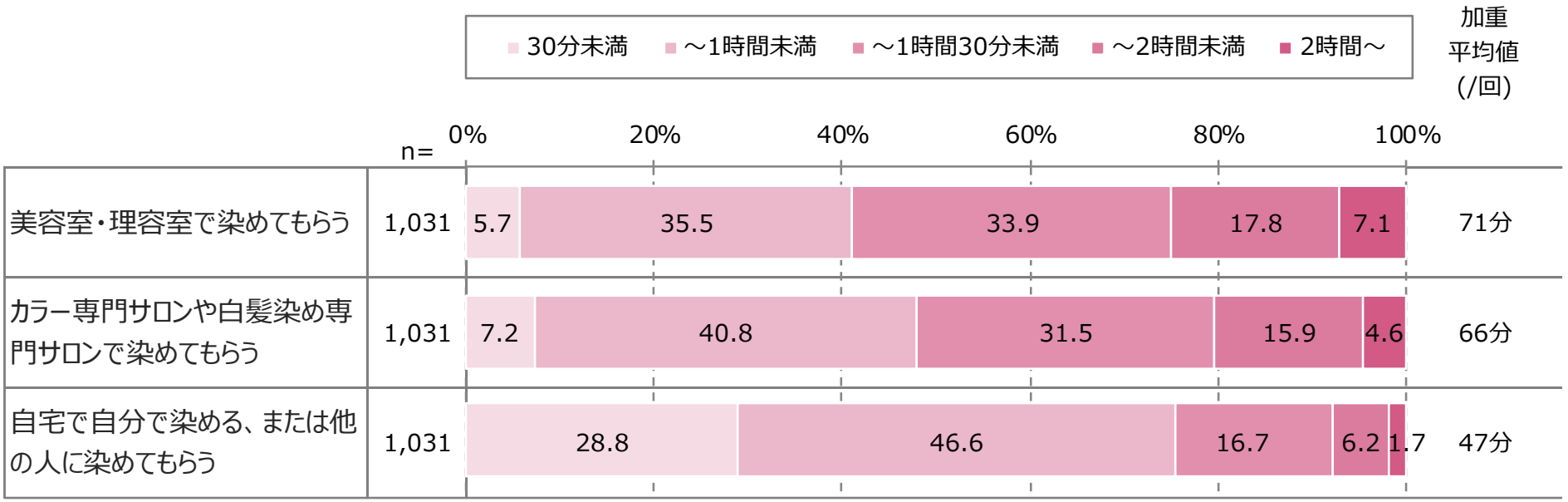
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい時間【全体サマリー】

➢白髪染めにかけてもよい時間は、「理美容室」は平均71分、「専門サロン」は平均66分、「自宅」は平均47分

Q27S1～S3 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかかってもよいと思う時間はどのくらいですか。(SAMT)

【2026年】



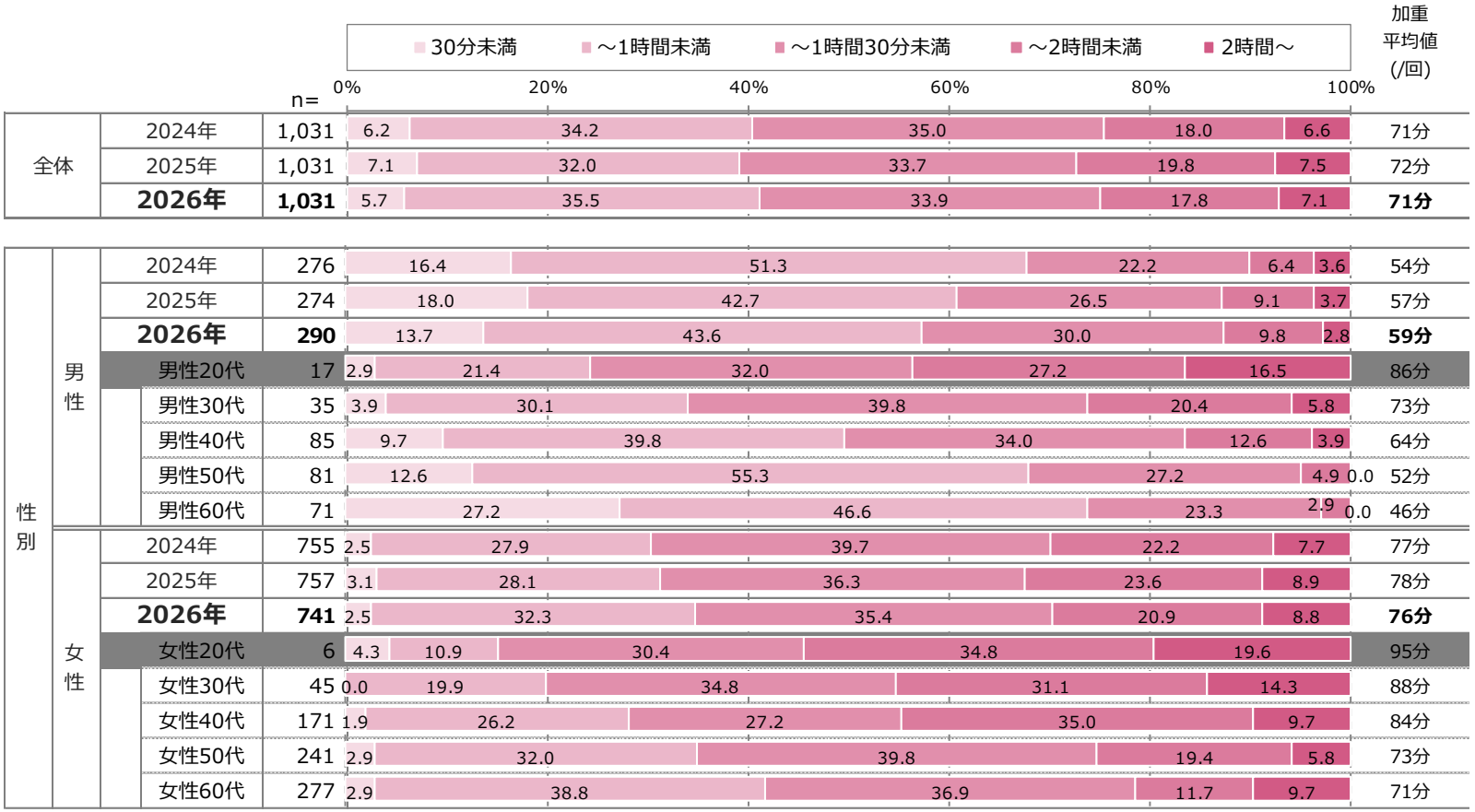
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい時間【理美容室で染めてもらう】

- 理美容室でかけてもよい時間は71分。経年でほぼ横ばい
- 女性の平均76分に対し、男性は平均59分と、男性は短時間での施術を望む

Q27S1 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかかってもよいと思う時間はどのくらいですか。
【理美容室で染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	30分未満	～1時間未満	～1時間30分未満	～2時間未満	2時間～	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	6.2	34.2	35.0	18.0	6.6	71分
		2025年	1,031	7.1	32.0	33.7	19.8	7.5	72分
		2026年	**1,031**	5.7	35.5	33.9	17.8	7.1	**71分**
性別	男性	2024年	276	16.4	51.3	22.2	6.4	3.6	54分
		2025年	274	18.0	42.7	26.5	9.1	3.7	57分
		2026年	**290**	13.7	43.6	30.0	9.8	2.8	**59分**
		男性20代	17	2.9	21.4	32.0	27.2	16.5	86分
		男性30代	35	3.9	30.1	39.8	20.4	5.8	73分
		男性40代	85	9.7	39.8	34.0	12.6	3.9	64分
		男性50代	81	12.6	55.3	27.2	4.9	0.0	52分
		男性60代	71	27.2	46.6	23.3	2.9	0.0	46分
	女性	2024年	755	2.5	27.9	39.7	22.2	7.7	77分
		2025年	757	3.1	28.1	36.3	23.6	8.9	78分
		2026年	**741**	2.5	32.3	35.4	20.9	8.8	**76分**
		女性20代	6	4.3	10.9	30.4	34.8	19.6	95分
		女性30代	45	0.0	19.9	34.8	31.1	14.3	88分
		女性40代	171	1.9	26.2	27.2	35.0	9.7	84分
		女性50代	241	2.9	32.0	39.8	19.4	5.8	73分
		女性60代	277	2.9	38.8	36.9	11.7	9.7	71分

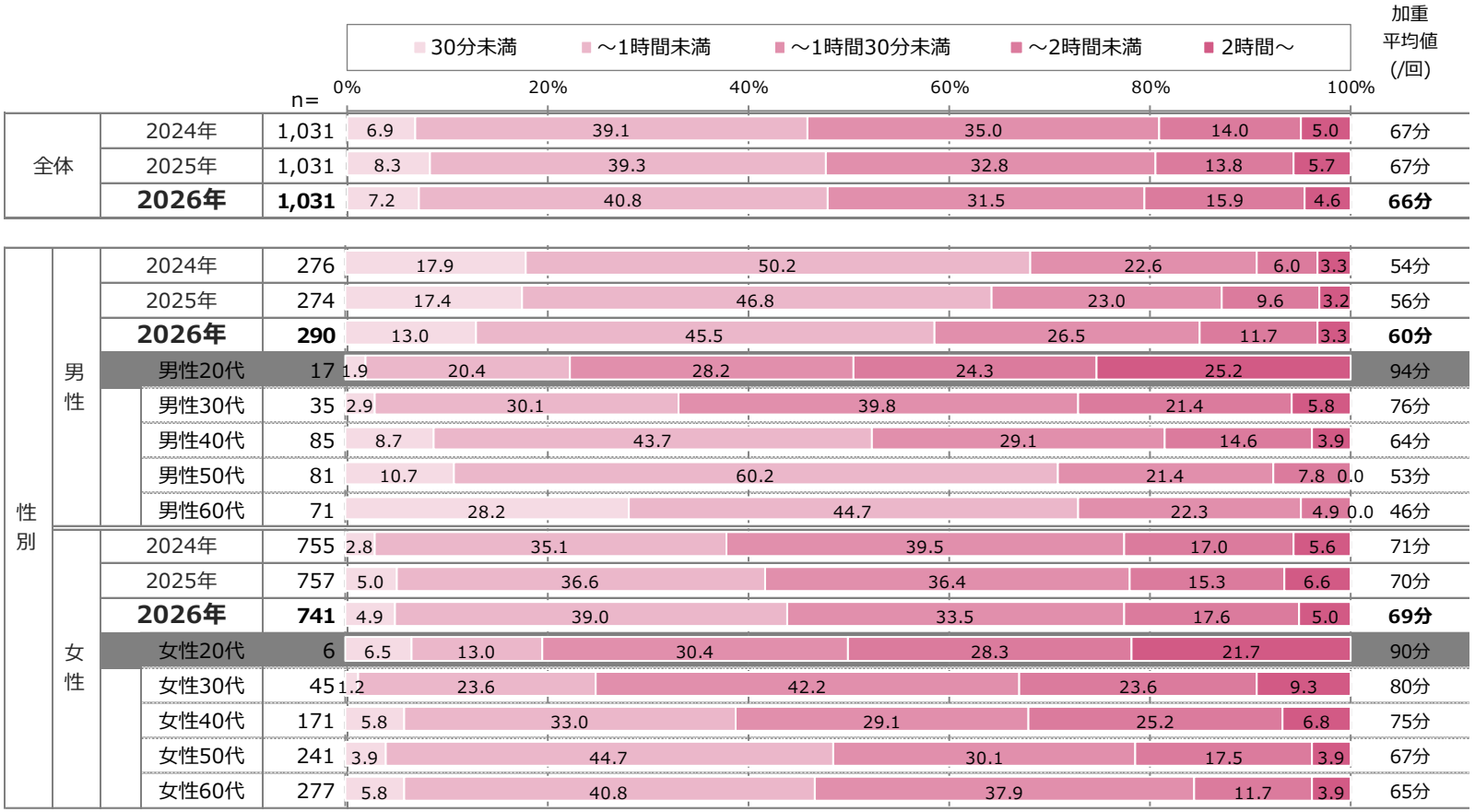
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい時間【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】

➢専門サロンでかけてもよい時間は66分。経年でほぼ横ばい
➢女性の平均69分に対し、男性は平均60分と、男性の方が約10分短い

Q27S2 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかかってもよいと思う時間はどのくらいですか。
【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	30分未満	～1時間未満	～1時間30分未満	～2時間未満	2時間～	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	6.9	39.1	35.0	14.0	5.0	67分
		2025年	1,031	8.3	39.3	32.8	13.8	5.7	67分
		2026年	**1,031**	7.2	40.8	31.5	15.9	4.6	**66分**
性別	男性	2024年	276	17.9	50.2	22.6	6.0	3.3	54分
		2025年	274	17.4	46.8	23.0	9.6	3.2	56分
		2026年	**290**	13.0	45.5	26.5	11.7	3.3	**60分**
		男性20代	17	1.9	20.4	28.2	24.3	25.2	94分
		男性30代	35	2.9	30.1	39.8	21.4	5.8	76分
		男性40代	85	8.7	43.7	29.1	14.6	3.9	64分
		男性50代	81	10.7	60.2	21.4	7.8	0.0	53分
		男性60代	71	28.2	44.7	22.3	4.9	0.0	46分
	女性	2024年	755	2.8	35.1	39.5	17.0	5.6	71分
		2025年	757	5.0	36.6	36.4	15.3	6.6	70分
		2026年	**741**	4.9	39.0	33.5	17.6	5.0	**69分**
		女性20代	6	6.5	13.0	30.4	28.3	21.7	90分
		女性30代	45	1.2	23.6	42.2	23.6	9.3	80分
		女性40代	171	5.8	33.0	29.1	25.2	6.8	75分
		女性50代	241	3.9	44.7	30.1	17.5	3.9	67分
		女性60代	277	5.8	40.8	37.9	11.7	3.9	65分

