

2014年2月19日

株式会社 リクルート住まいカンパニー  
株式会社 アイスタイル

## 「SUUMO」×「@cosme」 『美容・健康と住まい』に関する意識調査

- 約7割が「**ながら美容**」を実践。居間機能のある部屋で「**テレビを見ながら**」が多い
- 美容女子が望む賃貸の設備・仕様は **UV、採光（自然光）、乾燥、代謝関連** が高い

株式会社リクルート住まいカンパニー（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：野口 孝広）の運営する住宅・不動産総合サイト『SUUMO』と、株式会社アイスタイル（本社：東京都港区、代表取締役社長 兼 CEO：吉松徹郎 東証一部・コード番号 3660）の運営する日本最大の化粧品・美容の総合サイト『@cosme（アットコスメ）』は、共同調査を行いました。賃貸住宅で一人暮らし・二人暮らしをし、美容・健康に関心の高い女性を対象に、部屋での美容行動の実態や、現在の部屋への不満・要望を把握することを目的とし、2013年12月17日～12月19日にインターネット調査を実施いたしました。調査結果を取りまとめましたので概要をご報告致します。

### 調査トピックス

- 平日に自宅での美容や健康のために費やす時間は、合計**78.1分** ※推計値
  - ・内訳は、朝のスキンケア6.9分、朝のメイクアップ12.1分、夜のスキンケア10.2分、入浴30.6分、エクササイズ・ストレッチ8.3分
- 全体の約7割が「**ながら美容**」をしていると回答
  - ・「ながら美容」の方法は高いものから「テレビを見ながら」（47.2%）、「お風呂に入りながら」（33.7%）、「寝ながら」（12.6%）、「音楽を聞きながら」（12.1%）、「パソコンを見ながら」（11.6%）
- スキンケア、メイクアップを行う場所は、「**居間機能**」のある場所が主流
  - ・ワンルーム・1K・1DKに住む人は「自分の部屋/ベッドルーム」（68.6%）が最多
  - ・1LDK～5DKに住む人は自分の部屋ではなく、「居間/リビング」（62.6%）が最多
- 自宅での場所、設備についての不満は、「**収納**」「**照明**」「**採光**」「**部屋の温度・湿度**」に関するものが高い傾向
  - ・1位「洗面所の収納」 2位「バスルームの鏡がくもる」 3位「居室の収納」 4位「洗面所の広さ」 5位「洗面所の照明」 6位「居室の照明」 7位「居室への採光」 8位「居室の温度」
- 家賃が上がってもほしい設備・仕様は、「**美容・健康配慮の共用施設**」のほか「**UV対策**」「**採光（自然光）確保**」「**乾燥対策**」「**代謝促進**」関連
  - ・1位「集合住宅の共用部に岩盤浴・サウナなどができる**スパ施設**がある」
  - 2位「居室で加湿器を掛けても**窓が結露しない調湿性の高い部屋**」
  - 3位「居室の**エアコンが美容効果**（加湿・成分放出機能）がある」
  - 3位「光は取り入れつつ紫外線はカットできる家の中でも**UVケアできる窓**」
  - 5位「集合住宅の共用部に**エクササイズルーム**がある」

【本件に関するメディア掲載・取材に関するお問い合わせ先】

株式会社リクルート住まいカンパニー 企画統括室統括部 広報グループ  
メール：sumai\_press@r.recruit.co.jp 電話：03-6835-5290

株式会社アイスタイル 経営管理部 広報担当  
メール：istyle-press@istyle.co.jp 電話：03-5575-1262 FAX：03-5575-1261

# 調査概要

## ■調査タイトル 美容・健康と住まいに関する意識調査

- 調査目的
- ・美容への意識が高いと思われる@c o s m eメンバーの美容や住まいに対する実態、不満、要望を聞くこと
  - ・美容と健康に配慮したお部屋の条件を探ること

