



約1,700 人のV会員に聞いた！
「入浴に関する調査」 レポート

ユニークデータを解決力に。CCC MK HOLDINGS

strictly confidential

【閲覧制限A】提出部署様のみ

本資料「入浴に関する調査レポート」を
ダウンロードいただきまして、誠にありがとうございます。

今回は…

- アンケートからわかる入浴実態や意識
- 入浴時に使用しているアイテム

をご紹介します。

1. 調査概要

2. 入浴実態・意識

2-1 湯船に浸かる時期

2-2 湯船に浸かる目的

2-3 湯船に浸かっている時にしていること

2-4 入浴時に使っているアイテム

2-5 「入浴剤・バスソルト」購入時重視点

2-6 【同居家族有】入浴時に使っている/自分専用アイテム

2-7 入浴に関する意識

2-8 「入浴が面倒だと感じる」理由

2-9 まとめ

3. データ販売のご案内

4. お問い合わせ先

入浴に関する調査 調査概要

調査地域 : 全国

調査対象者 : 男女16～69歳のV会員

集計対象数 : 1,703サンプル

調査期間 : 2024年9月12日(木)～2024年9月19日(木)

実査機関 : CCCMKホールディングス株式会社

調査方法 : インターネット調査

※スクリーニング調査は性別・年代別の構成が日本の人口構成比に近くなるようにサンプルを回収しております
 ※本調査における性年代の構成比は以下の通りです

	全体	男性						女性					
		10代	20代	30代	40代	50代	60代	10代	20代	30代	40代	50代	60代
人数	1703	48	139	146	181	192	155	45	131	139	176	191	160
%	100	2.8	8.2	8.6	10.6	11.3	9.1	2.6	7.7	8.2	10.3	11.2	9.4

■湯船に浸かる時期を尋ねたところ…

- 全体では、1月～3月/11月～12月で7割を超え、7月～9月は5割を切る。
- 性年代別で見えていくと、男女ともに40代以降は年代が上がるにつれ、湯船に浸かる時期が長くなっていると推察できる。一方で、男女ともに20代・30代は湯船に浸からない時期が長いと考えられる。

Q. 「あなたが普段、ご自宅で湯船に浸かる時期をすべてお答えください。（複数回答）（n=1,703）

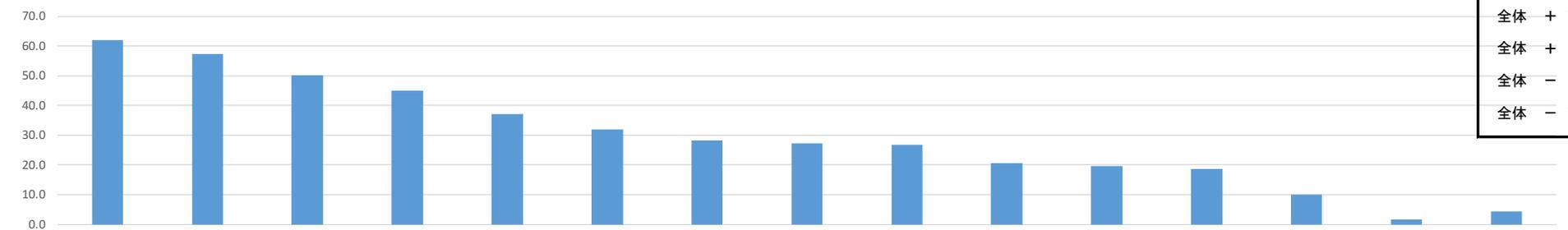
(%)