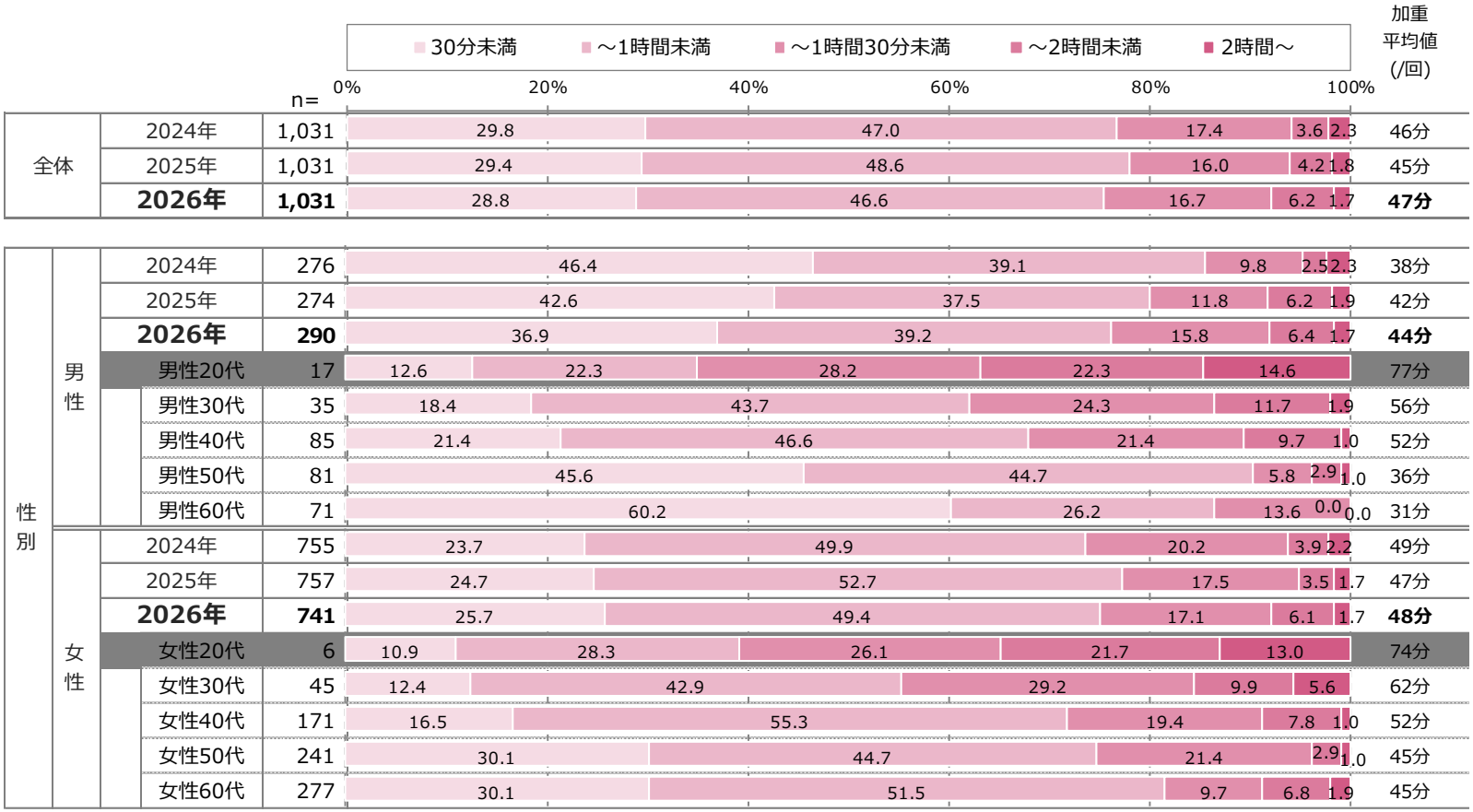
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めにかけてもよい時間【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】

➢自宅でかけてもよい時間は47分。経年でほぼ横ばい
➢女性の平均48分に対し、男性は平均44分と、男女差は大きくない

Q27S3 以下の方法で「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」をする場合、今後あなたが1回あたりにかかってもよいと思う時間はどのくらいですか。
【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】(SAMT)

※n <30のスコアは参考値



			n=	30分未満	～1時間未満	～1時間30分未満	～2時間未満	2時間～	加重平均値(/回)
全体		2024年	1,031	29.8	47.0	17.4	3.6	2.3	46分
		2025年	1,031	29.4	48.6	16.0	4.2	1.8	45分
		2026年	**1,031**	28.8	46.6	16.7	6.2	1.7	**47分**
性別	男性	2024年	276	46.4	39.1	9.8	2.5	2.3	38分
		2025年	274	42.6	37.5	11.8	6.2	1.9	42分
		2026年	**290**	36.9	39.2	15.8	6.4	1.7	**44分**
		男性20代	17	12.6	22.3	28.2	22.3	14.6	77分
		男性30代	35	18.4	43.7	24.3	11.7	1.9	56分
		男性40代	85	21.4	46.6	21.4	9.7	1.0	52分
		男性50代	81	45.6	44.7	5.8	2.9	1.0	36分
		男性60代	71	60.2	26.2	13.6	0.0	0.0	31分
	女性	2024年	755	23.7	49.9	20.2	3.9	2.2	49分
		2025年	757	24.7	52.7	17.5	3.5	1.7	47分
		2026年	**741**	25.7	49.4	17.1	6.1	1.7	**48分**
		女性20代	6	10.9	28.3	26.1	21.7	13.0	74分
		女性30代	45	12.4	42.9	29.2	9.9	5.6	62分
		女性40代	171	16.5	55.3	19.4	7.8	1.0	52分
		女性50代	241	30.1	44.7	21.4	2.9	1.0	45分
		女性60代	277	30.1	51.5	9.7	6.8	1.9	45分

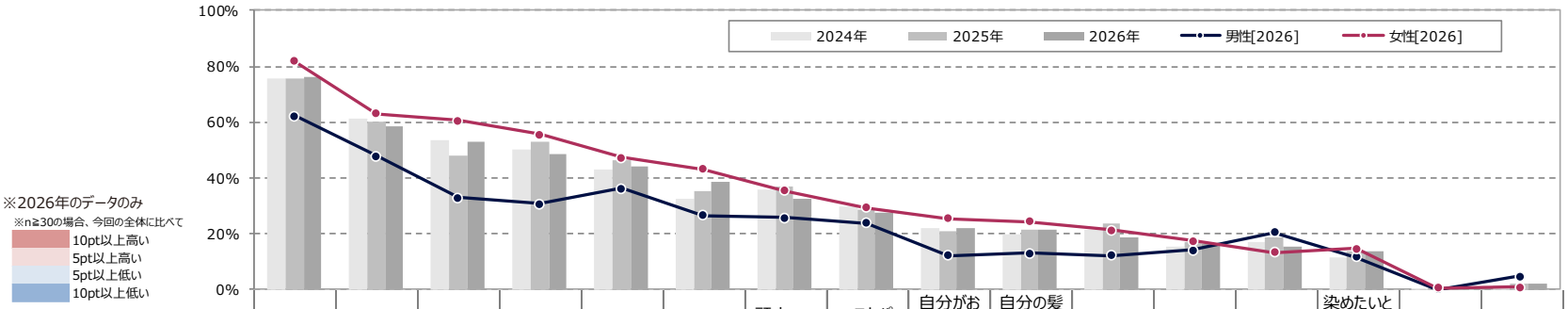
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めに求めるもの【理美容室で染めてもらう】※全体ベース

- **理美容室では「きれいな仕上がり」7割半ば、「染め残しがない」6割弱が上位**
- **男性では「時間がかからない」、女性では「きれいな仕上がり」「似合う髪色」「髪が傷みにくい」の要望がやや高い**

Q28S1 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【理美容室で染めてもらう】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	きれいな仕上がり	染め残しがない	自分に似合う髪色	髪が傷みにくい	効果の持続性	思ったとおりの髪色	頭皮への負担が少ない	コストパフォーマンスが良い	自分がおしゃれだと思える/に見える	自分の髪質に合ったケアができる	匂いが気にならない	気軽にできる	時間がかからない	染めたいと思ったときにすぐ染められる	その他	特にない
全体	2024年	1,031	75.4	61.1	53.5	49.9	43.1	32.5	35.6	29.6	22.0	19.7	21.3	15.4	17.0	11.5	0.1	1.5
	2025年	1,031	75.7	60.2	47.6	53.2	46.4	35.2	36.6	28.4	20.5	21.6	23.4	16.7	18.3	13.8	0.3	1.7
	2026年	**1,031**	**76.3**	**58.7**	**52.7**	**48.5**	**44.1**	**38.5**	**32.6**	**27.6**	**21.7**	**21.1**	**18.6**	**16.4**	**15.3**	**13.7**	**0.2**	**1.7**
性別 男性	2024年	276	67.7	50.5	37.3	36.0	37.0	27.8	25.7	28.9	11.3	13.5	12.3	12.1	22.1	6.5	0.3	3.4
	2025年	274	64.2	50.7	33.5	34.2	35.8	27.4	24.6	25.8	11.8	13.1	16.3	14.8	19.0	8.4	0.2	3.5
	2026年	**290**	**62.3**	**47.8**	**32.9**	**30.5**	**36.3**	**26.5**	**25.7**	**23.7**	**12.1**	**13.0**	**12.0**	**14.0**	**20.3**	**11.4**	**0.0**	**4.5**
	男性20代	17	58.3	35.0	37.9	35.9	33.0	42.7	17.5	12.6	10.7	14.6	10.7	16.5	28.2	18.4	0.0	1.0
	男性30代	35	56.3	40.8	42.7	33.0	27.2	35.0	24.3	18.4	9.7	10.7	11.7	10.7	26.2	19.4	0.0	4.9
	男性40代	85	61.2	56.3	31.1	33.0	36.9	25.2	23.3	26.2	18.4	15.5	15.5	20.4	23.3	16.5	0.0	1.9
	男性50代	81	68.0	47.6	33.0	32.0	45.6	26.2	30.1	25.2	10.7	16.5	11.7	14.6	15.5	6.8	0.0	4.9
	男性60代	71	61.2	44.7	29.1	23.3	30.1	20.4	26.2	24.3	7.8	6.8	8.7	6.8	17.5	4.9	0.0	7.8
女性	2024年	755	78.2	65.0	59.4	55.0	45.3	34.2	39.2	29.9	26.0	22.0	24.6	16.6	15.2	13.3	0.0	0.8
	2025年	757	79.9	63.6	52.8	60.0	50.2	37.9	41.0	29.3	23.7	24.6	25.9	17.3	18.1	15.8	0.3	1.0
	2026年	**741**	**81.8**	**62.9**	**60.5**	**55.5**	**47.2**	**43.1**	**35.3**	**29.2**	**25.5**	**24.2**	**21.2**	**17.4**	**13.3**	**14.6**	**0.3**	**0.6**
	女性20代	6	63.0	54.3	41.3	45.7	41.3	41.3	15.2	13.0	10.9	19.6	10.9	21.7	30.4	15.2	0.0	0.0
	女性30代	45	77.0	61.5	53.4	52.2	43.5	39.1	32.9	24.8	24.8	21.7	28.6	13.7	18.0	10.6	0.0	0.0
	女性40代	171	85.4	66.0	67.0	57.3	50.5	49.5	35.0	18.4	32.0	26.2	21.4	11.7	11.7	11.7	0.0	0.0
	女性50代	241	85.4	62.1	60.2	56.3	47.6	39.8	36.9	29.1	27.2	23.3	17.5	17.5	11.7	17.5	1.0	1.9
	女性60代	277	77.7	62.1	58.3	54.4	45.6	42.7	35.0	36.9	20.4	24.3	23.3	21.4	14.6	14.6	0.0	0.0

(%)

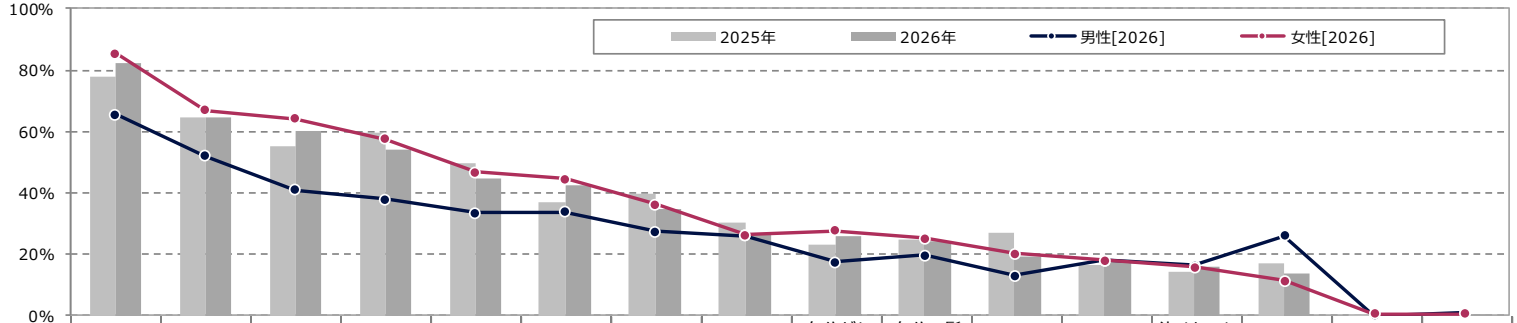
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めに求めるもの【理美容室で染めてもらう】※実施者ベース

➢理美容室では「きれいな仕上がり」8割強、「染め残しがない」6割半ばが上位
➢男性では「時間がかからない」の要望が高い

Q28S1 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【理美容室で染めてもらう】(MAMT) ※実施者ベース

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	きれいな仕上がり	染め残しがない	自分に似合う髪色	髪が傷みにくい	効果の持続性	思ったとおりの髪色	頭皮への負担が少ない	コストパフォーマンスが良い	自分がおしゃれだと思える/に見える	自分の髪質に合ったケアができる	匂いが気にならない	気軽にできる	染めたいと思ったときにすぐ染められる	時間がかからない	その他	特にない
全体	2025年	624	78.0	64.5	55.1	59.4	49.5	37.0	39.9	30.0	23.1	24.4	26.6	16.1	14.2	16.8	0.1	0.6
	2026年	**634**	**82.1**	**64.4**	**60.2**	**54.2**	**44.5**	**42.6**	**34.8**	**26.1**	**25.9**	**24.2**	**18.9**	**17.8**	**15.7**	**13.8**	**0.4**	**0.5**
性別 男性	2025年	98	68.3	55.9	41.2	39.8	41.8	34.4	28.5	26.4	15.9	17.9	24.8	17.5	13.4	21.0	0.7	1.0
	2026年	**107**	**65.6**	**51.9**	**40.8**	**37.8**	**33.5**	**33.6**	**27.3**	**25.8**	**17.2**	**19.6**	**↓12.8**	**17.8**	**16.1**	**25.8**	**0.0**	**0.8**
	男性20代	12	56.5	31.9	40.6	37.7	33.3	42.0	15.9	14.5	10.1	13.0	10.1	18.8	18.8	27.5	0.0	1.4
	男性30代	16	61.7	44.7	55.3	36.2	31.9	31.9	27.7	25.5	12.8	10.6	19.1	14.9	29.8	36.2	0.0	4.3
	男性40代	39	66.0	55.3	36.2	44.7	27.7	29.8	25.5	25.5	21.3	25.5	12.8	27.7	19.1	27.7	0.0	0.0
	男性50代	25	78.1	53.1	46.9	37.5	50.0	40.6	37.5	25.0	21.9	28.1	12.5	9.4	3.1	9.4	0.0	0.0
	男性60代	15	54.5	63.6	27.3	22.7	22.7	27.3	22.7	36.4	9.1	4.5	9.1	9.1	13.6	36.4	0.0	0.0
性別 女性	2025年	526	79.8	66.1	57.7	63.1	51.0	37.5	42.0	30.7	24.4	25.7	27.0	15.8	14.4	16.0	0.0	0.5
	2026年	**527**	**85.4**	**67.0**	**64.1**	**57.5**	**46.7**	**44.4**	**36.3**	**26.2**	**27.7**	**25.1**	**20.1**	**17.8**	**15.7**	**11.3**	**0.4**	**0.4**
	女性20代	4	65.5	48.3	44.8	51.7	58.6	41.4	20.7	17.2	13.8	20.7	10.3	20.7	13.8	31.0	0.0	0.0
	女性30代	35	77.2	61.8	55.3	48.8	40.7	39.0	30.9	22.0	26.0	21.1	26.8	13.8	9.8	12.2	0.0	0.0
	女性40代	140	85.7	66.7	66.7	61.9	50.0	48.8	35.7	19.0	32.1	26.2	20.2	10.7	11.9	11.9	0.0	0.0
	女性50代	169	86.1	65.3	62.5	59.7	48.6	43.1	40.3	29.2	31.9	26.4	18.1	18.1	20.8	11.1	1.4	1.4
	女性60代	180	86.6	70.1	65.7	53.7	43.3	43.3	34.3	29.9	20.9	23.9	20.9	23.9	14.9	10.4	0.0	0.0

(%)

