

【夏マスク着用に関する意識調査】

マスク着用のお困りごと第1位は「暑さ」 ～少しの工夫で快適な“マスクライフ”を～

新型コロナウイルスの感染予防対策としてマスク着用が必要となった今夏、小林製薬株式会社では20～60代の社外男女1,000名にマスク着用の際のお困りごとに関する調査を実施いたしました。当調査結果とオススメの対策法をご紹介します。

◆直近1ヶ月で、マスク着用の際に感じたお困りごとは？（複数回答）

1位	暑さ	79%	6位	耳が痛い	23%	11位	頭がぼーっとする	10%
2位	息苦しい	66%	7位	メイクでマスクが汚れる	19%	12位	肌がベタつく	9%
3位	ムレ	53%	8位	肌がかゆい	13%	13位	お口のニオイ	9%
4位	マスク内の汗	36%	9位	メイクがよれる・落ちる	12%	14位	ニキビができる	7%
5位	メガネがくもる	31%	10位	肌が荒れる	12%	15位	肌に赤みができる	6%

出典：2020年7月当社調査
20～60代男女 N=987

マスクのお困りごと第1位は、暑さ！ 第3位ムレ。体感気温のコントロールで快適に！

顔周りが覆われることによる「暑さ」「ムレ」がお困りごとの上位に。マスク内は自分の呼気がたまるため、マスクを着用しない時と比べて高温多湿の状態になります。市販の暑さ対策製品を上手く活用しながら、体感気温をコントロールし、不快感をおさえる工夫をとりましょう。また、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクを外す意識も大切です。

みんなどうしてる？

◆マスクの「暑さ・ムレ」対策で工夫していることは？

出典：2020年7月当社調査
マスクの暑さ・ムレで困っている20～60代男女
N=428

□マスクにちよい足し派

汗を吸うようにガーゼをはさんでいる。（54歳・女性）
ウレタンマスクを濡らして使っている。（56歳・女性）
マスクにハッカのスプレーをかけて、少しでもクール感を出すようにしている。（25歳・男性）

□マスク切り替え派

涼しい素材のマスクをする。（36歳・女性）
職場内等では布マスクを使うようにしている。（55歳・女性）

□身体を冷やす派

水にぬらしたハンカチで涼感を得るようにしている。（45歳・男性）
保冷剤を持ちあるいて、首などを冷やしている。（41歳・女性）

□洗顔派

定期的に顔を洗っている。（38歳・男性）
清涼感のあるウェットティッシュで顔を拭く。（27歳・男性）

□その他

誰もいないところでは積極的に外している。（36歳・男性）
水分補給。（44歳・女性）



★小林製薬研究員のオススメ対策法

マスクで顔が暑いときには、顔に近く、太い血管が通る首まわりを冷やすと涼しさを感じることができます。

また、少しでも快適にマスクを着用するために、冷感素材のマスクや、ムレ感を軽減するマスキングスプレーの併用もオススメです。

マスクのお困りごとを解決！ 快適な“マスクライフ”を過ごすためのおススメ対策4選

大きさ、形、素材、合っている？自分に合うマスクを選ぼう

鼻と口がマスクに密着しすぎていると、息苦しさを感じやすくなります。飛沫がマスクの隙間から飛び出してしまうような大きいマスクはNGですが、マスクのサイズが小さすぎても、つけ心地が悪くなってしまいますので、ご自身の顔のサイズにあったものをご使用ください。また、平型やブリーツ型のマスクをご使用の方は、口元に余裕のある立体タイプを試してみてもよいかもしれません。マスクの形は、平型、ブリーツ型、立体型があり、素材もガーゼや不織布など様々な種類があるため、自分の顔やライフスタイルにあったマスクの種類を選びましょう。



メガネぐもりを防止、視界も良好に！

メガネユーザーが最も強く感じているお悩みではないでしょうか。歩いている時、話している時、呼吸が強くなるとメガネがくもってしまって、とにかく不便ですよね。メガネをくもりにくくするため、ご自身で付け方を工夫している方もいらっしゃるようです。

鼻部分の隙間を
できるだけなくす。
(28歳・女性)



マスクを
上まですらす。
(67歳・男性)



出典：2020年7月当社調査
メガネのくもりで困っている
20～60代男女 N=61

★小林製薬研究員のおススメ対策法

マスクの上部（鼻まわり）から漏れる息が、メガネのくもりの原因です。マスクの上部をピッタリとフィットさせることで、くもりが少し抑えられるでしょう。また、メガネのくもり止め製品も発売されていますので、上手く活用してみてください。