- 調査対象
- ・@c o s m eメンバーの女性
  - ・18～49歳
  - ・住まいやインテリアに何らかの興味がある（Qインテリアに対する興味度5段階尺度でBottom1「まったく興味・関心はない」の回答者を除く）
  - ・美容、健康に興味がある（Q美容・健康に対する興味度5段階尺度でBottom1「まったく興味・関心はない」の回答者を除く）
  - ・一人暮らし、二人暮らしの賃貸住宅居住者（家賃の「全額もしくは一部」を「自身または配偶者」が払っている）

■調査方法 インターネットリサーチ

■調査期間 2013年12月17日（火）～12月19日（木）

■集計対象数 1000サンプル（割り付けなし）

年代	18～24 歳	25～29 歳	30～34 歳	35～39 歳	40～44 歳	45～49 歳	平均 年齢
n= (1,000)	5.0%	23.6%	26.7%	21.2%	14.4%	9.1%	34.2歳

職業	フルタイムの お勤め	パート タイムの お勤め・ アルバイト・ フリーター	自営業/ 自由業	専業主婦	学生	仕事はして いない	その他
n= (1,000)	56.9%	13.4%	4.4%	20.5%	2.1%	2.4%	0.3%

居住地域	北海道	東北	関東	甲信越・ 北陸	東海	関西	中国	四国	九州・ 沖縄
n= (1,000)	6.8%	3.7%	45.1%	3.4%	9.8%	16.9%	4.5%	1.0%	8.8%

物件種別	民間の 賃貸 マンション	民間の 賃貸 アパート	民間の 賃貸 一戸建て	URの賃 貸住宅 (旧公団 住宅)	公営住宅	学生会館
n= (1,000)	52.9%	38.7%	3.9%	2.2%	2.2%	0.1%

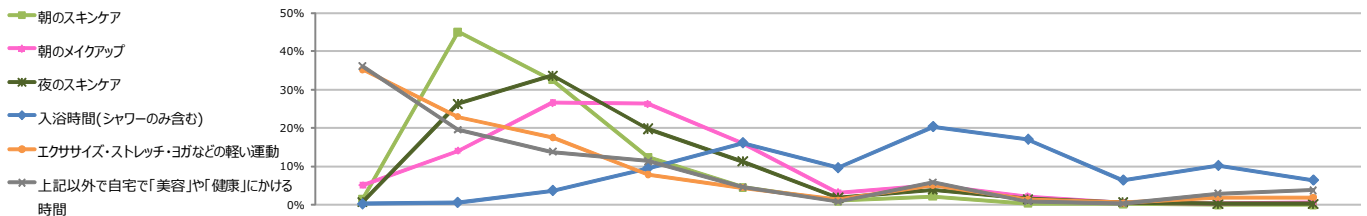
間取り	ワンルーム	1K・ 1DK	1LDK・ 2K・ 2DK	2LDK・ 3K・ 3DK	3LDK・ 4K・ 4DK	4LDK・ 5K・ 5DK	その他	1R・1 K・1DK	1LDK～ 5DK計
n= (1,000)	7.7%	28.0%	30.3%	24.1%	8.5%	1.2%	0.2%	35.7%	64.1%

● 平日に自宅での美容や健康のために費やす時間をみると、朝のスキンケアは5分未満が最多（平均6.9分）、朝のメイクアップは10分未満が最多（平均12.1分）、夜のスキンケアは10分未満が最多（平均10.2分）、入浴は30分未満が最多（平均30.6分）、エクササイズ・ストレッチは0分が最多、ついで5分未満（平均8.3分）。**平均時間の合計は78.1分**であった。

● 年代別にみると朝のメイクアップに費やす時間は **18~24歳の世代**（14.4分）が最も長い。朝・夜のスキンケアに費やす時間は、**35~39歳の世代**（7.9分・11.4分）が最も長く、40歳を過ぎると短くなる傾向。

