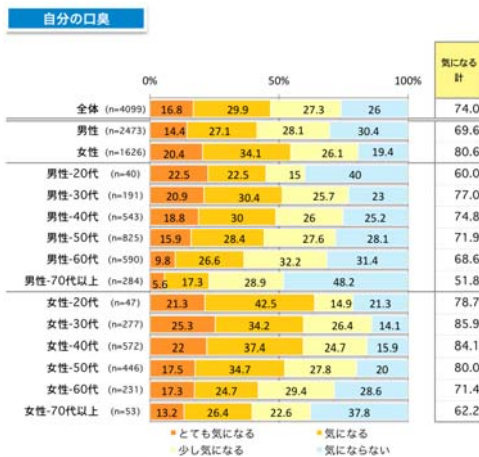


自分より「他人の口臭」、女性より「男性の口臭」が気になる人が多い ～他人の口臭が気になっててもがまんする人が4割近く…口臭を指摘できる間柄は“身内”だけ？

国内1,200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、日用品にまつわるトピックスをお届けする『Fromプラネット』の第60号として、口臭ケ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 http://www.planet-van.co.jp/news/from_planet.html

■ 「異性の口臭」が気になる人の割合…男性より女性のほうが12.8%高い



◆男女別(気になる計)

	自分の口臭	異性の口臭	同性の口臭
全体	74.0%	79.2%	80.6%
男性	69.6%	74.2%	78.6%
女性	80.6%	86.8%	83.7%

吹く風が心地いいさわやかな季節になりました。活動的になり出会いの数も増えるこの時期、口臭エチケットにも気を配りたいですね。今回は、口臭ケアをテーマにアンケートを行い、どんなケアをしているかや口臭が気になるシーンなどをまとめました。

まずは、自分や他人の口臭が気になるかどうかを聞きました。すると、「とても気になる」「気になる」「少し気になる」の数値を合わせた「気になる」計は、「自分の口臭」では74.0%、「異性の口臭」では79.2%、「同性の口臭」では80.6%という結果に。自分についても他人についても、7割から8割という高い比率で、口臭が気になる人がいるとわかりました。また、自分よりも他人の口臭が気になる人のほうが多いようです。

「異性の口臭」と「同性の口臭」のどちらが気になるかは、男性と女性では順位が入れ替わり、男性は「異性」よりも「同性」の口臭が「気になる」計が高く、女性は逆に、「同性」より「異性」の口臭が「気

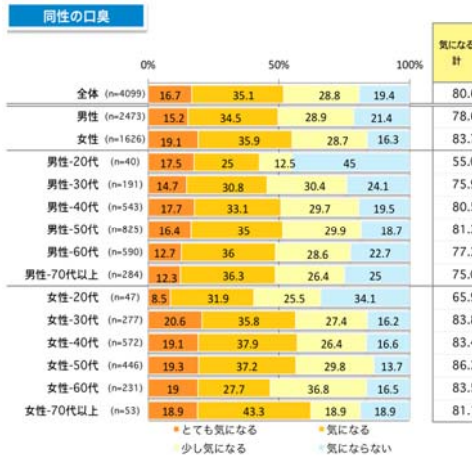
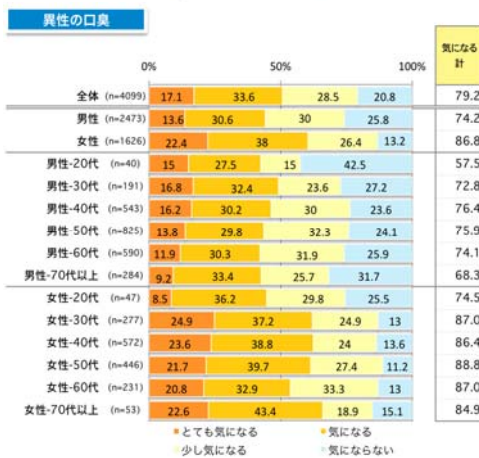


表1 「自分及び、異性、同性の『口臭』が気になりますか」についての回答

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「口臭ケア」。期間:2017年3月6日~3月24日、DIMSDRIVE モニター4,099人が回答。表2~表8、エピソードも同アンケートです。

