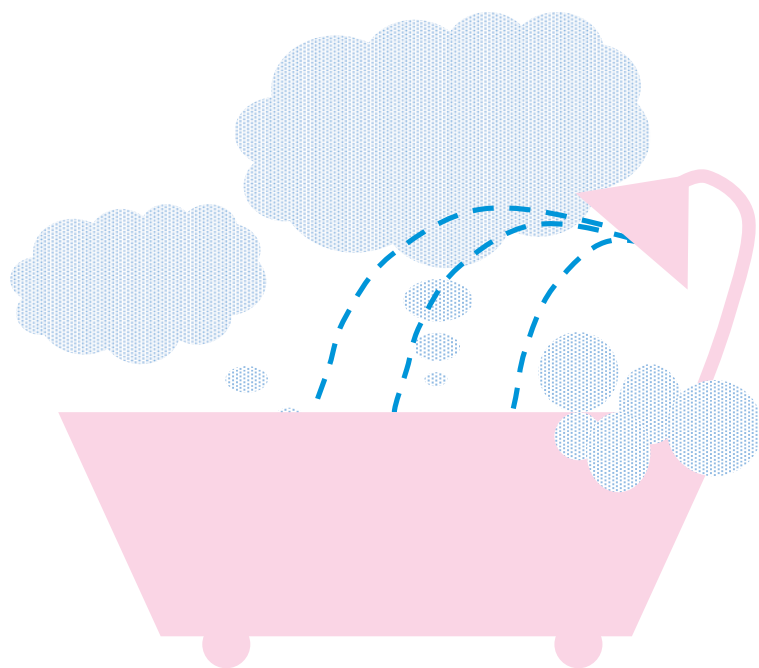


# お風呂白書2008

～お風呂とリラックス・お風呂のお手入れの実態～



株式会社 ノーリツ



## はじめに

2008年も残すところあとわずか。師走の慌しさがもう目前です。  
今年は皆さんにとってどんな一年でしたか？ほっとできるあたたかいお風呂でどんなことを考えましたか？

湯まわり設備メーカーの株式会社ノーリツは、現代人とお風呂の関係の実態に迫るため、入浴方法・お風呂に対する意識について、2004年から調査を実施し、結果を「お風呂白書」として発表しています。

第1回の「お風呂白書2004」では、「お風呂とコミュニケーション」について詳しく調査しました。結果からは、お風呂は「コミュニケーションを弾ませる手段として有効である」ことが浮かび上がってきました。

第2回の「お風呂白書2005」では、「お風呂とリラックス」について特に詳しく調査したところ、多くの方がお風呂を「リラックスできる場所」として捉え、様々な方法で工夫して入浴を楽しんでいることがわかりました。

さらに、第3回の「お風呂白書2006」では、「メタボリックシンドローム」や「デトックス」など、健康に関する様々なキーワードが話題になった年であったことを受け、「お風呂と健康」に焦点を当てて調査を実施しました。

昨年の「お風呂白書2007」では、2004年に実施した「お風呂とコミュニケーション」を再びメインテーマとして定め、お風呂を通じた現代日本の家族間のコミュニケーションについて調べました。

第5回目となる本年は、2005年に実施した「お風呂とリラックス」を再びメインテーマに意識調査を実施し、変わらずお風呂は多くの方にとってリラックスできる場という結果となりました。お風呂の楽しみ方を工夫しながら、心もからだの疲れを癒そうとしているようです。また、並行してお風呂には欠かすことのできない掃除に対する意識についても調査しています。

11月26日は、「いい風呂の日」です。あたたかいお風呂が懐かしくなるこの時期に、この「お風呂白書」がより豊かで楽しいお風呂文化の実現の一助となれば幸いです。

※11月26日「いい風呂の日」は、日本浴用剤工業会が日本記念協会に正式に登録・認定された記念日です。

本書に関するお問い合わせ先：  
(株)ノーリツ広報・IR室 担当：松田  
電話：078-334-2801

## 目次

### P4. 第1章 お風呂とリラックス

1. お風呂とリラックス
2. リラックスの効果
3. 内湯と外湯
4. 理想のお風呂
5. お風呂と安全

### P12. 第2章 お風呂のお手入れの実態

1. お風呂への不満
2. お風呂のお手入れの実態
3. お風呂掃除の難所
4. お風呂掃除とエコ



## 調査概要

### ● 調査目的

お風呂とリラクスの関係・お風呂のお手入れの実態を明らかにするために実施した。

### ● 調査方法

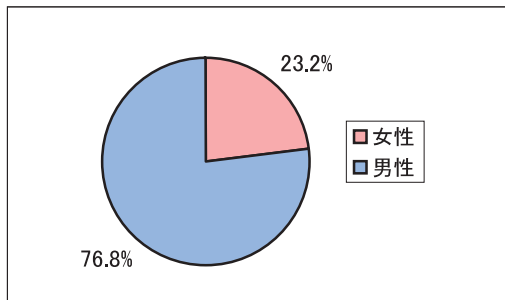
Webアンケート

### ● 調査対象

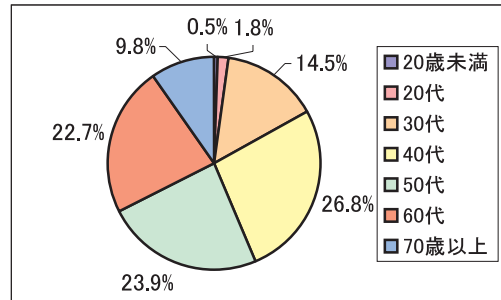
ノーリツインターネットサイト「NORITZSTYLE(ノーリツスタイル) つかりコムねん」会員  
全国の全世代男女 833人

### ● 回答者の構成

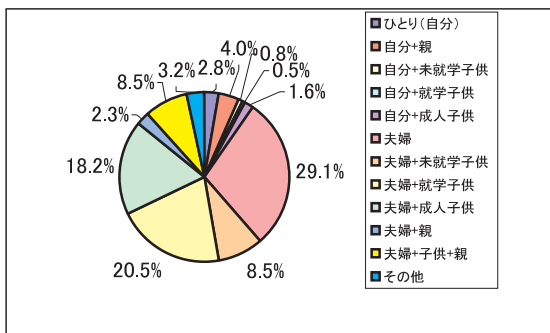
#### ■ 性別



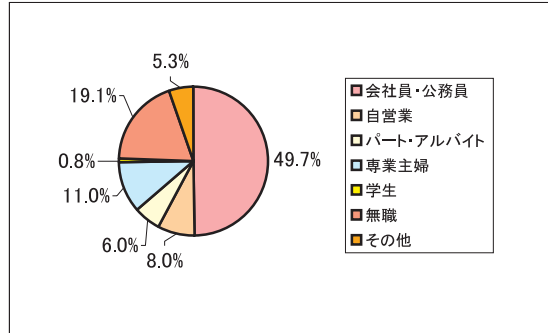
#### ■ 年代



#### ■ 家族構成



#### ■ 職業



### ● 調査エリア

全国

### ● 調査実施

2008年9月8日～18日



# 第1章 お風呂とリラックス

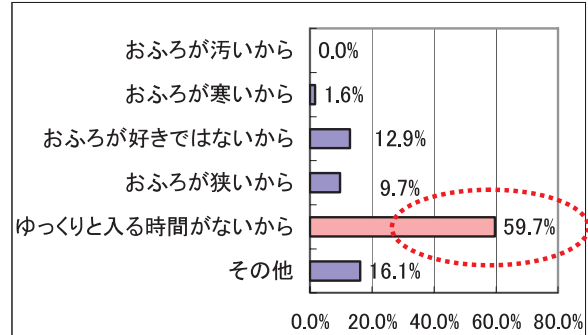
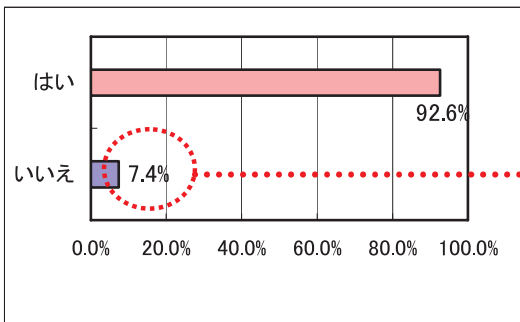
## 1. お風呂とリラックス