Q.あなたは、ふだんの平日に、以下の行動に大体どのくらいの時間をかけていますか。

■ 平日に美容や健康に費やす時間（内容別所要時間帯） （各時間帯項目より単一回答）



美容・健康に関する行動	n=	0分	5分未満	10分未満	15分未満	20分未満	25分未満	30分未満	40分未満	50分未満	60分未満	60分(1時間)以上
朝のスキンケア	(1,000)	1.6%	45.1%	32.6%	12.5%	4.5%	1.0%	2.2%	0.3%	0.2%	-*	-*
朝のメイクアップ	(1,000)	5.1%	14.1%	26.6%	26.3%	16.1%	3.2%	5.0%	2.2%	0.5%	0.4%	0.5%
夜のスキンケア	(1,000)	0.7%	26.3%	33.7%	19.8%	11.3%	1.8%	3.9%	1.5%	0.6%	0.2%	0.2%
入浴時間(シャワーのみ含む)	(1,000)	0.2%	0.6%	3.7%	9.5%	16.1%	9.6%	20.3%	17.0%	6.4%	10.2%	6.4%
エクササイズ・ストレッチ・ヨガなどの軽い運動	(1,000)	35.3%	22.9%	17.5%	7.9%	4.4%	1.2%	5.1%	1.4%	0.5%	1.9%	1.9%
上記以外で自宅で「美容」や「健康」にかかる時間	(1,000)	36.1%	19.6%	13.8%	11.4%	4.6%	0.8%	5.9%	0.8%	0.3%	2.9%	3.8%

\* 「-」は該当数値がないものを示す

■ 平日に美容や健康に費やす時間（内容別平均時間×年齢帯） \* 推計値

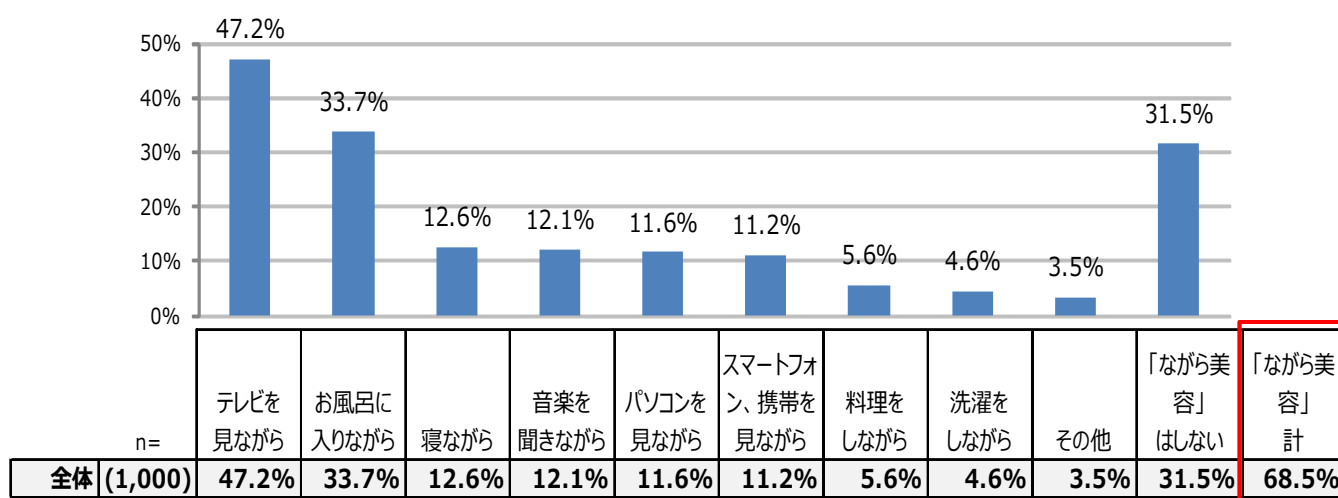
\* 平均時間は選択肢の中央値より算出

算出基準：0分(+0)、5分未満(+2.5)、10分未満(+7.5)、15分未満(+12.5)、20分未満(+17.5)、25分未満(+22.5)、30分未満(+27.5)、40分未満(+35)、50分未満(+45)、60分未満(+55)、60分(1時間)以上(+65)