なる”計のほうが高くなっていました。つまり、女性の口臭より男性の口臭が気になる人のほうが多いこととなります。「異性の口臭」が気になる人は、男性では74.2%なのに、女性では86.8%。女性のほうが12.6%も高くなっていました。男性はもう少し自身の口臭を意識したほうがいいのかもかもしれません。

さらに性年代別に見ていくと、「自分の口臭」については、男女ともに30代で“気になる”計が最も高く、年代とともに下がっていく傾向が見られます。男女ともに“気になる”計が最も低かったのは70代以上でした。一方、「異性の口臭」と「同性の口臭」については、男女ともに20代で“気になる”計が最も低く、男性では、40代・50代をピークにゆるやかな山なりを描くように推移していました。これに対して女性では、30代以降、年代による顕著な変動は見られません。男性は加齢につれて、自分とともに他人の口臭も気にならなくなるようですが、女性は年齢に関わらず、他人の口臭を気にする人が多いと言えます。

注目したいのが、20代女性の「とても気になる」の割合。「自分の口臭」については「とても気になる」が21.3%で2割を超えていますが、「異性の口臭」「同性の口臭」については8.5%と、1割以下。他の年代と比べ、半分以上という低さです。一般的に、若い女性ほど他人の口臭を嫌がりそうなイメージがありますが、意外な結果となりました。