私たちの生活に欠かせない「お風呂」。本章では、お風呂とリラックスの関係という切り口で調査した結果をまとめました。

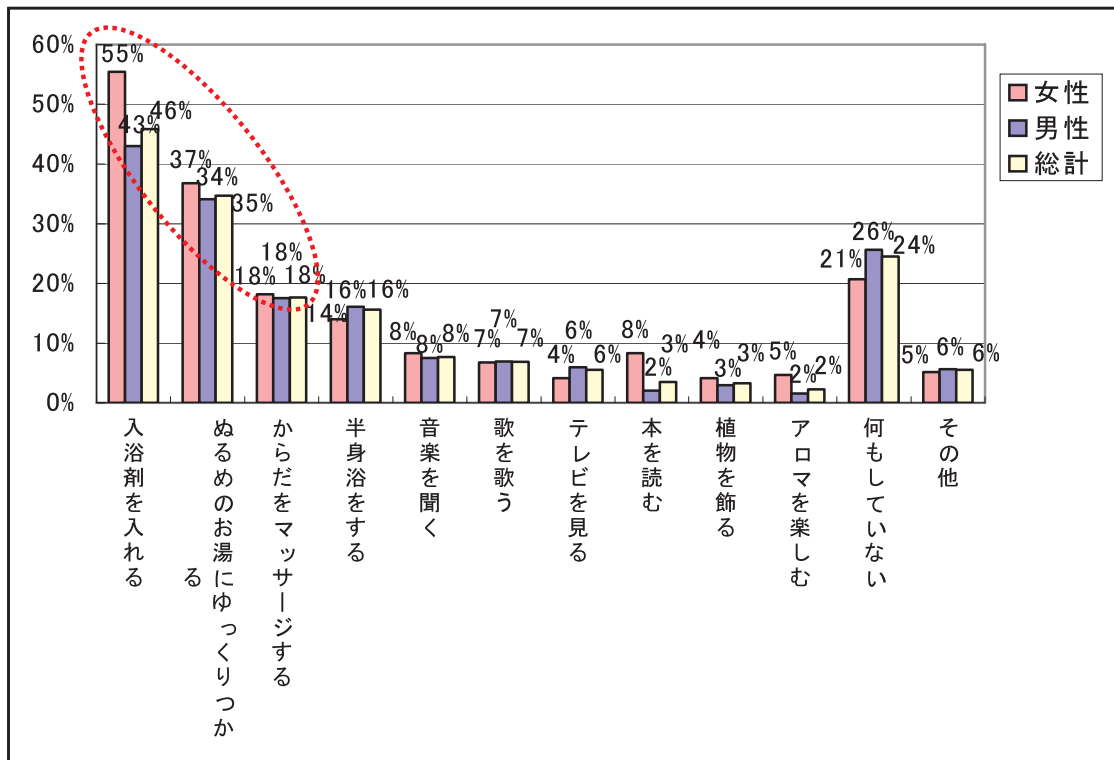
お風呂がリラックスできる場所かどうか尋ねたところ、2005年調査と同じく9割近くの人が「はい」と回答。1日の終わりにゆっくりつかるお風呂は、忙しい1日をリセットできる時間のようです。しかし、1割近くの人には「いいえ」と回答。その最大の理由は、「時間が無い」でした。リラックスしたくても、忙しくて、できない・・・という叫びが聞こえるようです。

とはいえ、ほとんどの人がリラックスしているお風呂タイム。実践していることを尋ねたら、全体の1位と2位は2005年と同じく「入浴剤を使う」と「ゆるめのお湯にゆっくりつかる」でした。ちなみに入浴剤は「効能」よりも「香り」が重視される傾向があるようです。今年は3位に「半身浴」に代わり「マッサージ」がランクイン。ここ2年ほど、「リンパマッサージ」が流行していることを受けた現象でしょうか。

■あなたにとって、お風呂はリラックスできる場所ですか。(n=833) ■それはなぜですか。(n=62)

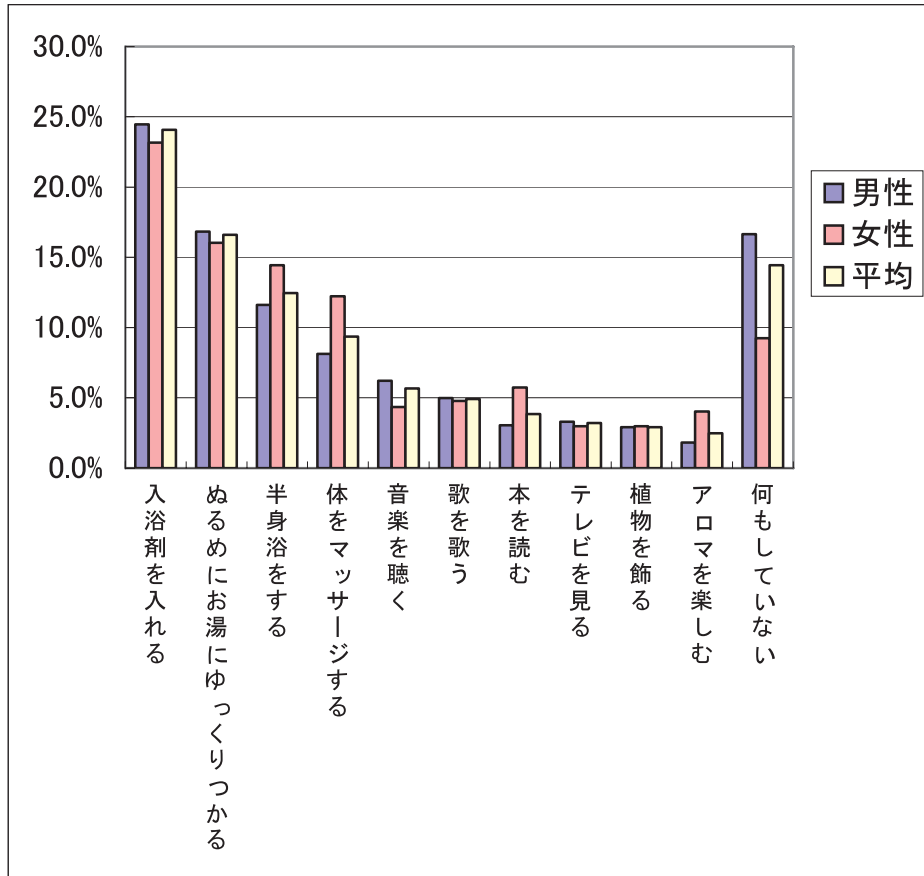


■あなたはリラックスのためにお風呂で実践していることがありますか？(n=833)