年齢帯	n=	朝のスキンケア	朝のメイクアップ	夜のスキンケア	入浴時間(シャワーのみ含む)	エクササイズ・ストレッチ・ヨガなどの軽い運動	上記以外で自宅で「美容」や「健康」にかかる時間	計
全体	(1,000)	6.9分	12.1分	10.2分	30.6分	8.3分	10.0分	78.1分
18~24歳	(50)	6.0分	14.4分	10.2分	31.9分	7.7分	8.2分	78.4分
25~29歳	(236)	6.2分	12.7分	9.5分	30.0分	7.8分	7.9分	74.1分
30~34歳	(267)	6.6分	12.1分	10.3分	30.3分	7.9分	10.5分	77.7分
35~39歳	(212)	7.9分	12.0分	11.4分	31.8分	7.4分	9.7分	80.2分
40~44歳	(144)	7.8分	11.8分	10.2分	31.1分	9.7分	12.0分	82.6分
45~49歳	(91)	6.6分	9.8分	8.6分	29.3分	11.0分	12.9分	78.2分

- 全体の約7割が「ながら美容」をしていると回答。
- 「ながら美容」の方法は「テレビを見ながら」(47.2%)、「お風呂に入りながら」(33.7%)「寝ながら」(12.6%)がトップ3。以下、「音楽を聞きながら」、「パソコンを見ながら」、「スマートフォン、携帯を見ながら」「料理をしながら」が続く。

Q.あなたはご自宅で、「テレビを見ながら」「家事をしながら」スキンケアやメイクアップ、ボディケアをするというような『ながら美容』をすることはございますか。(複数回答)



\* 「「ながら美容」はしない」を除く「全体」値の降順にソート

## ◆補足 「ながら美容」の詳細（フリーコメントより）

- ・「テレビを見ながら・パソコンを見ながら」行う美容で比較的多かった\*のは「パック」
- ・「お風呂に入りながら」行う美容で比較的多かった\*のは「マッサージ」  
ほかに「二重になるマッサージ」、「腹筋を鍛える」という回答があった
- ・「寝ながら」行う美容で比較的多かった\*のは「着圧ソックスやタイツをはく」、「ストレッチをする」  
ほかに「夜用スチーマー」、「目元パック」、「唇パック」という回答があった
- ・「音楽を聞きながら」行う美容では、「エクササイズ」、「踊る」
- ・「スマートフォン、携帯を見ながら」行う美容で比較的多かった\*のは「パック」  
ほかに「筋トレアプリで筋トレ」、「ラジオ体操」、「大口をあけて表情筋を動かす」という回答があった
- ・「料理をしながら」行う美容で比較的多かった\*のは「つま先立ちをしている」

\*20人以上の回答があったものを「比較的多かった」と表記

- **スキンケア、メイクアップを行う場所はワンルーム・1K・1DKの間取りに住む人は自分の部屋/ベッドルーム（68.6%）が最多。**  
1LDK～5DK \*2の間取りに住む人は居間/リビング（62.6%）が最多。  
スキンケア、メイクアップは**居間機能のある部屋**で行われている。
- **体勢は、スキンケアは「床に座りながら」が38.7%、メイクアップは「床に座りながら」が48.7%、と床に座りながらが多い。**

Q.あなたはふだん、ご自宅のどのような場所で【スキンケア、メイクアップ】をされていますか。（複数回答）

\*調査票では、「スキンケアをする場所」「メイクアップをする場所」（それぞれ複数回答）を別質問として聴取

		n=	自分の部屋/ ベッドルーム	居間/ リビング	台所/ キッチン	食堂/ ダイニング	洗面所	バス ルーム	玄関/ 廊下	その他	しない
全体		(1,000)	48.3%	51.7%	1.5%	1.2%	35.3%	9.1%	0.2%	1.7%	0.5%
<間取り>	*1 1R・1K・1DK計	(357)	68.6%	32.5%	1.4%	0.3%	26.3%	12.9%	0.6%	0.8%	0.3%
	*2 1LDK～5DK計	(641)	37.0%	62.6%	1.6%	1.7%	40.2%	7.0%	—*3	2.2%	0.6%