	n数	自宅で湯船に浸かることがある												自宅で湯船に浸かることはない
		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
全体	1703	79.7	78.5	72.5	64.8	59.2	53.6	45.4	44.6	48.6	62.8	72.9	79.2	17.6
男性10代	48	77.1	72.9	68.8	60.4	54.2	52.1	50.0	45.8	47.9	60.4	75.0	77.1	18.8
男性20代	139	70.5	68.3	59.0	48.9	44.6	41.0	35.3	35.3	39.6	49.6	63.3	69.1	25.9
男性30代	146	68.5	66.4	63.0	50.0	47.9	43.8	37.7	39.0	39.7	51.4	59.6	67.8	26.0
男性40代	181	74.0	72.4	67.4	62.4	55.8	49.2	42.5	43.1	43.6	56.4	67.4	72.9	22.1
男性50代	192	79.7	79.2	72.4	63.5	57.3	49.5	44.3	42.7	47.9	58.9	74.5	79.2	17.7
男性60代	155	86.5	85.2	80.0	78.1	74.2	68.4	56.1	54.8	58.7	75.5	79.4	85.2	12.3
女性10代	45	80.0	80.0	75.6	64.4	64.4	62.2	53.3	53.3	55.6	73.3	75.6	75.6	17.8
女性20代	131	77.9	74.8	65.6	58.8	52.7	51.1	48.1	48.9	51.9	60.3	70.2	78.6	20.6
女性30代	139	78.4	77.7	71.2	64.0	59.0	54.0	46.0	45.3	47.5	64.0	72.7	78.4	16.5
女性40代	176	84.7	84.7	79.0	69.3	61.9	55.1	44.3	41.5	48.3	67.0	76.7	84.7	14.2
女性50代	191	84.3	84.3	78.0	69.6	62.3	56.0	47.1	46.1	50.8	64.9	75.4	84.3	14.1
女性60代	160	90.0	89.4	85.0	79.4	72.5	64.4	48.1	46.9	55.0	76.3	85.6	90.6	8.1

■湯船に浸かる目的を尋ねたところ…

- 全体で最も高いのは「**疲労回復のため (62.0%)**」、次に「**リラックスするため (57.4%)**」「**心身をリフレッシュするため (50.2%)**」と続いた。
- 性年代別では、女性は男性よりも「**血行を促進するため (特に30代以上の女性)**」「**冷え性改善のため (特に50代以下の女性)**」といった「**血の巡り**」を意識して湯船に浸かっている様子が見られる。

Q.あなたが湯船に浸かる目的をお答えください。(複数回答) (n=1,404) ※湯船に浸かることがある人ベース



[比率の差]

- 全体 + 10 ポイント
- 全体 + 5 ポイント
- 全体 - 5 ポイント
- 全体 - 10 ポイント

	n数	疲労回復のため	リラックスするため	心身をリフレッシュするため	血行を促進するため	身体を清潔にするため	筋肉の緊張をほぐすため	睡眠の質を向上させるため	ストレス解消のため	冷え性改善のため	身体の不調を改善するため	汗をかくため	老廃物などをデトックスするため	美肌効果のため	その他	特に理由はない
全体	1404	62.0	57.4	50.2	44.9	37.0	32.1	28.1	27.4	26.7	20.5	19.7	18.7	10.0	1.5	4.4
男性10代	39	59.0	51.3	51.3	35.9	46.2	30.8	30.8	30.8	17.9	35.9	25.6	25.6	17.9	0.0	7.7
男性20代	103	61.2	52.4	48.5	24.3	36.9	26.2	31.1	30.1	12.6	22.3	19.4	11.7	9.7	0.0	4.9
男性30代	108	63.9	54.6	50.9	33.3	38.0	29.6	27.8	29.6	16.7	17.6	25.9	19.4	9.3	1.9	6.5
男性40代	141	61.0	50.4	49.6	34.0	35.5	29.1	18.4	28.4	10.6	19.1	17.0	14.9	4.3	1.4	7.1
男性50代	158	59.5	62.0	51.3	38.6	39.2	29.7	26.6	31.0	8.9	12.0	23.4	14.6	1.9	0.0	3.8
男性60代	136	61.0	63.2	54.4	46.3	48.5	38.2	20.6	24.3	8.1	14.0	15.4	12.5	2.9	1.5	5.1
女性10代	37	56.8	73.0	54.1	43.2	32.4	13.5	29.7	29.7	35.1	16.2	32.4	24.3	18.9	0.0	8.1
女性20代	104	61.5	61.5	47.1	41.3	26.9	30.8	32.7	29.8	42.3	25.0	29.8	28.8	17.3	1.9	3.8
女性30代	116	57.8	52.6	54.3	51.7	36.2	35.3	41.4	31.0	48.3	27.6	25.0	30.2	19.8	4.3	3.4
女性40代	151	68.2	58.3	50.3	57.0	35.1	37.7	31.8	26.5	47.7	29.1	16.6	24.5	15.9	2.0	0.7
女性50代	164	62.2	54.9	47.6	53.0	32.9	31.7	28.0	26.2	42.1	20.1	17.1	18.3	14.0	1.2	4.9
女性60代	147	65.3	59.9	46.9	62.6	38.1	35.4	25.9	17.7	29.3	17.7	7.5	11.6	4.1	2.0	2.7