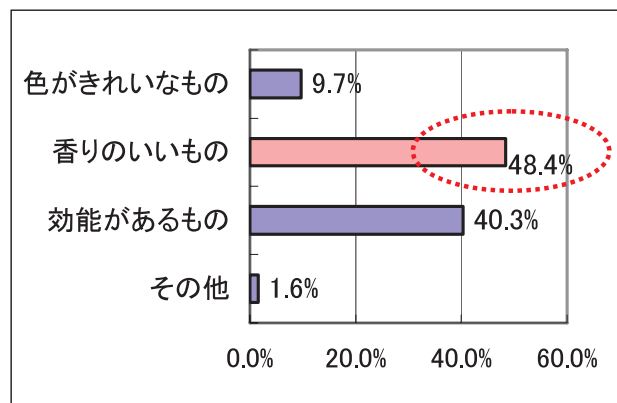


# 第1章 お風呂とリラックス

■リラックスのためにお風呂で実践していること(n=1,889) (複数回答) (2005年)



■入浴剤はどんな特徴のものを選んでいきますか。  
最もあてはまるものを1つお選びください。(n=382)





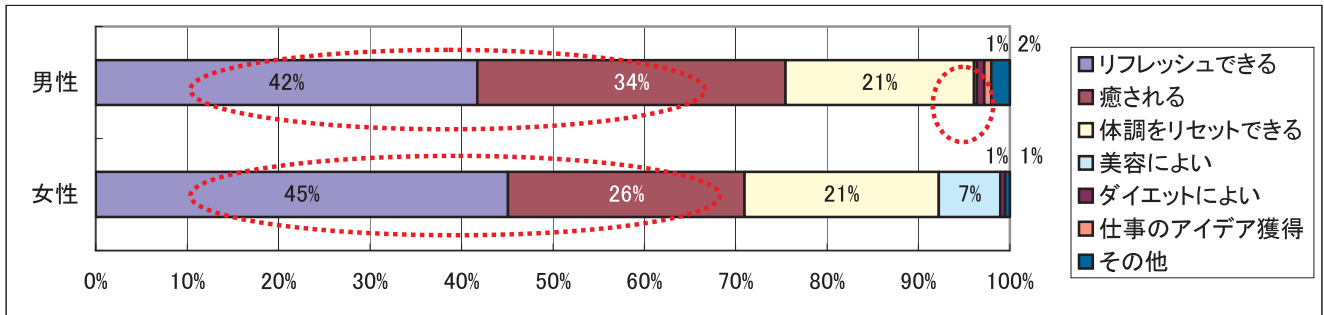
# 第1章 お風呂とリラックス

## 2. リラックスの効果

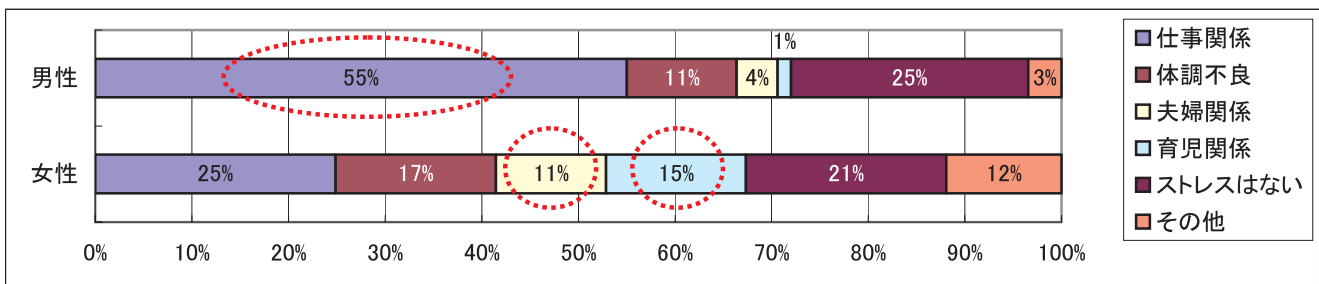
多くの人がお風呂をリラックスタイムとして活用していることが分かりましたが、みんなリラックスすることで何を得ているのでしょうか？男性、女性ともに「リフレッシュ」「癒し」という回答が7～8割にのぼり、精神的な浄化の場としても活用されていることがわかりました。また、女性は「美容によい」と回答する人が1割近くいました。

ちなみに、普段最も感じているストレスは何かという、男性は「仕事関係」が55%と半数近くに。女性も「仕事関係」という回答が多かったのですが、男性と異なる部分は、「夫婦関係」と「育児関係」がそれぞれ11%、15%あったことです。

■お風呂でリラックスすることで得られることは何ですか。最も当てはまるものを1つお選びください。(n=833)



■普段最も感じているストレスは何ですか。(n=833)



# 第1章 お風呂とリラックス

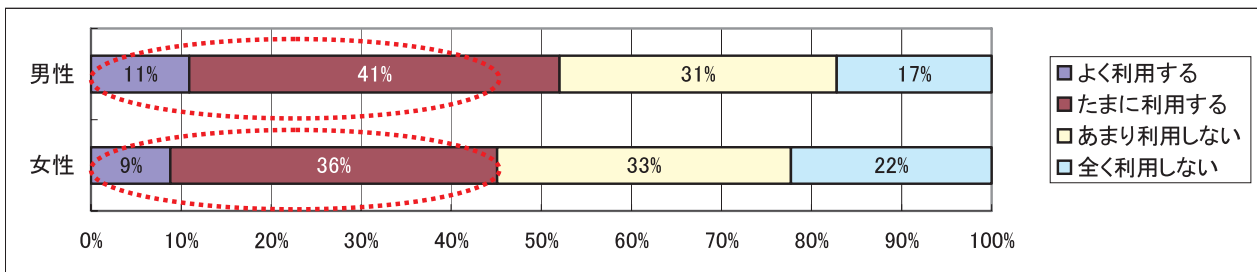
## 3. 内湯と外湯

最近「スパ」人気も定着しました。外湯も今やリラックスの大切な拠点になっているようです。さらに、男性の積極的な「外湯」使用も浮かび上がってきました。

外部入浴施設の利用率をたずねたところ、「よく利用する」「たまに利用する」と回答した率は男性の方が上でした。入浴施設としては男性は「温泉」「銭湯」「スーパー銭湯」がトップ3。「スパ施設」の利用率も男性のほうが女性よりも2ポイントリード。男性は意外にも温泉好きで、「スパ」の利用にも抵抗感が少ないようです。

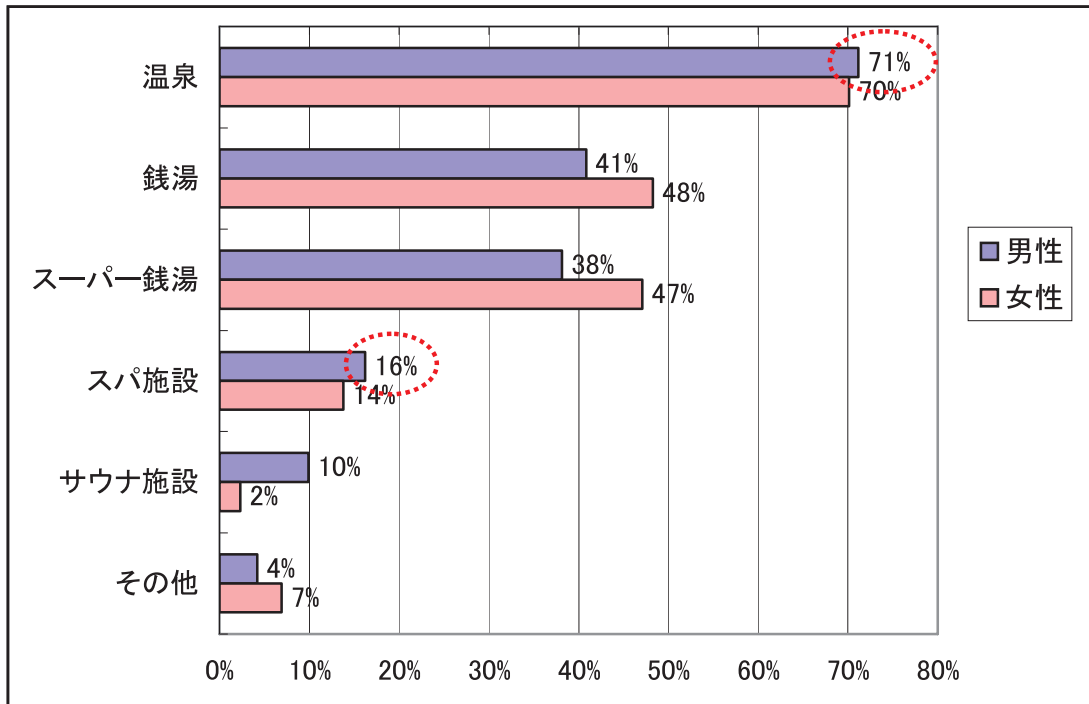
また、その理由を尋ねたところ、男性は「気分転換」がトップとなりました。外湯を利用することも、今や男性の身だしなみの一環なのかもしれません。