■ 会話時以外に、鉄道・バスの車内やエレベーター内などの空間でも要注意

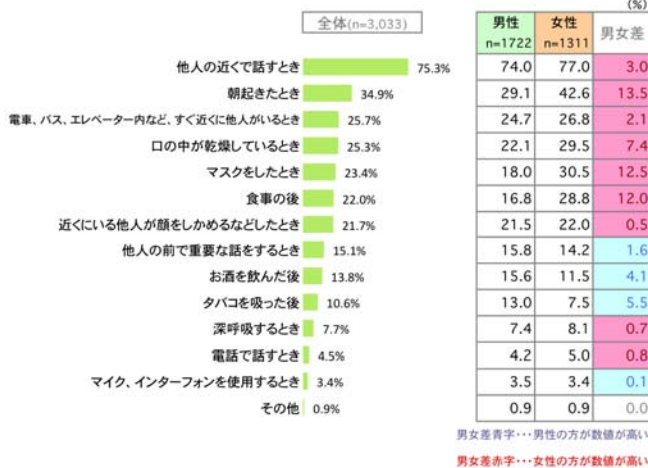


表2 「どのようなときに自分の口臭が気になりますか」についての回答

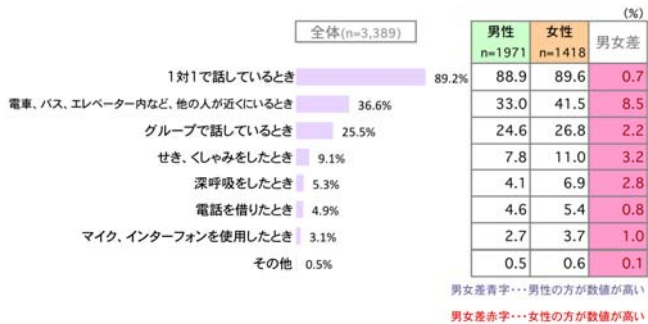


表3 「どのようなときに他人の口臭が気になりますか」についての回答

■ 20代女性が口臭を気にするのは“直接話す”より“カラオケでマイクを使う”とき？

	他人の近くで話すとき	朝起きたとき	電車、バス、エレベーター内など、すぐ近くに他人がいるとき	口の中が乾燥しているとき	マスクをしたとき	食事の後	近くにいる他人が顔をしかめるなどしたとき	他人の前で重要な話をするとき	お酒を飲んだ後	タバコを吸った後	深呼吸するとき	電話で話すとき	マイク、インターフォンを使用するとき	その他
全体(n=3033)	75.3	34.9	25.7	25.3	23.4	22.0	21.7	15.1	13.8	10.6	7.7	4.5	3.4	0.9
男性(n=1722)	74.0	29.1	24.7	22.1	18.0	16.8	21.5	15.8	15.6	13.0	7.4	4.2	3.5	0.9
女性(n=1311)	77.0	42.6	26.8	29.5	30.5	28.8	22.0	14.2	11.5	7.5	8.1	5.0	3.4	0.9
男性-20代(n=24)	79.2	16.7	33.3	12.5	25.0	25.0	16.7	12.5	4.2	4.2	12.5	4.2	4.2	4.2
男性-30代(n=147)	74.8	35.4	25.9	23.8	21.8	22.4	18.4	14.3	11.6	10.2	12.2	8.8	6.1	0.7
男性-40代(n=406)	77.6	28.1	21.4	24.4	18.9	19.2	20.2	13.1	14.8	12.8	7.6	3.9	4.2	1.5
男性-50代(n=593)	71.8	27.8	26.5	21.4	19.1	15.9	21.4	16.7	14.2	15.2	5.6	4.9	3.2	0.2
男性-60代(n=405)	74.3	29.1	23.5	19.8	17.5	14.8	22.0	18.0	18.5	13.1	8.4	2.2	2.2	0.7
男性-70代以上(n=147)	70.7	32.7	27.9	25.2	10.2	12.9	27.9	15.6	21.1	8.8	5.4	2.7	3.4	2.0
女性-20代(n=37)	64.9	45.9	13.5	40.5	32.4	29.7	16.2	13.5	5.4	10.8	5.4	5.4	8.1	0.0
女性-30代(n=238)	77.7	49.2	26.1	37.0	36.6	34.5	20.6	16.4	13.9	7.6	10.1	4.2	4.2	0.4
女性-40代(n=481)	78.8	42.8	28.3	30.8	33.1	29.9	22.7	16.2	13.7	10.0	9.6	5.2	3.1	0.8
女性-50代(n=357)	78.4	41.2	28.3	24.9	27.5	28.0	21.0	10.4	8.7	6.2	6.4	5.9	3.4	1.4
女性-60代(n=165)	75.8	37.6	25.5	26.1	23.0	21.2	25.5	13.3	10.3	3.0	5.5	3.0	1.2	1.2
女性-70代以上(n=33)	51.5	30.3	18.2	12.1	18.2	15.2	24.2	15.2	6.1	3.0	6.1	9.1	6.1	0.0

表4 「どのようなときに自分の口臭が気になりますか」についての回答(性年代別)

	1対1で話しているとき	電車、バス、エレベーター内など、他の人が近くにいるとき	グループで話しているとき	せき、くしゃみをしたとき	深呼吸をしたとき	電話を借りたとき	マイク、インターフォンを使用したとき	その他
全体(n=3389)	89.2	36.6	25.5	9.1	5.3	4.9	3.1	0.5
男性(n=1971)	88.9	33.0	24.6	7.8	4.1	4.6	2.7	0.5
女性(n=1418)	89.6	41.5	26.8	11.0	6.9	5.4	3.7	0.6
男性-20代(n=23)	78.3	52.2	17.4	0.0	4.3	8.7	8.7	4.3
男性-30代(n=147)	88.4	32.7	32.7	7.5	2.0	5.4	4.1	0.7
男性-40代(n=442)	88.9	33.3	27.1	6.1	3.2	6.1	2.9	0.5
男性-50代(n=680)	88.2	31.9	25.3	8.1	4.4	3.7	2.5	0.1
男性-60代(n=463)	90.3	30.9	22.2	9.7	3.9	4.8	2.2	0.9
男性-70代以上(n=216)	89.4	38.4	17.1	6.9	6.9	2.8	2.8	0.0
女性-20代(n=35)	80.0	25.7	17.1	5.7	0.0	5.7	8.6	0.0
女性-30代(n=241)	88.4	39.8	27.0	11.6	7.1	5.8	5.8	1.2
女性-40代(n=498)	89.0	40.6	28.1	12.7	9.0	7.6	4.4	0.8
女性-50代(n=398)	92.5	42.7	28.1	9.5	5.3	4.8	2.8	0.0
女性-60代(n=201)	89.1	44.8	22.9	11.9	6.5	2.0	1.0	0.5
女性-70代以上(n=45)	86.7	48.9	24.4	2.2	4.4	0.0	0.0	0.0