洗顔＋「ふきとり」で角質内外から肌あれ防止ケアを

お肌のためにはマスクを外して過ごしたいところですが、今年はそういうわけにはいかず困っている方も多いのではないでしょうか。長時間マスクをつけると、摩擦によって肌が刺激を受けたり、普段よりもムレたり、汗が出やすくなったりします。この摩擦や汗、ムレが肌あれやニキビを引き起こしてしまうのです。毎日のスキンケアでしっかりと肌あれ・ニキビ予防をしましょう。

★小林製薬研究員のおススメ対策法

長時間のマスク着用によって、肌あれ・ニキビがでやすくなりますので、ニキビの原因となる菌や古い角質を取り除くスキンケアが重要です。角層表面・内部には、洗顔では落とすきれなかった菌が残っています。この菌を取り除くために、洗顔後に「ふきとり」を取り入れてみてください。角層ごと内部の菌をふきとることで、お肌を清潔に保ちます。



いつもより強く感じる口臭、、、口中清涼剤をいつもポケットに

マスクをつけていると、自分のお口のニオイに敏感になります。ニンニクやアルコールなどニオイの強い食事の後や、ストレスによって、お口の中が乾いた状態の時は、ますますニオイがきつくなるので要注意。イヤなニオイを感じたら早めに対処することがおススメです。

★小林製薬研究員のおススメ対策法

歯に付着した歯垢は細菌のかたまりで、放っておくと口臭の原因となります。毎日の歯磨きに合わせて、デンタルフロスや歯間ブラシでケアをしましょう。また、歯磨きができないシーンで、息をリフレッシュしたい場合は、口中清涼剤がおススメです。



< 小林製薬 参考製品一覧 >



NEW 2020.8.27発売

「のどぬ〜るマスク ムレ感対策※」

※スプレーするとマスク内のムレ感を一時的に改善します。

18ml オープン価格

参考価格598円(税込657円) 前後

マスクの内側に数プッシュするとアルコール成分の揮発によるマスク温度の低下と、冷感成分メントールがマスク内にこもった熱によるムレ感を軽減させます。さらにシトラスのさわやかな香りでスッキリ感がアップし、口元を快適に過ごすことができます。



「メガネクリーナ ふきふき くもり止め」

20包 380円(税込418円)

拭くだけで、レンズのくもりを防ぎます。

※急激な温度変化がある時や、気温が特に低い時などにくもり止め効果を発揮できない場合があります。

個別包装なので携帯に便利です。

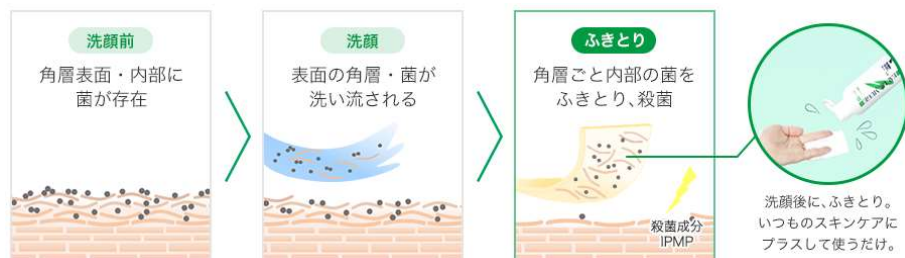


「オードムーゲ 薬用ローション」 販売名：オードムーゲローション

医薬部外品 160ml 970円(税込1,067円)

洗顔後の素肌に使用することで、蓄積した汚れや皮脂を取り除いて清潔にし、ニキビの原因菌を殺菌して、ニキビのできにくい肌に整え、抗炎症成分が肌あれを防ぎます。

▽ふきとりのステップ



「スピードブレスケア ソーダミント」

30粒 240円(税込259円)

清涼成分(メントール、パセリオイル)を配合した液体ミントカプセルです。口に入れると、瞬間的にカプセルがはじけて、液体ミントが速攻でお口に広がります。



「ブレスパルファム はじけるカプセル プレシャスフローラルの香り」

30粒 240円(税込259円)

噛んだ瞬間、甘く華やかなブレスパルファムの香りが広がります。



「糸ようじ」

60本 700円(税込770円)

带状に並べた6本の細い糸とユニークな形状のピックによって、歯間や歯裏の汚れをしっかりと引き出します。



「やわらか歯間ブラシ」

SS～Mサイズ 20本 360円(税込396円)

ワイヤーを使わない歯ぐきにやさしいゴムタイプのブラシ。先端極細加工により狭い歯間の汚れを除去します。

※発売前の製品「のどぬ〜る ムレ感対策※」は、発売日/パッケージデザイン/価格等が変更となる場合がございます。最新の製品情報のご留意がございましたら、ご入用の際はお問い合わせください。

< 本件に関するお問い合わせ >

小林製薬広報事務局(株式会社オズマピーアール内)

TEL: 03-3511-4665 / Mail: kobayashiseiyaku@ozma.co.jp