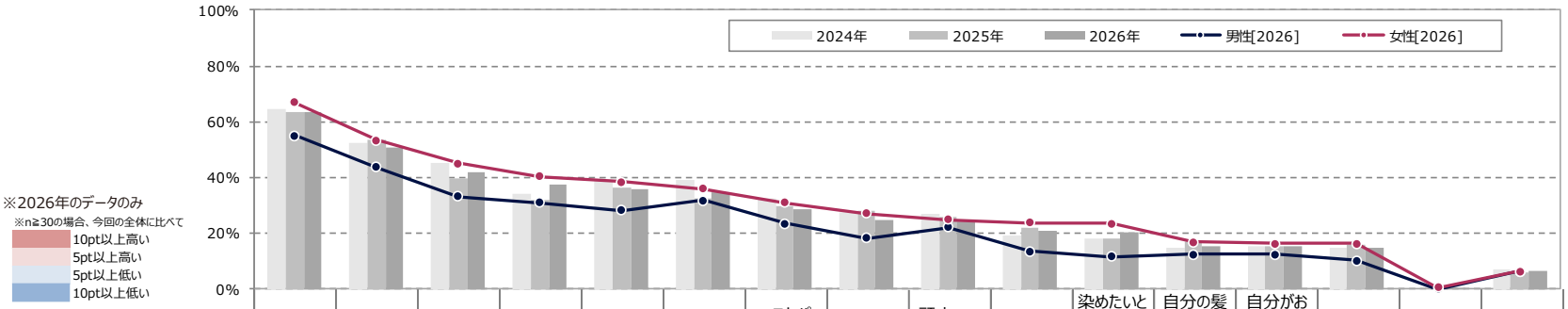
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めに求めるもの【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】※全体ベース

➢専門サロンでは「きれいな仕上がり」6割強、「染め残しがない」5割が上位
➢前回同様、すべての項目で女性が男性を上回る

Q28S2 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



		n=	きれいな仕上がり	染め残しがない	自分に似合う髪色	思ったとおりの髪色	髪が傷みにくい	効果の持続性	コストパフォーマンスが良い	時間がかからない	頭皮への負担が少ない	気軽にできる	染めたいと思ったときにすぐ染められる	自分の髪質に合ったケアができる	自分がおしゃれだと思える/に見える	匂いが気にならない	その他	特にない
全体	2024年	1,031	64.4	52.2	45.0	34.1	39.2	39.3	32.3	27.2	27.1	19.1	17.8	14.7	15.1	14.9	0.0	6.7
	2025年	1,031	63.7	53.3	39.7	31.8	36.4	32.5	29.8	28.0	25.5	22.0	17.9	16.7	15.0	16.0	0.3	5.6
	2026年	**1,031**	**63.5**	**50.5**	**41.6**	**37.7**	**35.5**	**34.7**	**28.7**	**24.5**	**24.0**	**20.8**	**20.0**	**15.4**	**15.2**	**14.5**	**0.2**	**6.2**
性別 男性	2024年	276	64.0	46.6	37.0	27.9	32.0	33.1	25.7	21.0	19.2	12.3	11.0	11.0	9.8	11.7	0.0	7.0
	2025年	274	59.2	46.2	34.6	30.1	28.6	29.8	22.5	22.0	21.8	17.8	11.9	16.3	12.9	13.5	0.2	4.9
	2026年	**290**	**54.9**	**43.5**	**33.1**	**30.9**	**28.1**	**31.6**	**23.3**	**18.1**	**22.0**	**13.5**	**11.5**	**12.4**	**12.4**	**10.2**	**0.0**	**6.4**
	男性20代	17	48.5	35.0	34.0	39.8	17.5	25.2	10.7	25.2	18.4	12.6	18.4	18.4	11.7	11.7	0.0	1.0
	男性30代	35	44.7	39.8	33.0	32.0	28.2	24.3	23.3	23.3	23.3	13.6	16.5	14.6	10.7	9.7	0.0	6.8
	男性40代	85	53.4	48.5	27.2	35.0	27.2	36.9	27.2	16.5	16.5	17.5	15.5	15.5	21.4	13.6	0.0	4.9
	男性50代	81	59.2	46.6	40.8	31.1	32.0	32.0	25.2	17.5	25.2	13.6	8.7	12.6	10.7	8.7	0.0	6.8
	男性60代	71	58.3	37.9	31.1	23.3	27.2	30.1	19.4	16.5	25.2	8.7	5.8	5.8	4.9	7.8	0.0	8.7
女性	2024年	755	64.5	54.3	47.9	36.4	41.8	41.5	34.7	29.4	30.0	21.6	20.3	16.0	17.1	16.1	0.0	6.5
	2025年	757	65.3	55.9	41.6	32.4	39.2	33.5	32.4	30.2	26.9	23.6	20.1	16.9	15.8	16.9	0.3	5.8
	2026年	**741**	**66.9**	**53.2**	**44.9**	**40.3**	**38.4**	**35.9**	**30.8**	**27.0**	**24.7**	**23.7**	**23.3**	**16.6**	**16.3**	**16.2**	**0.3**	**6.2**
	女性20代	6	50.0	41.3	34.8	32.6	23.9	34.8	23.9	28.3	13.0	15.2	15.2	17.4	10.9	10.9	0.0	0.0
	女性30代	45	64.6	57.1	42.9	31.7	35.4	39.1	27.3	25.5	23.6	23.0	16.8	16.8	18.6	18.6	0.0	5.0
	女性40代	171	71.8	59.2	42.7	35.9	38.8	30.1	27.2	28.2	21.4	19.4	20.4	16.5	17.5	14.6	0.0	4.9
	女性50代	241	64.1	57.3	48.5	44.7	41.7	42.7	34.0	26.2	28.2	25.2	29.1	14.6	19.4	15.5	1.0	6.8
	女性60代	277	67.0	45.6	43.7	40.8	35.9	33.0	31.1	27.2	24.3	25.2	21.4	18.4	12.6	17.5	0.0	6.8

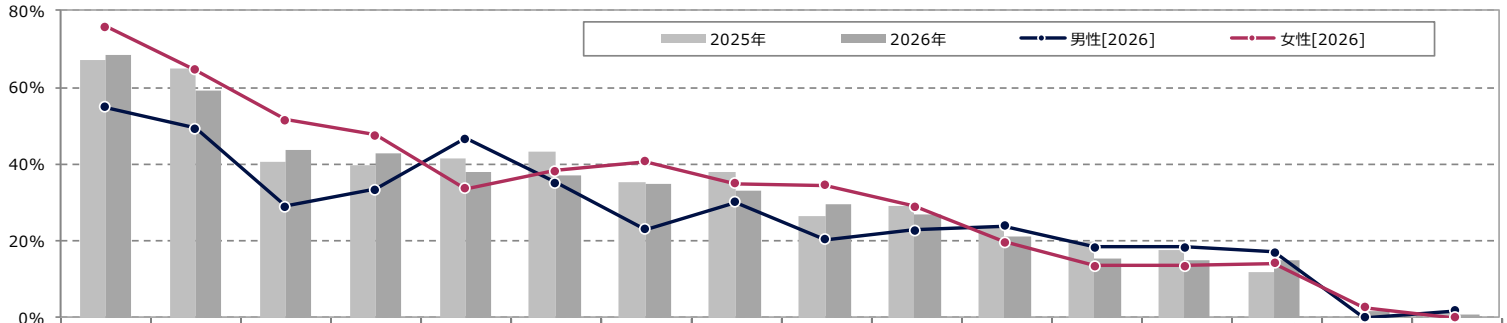
(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢専門サロンでは「きれいな仕上がり」7割弱、「染め残しがない」が6割で上位
➢「髪が傷みにくい」は女性において前年より10pt以上高い

Q28S2 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【カラー専門サロンや白髪染め専門サロンで染めてもらう】(MAMT) ※実施者ベース

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	きれいな仕上がり	染め残しがない	髪が傷みにくい	効果の持続性	思ったとおりの髪色	自分に似合う髪色	コストパフォーマンスが良い	時間がかからない	気軽にできる	染めたいと思ったときにすぐ染められる	頭皮への負担が少ない	匂いが気にならない	自分の髪質に合ったケアができる	自分がおしゃれだと思える/に見える	その他	特にない
全体	2025年	138	67.2	64.9	40.7	39.9	41.3	43.0	35.2	37.9	26.3	28.8	23.3	19.8	17.7	11.7	0.0	1.2
	2026年	**144**	**68.6**	**59.2**	**43.7**	**42.6**	**38.1**	**37.2**	**34.6**	**33.2**	**29.6**	**26.7**	**21.1**	**15.1**	**15.1**	**15.0**	**1.6**	**0.6**
性別 男性	2025年	32	43.9	46.9	40.3	33.0	36.9	29.8	22.4	26.8	24.0	24.7	25.5	21.1	29.4	17.1	0.0	0.0
	2026年	**50**	**↑54.8**	**49.3**	**↓28.9**	**33.4**	**46.6**	**35.2**	**22.9**	**30.1**	**20.4**	**22.8**	**23.8**	**18.3**	**↓18.2**	**17.0**	**0.0**	**1.7**
	男性20代	10	49.2	41.0	18.0	31.1	36.1	34.4	13.1	37.7	18.0	19.7	21.3	14.8	24.6	13.1	0.0	0.0
	男性30代	9	28.6	46.4	21.4	21.4	35.7	32.1	28.6	25.0	10.7	21.4	17.9	3.6	10.7	7.1	0.0	0.0
	男性40代	16	60.0	50.0	45.0	55.0	65.0	35.0	40.0	30.0	35.0	35.0	35.0	30.0	25.0	30.0	0.0	5.0
	男性50代	8	60.0	70.0	30.0	20.0	50.0	30.0	0.0	30.0	10.0	10.0	10.0	20.0	0.0	10.0	0.0	0.0
	男性60代	6	87.5	37.5	12.5	12.5	25.0	50.0	12.5	25.0	12.5	12.5	25.0	12.5	25.0	12.5	0.0	0.0
性別 女性	2025年	106	74.2	70.3	40.8	41.9	42.6	46.9	39.1	41.2	27.0	30.0	22.6	19.4	14.2	10.1	0.0	1.6
	2026年	**94**	**75.8**	**64.5**	**↑51.4**	**47.5**	**33.6**	**38.3**	**40.8**	**34.8**	**34.5**	**28.8**	**19.6**	**13.4**	**13.4**	**14.0**	**2.5**	**0.0**
	女性20代	2	30.8	15.4	15.4	15.4	23.1	15.4	0.0	23.1	0.0	15.4	7.7	7.7	23.1	15.4	0.0	0.0
	女性30代	4	68.8	62.5	50.0	50.0	37.5	50.0	12.5	50.0	43.8	31.3	43.8	31.3	18.8	18.8	0.0	0.0
	女性40代	18	72.7	72.7	63.6	45.5	27.3	36.4	72.7	45.5	45.5	45.5	36.4	18.2	36.4	27.3	0.0	0.0
	女性50代	40	82.4	70.6	58.8	64.7	41.2	47.1	41.2	41.2	35.3	29.4	17.6	5.9	11.8	17.6	5.9	0.0
	女性60代	30	72.7	54.5	36.4	27.3	27.3	27.3	27.3	18.2	27.3	18.2	9.1	18.2	0.0	0.0	0.0	0.0

(%)

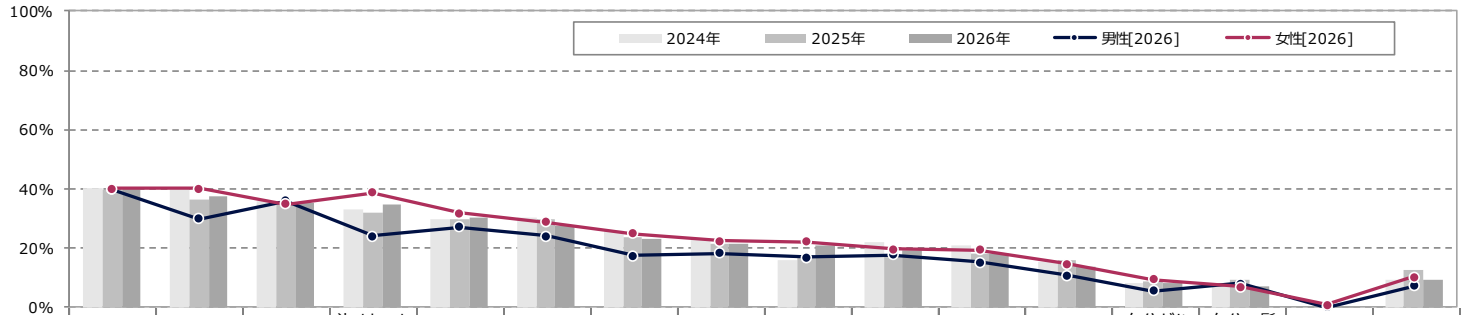
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めに求めるもの【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】※全体ベース

➢自宅では「コストパフォーマンスが良い」が4割、「気軽にできる」が4割弱で上位
➢「気軽にできる」「すぐ染められる」などは女性で男性より重視する傾向

Q28S3 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【自宅で自分で染める、または他の人に染めてもらう】(MAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	コストパフォーマンスが良い	気軽にできる	時間がかからない	染めたいと思ったときにすぐ染められる	染め残しがない	きれいな仕上がり	髪が傷みにくい	自分に似合う髪色	思ったとおりの髪色	効果の持続性	頭皮への負担が少ない	匂いが気にならない	自分がおしゃれだと思える/に見える	自分の髪質に合ったケアができる	その他	特にない
全体	2024年	1,031	39.9	40.2	35.5	33.2	29.8	30.1	25.9	22.9	15.8	21.8	21.0	15.2	8.2	7.3	0.0	9.2
	2025年	1,031	39.7	36.2	34.3	31.9	29.7	29.7	23.4	21.2	17.6	16.7	17.9	16.0	8.4	8.9	0.4	12.4
	2026年	**1,031**	**40.0**	**37.2**	**35.0**	**34.5**	**30.4**	**27.4**	**22.7**	**21.2**	**20.5**	**18.9**	**18.0**	**13.4**	**8.2**	**7.0**	**0.5**	**9.3**
性別 男性	2024年	276	43.2	34.5	40.1	19.2	26.0	29.6	19.4	22.6	17.0	22.1	15.4	9.5	5.9	5.4	0.0	6.2
	2025年	274	38.7	34.9	36.3	23.7	28.0	27.9	19.9	21.6	17.8	19.5	16.2	10.0	6.7	10.8	0.4	5.5
	2026年	**290**	**39.7**	**29.8**	**35.7**	**23.9**	**27.1**	**24.0**	**17.3**	**18.1**	**16.8**	**17.6**	**15.0**	**10.7**	**5.4**	**7.9**	**0.0**	**7.1**
	男性20代	17	21.4	19.4	22.3	12.6	34.0	28.2	20.4	28.2	30.1	19.4	11.7	9.7	10.7	13.6	0.0	1.0
	男性30代	35	32.0	28.2	29.1	14.6	22.3	27.2	21.4	20.4	25.2	14.6	14.6	12.6	5.8	11.7	0.0	7.8
	男性40代	85	43.7	29.1	31.1	27.2	24.3	24.3	12.6	14.6	13.6	17.5	10.7	12.6	6.8	9.7	0.0	6.8
	男性50代	81	42.7	34.0	42.7	28.2	26.2	20.4	14.6	18.4	17.5	20.4	17.5	9.7	3.9	4.9	0.0	9.7
	男性60代	71	39.8	29.1	39.8	22.3	32.0	25.2	23.3	18.4	12.6	15.5	18.4	8.7	3.9	5.8	0.0	5.8
女性	2024年	755	38.7	42.2	33.8	38.4	31.2	30.3	28.3	23.0	15.3	21.7	23.0	17.3	9.1	8.0	0.0	10.3
	2025年	757	40.1	36.7	33.6	34.8	30.3	30.3	24.7	21.1	17.6	15.7	18.5	18.1	9.0	8.2	0.4	14.9
	2026年	**741**	**40.0**	**40.1**	**34.7**	**38.6**	**31.7**	**28.7**	**24.9**	**22.4**	**21.9**	**19.5**	**19.1**	**14.4**	**9.4**	**6.7**	**0.6**	**10.2**
	女性20代	6	28.3	39.1	32.6	23.9	32.6	28.3	15.2	28.3	23.9	15.2	6.5	13.0	6.5	8.7	0.0	4.3
	女性30代	45	37.9	40.4	28.6	34.2	22.4	22.4	21.1	15.5	19.3	11.8	16.8	14.9	8.1	10.6	0.0	10.6
	女性40代	171	38.8	47.6	39.8	35.9	27.2	28.2	29.1	16.5	17.5	15.5	14.6	12.6	5.8	6.8	0.0	11.7
	女性50代	241	40.8	34.0	33.0	43.7	34.0	32.0	22.3	23.3	26.2	19.4	26.2	15.5	10.7	6.8	1.9	9.7
	女性60代	277	40.8	40.8	34.0	36.9	34.0	27.2	25.2	26.2	21.4	23.3	16.5	14.6	10.7	5.8	0.0	9.7