2-3 湯船に浸かっている時にしていること

strictly confidential
【閲覧制限A】提出部署様のみ

配布
可

ユニークデータを解決力に。
CCC MK HOLDINGS

■湯船に浸かっている時にしていることを尋ねたところ…

- 全体で最も高いのは「**何もしない、ただ湯船に浸かっている**（52.1%）」。
- 性年代別では、40代以下の男性と20代以下の女性で「**スマートフォンなどでウェブサイトやSNSを閲覧する**」が上位。また女性10代では「**歌を歌う・テレビや動画を見る・音楽を聴く**」といった行動も上位。

Q.あなたが湯船に浸かっている時にしていることをすべてお答えください。（n=1,404） ※湯船に浸かることがある人ベース

(%)

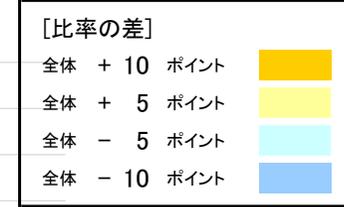
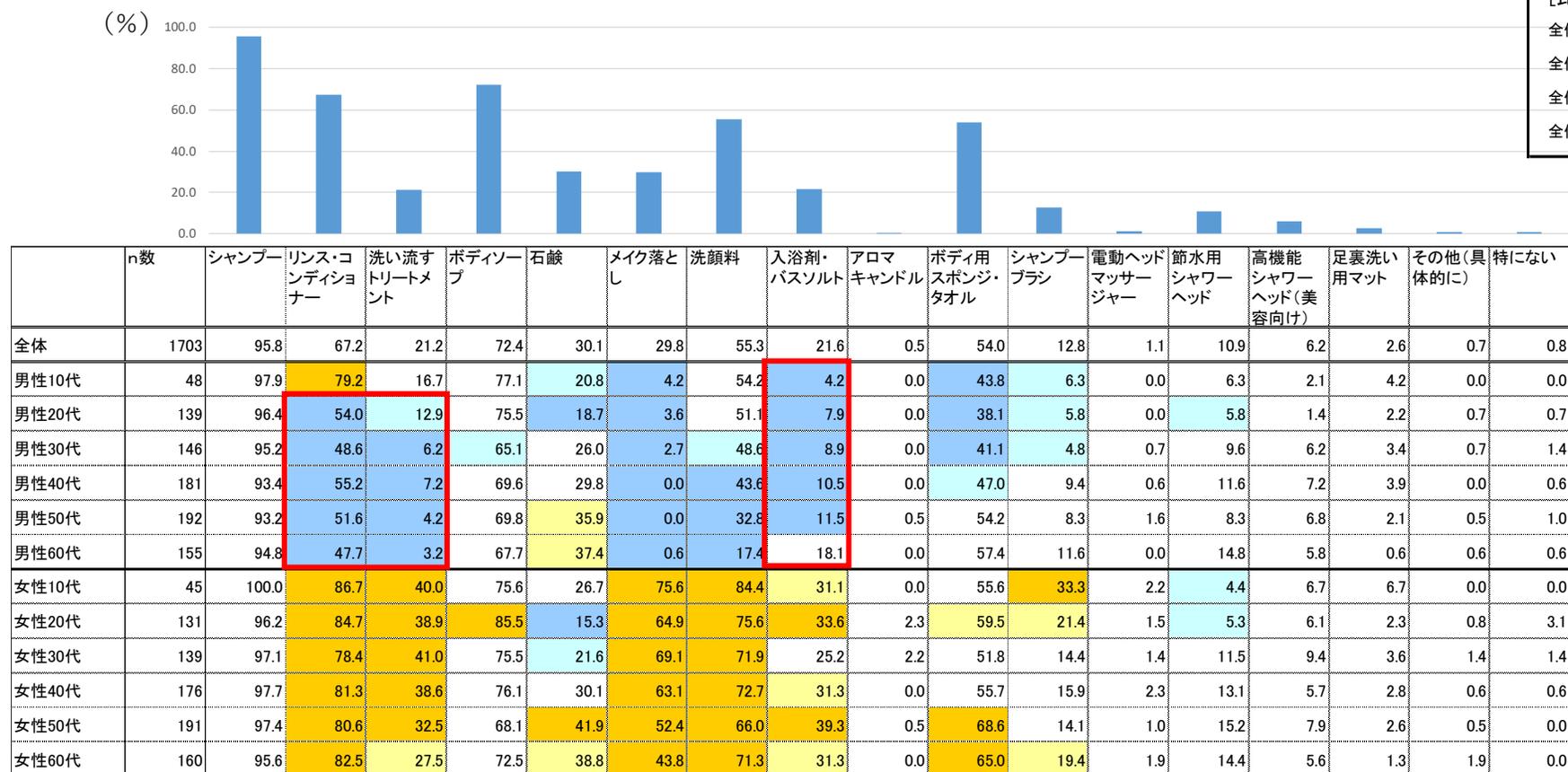
全体		男性10代		男性20代		男性30代		男性40代		男性50代		男性60代	
順位	n数	順位	n数	順位	n数	順位	n数	順位	n数	順位	n数	順位	n数
1	52.1	1	56.4	1	35.9	1	48.1	1	65.2	1	69.6	1	64.0
2	19.3	2	20.5	2	29.1	2	20.4	2	15.6	2	14.6	2	15.4
3	17.9	2	20.5	3	19.4	3	19.4	3	10.6	3	9.5	3	12.5
				3	19.4								