■外部入浴施設(家のお風呂以外)を利用することはありますか。(n=833)



■どんな入浴施設を利用しますか。(n=420)

(複数回答)

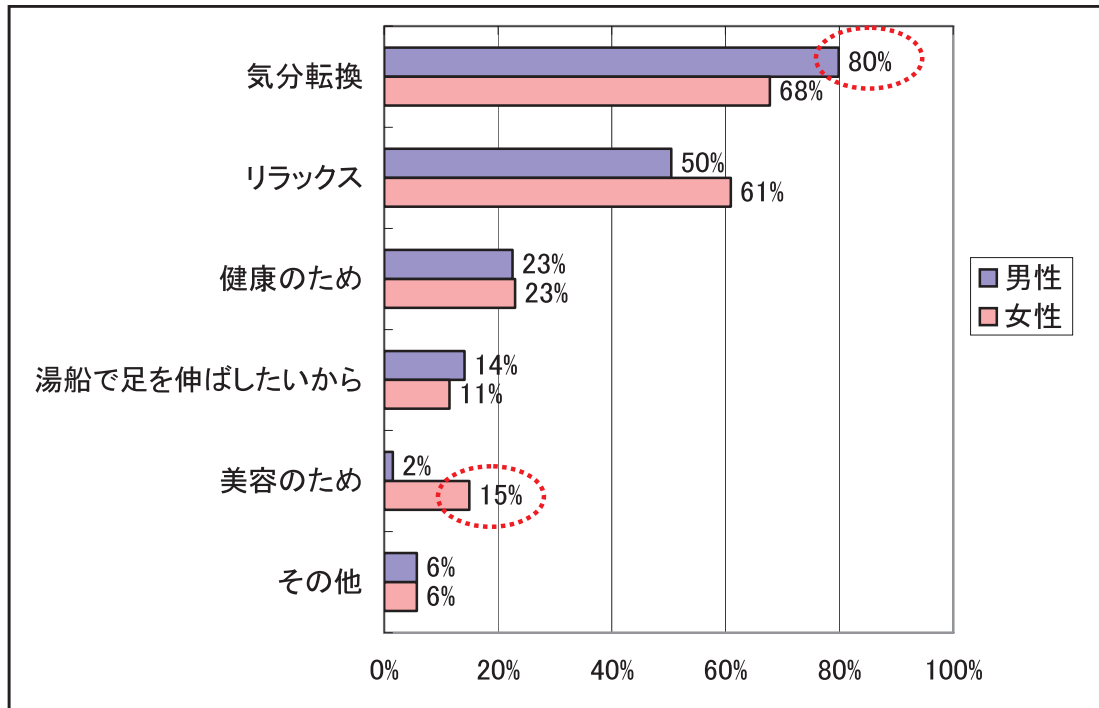




# 第1章 お風呂とリラックス

■それはなぜですか。(n=420)

(複数回答)



# 第1章 お風呂とリラックス

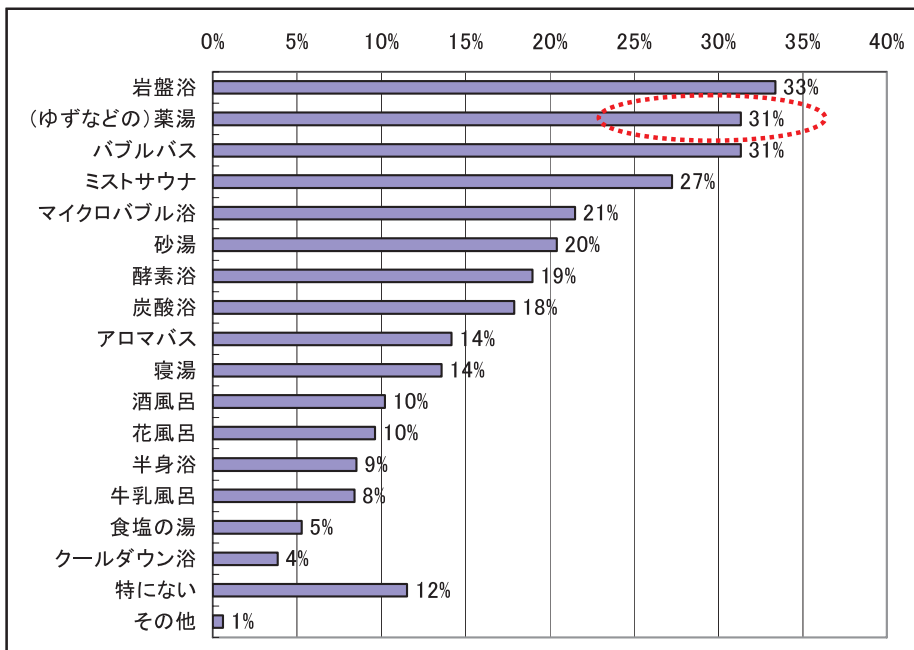
## 4. 理想のお風呂

外湯も積極的に利用する人が多い昨今のお風呂事情。「こんなお風呂があれば」という理想のお風呂を探りました。今後試してみたいと思う入浴法は、人気が続いている「岩盤浴」、そしてバブルバスに次いで、ゆずなどの薬湯がランクイン。エコの時代を受けて、昔ながらの入浴も見直されているようです。

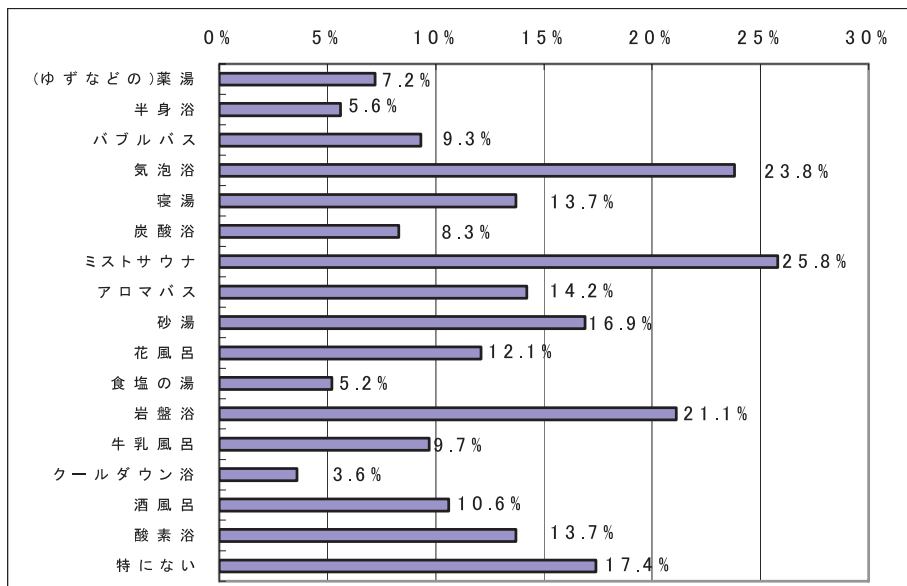
お風呂にあるといい機能としては、2005年とおなじく「ミストサウナ」「ジェットバス」に加え、「浴室自動洗浄機」が3位に浮上。掃除の負荷を軽減されると、よりリラックスも理想の状態に近づくのかもしれませんが。

