

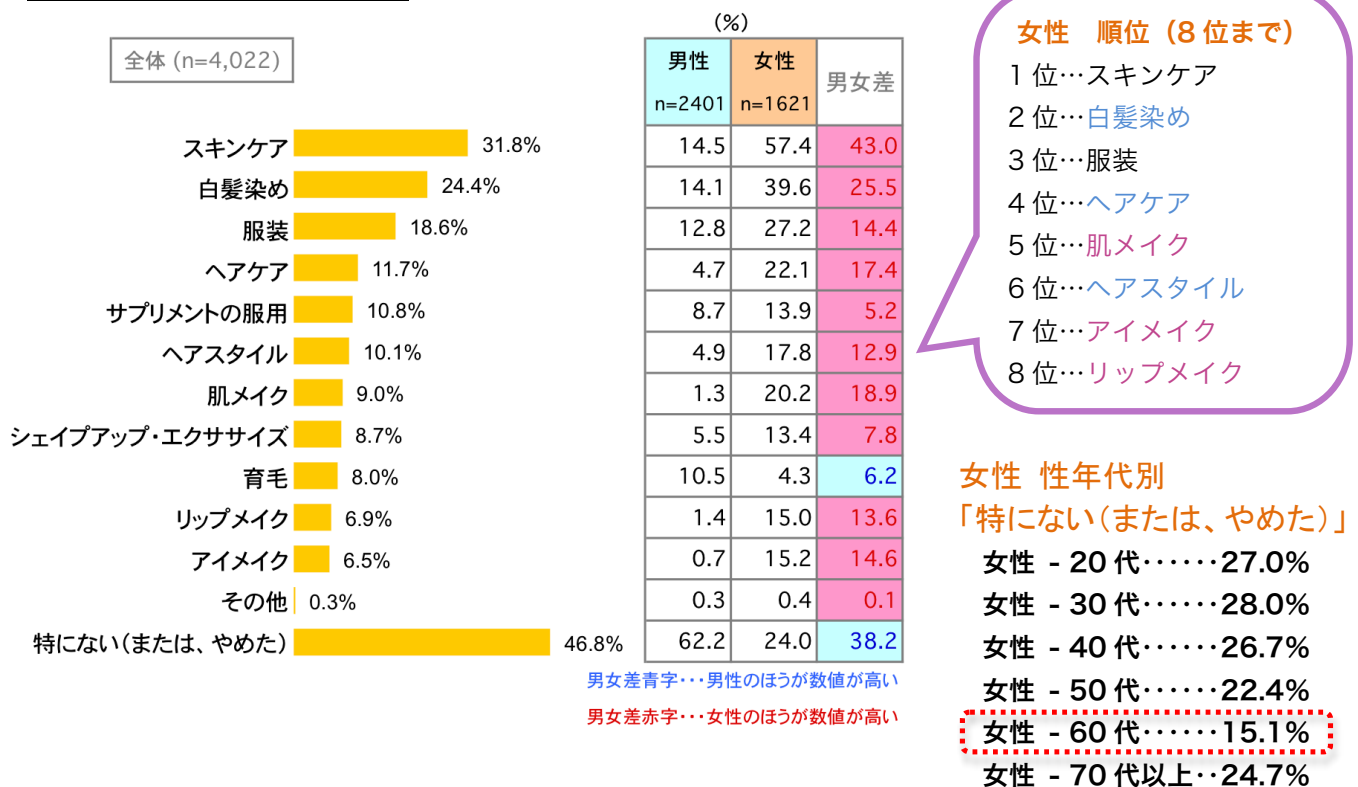
「グレイヘア」にも“適齢期”…似合うのは 50代から？ 70代から？

～男性は“不自然な黒髪”を嫌い、女性は白髪染めを“やめたくても、やめられない”？～

国内1,300社超が利用する日用品流通の情報基盤を運営する株式会社プラネット（所在地：東京都港区、代表取締役社長：田上正勝）は、消費財や暮らしにまつわるトピックスをお届けする『Fromプラネット』の第105号として、グレイヘアに関する意識調査の結果をご紹介します。バックナンバー https://www.planet-van.co.jp/news/from_planet.html

