

～夏のヘアケアに関する意識調査を実施～

「暑くてドライヤーを使わない」更年期のホットフラッシュも影響

猛暑の“ドライヤー離れ”が抜け毛・薄毛のリスクを招く！？

髪其自然乾燥やシャンプーをサボることのリスクを頭髪専門医が解説

ドライヤー中も涼しく！「スカルプD ポーテ シャンプー クール」発売中

アンファー株式会社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:吉田南音 以下「アンファー」)の女性向けヘアケアブランド「スカルプD ポーテ」は、全国の20～60代女性300名に対して「夏のヘアケアに関する調査」を実施いたしました。(公式サイト:<https://sd-beaute.angfa-store.jp/brand/cool/>)

猛暑の“ドライヤー離れ”が 抜け毛・薄毛リスクを招く！？

～夏のヘアケア意識調査を実施～



■調査背景

2025年の夏は、気象庁の発表によると全国的に平年を大きく上回る猛暑が予想されています。こうした中、「お風呂上がりのドライヤーが苦痛」「暑くて髪を乾かす気になれない」といった“ドライヤー離れ”が加速しており、特に女性を中心に不快感や負担感を訴える声が高まっています。さらに、40代以降の更年期世代の女性の中には、ほてりや発汗といったホットフラッシュの症状によって、ドライヤーの使用がより一層つらく感じられるケースもあり、ドライヤー離れの一因となっているようです。

一方で、髪を濡れたまま自然乾燥させることは、頭皮に雑菌が繁殖しやすくなるほか、皮脂の詰まりや血行不良を引き起こし、抜け毛・薄毛といった頭皮トラブルのリスクを高めると、専門医は注意を促しています。

こうした背景を受け、スカルプD ポーテは全国20～60代の女性を対象に「夏のヘアケアに関する調査」を実施しました。本リリースでは、調査結果をもとに夏場のヘアドライに関する実態と課題を明らかにするとともに、頭髪専門医によるアドバイスを交え、“猛暑時代の正しいヘアケア習慣”についてご紹介します。

【調査サマリ】

- ・約7割が「面倒くさい」と回答した“入浴時のケア部位”は「頭(髪)」
- ・暑さや更年期症状が“ドライヤー離れ”を加速？「サボりがちなこと」第1位は「ドライヤー」
- ・「乾かすのが面倒くさい…」2人に1人以上が「髪を自然乾燥させた経験あり」

◇約7割が「面倒くさい」と回答した“入浴時のケア部位”は「頭(髪)」

「スカルプD ボーテ」が全国20～60代の女性300名を対象に実施した「夏のヘアケアに関する調査」によると、約7割の女性が「面倒くさい」と感じている入浴時のケア部位は「頭(髪)」であることが明らかになりました。

お風呂の時間は本来リラックスできるひとときのはずが、夏の猛暑と湿気の中では、「洗う・乾かす」といった工程が心理的にも肉体的にも負担になるケースが多いようです。



◇暑さや更年期症状が“ドライヤー離れ”を加速？「サボりがちなこと」第1位は「ドライヤー」

さらに、「夏の暑さを理由に、入浴関連でついサボってしまうことは何ですか？」という設問に対して、最も多く挙げられたのが39%で「ドライヤー」でした。また、「ドライヤー」と回答した女性の年代で最も多かったのは40代の女性ということも分かりました。サボりがちなこととして選んだ理由には、年齢を問わず「乾かすのに時間がかかって面倒」との声が多く集まりましたが、「乾かしている間にも汗が止まらないから」「熱風がしんどいと感じる」などの声は40～50代の女性から多い結果に。別調査※で実施した「夏の更年期症状に関する調査」においても、ドライヤー時の“ホットフラッシュ”に関する悩みの声が複数寄せられています。この質問からは、ドライヤーが“暑さによって避けられる行為”として顕著に浮き彫りになるとともに、更年期症状を感じやすい世代の女性に“ドライヤー離れ”が起りやすくなっているということが伺えます。