ちなみに、子育て世代にお風呂にあるといい機能を尋ねたところ、「子どもが浴室内に座れる仕掛け」とともに「壁が黒板にできる」ことが挙げられました。お風呂はリラックスの場とともに、学習の場としても使える空間として求められているようです。

■あなたが試してみたいと思う入浴法は。 ※複数回答 (n=833)

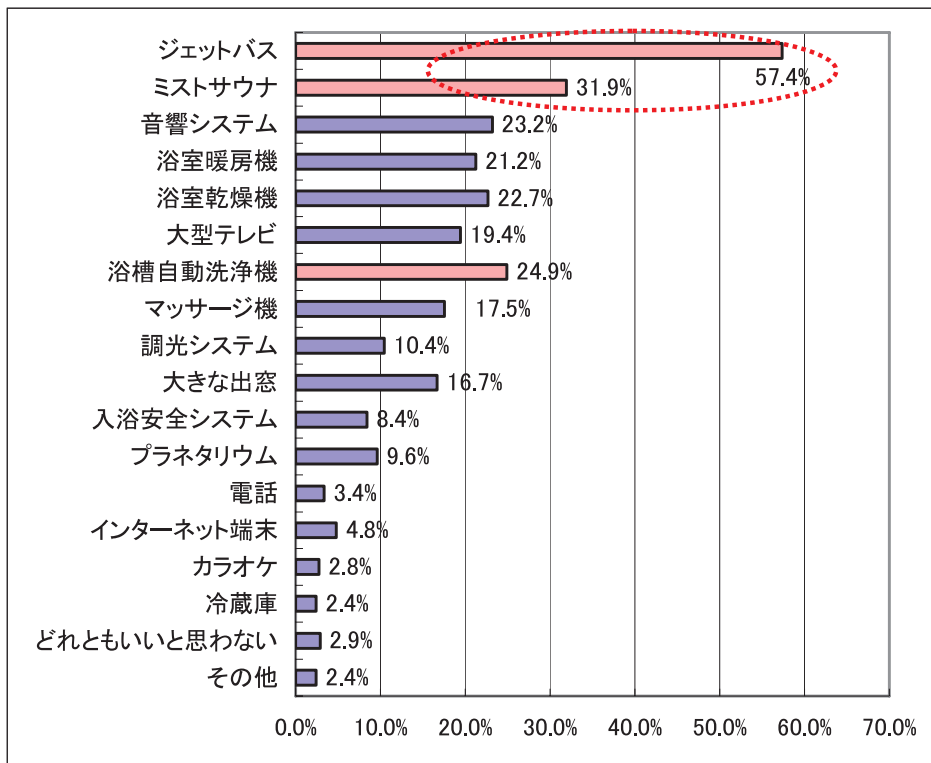


■あなたが試してみたいと思う入浴法は。 n=1,889(複数回答) (2005年)

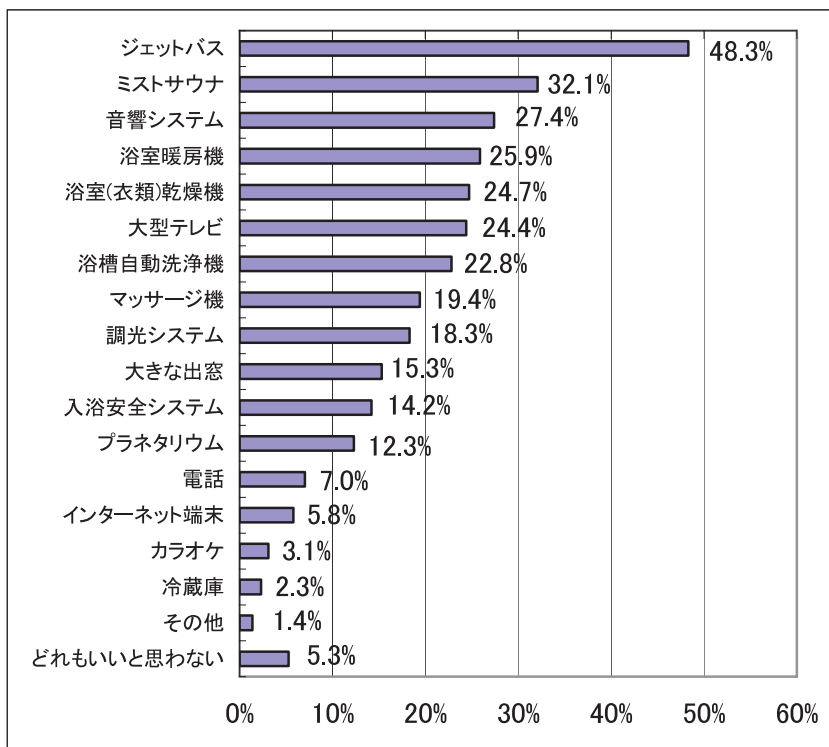


# 第1章 お風呂とリラックス

■お風呂にあればいいと思う機能は。(n=833)

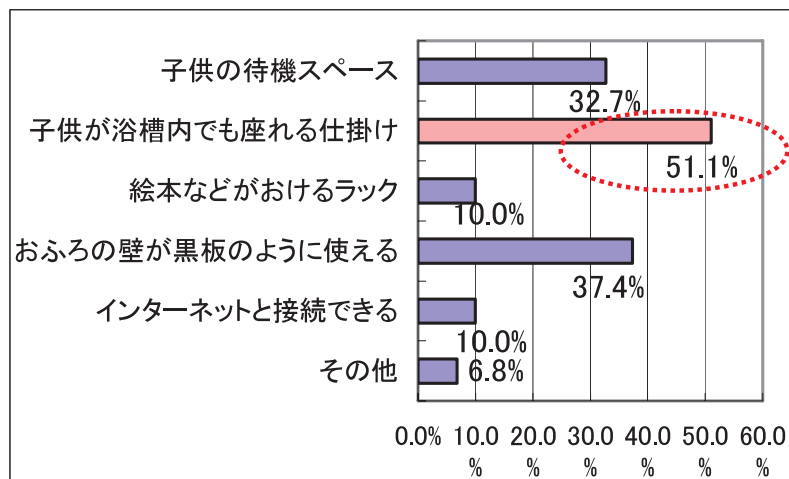


■お風呂にあればいいと思う機能は。 n=1,889(複数回答)(2005年)



## 第1章 お風呂とリラックス

■お子様がいらっしゃる方に質問です。  
育児する上で、お風呂にあればいいと思う機能は。(n=321)



### ●お風呂コラム●

#### 子どもとの安全な入浴のために

親子が楽しく入るためには、1坪以上の浴室スペースをお勧めします。  
2人並んで、体を洗うために十分な洗い場スペース、  
そして、親子が一緒に入って楽しめる浴槽の形状も重要となります。