(%)

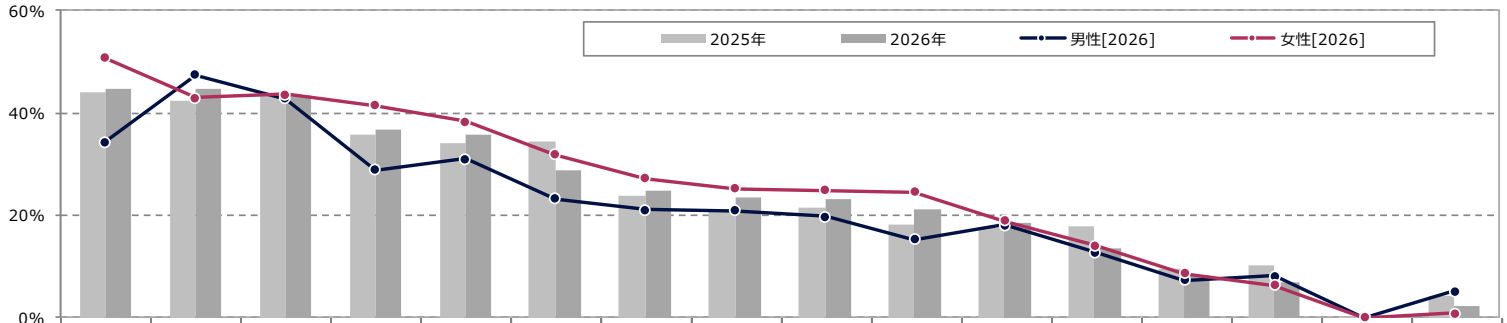
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪染めに求めるもの【自宅で自分で染める】※実施者ベース

➢自宅では「気軽にできる」「コストパフォーマンスが良い」「時間がかからない」が4割以上で上位
➢「コストパフォーマンスが良い」は男性で女性より重視する傾向

Q28S3 あなたが以下の「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」に求めることをすべてお知らせください。
【自宅で自分で染める】(MAMT) **※実施者ベース、実施者ベースでは「他の人に染めてもらう」は未聴取**

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値



※2026年のデータのみ
※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い
※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	気軽にできる	コストパフォーマンスが良い	時間がかからない	染めたいと思ったときにすぐ染められる	染め残しがない	きれいな仕上がり	髪が傷みにくい	効果の持続性	自分に似合う髪色	思ったとおりの髪色	頭皮への負担が少ない	匂いが気にならない	自分がおしゃれだと思える/に見える	自分の髪質に合ったケアができる	その他	特にない
全体	2025年	457	44.1	42.5	43.5	35.7	34.0	34.5	23.7	21.2	21.5	18.2	17.4	17.8	9.4	10.0	0.2	4.2
	2026年	**461**	**44.7**	**44.6**	**43.4**	**36.9**	**35.7**	**28.6**	**24.9**	**23.6**	**23.0**	**21.2**	**18.5**	**13.6**	**8.0**	**6.9**	**0.0**	**2.3**
性別 男性	2025年	174	37.3	43.5	41.5	25.4	30.1	29.9	19.6	20.5	20.5	16.8	17.2	10.6	6.6	11.9	0.6	4.1
	2026年	**169**	**34.3**	**47.4**	**42.8**	**28.8**	**31.0**	**23.1**	**21.1**	**20.9**	**19.7**	**15.3**	**18.0**	**12.7**	**7.2**	**8.1**	**0.0**	**5.1**
	男性20代	4	42.9	47.6	14.3	9.5	28.6	33.3	19.0	28.6	33.3	28.6	23.8	19.0	23.8	19.0	0.0	0.0
	男性30代	17	33.3	43.1	31.4	19.6	27.5	29.4	21.6	17.6	29.4	25.5	15.7	13.7	7.8	13.7	0.0	5.9
	男性40代	43	30.8	55.8	40.4	32.7	30.8	19.2	17.3	25.0	15.4	11.5	15.4	17.3	11.5	11.5	0.0	3.8
	男性50代	49	38.7	48.4	48.4	33.9	29.0	19.4	17.7	21.0	19.4	16.1	16.1	11.3	4.8	3.2	0.0	6.5
	男性60代	57	32.9	41.5	45.1	25.6	34.1	26.8	26.8	18.3	19.5	13.4	22.0	9.8	4.9	7.3	0.0	4.9
性別 女性	2025年	283	48.2	41.9	44.7	42.0	36.5	37.3	26.2	21.6	22.1	19.0	17.4	22.1	11.1	8.8	0.0	4.3
	2026年	**292**	**50.8**	**42.9**	**43.7**	**41.5**	**38.4**	**31.8**	**27.1**	**25.2**	**24.8**	**24.6**	**18.8**	**14.1**	**8.5**	**6.2**	**0.0**	**0.7**
	女性20代	2	61.5	38.5	30.8	38.5	7.7	7.7	7.7	7.7	15.4	7.7	0.0	7.7	0.0	7.7	0.0	0.0
	女性30代	13	54.2	47.9	41.7	45.8	31.3	33.3	29.2	18.8	20.8	33.3	31.3	18.8	14.6	16.7	0.0	2.1
	女性40代	72	55.8	39.5	41.9	30.2	32.6	34.9	37.2	20.9	16.3	16.3	11.6	11.6	7.0	4.7	0.0	2.3
	女性50代	89	39.5	34.2	42.1	52.6	34.2	31.6	21.1	26.3	31.6	28.9	26.3	15.8	7.9	7.9	0.0	0.0
	女性60代	116	55.8	51.2	46.5	39.5	46.5	30.2	25.6	27.9	25.6	25.6	16.3	14.0	9.3	4.7	0.0	0.0

(%)

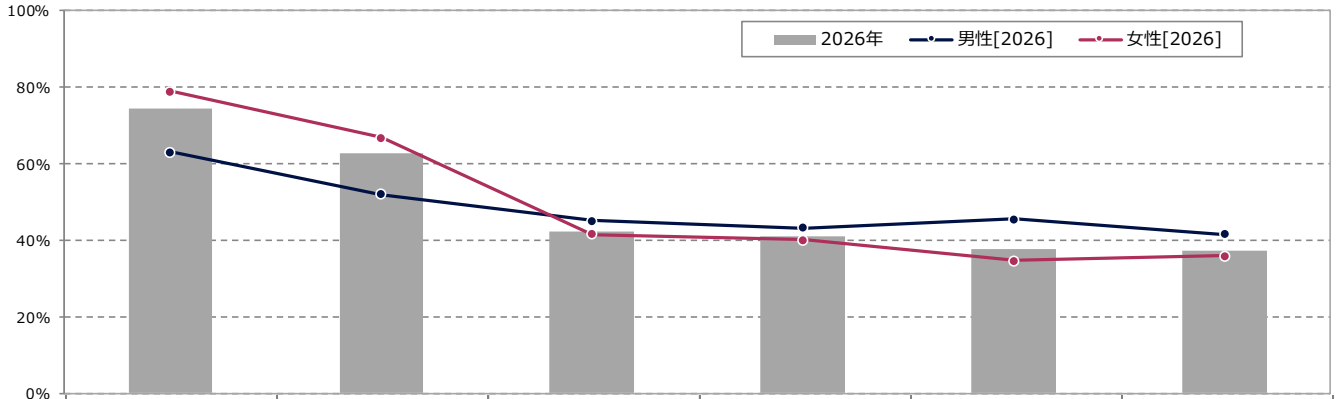
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

サービス案のニーズ

- 全体では「リピーター用のお得な割引サービス」が7割半ばで最多。次いで「白髪染めだけを気軽にお願いできる」
- 男性では「自宅ケア用品をセットで購入できる」がやや高い

Q29 美容室・理容室での「白髪ケア」もしくは「白髪対策」について、以下のようなサービスがあったとしたら、どのくらい利用したいと思いますか。(SAMT)

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値
※スコアはTOP2



※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

			n=	リピーター用のお得な割引サービスがある	カットをせずに白髪染め（リタッチ）だけを気軽にお願いできる	月額料金を払えば、契約期間中は何度も染め直しできる（サブスク形式）	次に美容室・理容室に行くまでの間の、自宅での白髪対策の応急処置グッズを購入できる	自宅ケア用品（白髪対策用のシャンプーやトリートメント等）をセットで購入できる	AIが自分に似合う白髪染め方法を提案してくれる
全体		2026年	1,031	74.5	62.6	42.5	41.0	37.7	37.5
性別	男性	2026年	290	63.2	51.9	45.0	43.2	45.6	41.5
		男性20代	17	68.0	71.8	74.8	76.7	74.8	75.7
		男性30代	35	68.9	69.9	63.1	63.1	64.1	63.1
		男性40代	85	68.9	53.4	47.6	49.5	49.5	43.7
		男性50代	81	63.1	45.6	45.6	35.0	35.9	32.0
		男性60代	71	52.4	43.7	25.2	27.2	35.9	31.1
	女性	2026年	741	78.9	66.8	41.5	40.1	34.7	35.9
		女性20代	6	71.7	76.1	65.2	63.0	63.0	65.2
		女性30代	45	85.7	81.4	58.4	60.9	59.6	56.5
		女性40代	171	78.6	68.0	47.6	43.7	50.5	38.8
		女性50代	241	81.6	66.0	47.6	44.7	31.1	36.9
		女性60代	277	75.7	64.1	29.1	30.1	23.3	29.1

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

ストレスの有無

➢プライベートよりも、仕事の方がストレスを感じている人の割合が高い
➢仕事とプライベートともに、前年より大きな差はみられない

Q30 今、あなたは、どのくらい「ストレス」を感じていますか。(SAMT)

※有職者ベース

【仕事上のストレス】

※n <30のスコアは参考値

		n=	非常にストレスを感じている	ややストレスを感じている	どちらでもない	あまりストレスを感じていない	全くストレスを感じていない	ストレスを感じる・計
全体	2024年	700	23.1	43.8	18.3	13.8	1.1	66.8%
	2025年	691	22.6	45.3	13.4	15.5	3.2	67.9%
	2026年	**730**	21.7	43.3	17.7	14.7	2.6	**65.0%**
性別 男性	2024年	252	25.5	44.5	17.2	11.2	1.7	70.0%
	2025年	246	24.8	44.7	16.4	10.5	3.7	69.4%
	2026年	**274**	21.5	46.4	16.0	12.8	3.3	**67.9%**
	男性20代	14	26.7	53.5	15.1	3.5	1.2	80.2%
	男性30代	34	26.7	48.5	13.9	8.9	2.0	75.2%
	男性40代	82	29.0	49.0	16.0	5.0	1.0	78.0%
	男性50代	78	18.2	49.5	15.2	12.1	5.1	67.7%
	男性60代	64	11.8	36.6	18.3	28.0	5.4	48.4%
性別 女性	2024年	448	21.7	43.4	18.9	15.3	0.8	65.1%
	2025年	445	21.4	45.7	11.7	18.3	2.9	67.1%
	2026年	**457**	21.9	41.4	18.7	15.8	2.2	**63.4%**
	女性20代	4	25.8	45.2	22.6	6.5	0.0	71.0%
	女性30代	37	40.2	39.4	8.3	9.1	3.0	79.5%
	女性40代	125	33.3	38.7	17.3	8.0	2.7	72.0%
	女性50代	164	24.3	41.4	20.0	14.3	0.0	65.7%
	女性60代	126	2.1	44.7	21.3	27.7	4.3	46.8%

【プライベートでのストレス】

※n <30のスコアは参考値

		n=	非常にストレスを感じている	ややストレスを感じている	どちらでもない	あまりストレスを感じていない	全くストレスを感じていない	ストレスを感じる・計
全体	2024年	1,031	10.6	41.7	27.1	17.7	2.9	52.3%
	2025年	1,031	13.3	42.8	22.0	18.6	3.4	56.0%
	2026年	**1,031**	17.2	34.5	23.2	22.1	3.0	**51.8%**
性別 男性	2024年	276	12.0	35.5	28.7	19.5	4.3	47.6%
	2025年	274	11.1	39.0	24.8	20.4	4.7	50.0%
	2026年	**290**	10.4	33.1	29.5	21.7	5.3	**43.5%**
	男性20代	17	25.2	44.7	21.4	6.8	1.9	69.9%
	男性30代	35	17.5	38.8	25.2	14.6	3.9	56.3%
	男性40代	85	10.7	41.7	29.1	15.5	2.9	52.4%
	男性50代	81	8.7	32.0	32.0	18.4	8.7	40.8%
	男性60代	71	4.9	18.4	31.1	39.8	5.8	23.3%
性別 女性	2024年	755	10.1	44.0	26.5	17.0	2.4	54.1%
	2025年	757	14.1	44.2	20.9	17.9	2.9	58.2%
	2026年	**741**	19.9	35.1	20.7	22.3	2.0	**55.0%**
	女性20代	6	15.2	45.7	30.4	6.5	2.2	60.9%
	女性30代	45	30.4	39.1	15.5	13.0	1.9	69.6%
	女性40代	171	30.1	35.9	14.6	17.5	1.9	66.0%
	女性50代	241	20.4	36.9	19.4	23.3	0.0	57.3%
	女性60代	277	11.7	32.0	26.2	26.2	3.9	43.7%

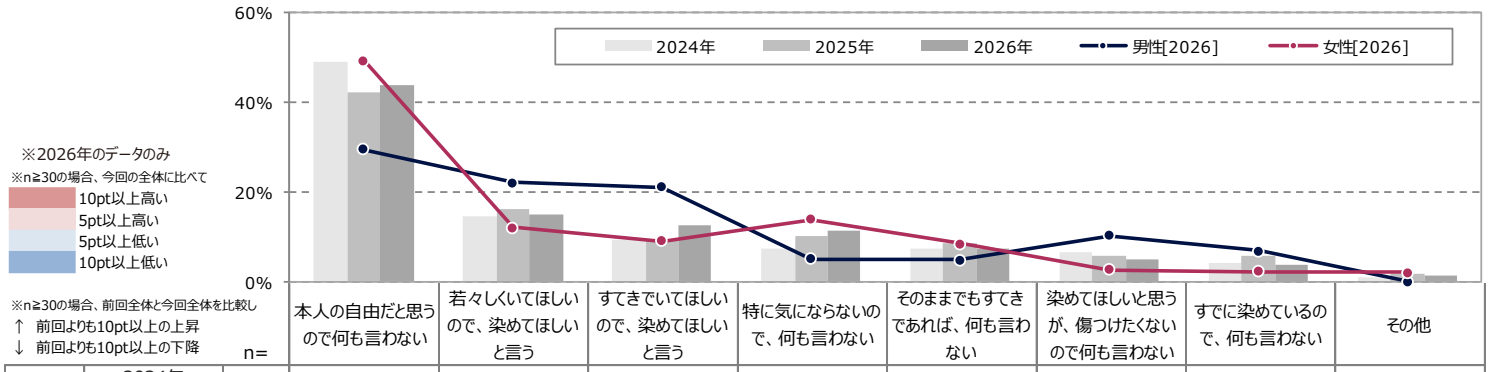
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