■ アンチエイジングのためにしていること…「白髪染め」は何位？

表1 「あなたは、若々しい見ためを保つためやアンチエイジングのために、気をつけていることがありますか」についての回答



程度に個人差はあれど、年齢を重ねた多くの人にとって白髪をどうするかは悩ましい問題だと思えます。この白髪を隠したり染めたりせず、あえて生かした「グレイヘア」が今話題になっています。今回は「グレイヘア」をテーマにアンケートを行い、白髪をどうしているかや染めない理由、グレイヘアをどう思うかなどをまとめました。

最初に、若々しい見ためを保つために、どんなことに気をつけているかを尋ねました。すると、「白髪染め」は、「スキンケア」に次いで、「服装」を上回る2位にランクイン。女性では男性に比べて高く、5人に2人に上りました。女性の順位では、「白髪染め」と「ヘアケア」は「肌メイク」より上位に入り、「ヘアスタイル」も含めた“髪”に関連する項目が「アイメイク」「リップメイク」などのメイクに関する項目よりも高くなる傾向が見られます。若々しい見ためを保つには、服装やメイク以上に、“髪”を意識している女性が多いことがわかります。

一方で、若々しい見ためを保つために気をつけていることは「特にない(または、やめた)」と答えた人が、全体の約半分。特に男性では6割超と高く、女性でも30代では3割近くいました。ただし、女性では40代以降徐々に低下し、60代では15.1%に。加齢に伴い、“見ため年齢が気になるお年頃”になるようです。ところが、それも70代以上になると、再び24.7%に上昇。あれこれ手をかけていた女性の心境は、70歳を超えると、“そろそろ自然でいい”となるのかもしれません。

■ 一度染めたらやめられない!? 白髪のある60代女性では8割が染めている

表2 「自分の白髪をどうしていますか」
についての回答

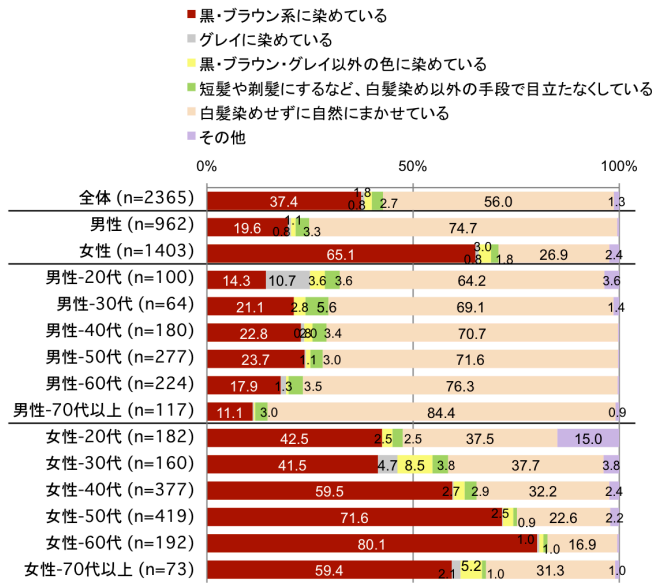


表3 「白髪染めをしない理由、または白髪染めをやめたきっかけを教えてください」
についての回答

| 理由 | 全体 (n=1,917) | | |
|-------------------------------------|--------------|------------|------|
| | 男性 (n=1552) | 女性 (n=365) | 男女差 |
| 1位 自然な髪が好きだから | 57.1 | 40.3 | 16.8 |
| 2位 白髪染めは手間やお金がかかるから | 26.3 | 30.4 | 4.1 |
| 3位 白髪染めをするほど白髪の割合が多くないから | 14.4 | 31.5 | 17.1 |
| 4位 白髪染めた髪が伸びてくると、色の境目が目立つから | 9.7 | 21.1 | 11.4 |
| 5位 年齢的に黒髪では不自然だから | 10.2 | 5.8 | 4.4 |
| 6位 定年退職など、 人目を気にしなくてよかったのを機に | 6.3 | 1.4 | 4.9 |
| 7位 グレイヘアをすてきだと思うから | 3.9 | 8.2 | 4.4 |
| 8位 染めないほうがかえって若々しいと思うから | 3.5 | 3.8 | 0.4 |
| 9位 白髪染めから卒業したかったから | 2.1 | 5.5 | 3.4 |
| 10位 孫の誕生などを機に 年齢相応でいいと思うようになったから | 2.5 | 1.4 | 1.1 |
| その他 | 4.7 | 11.8 | 7.1 |