浴槽内に段差をつけた浴槽ベンチに子どもを座らせれば  
目線を同じに話ができます。親子で入っても互いに体を動かせる  
大きめの浴槽が理想です。

乳幼児は熱いお湯に弱いので38～40℃のお湯で、  
10分以内に浸かり終えないと深部体温が上がりすぎて、  
心臓に負担がかかります。

お風呂でゆっくりコミュニケーションをするためには、  
洗い場でも寒くない20～25℃の温度で保つ浴室暖房乾燥機の利用が望ましいでしょう。



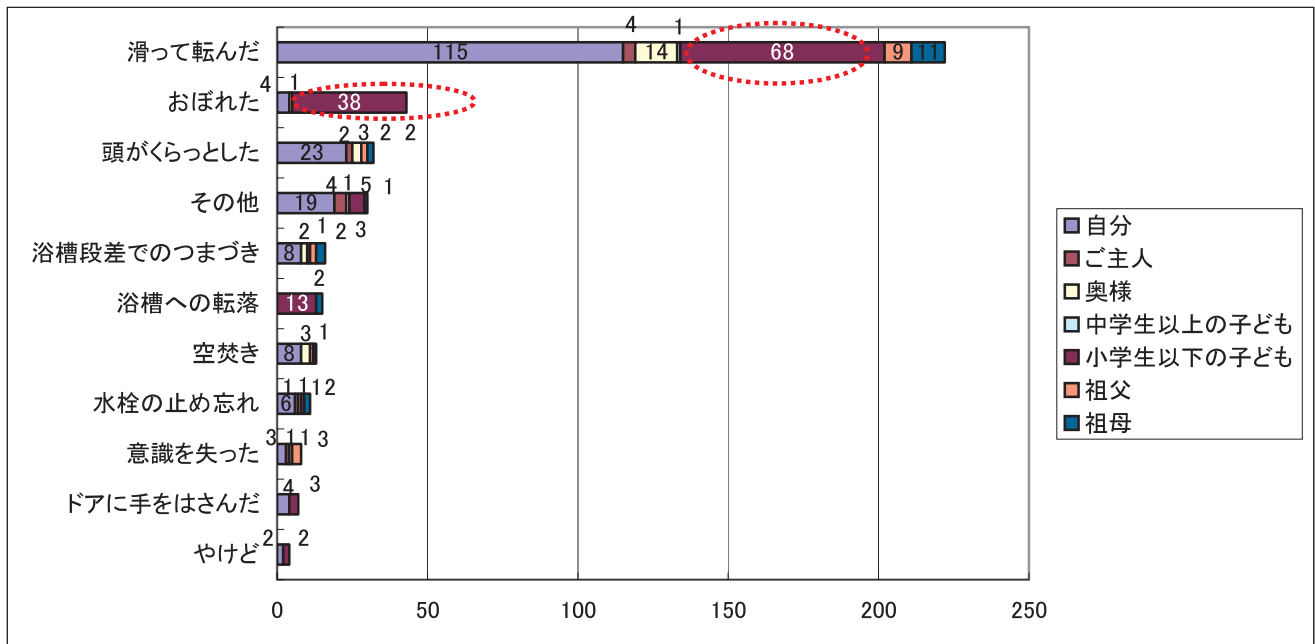


# 第1章 お風呂とリラックス

## 5. お風呂と安全

みんながリラックスの場として認識しているお風呂。ゆったりくつろぎたい場所だからこそ、お風呂の安全性は重要です。自分、または家族がお風呂で危ないという経験をしたことがあるかどうか尋ねたところ、小学生以下の子どもが「滑って転んだ」、「おぼれた」というケースが多いことが分かりました。

■あなた、またはご家族がお風呂で危ない！という経験をされたことがありますか。それは誰ですか。(n=411)



### ●お風呂コラム●

#### 家族との安全な入浴対策

脱衣所と浴室間の段差を無くし、浴室の床面には不安定になりやすいスノコやマットを敷かないようにしましょう。また、浴室内や浴槽内に手すりをつけることが、事故防止にも役立ちます。

小さな子供にとってお風呂は遊び場感覚です。浴槽への転落事故を防止するためにも必ず大人といっしょに入浴させるべきです。家族間の会話もはずむことでしょう。

国民生活センターの調査により多発が問題となっている「乳児に多い浴槽への転落事故」を防ぐには、浴槽の高さが洗い場から50センチ以上あることが望ましいとされています。浴室に外鍵を取り付けたり、入浴後は浴槽にお湯を残さないようにすることも事故防止につながります。



## 第2章 お風呂とお手入れ

### 1. お風呂への不満

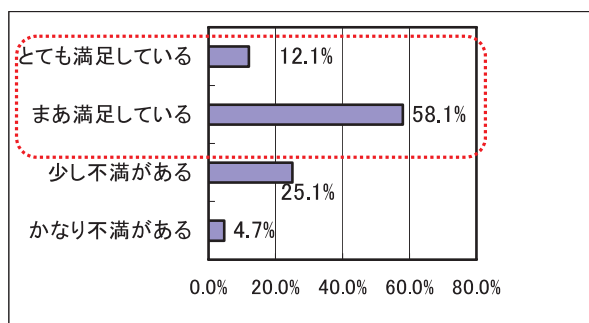
ご自宅のお風呂に対しての満足度を聞いてみたところ、7割近くの方が満足しているという結果となりました。この結果を2005年のものと比較してみるとさほど変化はありませんでした。

また、3割の不満のある方にそのポイントについて聞いてみたところ「浴室にカビが生えやすい」「タイルの目地が汚れやすい」とお風呂掃除に関連するものが多い結果となりました。2005年の調査と比較すると、「浴室にカビが生えやすい」は同じくトップでしたが、「浴室が寒い」「鏡がくもる」などの設備に対する不満がポイントを集めたのに対して、より掃除面へストレスを感じている方が多くなったようです。

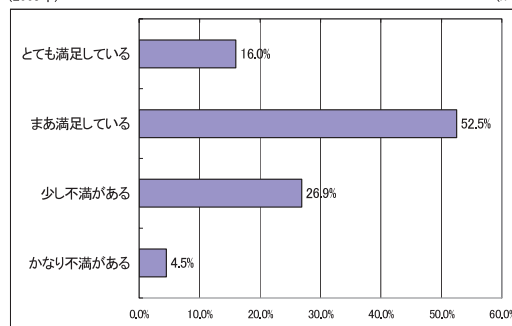
そのお風呂掃除へのストレスを少しでも軽減する「自動洗浄機能付きの浴槽」についてたずねてみたところ、まだその存在を知っているのは約4割に留まりました。

お風呂と掃除は切り離せない課題です。

■あなたはご自宅のお風呂に満足していますか？(n=833)