パートナーへのケア意向

- 全体では「本人の自由だと思うので何も言わない」が4割強と最多
- 男性30～40代では「すてきでいてほしいので、染めてほしいと言う」が高い一方、「本人の自由だと思うので何も言わない」が低い

Q31 あなたの配偶者、またはパートナー・恋人に白髪がある場合、どうされますか？いちばん近いものを1つお答えください。(SA)

※2026年全体の降順ソート
※ n <30のスコアは参考値



		n=	本人の自由だと思うので何も言わない	若々しくいてほしいので、染めてほしいと言う	すてきでいてほしいので、染めてほしいと言う	特に気にならないので、何も言わない	そのままでもすてきであれば、何も言わない	染めてほしいと思うが、傷つけたくないので何も言わない	すでに染めているので、何も言わない	その他
全体	2024年	1,031	49.0	14.6	9.5	7.5	7.4	6.7	4.3	1.0
	2025年	1,031	42.2	16.1	9.3	10.4	8.6	5.8	5.9	1.8
	2026年	**1,031**	**43.7**	**15.0**	**12.4**	**11.5**	**7.5**	**4.8**	**3.6**	**1.5**
性別 男性	2024年	276	34.8	25.9	17.3	3.5	3.0	9.1	6.2	0.2
	2025年	274	27.4	28.8	21.2	6.1	2.8	7.9	5.5	0.3
	2026年	**290**	**29.5**	**22.1**	**21.2**	**5.1**	**4.9**	**10.2**	**6.9**	**0.1**
	男性20代	17	14.6	25.2	33.0	0.0	1.0	22.3	2.9	1.0
	男性30代	35	22.3	24.3	24.3	2.9	3.9	14.6	7.8	0.0
	男性40代	85	24.3	16.5	27.2	5.8	8.7	11.7	5.8	0.0
	男性50代	81	39.8	24.3	12.6	5.8	4.9	4.9	7.8	0.0
	男性60代	71	31.1	24.3	19.4	5.8	1.9	9.7	7.8	0.0
性別 女性	2024年	755	54.2	10.5	6.7	9.0	9.0	5.8	3.6	1.3
	2025年	757	47.5	11.5	5.0	11.9	10.7	5.0	6.1	2.4
	2026年	**741**	**49.2**	**12.2**	**9.0**	**14.0**	**8.5**	**2.7**	**2.3**	**2.1**
	女性20代	6	23.9	21.7	28.3	6.5	6.5	13.0	0.0	0.0
	女性30代	45	46.6	13.0	14.9	7.5	9.3	4.3	3.7	0.6
	女性40代	171	52.4	13.6	10.7	9.7	7.8	3.9	1.9	0.0
	女性50代	241	45.6	13.6	8.7	15.5	9.7	0.0	3.9	2.9
	女性60代	277	51.5	9.7	6.8	16.5	7.8	3.9	1.0	2.9

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

HOT PEPPER Beauty Academy

APPENDIX
～白髪調査～

直近3年間の削除設問を参考掲載

※集計値は四捨五入により、単一回答における合計が、必ずしも 100.0%にならないことがある

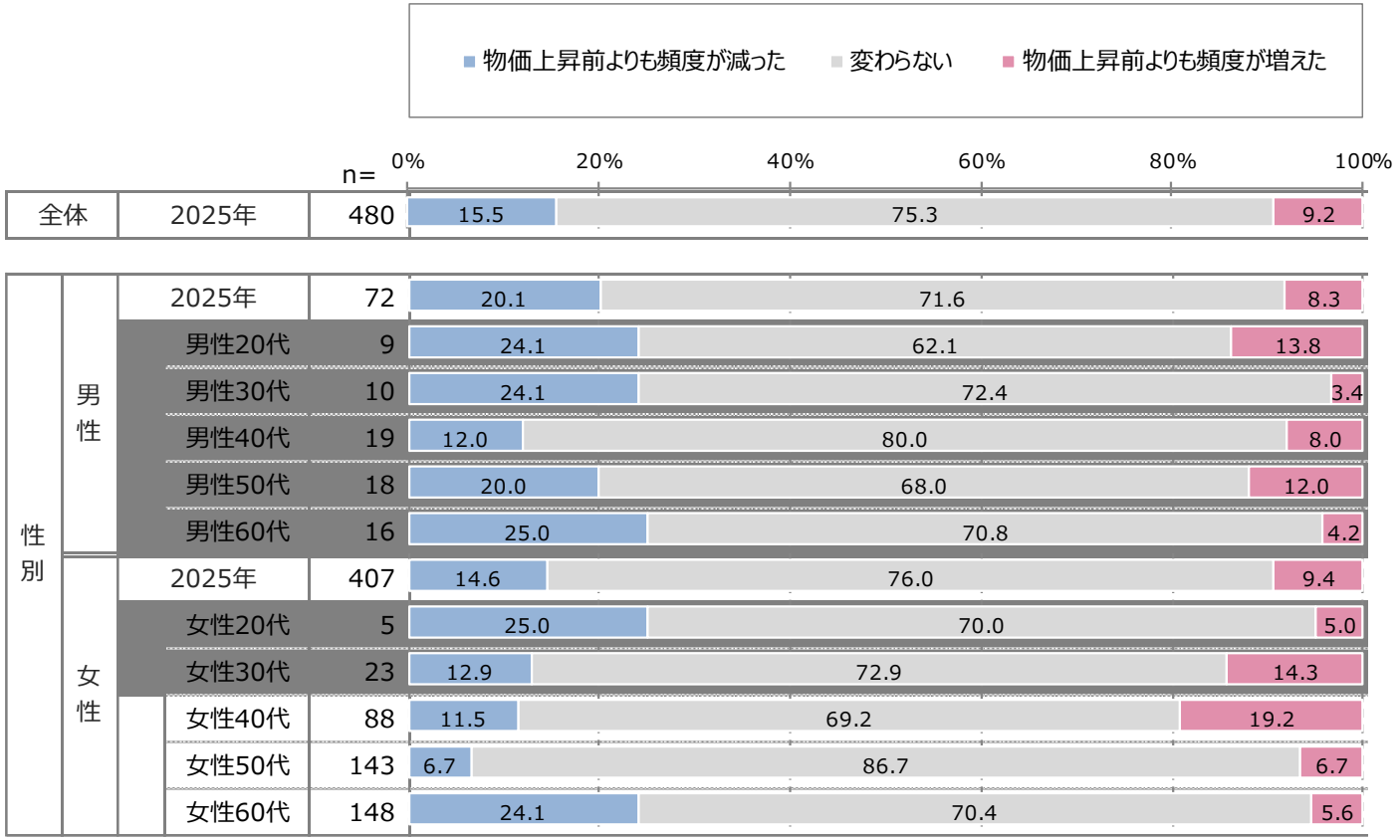
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【美容室・理容室での白髪染め】

- 全体では「変わらない」が7割半ばを占める
- 「減った」が1割半ばで、「増えた」よりも多い

Q5S1 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【美容室・理容室での白髪染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値



			n=	物価上昇前よりも頻度が減った	変わらない	物価上昇前よりも頻度が増えた
全体		2025年	480	15.5	75.3	9.2
性別	男性	2025年	72	20.1	71.6	8.3
		男性20代	9	24.1	62.1	13.8
		男性30代	10	24.1	72.4	3.4
		男性40代	19	12.0	80.0	8.0
		男性50代	18	20.0	68.0	12.0
		男性60代	16	25.0	70.8	4.2
	女性	2025年	407	14.6	76.0	9.4
		女性20代	5	25.0	70.0	5.0
		女性30代	23	12.9	72.9	14.3
		女性40代	88	11.5	69.2	19.2
		女性50代	143	6.7	86.7	6.7
		女性60代	148	24.1	70.4	5.6

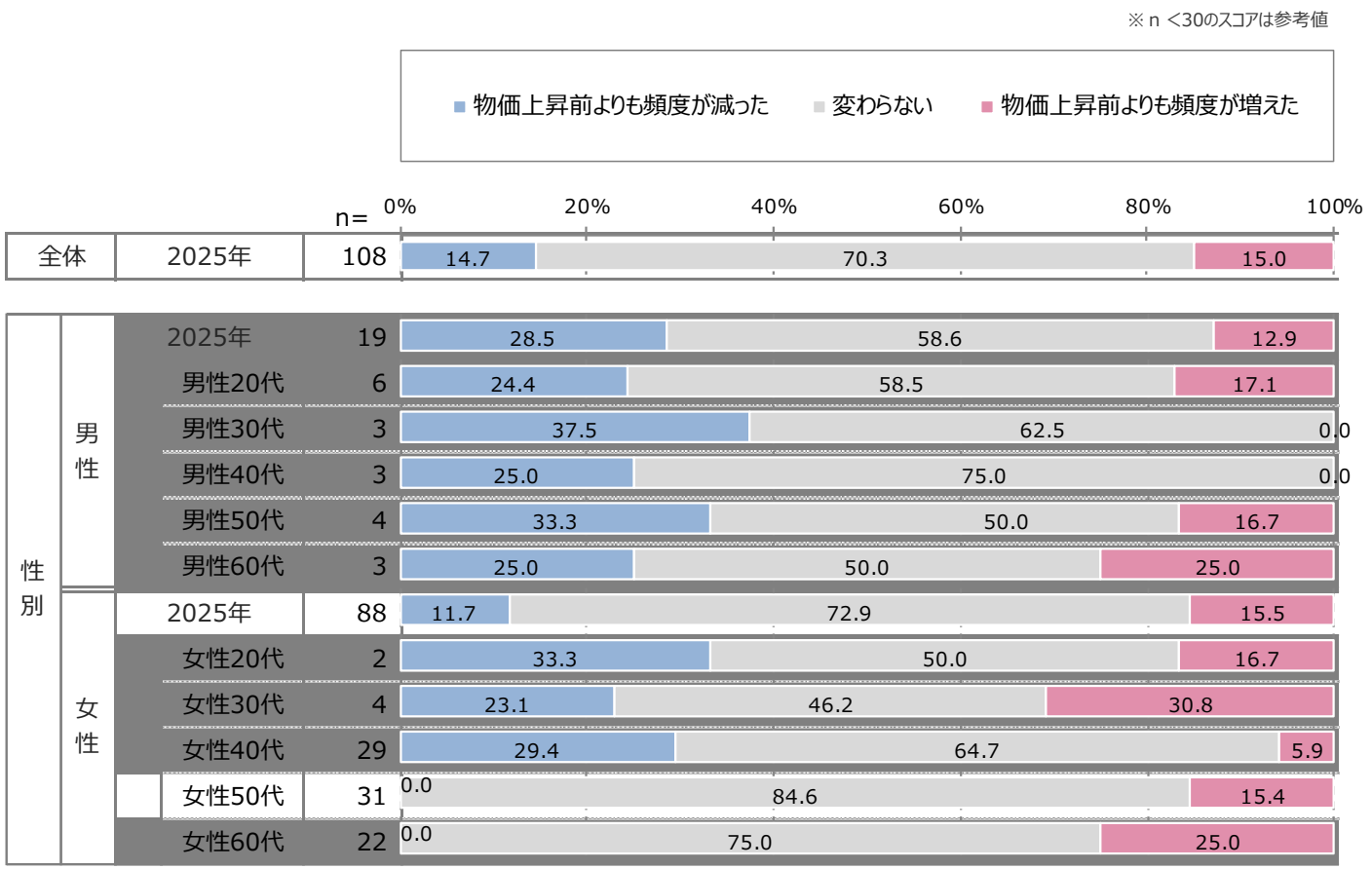
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め】

- 全体では「変わらない」が7割を占める
- 「減った」と「増えた」は1割半ばで同程度

Q5S2 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値



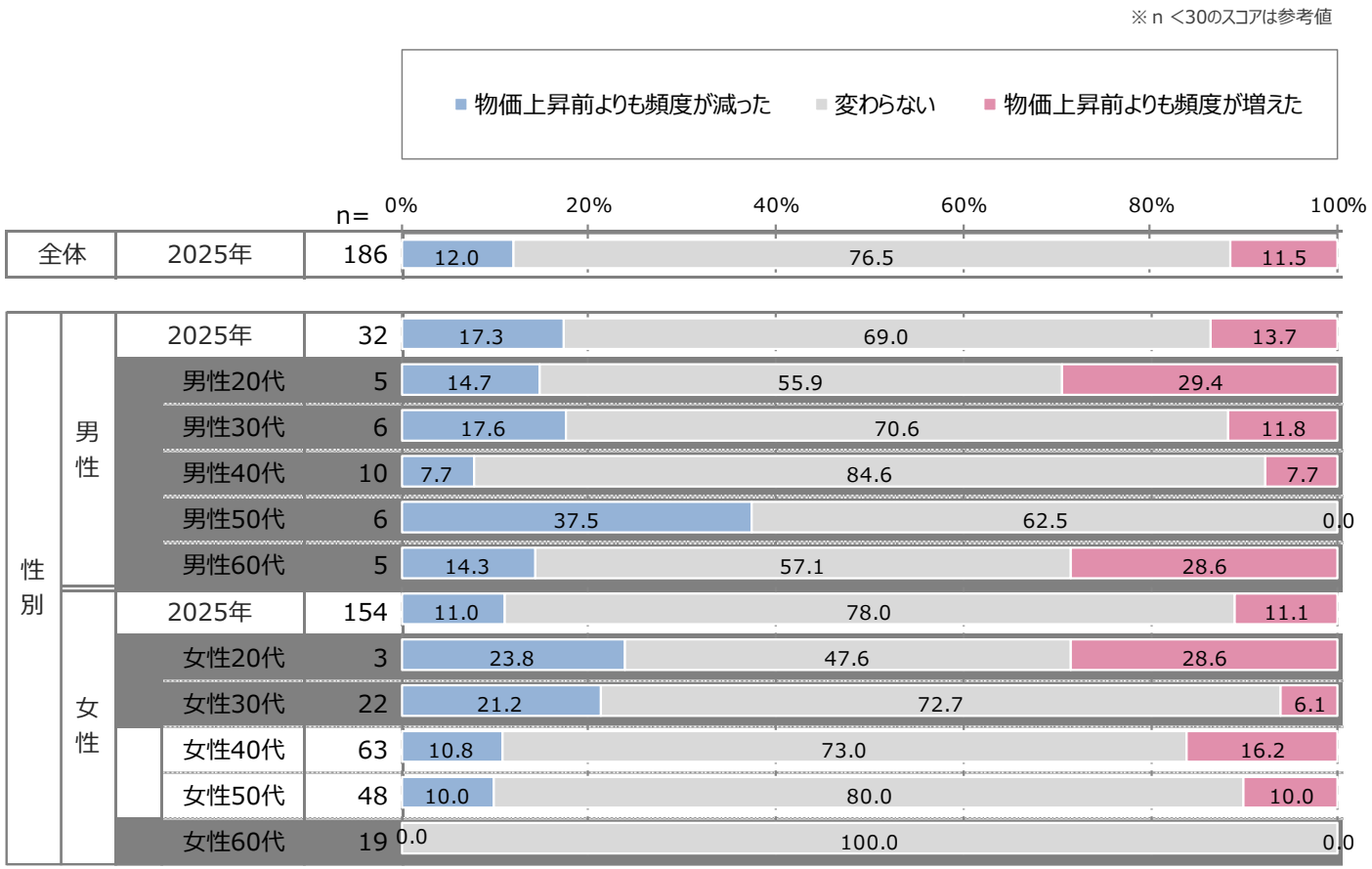
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め】