女性10代		女性20代		女性30代		女性40代		女性50代		女性60代	
順位	n数										
1	37.8	1	32.7	1	44.0	1	47.0	1	56.1	1	55.1
2	35.1	2	29.8	2	21.6	2	25.2	2	22.6	2	22.4
3	32.4	3	26.0	2	21.6	3	22.5	3	18.9	3	15.0
3	32.4										

■入浴時に使っているアイテムを尋ねたところ…

- 性年代別で使用アイテムの傾向が異なり、男性で「リンス・コンディショナー」「洗い流すトリートメント」「入浴剤・バスソルト」の使用率は女性と比べて大きく下がる。
ただ、「リンス・コンディショナー」は10代男性で8割近くが使用。

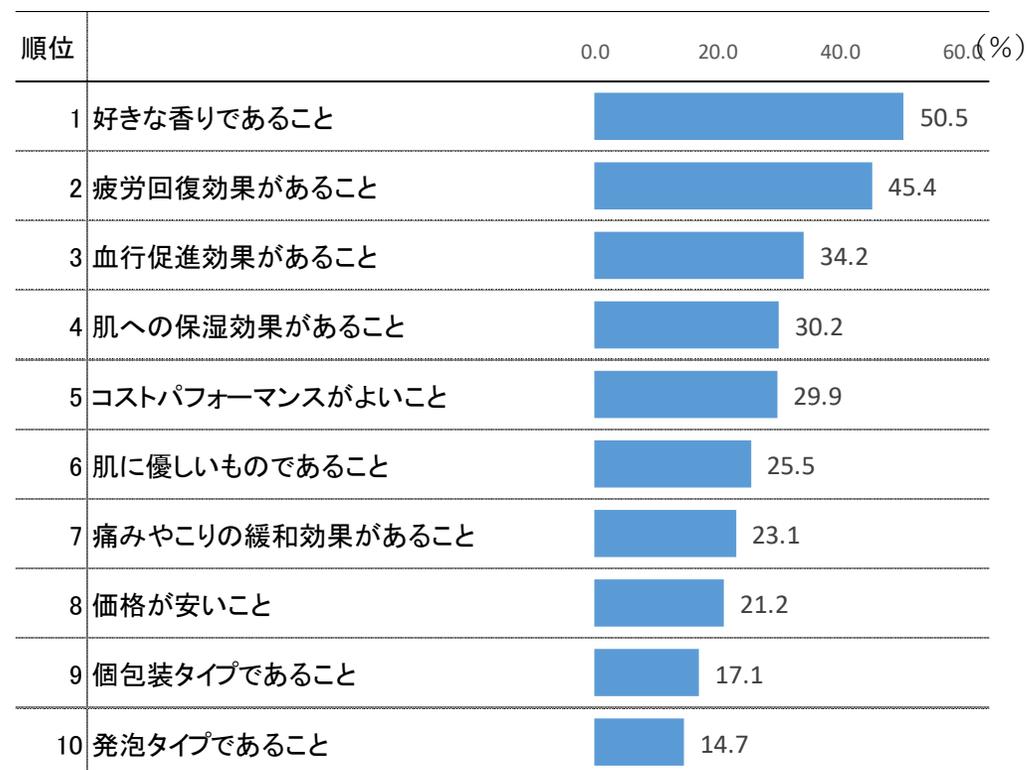
Q.あなたが普段、入浴時に使っているものをすべてお答えください。(n=1,703)