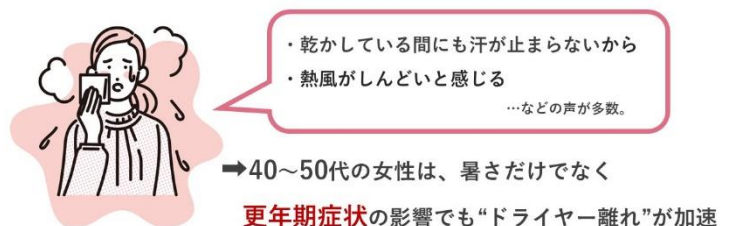
※ 2025年4月実施 全国40～60代女性392名対象「夏の更年期症状に関する調査」(インターネット調査)

夏の暑さが理由でバスタイムで
ついサボってしまうことは？



「夏に最もサボりがちなのは“ドライヤー”」

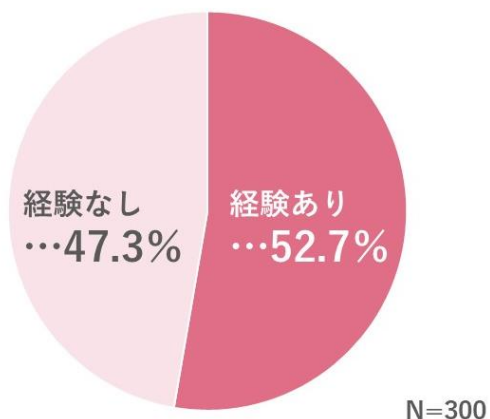
と回答したのは40代が最多



◇「乾かすのが面倒くさい…」2人に1人以上が「髪を自然乾燥させた経験あり」

実際に「ドライヤーが面倒で、髪を自然乾燥させたことがありますか？」という質問には、過半数以上が「はい」と回答。この結果からも、ドライヤーを使わない“なんとなく放置”が多くの女性の間で広く行われていることがわかります。

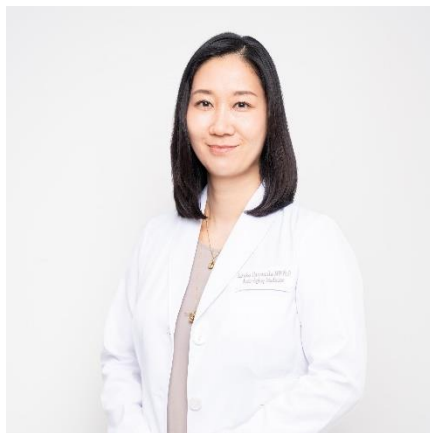
ドライヤーが面倒で 髪を自然乾燥させた経験は？



■ 頭髪専門医が解説「自然乾燥は頭皮環境を悪化させ、薄毛リスクを高める」

上記の調査結果を踏まえ、女性の頭髪治療の専門医であるクレンジュ総院長の浜中聡子医師が「髪の自然乾燥が招く薄毛・抜け毛のリスク」について解説いたします。

クレンジュ総院長 浜中聡子医師



◇髪の自然乾燥が薄毛・抜け毛リスクを高めるのはなぜ？

ドライヤーを使わずに髪を自然乾燥させる行為は、涼しくて手軽に思える一方で、頭皮や毛髪にとっては決して理想的とは言えません。特に夏の高温多湿な環境下では、髪が濡れたままの状態が長く続くことで頭皮に熱と水分がこもり、雑菌やカビが繁殖しやすくなります。

また、髪が濡れている時間が長いほどキューティクルが開いたままとなり、摩擦や枕との接触で髪が傷みやすくなるというデメリットもあります。乾燥しきらない頭皮は皮脂の分泌バランスも崩れやすくなり、毛穴の詰まりや血流の悪化を引き起こし、結果的に抜け毛や薄毛の原因になるのです。