\*1 ワンルーム = 1Rと表記

\*2 1LDK～5DK計には1LDK・2K・2DK・2LDK・3K・3DK・3LDK・4K・4DK・4LDK・5K・5DKが含まれる

\*3 「—」は該当数値がないものを示す

Q.【スキンケア、メイクアップ】をする際、どのような体勢で行うことが多いですか。（単一回答）

\*調査票では、「スキンケアをする際」「メイクアップをする際」（それぞれ単一回答）を別質問として聴取

スキンケア

		n=	「立ちながら」することが多い	「椅子やソファやベッドに座りながら」することが多い	「床に座りながら」することが多い	その他
全体	(1,000)		33.3%	27.6%	38.7%	0.4%

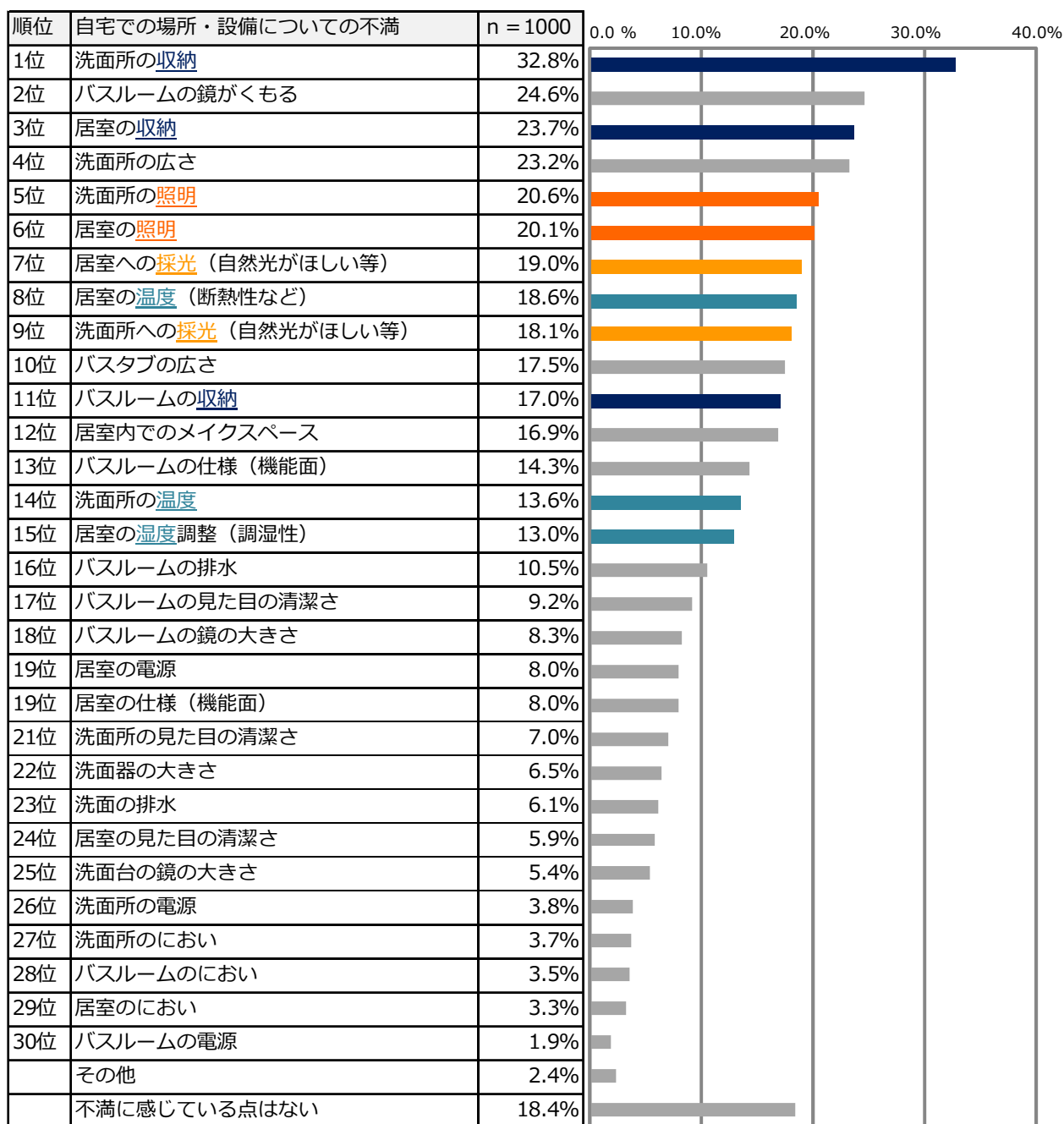
メイクアップ

		n=	「立ちながら」することが多い	「椅子やソファやベッドに座りながら」することが多い	「床に座りながら」することが多い	その他