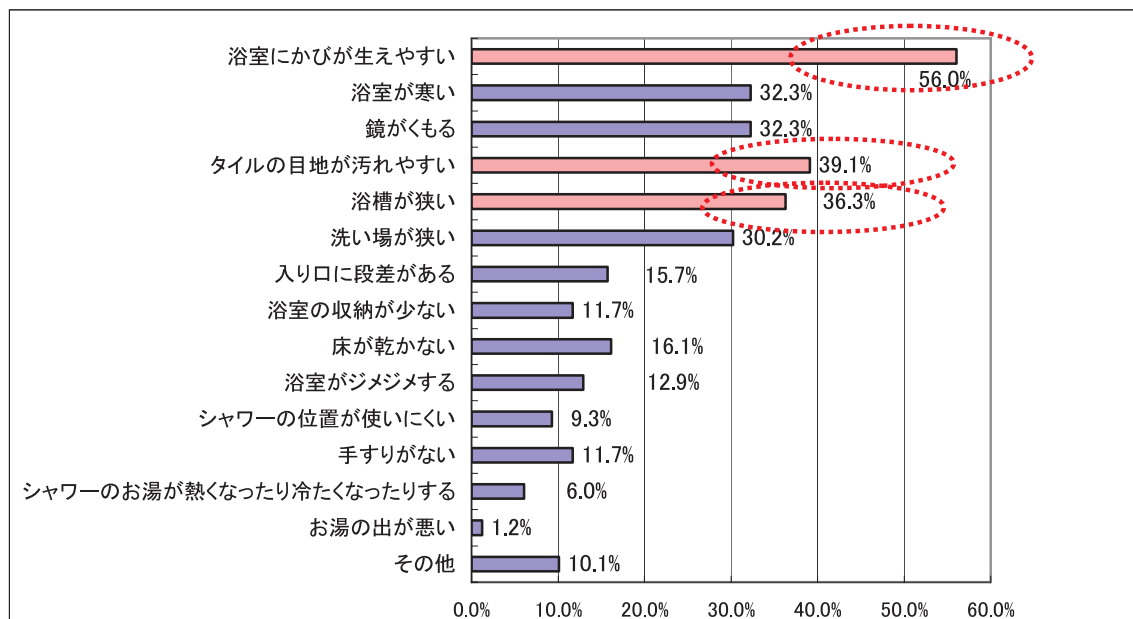


(2005年) (n=1,889)



■どんなところに不満がありますか？

※複数回答(n=248)



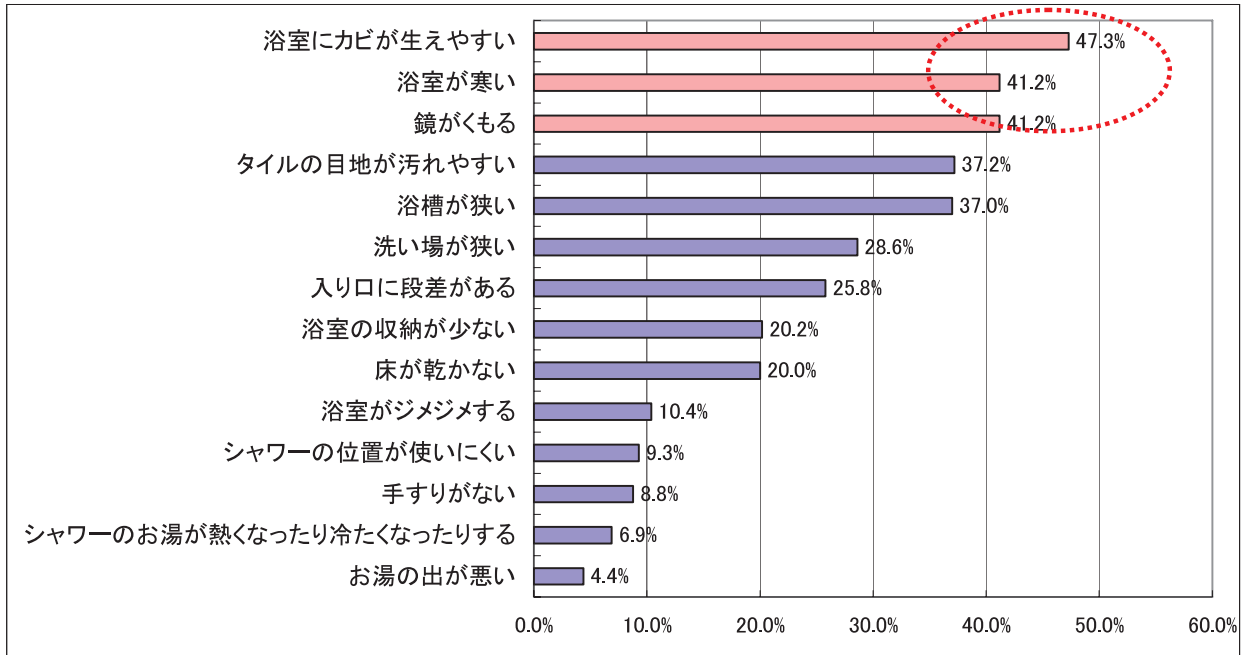


## 第2章 お風呂とお手入れ

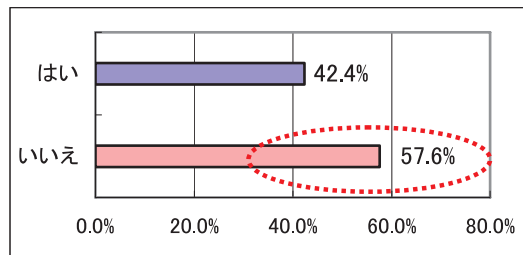
### 1. お風呂への不満

(2005年)

※複数回答 (n=593)



■ 自動洗浄機能がついた浴槽があることを知っていますか。(n=833)

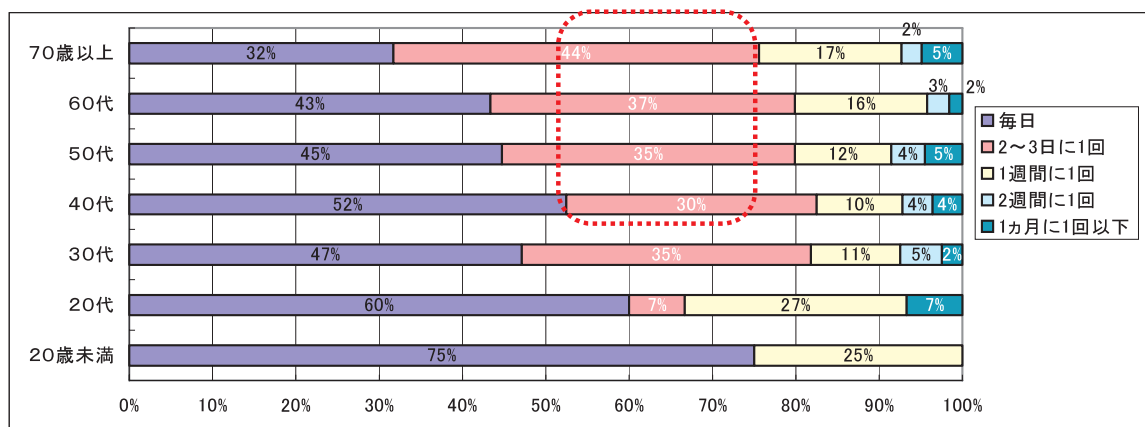


## 第2章 お風呂とお手入れ

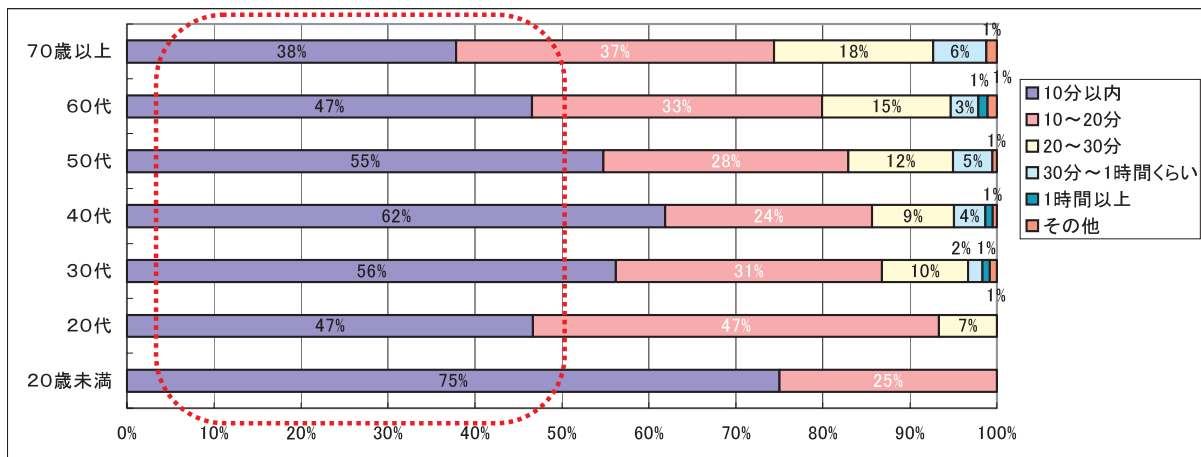
### 2. お風呂掃除の実態

お風呂掃除の実態として、頻度と時間、方法について聞いてみました。「こまめに手早く派」がほとんどのようです。若い世代ほど「毎日」掃除派が多いのですが、からだへの負荷からか40代を境に頻度が低くなります。掃除にかける時間は、「10分以内」で済ませてしまう割合が「10～20分」かける割合よりも多い結果となりました。方法については、6割以上が「洗剤とブラシを使って洗う」と回答しました。