◇更年期のヘアケアの重要性とは？

更年期に差し掛かる40～50代の女性は、女性ホルモン(特にエストロゲン)の分泌量が急激に低下します。エストロゲンは、髪の毛の成長サイクルを健やかに保ちハリ・コシのある毛髪を維持するうえで欠かせないホルモンです。このホルモンが減少することで、髪の毛の一本一本が細くなる、髪の毛のボリュームが出にくくなる、生え際や分け目が目立ちやすくなるなどの変化が見られるようになります。このような状態の頭皮に対して、洗髪後にきちんと髪を乾かさず自然乾燥で放置することで、薄毛の進行をさらに加速させる恐れがあるため、できる限りドライヤーを使って髪を乾かすことを推奨します。

◇暑い夏に、“無理なく、効率よく快適に”ドライヤーで髪を乾かすコツとは？

① 吸水性の高いタオルでしっかり“プレドライ”を

ドライヤーの前に、髪の毛の水分をできるだけタオルで吸い取ることが、時短の第一歩です。マイクロファイバーなど吸水性の高いタオルで、根元から毛先まで丁寧にやさしく水気をとるのがポイントです。ゴシゴシと水気を拭き取るのはNGです。

② 髪の毛の根元に温風を当てる

髪全体を乾かそうとせず、まずは頭皮を乾かすことを優先しましょう。

地肌が乾けば蒸れが防げるうえに、毛先にも自然と風が通るので、全体の乾燥時間が短縮されます。

後頭部⇒頭頂部⇒サイドと乾きにくい順に乾かしましょう。

③ ドライヤーの“冷風機能”を活用

熱がこもると汗をかいて逆効果になることも。仕上げの段階では「冷風モード」を使うことで、快適さがぐっとアップします。汗の再発を防ぎ、キューティクルを引き締める効果も期待できます。

④ 部屋の温度・風通しも工夫して

エアコンや扇風機を併用し、ドライヤー中の“室温調整”も快適さのカギです。風通しのよい場所で行うだけでも、体感温度が大きく変わります。

⑤「ひんやりアイテム」の活用でドライヤー時間を快適に

「どうしても暑さが我慢できない」「ドライヤーの熱風が苦手」という方には、冷感・涼感グッズを取り入れた“ひんやりヘアケア習慣”もおすすです。冷感シャンプーやクールスプレーなどを使って頭皮をクールダウンさせることで、汗を抑えるだけでなく、ドライヤー時間そのものを快適に感じられるようになります。

＜浜中医師からのコメント＞

日常的なヘアドライは、見た目の清潔感だけでなく、頭皮と毛髪を守るための基本的なケアです。

暑さへの対策としては、冷風モードや吸水性の高いタオル、冷感ケア用品などを活用しながら、無理なく、継続的に髪を乾かす習慣を取り戻すことが重要です。

頭皮は顔と同じ“皮膚の一部”であり、年齢とともに変化していきます。だからこそ、“なんとなく”の自然乾燥ではなく、将来の頭髪を守るという意識を持って、日々のヘアケアを見直していただければと思います。

=====

■猛暑やホットフラッシュによる“暑いバスタイム”を快適に！おすすめのヘアケアアイテムをご紹介

「スカルプD ポーテ シャンプー クール」は、女性の頭皮環境に着目して開発されたクールタイプの薬用スカルプシャンプーです。メントール配合による爽快感に加え、スカルプD独自の処方で頭皮をやさしく洗浄しながら、必要な潤いはしっかりキープ。メントールの冷感が頭皮に伝わることで、ホットフラッシュの不快感を一時的に和らげます。さらに、フケ・かゆみ・ニオイといった夏特有の頭皮トラブルにもアプローチし、すっきりとした洗い上がりに仕上げます。ドライヤー前のひと手間が“ひんやり心地よく”なることで、夏でも前向きにヘアケアを続けやすくなります。

＜商品特徴＞

1. 夏季限定処方で、ほてった頭皮をひんやりクールダウン！※1

シャンプー・トリートメントパックに即感のクール成分を配合。ほてった頭皮をひんやりとした心地よさが包み込みます。メントール(皮膚コンディショニング成分)によるひんやり効果で涼やかな気持ちに。また、頭皮に直接つけられるトリートメントパックで、蒸れやすい夏の頭皮をクールダウン※1します。