■ 「入浴剤・バスソルト」を購入する時に重視していることを尋ねたところ…

- 入浴剤・バスソルトを購入するときに重視していることで最も高いのは「好きな香りであること（50.5%）」、次に「疲労回復効果があること（45.4%）」「血行促進効果があること（34.2%）」と続く。

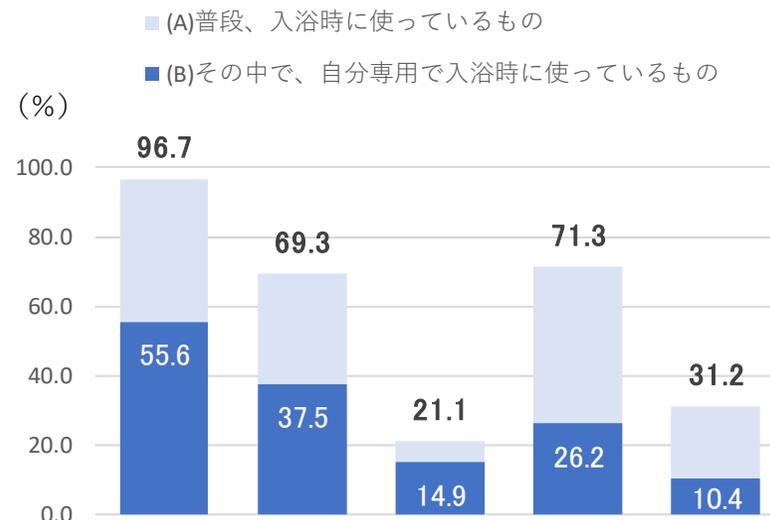
Q.あなたが普段、「入浴剤・バスソルト」を購入するときに重視していることをすべてお答えください。（複数回答）（n=368）
※入浴剤使用有ベース



■同居家族有の人に入浴時に使っているものと、その中でも自分専用のアイテムを尋ねたところ…

- 一部の入浴時に使用する日用品について見てみると、**シャンプーは6割弱が「自分専用」のものを使用している。**一方で、**ボディソープで「自分専用」を使用している人は4割弱にとどまる。**

Q.あなたが普段、入浴時に使っているものをすべてお答えください。(複数回答) (n= 1,319) ※同居家族有ベース



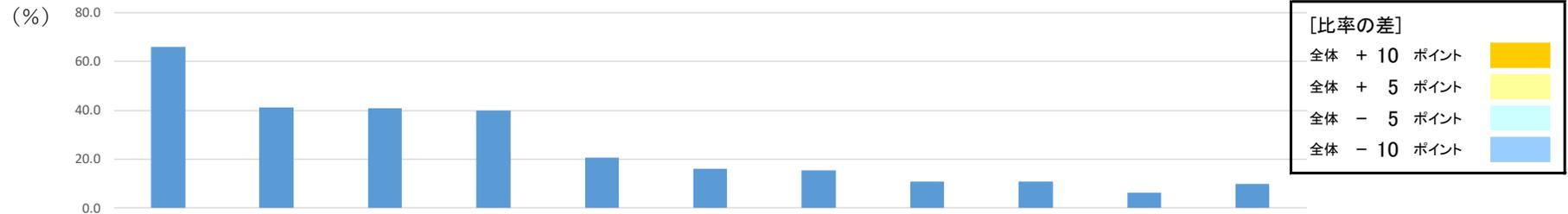
	全体	シャンプー	リンス・コンディショナー	洗い流すトリートメント	ボディソープ	石鹸
(A) 普段、入浴時に使っているもの	1319	96.7	69.3	21.1	71.3	31.2
(B) その中で、自分専用で入浴時に使っているもの	1319	55.6	37.5	14.9	26.2	10.4
自分専用率(B/A)		57.4	54.0	70.5	36.7	33.3

■入浴に関する意識を見てみたところ…

- 全体で見ると最も高いのは「入浴は身体だけでなく、自分の心が休まるのに必要な時間だ（65.8%）」。
- 性年代別で見ると、40代以下の女性で「入浴が面倒だと感じることが多い」が高く、それを払拭するためか「入浴時間を楽しみたい・充実させたい」といった意識を反映した項目が高くなる。