全体	(1,000)		17.1%	33.1%	48.7%	1.1%

● 自宅での場所、設備についての不満は以下の表の通り。

● 「**収納**」「**照明**」「**採光**」「部屋の**温度・湿度**」に関する不満が高い傾向であった。

Q.あなたがご自宅でスキンケアやメイクアップをするうえで場所、設備のどのような点に不満を感じていますか。(複数回答)

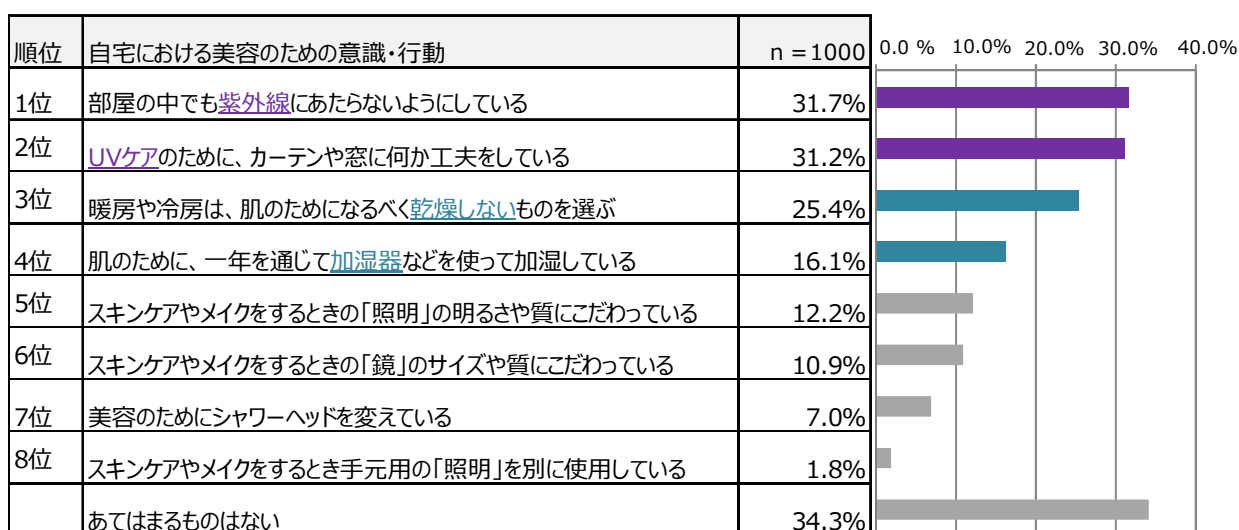


\* 「その他」「不満を感じている点はない」を除く全30項目を降順にソート

●自宅における美容のための意識や行動は、以下の表の通り。

●1位、2位は「**UV対策**」、3位、4位は「**乾燥対策**」  
この2つの意識や行動が高い傾向であった。

Q.以下にあげる項目のうち、あなたのご自宅での意識や行動としてあてはまるものをすべてお選びください。  
(複数回答)