➢全体では「変わらない」が7割半ばを占める
➢「減った」と「増えた」は1割強で同程度

Q5S3 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【美容室・理容室でのヘアカラー/おしゃれ染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値

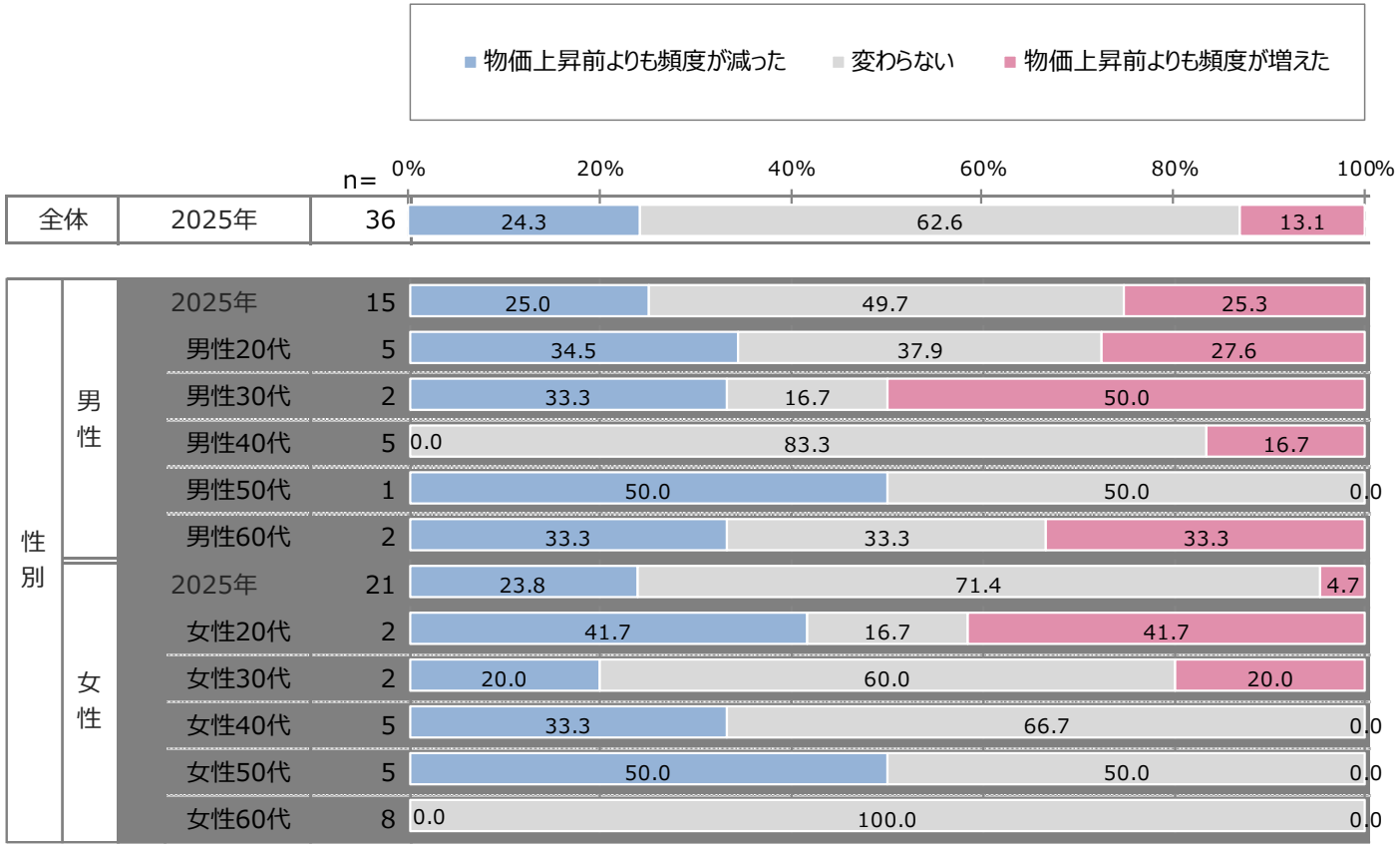


株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢全体では「変わらない」が6割強を占める
➢「減った」が2割半ばで、「増えた」よりも多い

Q5S4 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。
【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでのヘアカラー/おしゃれ染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値



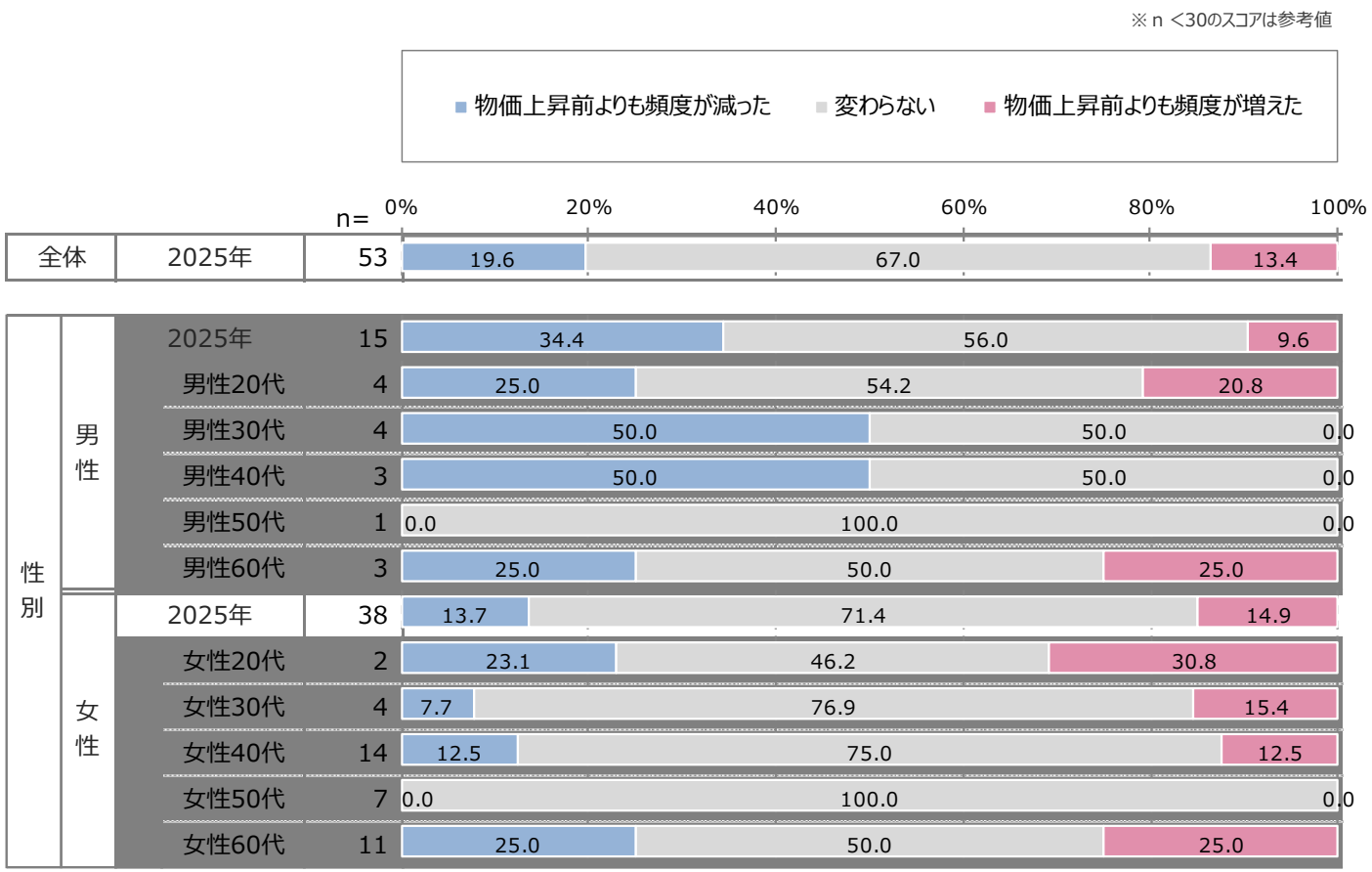
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】

➢全体では「変わらない」が7割弱を占める
➢「減った」が2割で、「増えた」よりも多い

Q5S5 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【美容室・理容室での白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】(SA)

※n <30のスコアは参考値

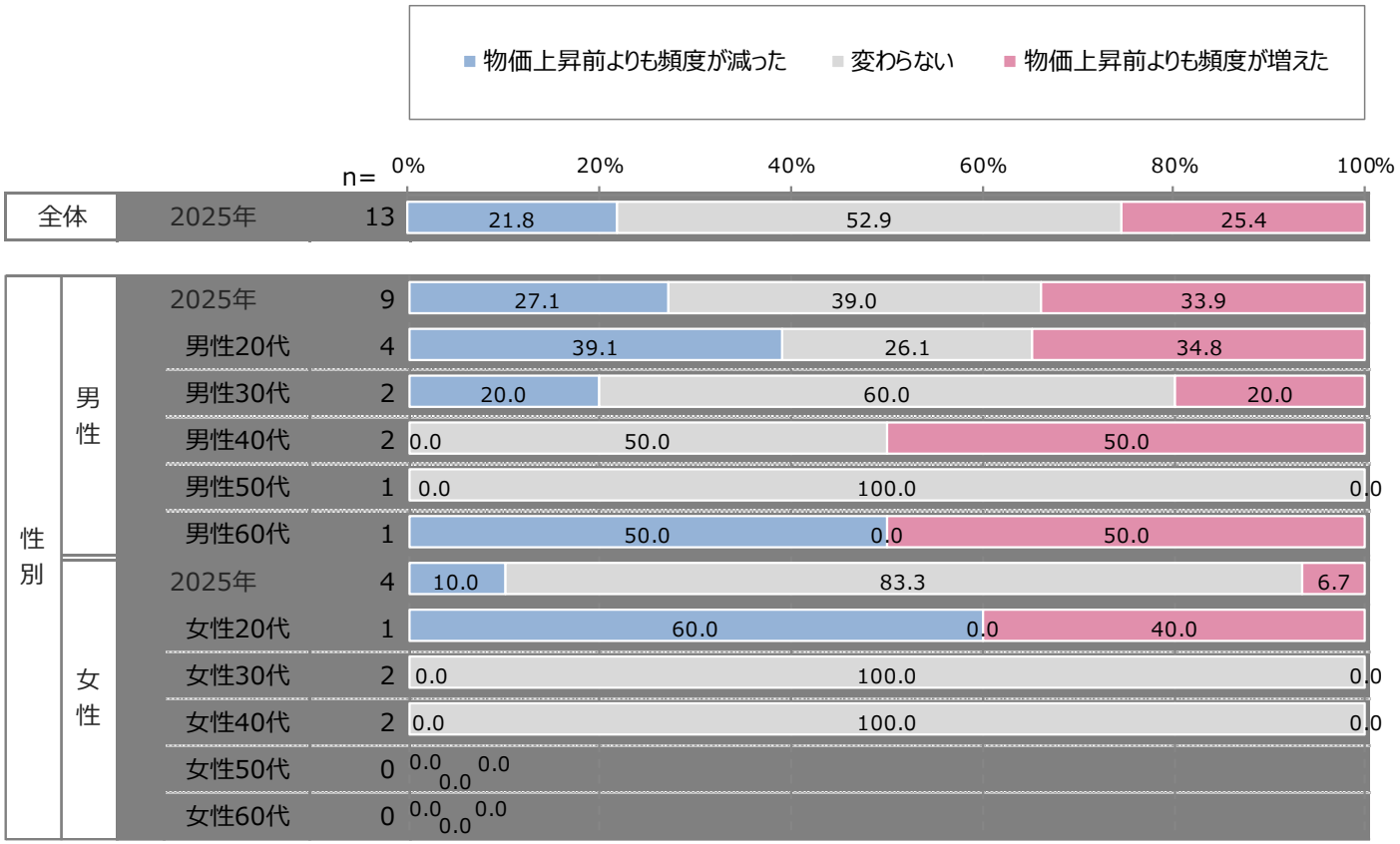


株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢ n＜30のため参考値

Q5S6 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。
【カラー専門サロン・白髪染め専門サロンでの白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト】(SA)

※n ＜30のスコアは参考値

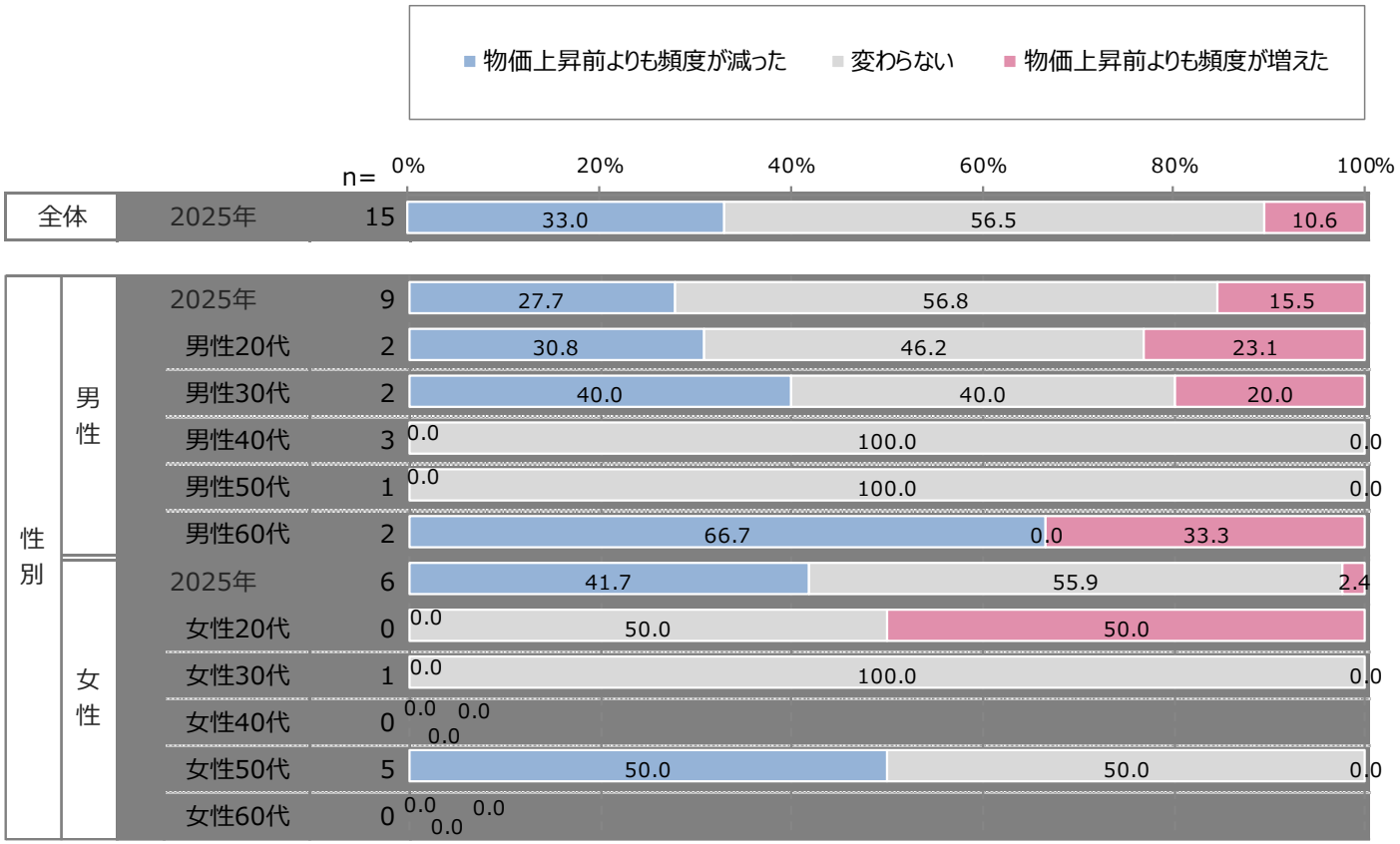


株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢ n＜30のため参考値

Q5S7 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。
【ホームケア用白髪染め/ヘアカラーを持っていくと、美容室で有料で染めてくれるサービス】(SA)