表5 「どのようなときに他人の口臭が気になりますか」についての回答(性年代別)

前の調査の結果を性年代別に比べました。「自分の口臭」についての結果(表4)を見ると、前の調査で特に男女差の大きかった「朝起きたとき」「マスクをしたとき」「食事の後」に加え、「口の中が乾燥しているとき」の項目で、女性の20代から40代、または50代までの数値が高くなっていました。その反面、「他人の近くで話すとき」「電車、バス、エレベーター内など、すぐ近くに他人がいるとき」などの項目で、女性の20代及び70代以上の数値が低くなっていました。女性の20代は、「他人の口臭」についての結果(表5)でも、「1対1で話しているとき」「グループで話しているとき」など“他人と会話する”シーンで、他の年代と比べて低いことがわかります。自分や他人の口臭が気になるかどうかを聞いた最初の調査(表1)を振り返ると、「他人の口臭」が「とても気になる」の数値が女性の20代で低くなっていました。若い女性はスマホのアプリなどでやりとりすることが多く、口臭が気になるような対話をする機会そのものが減っているのかもしれませんが。一方で、女性の20代では、「マイク、インターフォンを使用したとき」に「他人の口臭」が気になる人が他の年代に比べて多くなっています。「マイク、インターフォンを使用したとき」は若年層ほど高い傾向が見られ、他人とマイクを共用するカラオケに行く機会が、若い人ほど多いことを反映しているのかもしれませんが。

■ 口臭ケアは「歯を磨く」が基本、女性の3人に1人がフロスや歯間ブラシで丁寧に

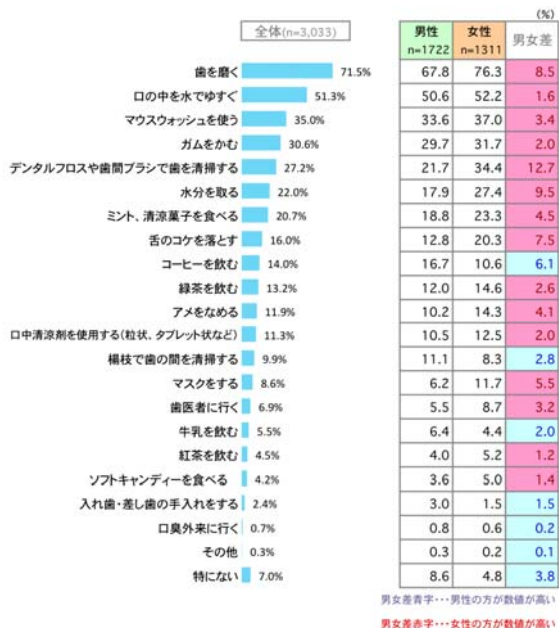


表6 「あなたが自分の口臭ケアとして行っていることを教えてください」 についての回答

これまでの調査から、自分より他人の口臭が気になる人のほうが多いこと、男性より女性に口臭を気にする傾向が強いこと、口臭が気になる相手は女性より男性のほうが多いことなどがわかりました。ここからはさらに、自分や他人の口臭に対して、どんなケアや対策をしているかについて紹介していきます。

まず、自分の口臭ケアとして、どんなことをしているかを尋ねました。1位は「歯を磨く」71.5%、2位は「口の中を水でゆすぐ」51.3%、3位が「マウスウォッシュを使う」35.0%という結果でした。「歯を磨く」という基本のケアをしている人が多いようです。

男女差に注目すると、上位8項目で、女性の数値が男性を上回りました。中でも「デンタルフロスや歯間ブラシで歯を清掃する」では男女差が10%を超え、女性の数値は34.4%。女性の3人に1人以上が、基本のケアだけでなく、フロスや歯間ブラシを使い丁寧にケアしていることがわかります。