Q.以下の項目について、あなたのお気持ちにあてはまるものをそれぞれお答えください。

※「非常にあてはまる/あてはまる/どちらともいえない/あてはまらない/全くあてはまらない」の5段階のうち「非常にあてはまる」+「あてはまる」の合計を記載 (n=1,703)

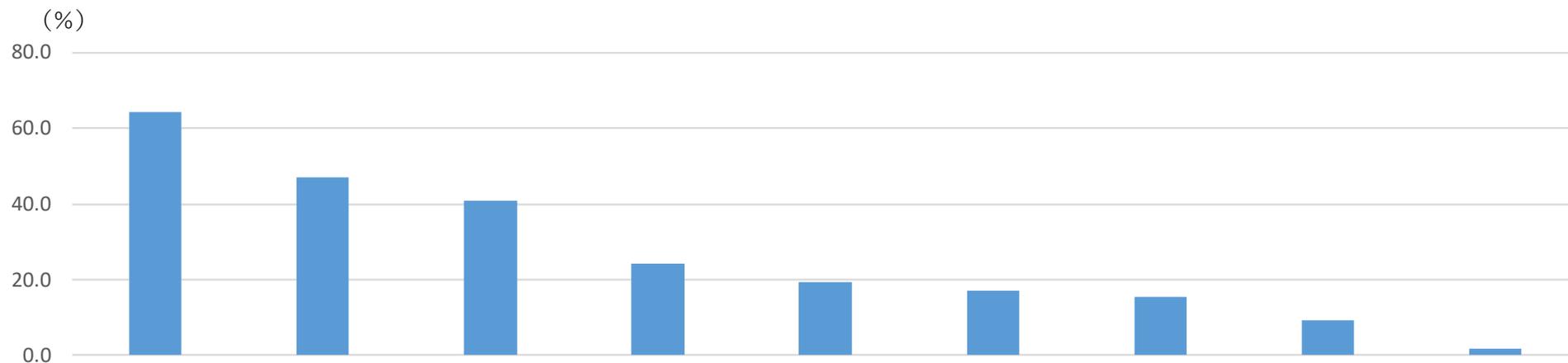


	n数	入浴は身体だけでなく、自分の心が休まるのに必要な時間だ	食後すぐにはお風呂に入らないようにしている	入浴時間がもっと楽しくなればいいのと思うことがある	入浴が面倒だと感じる人が多い	入浴時に音楽を聴いたり動画を見たりすることで、時間を有効活用している	湯船は、自分以外の人が入った後には入りたくない	入浴時によく歌っている	入浴グッズを充実させている	コロナ禍以降、毎日入浴しなければならぬと感じるようになった	1日2回以上、入浴する日が多い	あてはまるものはない
全体	1703	65.8	41.0	40.8	39.9	20.8	16.2	15.3	11.0	10.9	6.3	9.8
男性10代	48	77.1	27.1	52.1	37.5	35.4	22.9	41.7	18.8	16.7	8.3	4.2
男性20代	139	69.1	30.2	47.5	44.6	41.7	20.1	31.7	12.9	6.5	8.6	9.4
男性30代	146	58.2	32.9	39.0	35.6	24.0	12.3	13.7	6.8	9.6	8.2	16.4
男性40代	181	58.0	35.4	36.5	33.7	13.3	12.2	5.5	7.2	11.6	6.6	19.3
男性50代	192	60.9	36.5	30.7	28.1	8.9	7.3	6.8	6.3	8.3	6.8	14.6
男性60代	155	66.5	45.8	25.8	21.9	7.1	3.9	1.9	5.8	6.5	5.8	11.6
女性10代	45	77.8	26.7	55.6	68.9	53.3	31.1	64.4	24.4	13.3	4.4	2.2
女性20代	131	67.2	33.6	56.5	64.9	45.0	19.1	36.6	21.4	11.5	3.8	3.8
女性30代	139	61.9	42.4	56.1	54.7	25.2	23.0	15.8	15.8	18.0	9.4	9.4
女性40代	176	71.6	48.3	50.6	50.6	17.0	21.6	15.3	10.8	10.2	2.8	4.5
女性50代	191	67.5	47.6	36.6	38.2	14.1	24.6	8.4	14.1	14.1	7.3	5.2
女性60代	160	71.3	61.9	28.1	28.1	10.6	13.1	5.6	6.3	10.0	4.4	6.3