※ n ＜30のスコアは参考値



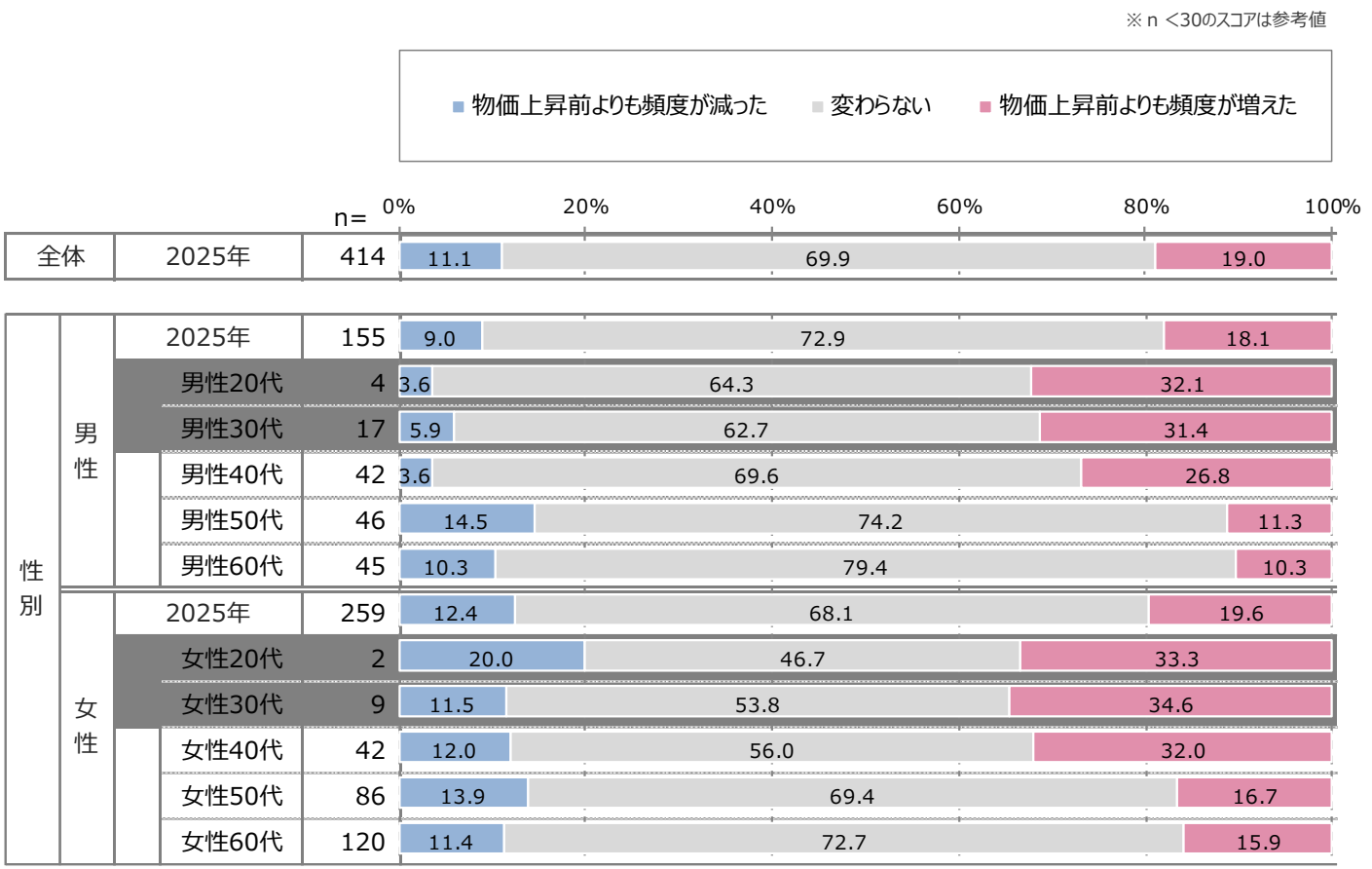
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め】

- 全体では「変わらない」が7割を占める
- 「増えた」が2割で、「減った」よりも多い

Q5S8 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【自宅で市販の白髪用ヘアカラーで白髪染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値



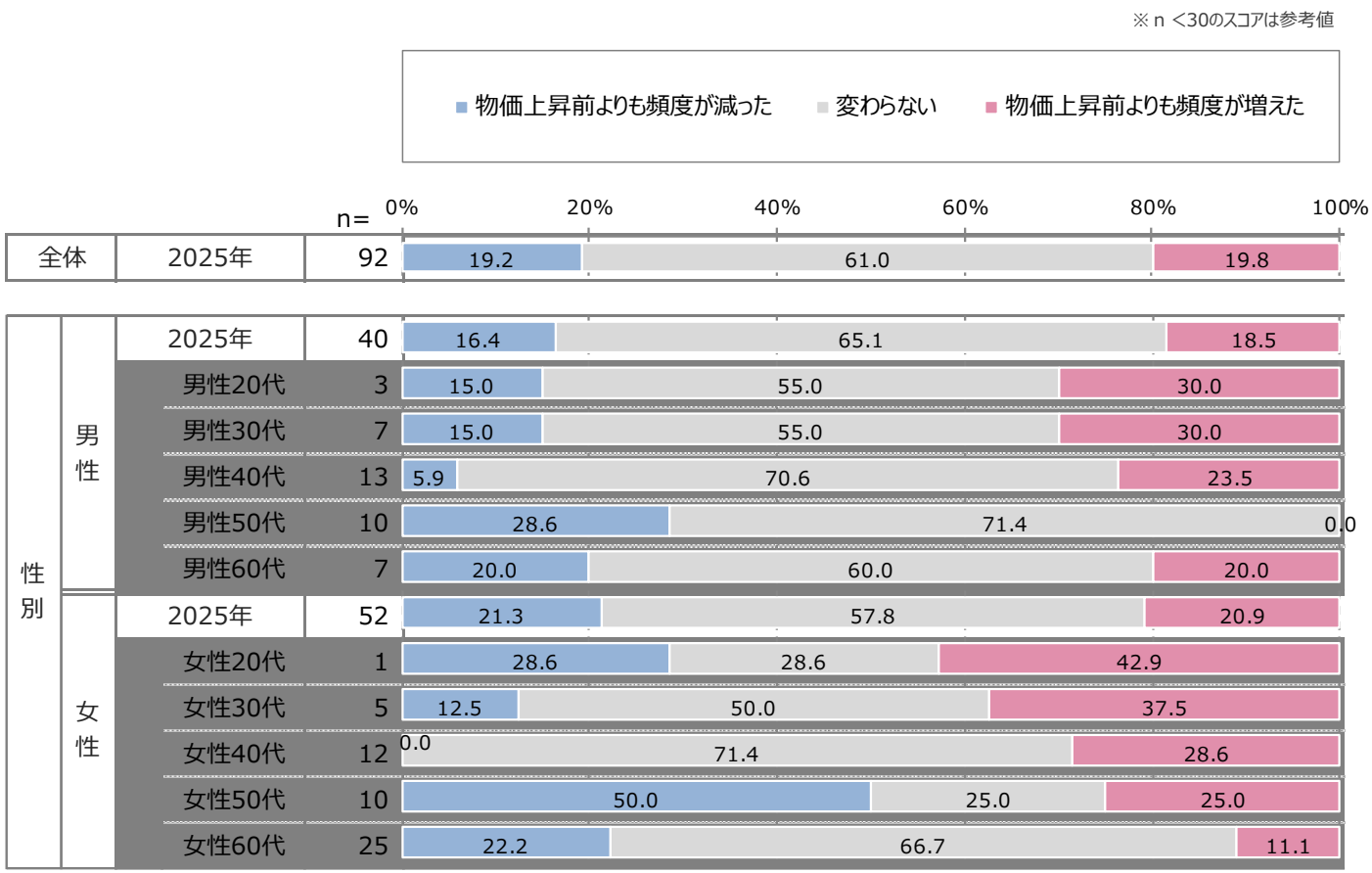
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

物価高による頻度変化【自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め】

- 全体では「変わらない」が6割を占める
- 「減った」と「増えた」は2割で同程度

Q5S9 物価高の影響により、「白髪ケア」もしくは「白髪対策」の利用頻度はどのように変化しましたか。あてはまるものをそれぞれお選びください。【自宅で市販のヘアカラー/おしゃれ染め】(SA)

※n <30のスコアは参考値



			n=	物価上昇前よりも頻度が減った	変わらない	物価上昇前よりも頻度が増えた
全体		2025年	92	19.2	61.0	19.8
性別	男性	2025年	40	16.4	65.1	18.5
		男性20代	3	15.0	55.0	30.0
		男性30代	7	15.0	55.0	30.0
		男性40代	13	5.9	70.6	23.5
		男性50代	10	28.6	71.4	0.0
		男性60代	7	20.0	60.0	20.0
	女性	2025年	52	21.3	57.8	20.9
		女性20代	1	28.6	28.6	42.9
		女性30代	5	12.5	50.0	37.5
		女性40代	12	0.0	71.4	28.6
		女性50代	10	50.0	25.0	25.0
		女性60代	25	22.2	66.7	11.1

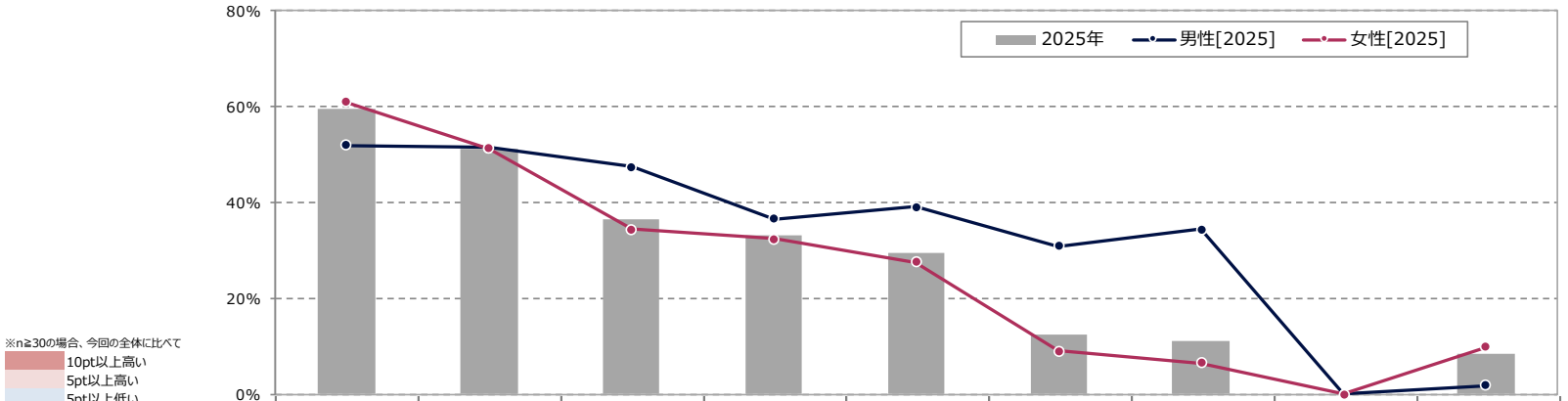
株式会社リクルート © Recruit Co.,Ltd. 不許複製

➢「クーポン・メニュー」が6割で最多。次いで「口コミ」
➢男性では「スタイリスト情報」が5割弱と高い

Q13 あなたが「白髪染め」または「（白髪も一緒に染める）ヘアカラー/おしゃれ染め」「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」の施術を受ける美容室・理容室や、カラー・白髪染め専門サロンを探す際に、「ホットペッパービューティー」で参考にしている情報はなんですか。（MA）

※白髪対策について参考にする情報源として口コミ・予約サイトを利用する人ベース

※2025年全体の降順ソート
※ｎ＜30のスコアは参考値



		n=	クーポン・メニュー	口コミ	スタイリスト情報	スタイル写真	サロンの「こだわり」	サロンで販売している商品	ブログ	その他	「ホットペッパービューティー」は参考にしていない
全体	2025年	357	59.5	51.4	36.5	33.2	29.4	12.6	11.1	0.0	8.6
性別 男性	2025年	58	52.0	51.4	47.4	36.6	39.1	31.0	34.5	0.0	1.9
男性20代		10	56.7	47.8	61.2	55.2	46.3	40.3	56.7	0.0	0.0
男性30代		11	51.6	41.9	41.9	35.5	38.7	38.7	38.7	0.0	3.2
男性40代		18	45.8	66.7	37.5	29.2	37.5	41.7	25.0	0.0	4.2
男性50代		11	53.3	40.0	60.0	46.7	33.3	13.3	20.0	0.0	0.0
男性60代		8	58.3	50.0	41.7	16.7	41.7	8.3	41.7	0.0	0.0
性別 女性	2025年	299	61.0	51.3	34.4	32.5	27.5	9.0	6.5	0.0	9.9
女性20代		6	53.2	42.6	27.7	42.6	25.5	17.0	29.8	0.0	10.6
女性30代		33	64.0	47.0	33.0	27.0	29.0	7.0	13.0	0.0	10.0
女性40代		100	49.2	50.8	37.3	27.1	23.7	8.5	3.4	0.0	10.2
女性50代		88	70.3	45.9	35.1	35.1	16.2	10.8	8.1	0.0	8.1
女性60代		71	65.4	61.5	30.8	38.5	46.2	7.7	3.8	0.0	11.5

(%)

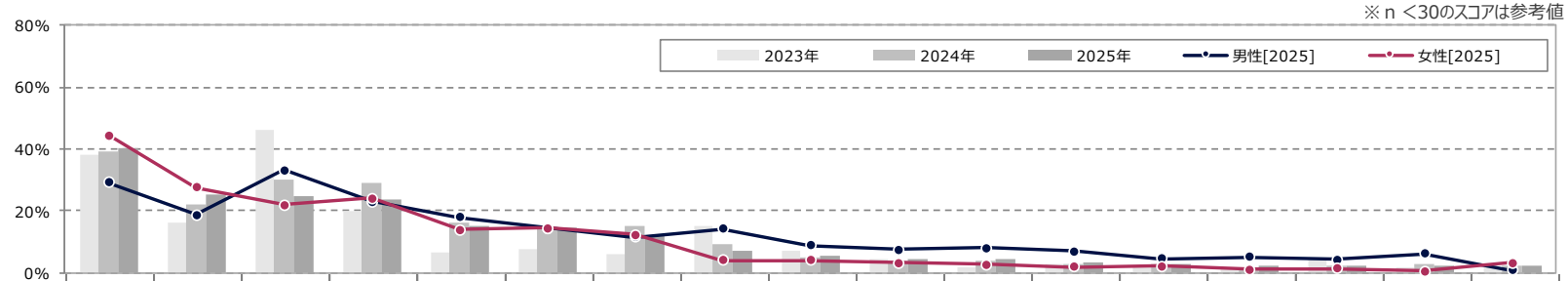
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪の人に抱くイメージ【白髪の男性】