2. 洗浄力アップ！※2アミノ酸性の濃密な泡が、毛穴汚れを落とし根元からふんわり

夏の頭皮環境に合わせて、「スカルプD ポーテ」のオリジナルシャンプーよりも洗浄力をアップしました。髪の毛根元から汗・皮脂をスッキリと洗いあげ、夏の湿気に負けないサラふわ髪を実現します。



3. 瑞々しく華やかで、すっきりとしたフローラルフルーティーシトラスの香り

ミュゲやローズのフローラルを基調に、ベルガモットなどを組み合わせた香りを採用。夏の気になる臭いを包み込み、爽やかに気持ちを盛り上げます。



4. こだわりの無添加設計

シリコン、鉱物油、合成着色料、サルフェート(硫酸系化合物※3)、パラベン不使用

5. トリートメントパックを3分おいてから流すと、さらにひんやり感アップ

頭皮に直接つけられるトリートメントパックで、蒸れやすい夏の頭皮をクールダウン※¹。頭皮をマッサージするように全体をなじませ、3分おいてから流すと、ひんやり感がさらにアップします。



6. うるおいアップ

夏の強い日差しや冷房によって髪や頭皮は体感以上に乾燥しています。

トリートメントパックで髪・頭皮を保湿し、うるおいを与えます。

※1 程よい冷感で肌をひきしめ頭皮を整えること

※2 「スカルプD ボーテ 薬用スカルプシャンプー」と比較して1.1倍の洗浄力

※3 ラウレス硫酸ナトリウム、ラウリル硫酸アンモニウムなど

■商品概要



・商品名：(左)スカルプD ボーテ シャンプー ボリューム クール

(右)スカルプD ボーテ トリートメントパック ボリューム クール

・販売名：(左)スカルプDB CスカルプシャンプーNK1

(右)スカルプDB CTリートメントパックNK1

・内容量：各200mL

・価格：各2,250円(税抜)、2,475円(税込)

・発売日：2025年4月16日(水)

・販売店舗：WEB(アンファーストア・楽天・Amazon・PayPayモール・auPAY)

店舗：ロフト・ハンズなどのバラエティショップなど(一部、取扱いのない店舗もございます。)

■「スカルプD ポーテ」とは

頭皮や髪のボリュームに悩み、クリニック治療に通う女性の「おうちでもケアできるシャンプーが欲しい」という声から生まれた薬用スカルプシャンプー & トリートメントパックをはじめとする、本格ボリュームヘアケアブランドです。20年にわたり頭皮・頭髮研究を重ねながらより良い商品を開発し、ボリュームケアだけでなく、ツヤ・まとまり・パサつきなどのエイジングサインにもアプローチする商品を展開しています。

スカルプD ポーテ 公式サイト:<https://sd-beaute.angfa-store.jp/lineup/>



アンファー株式会社について

アンファー株式会社は、1987年に会社設立。「予防医学」をタグラインに掲げ、“「いつまでも美しく、健やかに生きる」というエイジングケア・ライフスタイルの実現を目指す”トータルヘルスケア・カンパニーです。多くの医師や臨床機関・研究機関との密接なリレーションを構築しながら、「スカルプD」シリーズをはじめ、化粧品、食品等、様々なエイジングケア商品・サービスの企画・研究開発および販売を行っております。2019年4月10日より、“Dクリニックグループ”※に参画しました。

※Dクリニックグループは、「医学」を背景として、共通の目的と理念を実現するために、企業、クリニック、NPO法人団体等により発足したグループです。

【報道関係者お問合わせ先】

アンファー株式会社 PR課

TEL:03-3213-8882

FAX:03-3215-6155

Email:pr1@angfa.jp

【お客様からお問合わせ先】

アンファー株式会社

〒100-7026 東京都千代田区丸の内2-7-2 JPタワー26F

TEL:0120-059-595 [営業時間:午前9時～午後6時(年中無休)]