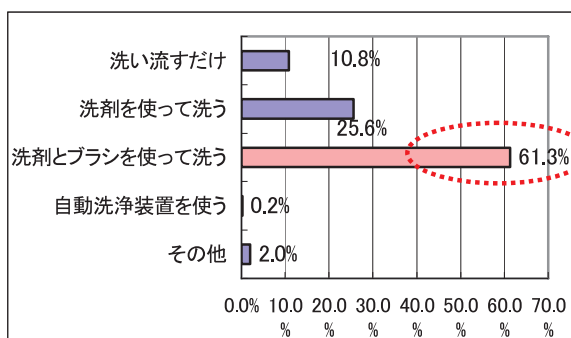
■お風呂の掃除の頻度は。(n=833)



■お風呂掃除にかける時間は平均どれくらいですか。(n=833)



■掃除方法は。(n=833)



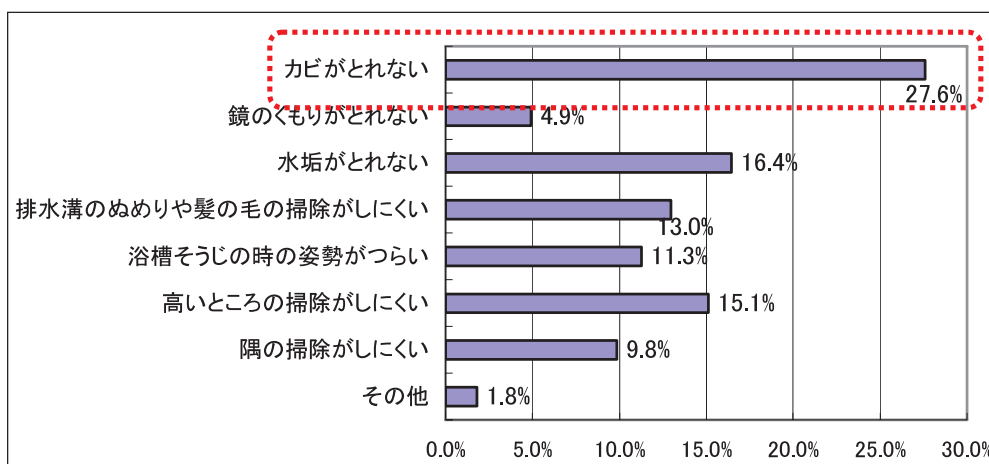
## 第2章 お風呂とお手入れ

### 3. お風呂掃除の難所

水周り設備のため、こまめな掃除が必要なお風呂掃除ですが、どんな点に難を感じているのでしょうか。

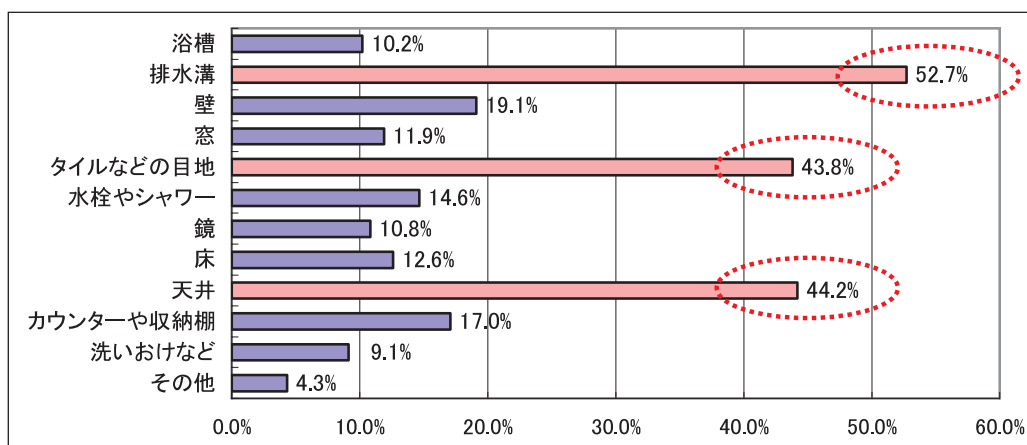
「カビがとれない」が、ダントツ1位で掃除の際の一番の悩みという結果でした。また、お風呂の中で「排水溝」や「タイルなどの目地」、「天井」などカビや汚れを落としにくいところに掃除しづらさを感じているようです。

■掃除の際、何が一番の悩みですか。(n=833)



■どんな箇所が掃除しづらいですか。

※複数回答(n=833)



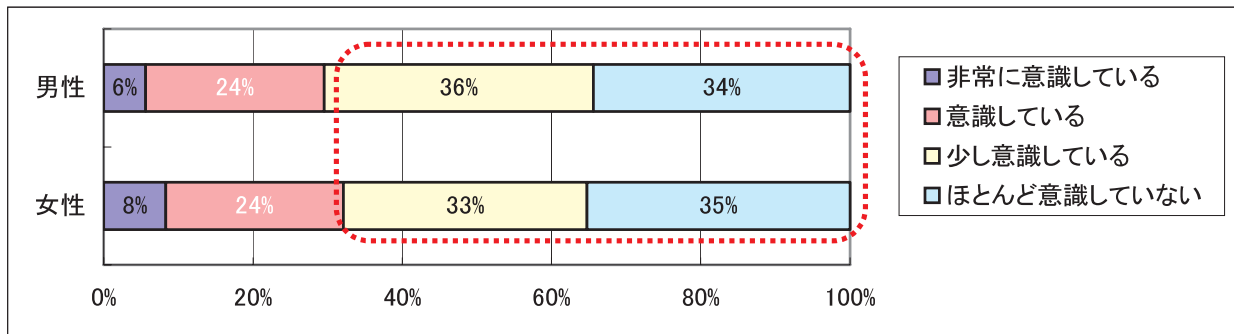
## 第2章 お風呂とお手入れ

### 4. お風呂掃除とエコ

環境を主要テーマとした洞爺湖サミットが行われた2008年。エコバックやマイはしブームなど地球環境への意識を強くもたれた方が多いかと思いますが、お風呂掃除においてもその意識を聞いてみました。その結果、男女ともにエコを意識している方を意識していないという方が倍以上という数字となりました。

また、どんな点に関して気を配っているかを聞いてみたところ、お湯の使用量を意識している方が男女ともに8割でした。残り湯を使用したり、掃除のときもお湯の使用量を気をつけるなどお湯の節約でエコを実施しているようです。

■お風呂掃除でもエコを意識しますか。(n=833)



■お風呂掃除でのエコに関してどんなことに最も気を配っていますか。(n=545)