男女差青字・・・男性のほうが数値が高い
男女差赤字・・・女性のほうが数値が高い

次に、白髪のある人を対象に、自分の白髪をどうしているかを聞きました(表2)。すると、男性では「白髪染めせずに自然にまかせている」が圧倒的に多いのに対し、女性では、5人いたら3人は「黒・ブラウン系に染めている」。対照的でした。年代別では、女性は年代につれて「黒・ブラウン系に染めている」が増加し、60代で80%と最高に。それが70代以上になると、「黒・ブラウン系に染めている」が一気に低下。その分「白髪染めせずに自然にまかせている」が60代の2倍近くに。前の調査でも、70代以上になるとアンチエイジングのために気をつかうことは「特にない(または、やめた)」が一転して増加したのと同じ傾向です。

さらに、白髪染めをしていない人や白髪染めをやめた人に、その理由やきっかけを聞きました(表3)。1位は「自然な髪が好きだから」。男性では5人いれば3人ほどです。5位の「年齢的に黒髪では不自然だから」も女性より男性のほうが高く、男性は、白髪を自然のものとして受け入れる傾向がより強いことがわかります。

一方で、女性では、「自然な髪が好きだから」に次いで、2位と3位に「白髪染めをするほど白髪の割合が多くないから」「白髪染めは手間やお金がかかるから」が並びました。4位の「白髪染めた髪が伸びてくると、色の境目が目立つから」も男性を大きく上回っています。女性も本音では“白髪染めは面倒”“白髪の割合が少ないうちはできるだけ染めたくない”と思っているようです。表2で6割以上を占めた白髪染めをしている女性の中にも、一度染め始めてしまったため“色の境目が目立つからやめられない”と思っている人がいそうですね。

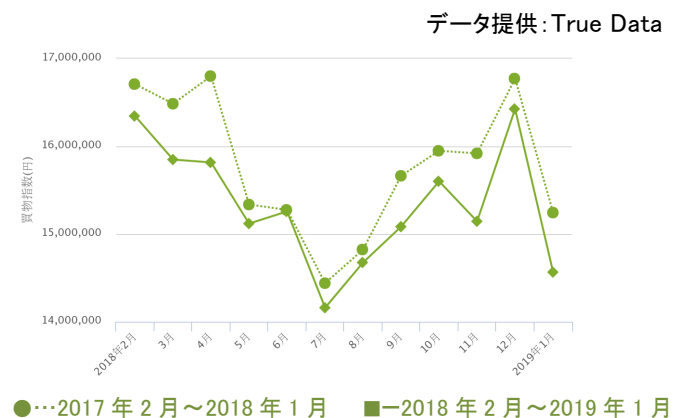
■ 自然体を好む男性より、女性で高い「グレイヘアをすてきだと思う」

女性に比べ男性のほうが白髪を自然に受け入れることがわかりました。しかし表3で「グレイヘアをすてきだと思うから」は女性が上回り、自然な白髪を生かす「グレイヘア」の支持が女性にも広がっています。

表4は全国ドラッグストアでの白髪用カラーリング剤の売り上げ推移です。2017年に比べ、2018年では売り上げが下がっています。一因として、女性の“白髪染め離れ”がありそうです。