\*「あてはまるものはない」を除く全8項目を降順にソート

## ◆補足 具体的な行動内容 (フリーコメントより)

Q.あなたは、美容のために、ご自宅のインテリアや家具、内装、雑貨など、何か工夫やアレンジをしていることはございますか。(自由回答)

### 「紫外線・UVケア」に関する回答

- ・窓が紫外線カットの賃貸を選び、カーテンも窓を開けたときのためにUVカットを利用
- ・カーテンを全て遮光に変えた
- ・レースカーテンをUVカット率の高いものにした
- ・ファンデーションを塗るまで部屋のカーテンは開けないようにしている

### 「乾燥対策」に関する回答

- ・乾燥しないよう、加湿器を使い、洗濯物を干す
- ・エアコンではなく遠赤外線パネルヒーターを使うなど、乾燥しないようにしている
- ・あちこちにハンドクリーム、リップクリームを置いている
- ・乾燥しないように、濡れタオルをかける場所をつくっている。タオルも可愛い柄の物をかけて部屋のインテリアが変にならないように気をつけている



●家賃が上がってもほしい設備・仕様は以下の表の通り。

●岩盤浴・サウナ、エクササイズルームなど

「美容・健康配慮の共用施設」のほか

「UV対策」「採光(自然光)確保」「乾燥対策」「代謝促進」と

前述の現在の部屋に対する不満や、美容・健康のために工夫している行動を反映した結果となった。

Q. 以下に、住まいについての新しいアイデアがあります。お読みになり、それぞれについてあなたにとってどの程度魅力的だと思いますか。

\*アイデア20項目それぞれについて「家賃が上がってもほしい」「家賃が変わらないならほしい」「家賃に関係なく不要」の選択肢を用意し、いずれか一つを回答。「家賃が上がってもほしい」のみを集計。)



\*全20項目を降順にソート



【お知らせ】

2/19より@c o s m e サイトおよびSUUMOジャーナルサイトで本調査をもとにした特集記事を掲載しております



“コスメ美女子”のための理想のキレイ部屋をつくらう計画Vol.1  
「みんなの“おうち美容”の実態 大調査」  
(@ c o s m e 掲載)

「@ c o s m e メンバー1000人大調査  
「約7割の女子が『ながら美容』」その実態は？」  
(SUUMOジャーナル掲載)

[http://www.cosme.net/html/ad\\_spc/1402\\_beautyroom](http://www.cosme.net/html/ad_spc/1402_beautyroom)

<http://suumo.jp/journal/2014/02/19/58151/>

【アイスタイル @ c o s m e について】

月間訪問者は790万人（全デバイス含む）、月間ページビュー数は、2.5億PV、国内外2万6000ブランド・商品数23万点のデータベースと、クチコミ検索機能や新製品情報などのコンテンツを備えた、日本最大の化粧品・美容の総合サイトです。サイトのオープン以来、会員数・クチコミ件数・ページビュー数ともに伸び続けており、すでにクチコミ投稿数が1100万件を突破しています。  
※数字は2014年1月時点

・ <https://www.cosme.net/>（パソコン・スマートフォン・フィーチャーフォン共通）

【リクルート住まいカンパニー『SUUMO』および『SUUMO ジャーナル』について】

『SUUMO』は、月間訪問者数1070万人、月間ページビュー数は1.9億PV（スマートフォンアプリ利用者除く）の規模を誇り、住まいを借りたい・買いたい・建てたい・リフォームしたい・売りたい・引越したいなど、幅広いニーズに応えた日本最大級の不動産・住宅情報サイトです。  
また、ニュースサイト『SUUMO ジャーナル』では、住まいや暮らしに役立つニュースやコラムを毎日提供しています。

・ SUUMO <http://suumo.jp/>（パソコン・スマートフォン・フィーチャーフォン共通）  
・ SUUMO ジャーナル <http://suumo.jp/journal/>