一方、男性の数値が女性より高かったのは、「コーヒーを飲む」「楊枝で歯の間を清掃する」などの項目。女性に多かったケアと比べ、やや“その場しのぎ”的な方法のようにも思えます。女性のほうが口臭に対して敏感なことを反映した結果と言えそうです。

■ 他人の口臭が気になったら何もせず「息を止める」「その場から離れる」が上位

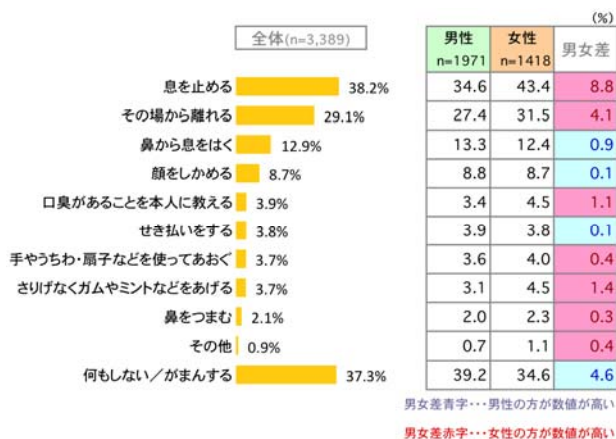


表7 「他人の口臭が気になったときはどうしますか」 についての回答

今回は、他人の口臭が気になったときの対処について調べました。他人の口臭が気になったときにどうするかを聞くと、最も多かったのは「息を止める」38.2%。次いで、「その場から離れる」29.1%、「鼻から息をはく」12.9%という結果でした(表7)。いずれも相手に働きかけるのではなく、自分だけのアクションです。不快感を間接的に相手に伝える「顔をしかめる」が4位に続きますが、8.7%と1割以下。「口臭があることを本人に教える」という積極的なアクションに出る人は3.9%とわずかでした。対照的に、「何もしない／がまんする」と答えた人は37.3%に上り、相手には伝えず自分の中で対応する人が多いことがわかります。

さらに、どんな間柄の相手なら口臭のことを教えるかを聞いたところ、1位は「配偶者・パートナー」58.1%、2位「子ども」38.6%、3位「親」26.5%、4位「兄弟」18.1%(表8)。5位以降の項目では1割以下となりました。上位はいずれも家族あるいは血縁関係者、いわゆる“身内”です。また、「どのような間柄でも教えない」と答えた人も27.8%と4人に1人以上。身内以外ではなかなか指摘しにくいデリケートな話題であることがうかがえます。男女差に注目すると、上位3位までは女性の数値が男性を上回り、4位以降では、男性のほうが高くなっていました。口臭を健康状態の一つの指針と考える人も多いと思われ、女性が「配偶者」「子ども」「親」に口臭のことを教えるのは、家族の健康への配慮からとも考えられます。一方、男性のほうが数値が高かった4位以降で比較的男女差が大きかったのは、「友人」「同僚」「部下」の項目。いずれも同性のケースが多いと思われ、特に「友人」に口臭を指摘するという男性は、11.6%と1割超。女性の5.5%の約2倍です。「友人」の健康を気遣っている側面もあると思われ、男性同士の間柄のほうが女性同士に比べ、言いにくいことも言いやすい雰囲気なのかもしれません。