最近では、白髪を徐々に目立たなくするトリートメントタイプの白髪染めも増えています。髪にやさしい白髪染めが今後も注目されそうです。

表4 「全国ドラッグストア白髪用カラーリング剤
売り上げ推移 (2017年2月～2019年1月)」



■ 「白髪染めから卒業したかった」60代以上の女性で急増

表5 「あなたが白髪染めをしない理由、または白髪染めをやめたきっかけを教えてください」
 についての回答（女性・性年代別）

| | 合計 (n) | 自然な髪 が好きだから | 白髪染め は手間や お金がか かるから | 白髪染め をするほど 白髪の割 合が多くな いから | 白髪染めし た髪が伸び てくると、色 の境目が目 立つから | 年齢的に 黒髪では 不自然だ から | 定年退職な ど、人目を 気にしなくて よくなったの を機に | グレイヘア をすてきだ と思うから | 染めないほ うがかえっ て若々しい と思うから | 白髪染め から卒業し たかったか ら | 孫の誕生な どを機に年 齢相応でい いと思うよ うになったから |
|----------|-----------|----------------|------------------------------|---------------------------------------|---|----------------------------|---|-------------------------|----------------------------------|-----------------------------|---|
| 女性 | 365 | 40.3 | 30.4 | 31.5 | 21.1 | 5.8 | 1.4 | 8.2 | 3.8 | 5.5 | 1.4 |
| 女性-20代 | 16 | 18.8 | 18.8 | 50.0 | 6.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 6.3 |
| 女性-30代 | 44 | 34.1 | 20.5 | 50.0 | 9.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 2.3 | 0.0 | 0.0 |
| 女性-40代 | 132 | 30.3 | 28.0 | 39.4 | 12.1 | 2.3 | 0.8 | 3.0 | 2.3 | 0.0 | 0.8 |
| 女性-50代 | 105 | 44.8 | 38.1 | 23.8 | 31.4 | 4.8 | 1.0 | 12.4 | 3.8 | 7.6 | 0.0 |
| 女性-60代 | 37 | 56.8 | 40.5 | 13.5 | 37.8 | 13.5 | 2.7 | 27.0 | 10.8 | 18.9 | 2.7 |
| 女性-70代以上 | 31 | 67.7 | 22.6 | 9.7 | 29.0 | 25.8 | 6.5 | 9.7 | 6.5 | 16.1 | 6.5 |

※n=30未満は参考値

女性全体 ■+10% ■+5% □-5% □-10% (%)

表3の結果を女性の性年代別に見ると、さらに興味深い傾向が浮かび上がりました。「自然な髪が好きだから」「年齢的に黒髪では不自然だから」は、60代から70代以上の高齢層で高くなっていることがわかります。「白髪染めは手間やお金がかかるから」「白髪染めをした髪が伸びてくると、色の境目が目立つから」は50代から60代にかけて高く、白髪染めをする必要に迫られる年代だからこそ、負担や面倒を感じる人も増えていくと考えられます。「白髪染めから卒業したかったから」が60代で急に高くなっているのも、そうした白髪染めの問題点が背景にあると考えられそうです。

「グレイヘアをすてきだと思うから」「染めないほうがかえって若々しいと思うから」も、60代で突出していました。女性は60代に、白髪染めを“卒業”したり白髪を受け入れたりする、転機を迎える人が多いことがうかがえます。

■ “白髪染め”するべきか、せざるべきか…やめるタイミングも悩ましい

白髪染めをしない理由、やめたきっかけについて、さらに自由回答でも教えてもらいました。「髪の毛の色合いと肌質・肌の色合いが合わなくなっていく」「いつか白髪染めをやめたいとは思っていたがなかなか思いきれない」など、特に女性の回答からは、白髪の扱いや白髪染めをやめるタイミングに悩む様子が伝わってきます。「染めだすと、ずっと気にしなくてはならないことにストレスを感じる」という言葉に、複雑な心理がかいま見えるようです。

《 白髪染めをしない理由、やめたきっかけ 》

- 白髪は高齢になると自然に増えてくるもの。髪の色ではなく、若々しい気持ちと行動が大事。(男性・70代以上)
- 髪を染めていると、髪の毛の色合いと肌質・肌の色合いが合わなくなっていくような気がするから。どちらも同じ速度で年をとったほうが自然でいいと思う。(女性・50代)
- 働いているときは他人の目があるので白髪染めをしていたが、無職になり人目を気にしなくてよくなったのでやめた。やめてよかったことは、お金や手間がかからなくなったこと。(女性40代)
- まだそこまでの白髪の量ではない。染めだすと、ずっと気にしなくてはならないことにストレスを感じるのもいや。グレイヘアの女性のりんとしたたたずまいに憧れるので、いつか自分もそうなりたい。(女性40代)
- 白髪染めをしている人が染めて1か月したところを見せてもらったことがあるが、根元だけ真っ白でもものすごくおかしかった。(女性・30代)
- 染めるのが面倒になったし80歳になって真っ黒もおかしいと思うようになった。1年間くらいは帽子をかぶって過ごした。白髪染めをやめてパーマもかけないでいると髪がつつやしてきれいになった。(女性・70代以上)
- いつか白髪染めをやめたいとは思っていたがなかなか思いきれないでいた。グレイヘアが話題になっていることを知り、今年3月に還暦を迎えるので、このタイミングだ！とやめることにした。(女性・50代)
- 大事なのは色ではなく、髪の毛のボリュームやツヤ。きちんとケアしている感は表に出る。このことが、自分のような世代には大事だと気づいた。(女性・50代)