- 全体では「自然体である」が4割で最多
- 女性と比べて男性からは「老けてみえる」「疲れてみえる」などのネガティブなイメージを持たれやすい

Q20S1 「白髪の男性」「白髪の女性」それぞれに対し、あなたのイメージとしてあてはまるものをすべてお知らせください。【白髪の男性】(MAMT)

※2025年全体の降順ソート
※n＜30のスコアは参考値



※2025年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	自然体である	シンプル、飾らない	老けてみえる	落ち着いている	おしゃれ	かっこいい、すてき	好感が持てる	疲れてみえる	地味	親しみやすい	憧れる	好感が持てない	女性らしい/男性らしい	華やか	身なりに手を抜いている	若々しい	その他
全体	2023年	1,029	38.3	16.4	45.9	19.8	6.7	7.9	6.3	15.1	7.1	4.7	2.0	2.8	2.0	1.2	4.8	1.8	2.1
	2024年	1,031	39.3	22.4	29.9	29.1	16.1	14.6	15.2	9.5	5.2	4.2	3.8	2.8	3.1	2.1	2.5	2.6	2.3
	2025年	**1,031**	**40.5**	**25.3**	**25.0**	**23.8**	**15.0**	**14.5**	**12.1**	**6.9**	**5.4**	**4.5**	**4.3**	**3.2**	**3.0**	**2.3**	**2.2**	**2.2**	**2.6**
性別 男性	2023年	278	21.8	9.1	60.5	14.1	7.0	6.3	4.3	25.0	10.6	5.6	4.2	4.6	2.8	3.1	8.5	4.0	1.8
	2024年	276	35.5	14.6	37.6	21.8	16.5	14.1	14.7	13.1	7.1	6.4	6.9	6.0	3.2	4.4	4.3	5.4	2.1
	2025年	**274**	**29.3**	**18.9**	**33.2**	**23.1**	**18.0**	**14.6**	**11.5**	**14.3**	**8.9**	**7.5**	**8.2**	**6.9**	**4.8**	**5.1**	**4.3**	**6.3**	**0.8**
	男性20代	16	27.2	25.2	29.1	31.1	25.2	27.2	19.4	22.3	16.5	19.4	25.2	13.6	12.6	13.6	20.4	17.5	0.0
	男性30代	35	17.5	16.5	30.1	26.2	25.2	19.4	15.5	17.5	10.7	10.7	15.5	4.9	4.9	8.7	3.9	13.6	1.0
	男性40代	78	29.1	21.4	31.1	22.3	14.6	14.6	6.8	15.5	5.8	7.8	6.8	8.7	3.9	5.8	3.9	7.8	0.0
	男性50代	76	33.0	17.5	36.9	22.3	14.6	9.7	11.7	18.4	8.7	4.9	4.9	3.9	3.9	1.0	1.9	1.9	0.0
	男性60代	68	32.0	17.5	34.0	21.4	20.4	14.6	12.6	4.9	9.7	5.8	5.8	7.8	4.9	4.9	3.9	2.9	2.9
女性	2023年	751	44.4	19.1	40.5	21.9	6.6	8.5	7.0	11.4	5.8	4.3	1.1	2.1	1.6	0.4	3.4	1.0	2.1
	2024年	755	40.7	25.2	27.1	31.8	15.9	14.8	15.4	8.2	4.5	3.4	2.7	1.6	3.1	1.3	1.8	1.6	2.4
	2025年	**757**	**44.5**	**27.6**	**22.0**	**24.0**	**14.0**	**14.4**	**12.4**	**4.2**	**4.1**	**3.4**	**2.9**	**1.9**	**2.3**	**1.3**	**1.5**	**0.7**	**3.2**
	女性20代	9	24.2	28.8	24.2	21.2	25.8	25.8	15.2	6.1	9.1	12.1	15.2	9.1	9.1	15.2	15.2	7.6	3.0
	女性30代	47	37.6	24.1	34.0	21.3	9.2	19.1	9.9	10.6	4.3	5.0	4.3	6.4	2.8	5.7	3.5	3.5	2.1
	女性40代	175	37.9	29.1	29.1	23.3	15.5	24.3	11.7	4.9	1.9	6.8	4.9	2.9	2.9	1.9	1.9	0.0	1.9
	女性50代	245	46.6	23.3	25.2	20.4	12.6	12.6	10.7	2.9	5.8	1.9	2.9	1.0	1.9	1.0	1.9	0.0	5.8
	女性60代	282	48.5	31.1	12.6	28.2	14.6	8.7	14.6	3.9	3.9	1.9	1.0	1.0	1.9	0.0	0.0	1.0	1.9

(%)

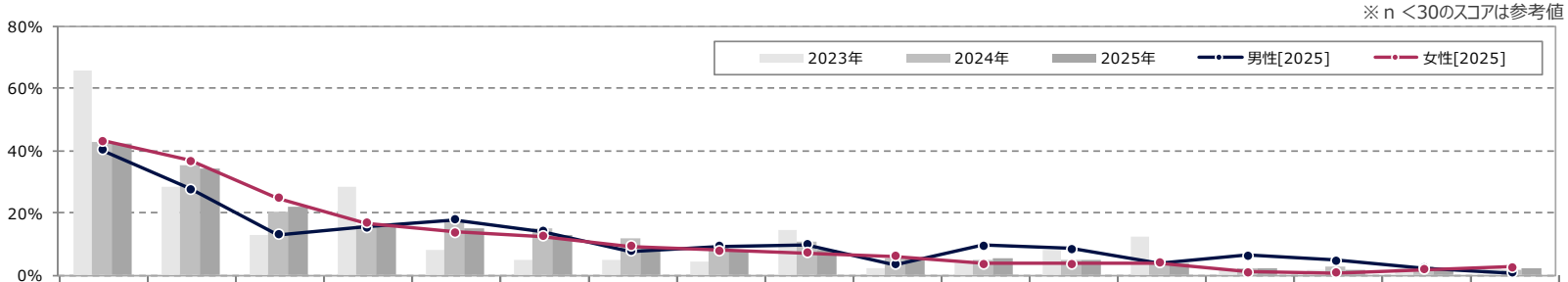
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪の人に抱くイメージ【白髪の女性】

- 前年からの大きな変化はなく、全体では「老けてみえる」が4割強で最多
- 男性では「自然体である」「シンプル、飾らない」「落ち着いている」「おしゃれ」などのポジティブイメージは全般的に上昇傾向にある

Q20S2 「白髪の男性」「白髪の女性」それぞれに対し、あなたのイメージとしてあてはまるものをすべてお知らせください。【白髪の女性】(MAMT)

※2025年全体の降順ソート
※n＜30のスコアは参考値



※2025年のデータのみ

※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	老けてみえる	自然体である	シンプル、飾らない	疲れてみえる	落ち着いている	おしゃれ	かっこいい、すてき	好感が持てる	地味	憧れる	親しみやすい	好感が持てない	身なりに手を抜いている	若々しい	華やか	女性らしい/男性らしい	その他
全体	2023年	1,029	66.0	28.7	13.2	28.3	8.3	4.9	4.8	4.3	14.5	2.1	3.8	7.9	12.5	1.6	1.5	2.3	2.0
	2024年	1,031	42.9	35.1	20.5	16.1	17.8	14.8	11.9	9.4	10.7	5.5	4.8	4.8	4.6	2.1	2.9	2.8	1.7
	2025年	**1,031**	**42.5**	**34.4**	**21.8**	**16.5**	**14.9**	**13.0**	**8.8**	**8.4**	**7.9**	**5.3**	**5.2**	**4.9**	**4.0**	**2.4**	**2.0**	**1.9**	**2.2**
性別 男性	2023年	278	64.9	14.4	7.8	28.3	5.8	3.6	3.2	2.7	11.9	3.0	4.3	9.0	12.2	2.3	2.8	2.7	1.8
	2024年	276	41.1	26.1	10.2	13.3	14.8	11.2	9.8	10.7	10.8	3.9	8.0	8.1	6.2	4.4	5.4	4.1	1.8
	2025年	**274**	**40.3**	**27.6**	**13.2**	**15.5**	**17.8**	**14.2**	**7.7**	**9.2**	**9.9**	**3.4**	**9.5**	**8.6**	**3.9**	**6.4**	**4.9**	**2.5**	**0.9**
	男性20代	16	30.1	28.2	21.4	20.4	21.4	21.4	18.4	19.4	13.6	18.4	19.4	13.6	13.6	17.5	12.6	11.7	0.0
	男性30代	35	35.0	12.6	13.6	20.4	23.3	17.5	10.7	13.6	17.5	7.8	8.7	5.8	4.9	8.7	5.8	5.8	1.0
	男性40代	78	40.8	26.2	12.6	15.5	16.5	12.6	8.7	6.8	9.7	1.9	13.6	9.7	2.9	10.7	5.8	0.0	1.0
	男性50代	76	47.6	32.0	9.7	15.5	13.6	12.6	3.9	8.7	7.8	1.0	5.8	5.8	0.0	1.0	1.9	1.9	0.0
	男性60代	68	36.9	32.0	15.5	11.7	20.4	14.6	6.8	7.8	7.8	1.9	6.8	10.7	6.8	3.9	4.9	1.9	1.9
女性	2023年	751	66.4	33.9	15.2	28.3	9.2	5.4	5.5	4.9	15.5	1.7	3.6	7.5	12.6	1.4	1.0	2.2	2.1
	2024年	755	43.5	38.5	24.2	17.2	18.9	16.2	12.6	8.9	10.7	6.1	3.7	3.6	4.0	1.3	1.9	2.3	1.7
	2025年	**757**	**43.3**	**36.9**	**24.9**	**16.9**	**13.9**	**12.6**	**9.2**	**8.1**	**7.2**	**6.0**	**3.7**	**3.6**	**4.0**	**0.9**	**0.9**	**1.7**	**2.6**
	女性20代	9	30.3	31.8	18.2	10.6	21.2	18.2	15.2	15.2	4.5	9.1	10.6	7.6	9.1	10.6	7.6	12.1	3.0
	女性30代	47	42.6	28.4	18.4	13.5	19.1	9.9	16.3	12.1	5.0	11.3	7.1	2.1	5.7	3.5	7.8	5.0	2.1
	女性40代	175	46.6	40.8	25.2	18.4	11.7	14.6	11.7	7.8	5.8	7.8	4.9	8.7	7.8	1.0	0.0	1.0	1.0
	女性50代	245	45.6	35.9	22.3	20.4	14.6	12.6	9.7	8.7	5.8	3.9	2.9	1.9	1.0	0.0	1.0	1.0	5.8
	女性60代	282	39.8	36.9	28.2	13.6	13.6	11.7	5.8	6.8	9.7	5.8	2.9	1.9	3.9	1.0	0.0	1.9	1.0

(%)

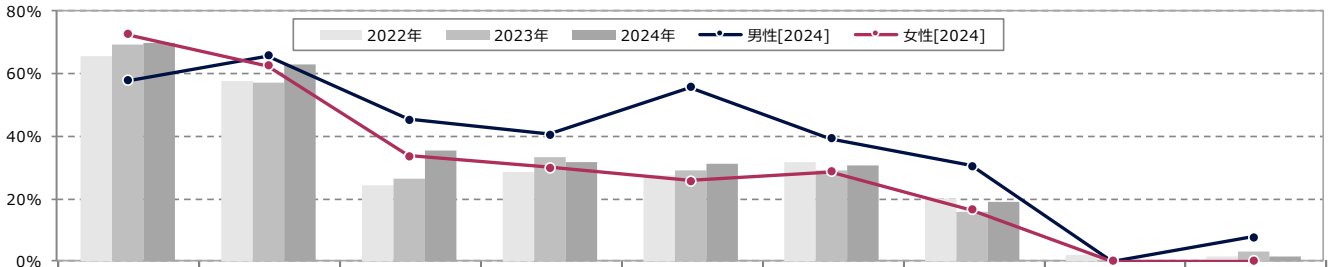
株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製

白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライト実施意向有無・理由

➢前年同様、「白髪が伸びても気づきにくいから」が7割で最多
➢次いで「オシャレに見えるから」が6割強で高く、かつ前年より上昇

Q8「白髪ぼかし/白髪ぼかしハイライト」（白髪を生かし、明るいハイライトを周囲に入れて白髪をぼかす、目立たなくする）を今後（も）実施したいと思いますか。また、実施したいと思う方はその理由について教えてください。
※白髪ぼかし／白髪ぼかしハイライトについて現在実施しているもしくは現在していないがやってみたい人ベース

※2024年全体の降順ソート
※n <30のスコアは参考値



※n≧30の場合、今回の全体に比べて
10pt以上高い
5pt以上高い
5pt以上低い
10pt以上低い

※n≧30の場合、前回全体と今回全体を比較し
↑ 前回よりも10pt以上の上昇
↓ 前回よりも10pt以上の下降

		n=	白髪が伸びても気づきにくいから/そうだから	オシャレに見えるから/見えそうだから	美容室・理容室に頻繁にいかなくても良いから/良さそうだから	イメージチェンジできるから/できそうだから	白髪染めをしていると気づかれにくいから/気づきにくそうだから	髪色を明るくできるから/できそうだから	髪・頭皮へのダメージが少ないから/少なそうだから	その他	実施したいと思わない
全体	2022年	139	65.5	57.7	24.5	28.4	27.5	31.8	19.8	2.3	1.5
	2023年	149	69.4	57.2	26.6	33.2	29.1	29.2	15.9	0.4	2.8
	2024年	**166**	**69.8**	**62.9**	**35.5**	**31.7**	**30.9**	**30.4**	**18.9**	**0.0**	**1.3**
性別 男性	2022年	41	52.8	51.9	27.6	24.6	42.1	25.9	20.9	1.9	4.3
	2023年	36	55.3	54.0	37.2	32.4	50.8	32.9	28.3	1.8	3.5
	2024年	**29**	**57.6**	**65.6**	**45.2**	**40.4**	**55.6**	**39.1**	**30.4**	**0.0**	**7.6**
	男性20代	4	42.4	75.8	60.6	51.5	63.6	57.6	51.5	0.0	0.0
	男性30代	7	61.1	72.2	61.1	55.6	61.1	55.6	44.4	0.0	0.0
	男性40代	7	70.0	100.0	60.0	60.0	80.0	60.0	50.0	0.0	0.0
	男性50代	6	50.0	37.5	12.5	12.5	25.0	12.5	0.0	0.0	25.0
	男性60代	4	57.1	28.6	28.6	14.3	42.9	0.0	0.0	0.0	14.3
性別 女性	2022年	99	70.7	60.1	23.2	30.0	21.5	34.3	19.4	2.4	0.4
	2023年	114	73.8	58.2	23.3	33.5	22.3	28.1	12.1	0.0	2.6
	2024年	**137**	**72.4**	**62.3**	**↑33.5**	**29.9**	**25.7**	**28.5**	**16.5**	**0.0**	**0.0**
	女性20代	1	60.0	50.0	70.0	40.0	40.0	40.0	20.0	0.0	0.0
	女性30代	13	69.4	72.2	19.4	30.6	27.8	36.1	8.3	0.0	0.0
	女性40代	60	72.7	57.6	30.3	24.2	27.3	24.2	15.2	0.0	0.0
	女性50代	37	75.0	68.8	37.5	31.3	18.8	31.3	18.8	0.0	0.0
	女性60代	26	70.0	60.0	40.0	40.0	30.0	30.0	20.0	0.0	0.0

(%)

株式会社リクルート　© Recruit Co.,Ltd. 不許複製