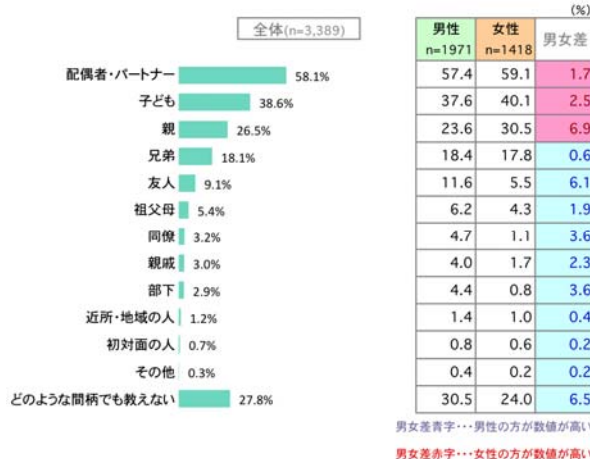


表8 「どのような間柄なら、相手に口臭のことを教えますか」 についての回答

■ “人に会うのにペペロンチーノを食べてしまった”…口臭あるあるエピソード

《 口臭・口臭ケアにまつわるエピソード 》

【基本は、やっぱり歯磨き】

- 1日に4回歯磨きをし、その前にマウスウォッシュで口うがいをしています。そして、仕上げに歯間ブラシの使用をしています。(女性・60代)
- 水を噴射する口内ケア器具を使ってジェット水流で口の中を掃除するようにしています。(女性・50代)
- デンタルフロスを使うのと使わないのではかなり違うので必需品。(女性・40代)
- なた豆歯磨き粉は効果があり続けている。(女性・50代)

【歯磨き以外にも、こんなケア】

- ガムを常に持ち歩き、電車など他人との距離が近くなる状況では必ずかむようにしている。(男性・50代)
- マウスウォッシュは携帯用のものをカバンに常に入れてある。タバコや飲食後は必ず口をすすぐ。(男性・60代)
- ニンニクを食べた日は100%りんごジュースを飲むと翌日におわない。(女性・40代)
- 緑茶をよく飲むようにしています。口臭が気になるときは、緑茶でうがいをします。(男性・50代)
- 胃が痛いときは口が臭くなるので、バラの香りになるサプリメントを飲む。(女性・40代)

【配慮ある飲食店、増えています】

- ステーキハウスの会計口でキャンディなどを置いてくれているのがありがたかった。(女性・60代)
- トイレに糸ようじとマウスウォッシュがある店は助かる。焼肉店でガムがもらえるのもいい。(男性・50代)
- ミントを先に塗った楊枝が中華料理店で出てきてびっくり。あれ、家にもほしいです。(女性・40代)
- マウスウォッシュを置いたラーメン店が増えてきて、ニンニク入りでも食べられるようになった。(男性・30代)

【思わず共感…!? 口臭あるある】

- 話し相手の息がくさいときに呼吸を止めていたので死にそうになった。(男性・50代)
- 人と話すときに口臭が気になるので、つつい手で口元を隠しながら話してしまう。(女性・50代)
- 気になるときは自分の口に手を当てて息を吹きかけてみる。におわなければ大丈夫かな？(男性・70代以上)
- お酒を飲んだ後に、シメでラーメンを食べました。自分では気づかなかったのですが、家に入るなり「くさい！何を食べてきたの!？」と…。ニンニクたっぷりのラーメンだったらいい。(女性・50代)
- 人に会うのにニンニクの効いたペペロンチーノを食べてしまって、その後は終始冷や汗だった。(女性・20代)
- 夫の口臭がひどくて、あれこれケア用品を試したが改善せず、しかたなく寝室を分けた…くさすぎて耐えられなかった。(女性・40代)

最後に、自分の行っている口臭ケアの方法や、口臭にまつわるエピソードを聞きました。口臭ケアについては、歯磨きのほか、マウスウォッシュやガム、タブレットミント、バラの香りのサプリメントなど、携帯用のケア用品を使っている人も多いことがわかりました。また、最近はケア用品を備えた飲食店も多いようで、“ありがたい”“助かる”という声が多数。エピソードで目立ったのは、ニンニクを使った料理を食べてしまったという失敗談。その程度なら“あるある”で済みますが、「夫の口臭がひどく…しかたなく寝室を分けた」など、笑って済ませられない事態になった人もいます。歯磨き用品や携帯用アイテム、口内洗浄液、胃の中から効く清涼剤など、さまざまなケア用品があるので、生活スタイルに合わせて活用してみてください。

株式会社プラネットとは <http://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 http://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。日用品に関する、旬なトピックスや意外な利用シーンなどをご紹介します。

本件に関するお問い合わせ先

(感想や取り上げてもらいたいテーマなどもお寄せください)

株式会社プラネット 経営本部 経営企画部おなか つのだ(小中、角田)

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