■入浴が面倒だと感じる人の理由を尋ねたところ…

- 全体で最も高いのは「**疲れていて入浴すること自体が面倒だから（64.1%）**」。
- 男女別で見ると、女性で特に「**入浴後に身体を拭いたり、髪を乾かすのが面倒だから**」といった入浴後のケアが面倒だと感じている人が多い。

Q. 先ほどの質問で「入浴が面倒だと感じることが多い」に非常にあてはまる～あてはまるとお答えいただいた方におうかがいします
そのようにお答えいただいた理由として、あてはまるものをすべてお答えください。（n= 680） ※入浴が面倒な意識有ベース



	n数	疲れていて入浴すること自体が面倒だから	だらだらしてしまっただけで動かさなくなるから	入浴後に身体を拭いたり、髪を乾かすのが面倒だから	入浴するための準備が面倒だから	入浴する時間をもたないと感じるから	入浴後の浴室掃除が面倒だから	忙しくて時間がないから	浴室の環境が良くないから（狭い、寒いなど）	その他
全体	680	64.1	46.9	40.7	24.3	19.4	16.9	15.4	9.4	1.6
男性	281	60.9	42.0	20.6	21.4	20.6	13.9	16.7	6.0	1.4
女性	399	66.4	50.4	54.9	26.3	18.5	19.0	14.5	11.8	1.8

■湯船に浸かる時期は年代でやや傾向が異なる

- ・湯船に浸かる時期を見てみると、全体では1月～3月/11月～12月で7割を超え、7月～9月は5割を切る。
- ・年代別で見えていくと、男女ともに40代以降は年代が上がるにつれ、湯船に浸かる時期が長くなっていると推察できる。

■湯船に浸かるのは「疲労回復のため」で「何もしない」ことが多い

- ・湯船に浸かる目的で最も高いのは「疲労回復のため」、その後は「リラックスするため」「心身をリフレッシュするため」と続く。
- ・湯船に浸かるときには「何もしない、ただ湯船に浸かっている」人が最も多いが、特に若年層で「スマホ利用」率も高い。

■入浴時に使っているアイテムでも自分専用率に差

- ・同居有で見えていくと、同じ「洗浄」目的でも自分専用商品の使用率は「シャンプー」は6割弱、「ボディソープ」は4割弱とやや差が見られた。

■入浴には「身体と心の休息」を求めるが、一部「面倒だ」という声も

- ・入浴に関する意識で最も高いのは、「入浴は身体だけでなく、自分の心が休まるのに必要な時間だ」。
- ・その一方で、「入浴が面倒だと感じることが多い」も高く（特に40代以下の女性）、理由としては「疲れていて入浴自体が面倒」が最も高い。また女性では特に「入浴後に身体を拭いたり、髪を乾かすのが面倒」という入浴後のケアへの手間を懸念する声も見られた。

本レポートで使用したアンケート結果は販売しております。

調査・分析名	集計対象数	ご納品物	形式	質問数	価格
入浴に関する調査	1,703サンプル	【基本納品物】 ・単純集計表 ・性年代別クロス集計表	エクセル ファイル	13問	【基本納品物】 1万円（税別）

■アンケート調査項目

1	性別・年代	8	入浴時に使っている/自分専用アイテム
2	同居家族	9	「入浴剤・バスソルト」利用頻度（*2）
3	居住都道府県	10	「入浴剤・バスソルト」購入時重視点（*2）
4	湯船に浸かる時期	11	入浴に関する意識
5	入浴時間（湯船に浸かる時（*1）/シャワーのみの時）	12	「入浴が面倒だと感じる」理由（*3）
6	湯船に浸かる目的（*1）	13	サウナ/銭湯・スーパー銭湯利用頻度
7	湯船に浸かっている時にしていること（*1）		

※（*1）はQ4 で【湯船に浸かること有】ベース
 （*2）はQ8 で【入浴剤使用有】ベース
 （*3）はQ11 で【入浴が面倒だと感じる人】ベース

CCC MK HOLDINGS では、 ご相談も無料で受付中

分析やリサーチについては
お気軽にご相談ください！

お打ち合わせ予約

お問い合わせフォーム

<https://www.cccbiz.jp/contact>

メールでのお問い合わせ

mks-info@ccc.co.jp

ホームページ：<https://www.cccbiz.jp>