■ グレイヘアは魅力的…ただし“おしゃれで身のこなしがすてきな人限定！”

最後に、著名人や身のまわりでグレイヘアにしている人をどう思うか、自分だったらどうするかなど、グレイヘアに関する感想やエピソードを寄せてもらいました。“グレイヘアは似合う人と似合わない人がいる”という回答が目立ち、少々敷居が高いと感じている人が多いようです。今はまだ染めていたいけれど、「50代になったら」「70代になったら」など、“いずれは白髪染めをやめてグレイヘアにしたい”という声もちらほらと。抵抗なくグレイヘアを受け入れられる“グレイヘア適齢期”とも呼ぶべきタイミングが人それぞれにあるのかもしれないですね。

《身のまわりや著名人のグレイヘア、どう思いますか？》

【すてきです】

- あらうことなく、きれいに年を重ねている印象で、生き様がすてきに見える。(女性・30代)
- 知的でおしゃれでクールに見えて、カッコいい。(男性・30代)
- デパートの化粧品売り場で、キレイに光り輝くグレイヘアの年配の女性が、カウンターの店員さんと化粧品についてお話しているのがとても美しかったです。(女性・40代)

【自然体がいい】

- やはり自然体がいいですね 不自然な黒髪はおかしいです。(男性・50代)
- 年とともに、そうなるのはあたりまえのことと思っている。染めたりする必要はない。(男性・70代以上)

【似合う人、似合わない人がいる】

- グレイヘアがとても似合っていてカッコいい人はいる。カッコよく見えるか、ただ老けて見えるかはその人自身の表情や話し方や身のこなしなどトータルでの印象によると思う。(女性・30代)
- 俳優さんみたいに顔がよくないと、やるもんじゃないと思いました(体験済み)…。(男性・30代)
- 年輪を重ねた方のグレイヘアは魅力的だと思う…おしゃれで身のこなしがすてきな人限定(笑)！(女性・40代)

【やはり、ハードルが高い】

- グレイヘアではメイクや服装もきちんとしていないときれいに見えないので、ハードルが高い。(女性・40代)
- 女優さんだからすてきに見えるのであって、普通の主婦が普段着でグレイヘアだと、所帯やつれして老け込んで見えるような気がします。(女性・50代)
- 白髪が似合うようなダンディさを持ち合わせていないので、とにかく髪は黒いままでいたい。(男性・50代)
- 完全なグレイヘアになるまでの過程が見苦しいので、当分は白髪染めを続ける。(女性・60代)

【グレイヘアにも適齢期？】

- 50代の方がグレイヘアにされていると、年を重ねていてステキだなと思います。私も50代になったらグレイヘアにしてみたいです。でも今は30代なので白髪を隠したい。今はしっかり白髪を染めたいです。(女性・30代)
- グレイヘアは50代でするにはまだ早すぎると思う。やはり70代くらいがいい。(女性・50代)
- 漠然と70代になったら、やってみたいと思う。“白髪を染めなくては”という呪縛から逃れたい。(女性・60代)

【表1～表3、表5、エピソード】

調査機関：インターワイヤード株式会社が運営するネットリサーチ『DIMSDRIVE』実施のアンケート「グレイヘア」。
期間：2019年1月25日～2月8日、DIMSDRIVEモニター4,022人から回答を得ています。

株式会社プラネットとは <https://www.planet-van.co.jp/>

メーカー、卸売業、小売業がサプライチェーンとして連携し、生活者へのサービス向上を目指して進化を続ける日本の消費財流通を、情報インフラ運営で支えている上場企業(証券コード2391)です。

From プラネットとは https://www.planet-van.co.jp/news/from_planet.html

株式会社プラネットが発信しているニュースレターです。消費財や暮らしに関する旬なトピックスなどをご紹介します。

本件に関するお問い合わせ先

(感想や取り上げてほしいテーマなどお寄せください。リリースに掲載していない結果や属性データもご紹介できます)

株式会社プラネット 広報部(河合、角田)

Tel : 03-6432-0482 / E-mail : koho-pr@planet-van.co.jp