

NEWS RELEASE

2015 年 5 月 28 日

報道関係者各位

トレンド総研

※「梅雨の家事における悩み」に関するレポート

「雨」「湿気」「カビ」のせいで… 主婦に広がる“家事六月病”とは!? 専門家・藤原 千秋氏に聞く、やる気が出ない時のお掃除・除菌術 ～カビにも有効！ 除菌・消臭スプレーの効率的な使い方を紹介～

生活者の意識・実態に関する調査を行うトレンド総研(東京都渋谷区、URL:<http://www.trendsoken.com/>)では、これから梅雨を迎えるタイミングに合わせて、「梅雨の家事における悩み」について調べました。

■ レポート内容

1. 主婦 500 名を対象に梅雨の家事に関するアンケート調査を実施…………… P.1～P.3
主婦たちへの調査から、梅雨の家事の憂鬱さと、菌やカビへの対策に関する悩みの実態が明らかになりました。
2. 家事の専門家・藤原 千秋氏に聞く、梅雨の布製品の菌・カビ対策…………… P.4
家事をはじめとする“住まいの悩み”に精通する藤原 千秋氏に、梅雨の家事のコツについて聞きました。
3. 除菌グッズのトップブランドの研究員が語る、梅雨の菌・カビ対策…………… P.5
P&G ファブリーズ研究員の藤原 知子氏に、オススメの菌・カビ対策を聞きました。

Summary

<アンケート調査「家事に関する意識・実態調査」>

ー主婦 500 名に梅雨の時期の家事について、アンケート調査を実施ー

- ・約 9 割の主婦が「梅雨の時期に家事が憂鬱だと感じることもある」と回答し、“家事六月病”の広がりが明らかに
- ・“雨”、“湿気”、“カビ”といった問題が、梅雨の時期に主婦を悩ませている
- ・“家事六月病”の主婦にとって大敵となる、梅雨の“二大・憂鬱な家事”は「洗濯」と「布団干し」
- ・100 点満点で自己採点してもらうと平均「44.3 点」と、梅雨の時期の「布製品の菌・カビ対策」は不十分になりがち
- ・主婦の 87%が「布製品のきちんとした菌・カビ対策の方法が、よく分からない」と回答

<専門家への取材>

ーお掃除オピニオンとして活躍する、家事の専門家・藤原 千秋氏に取材を実施ー

- ・ストレスなく梅雨の家事をこなすためには、メリハリをつけることがポイント
- ・「衣類」、「カーテン」、「布団」、「枕」、代表的な布製品のオススメの菌・カビ対策の方法を紹介

ー除菌グッズのトップブランド・ファブリーズ研究員の P&G、新藤 知子氏に取材を実施ー

- ・梅雨の時期はカビの増殖スピードも圧倒的に速く、憂鬱でも、菌・カビ対策は必須
- ・毎日洗濯できない布製品には、気軽かつ手軽に利用できる除菌・消臭スプレーなどの活用がオススメ

1. 主婦 500 名を対象に梅雨の家事に関するアンケート調査を実施

はじめに、梅雨の時期における家事に対して主婦の悩みを明らかにするために、20～50 代の既婚女性 500 名を対象にアンケート調査を実施しました。本調査では、はじめめる梅雨の季節に主婦の間で広がる“家事六月病”の様子を垣間見ることができました。また、特に主婦を悩ませている、布製品の菌・カビ対策に関する正しい理解の必要性が明らかになりました。

【調査概要】 調査名:家事に関する意識・実態調査

調査対象:20代～50代の既婚女性 500名

調査期間:2015年4月3日(金)～2015年4月8日(水)

調査方法:インターネット調査

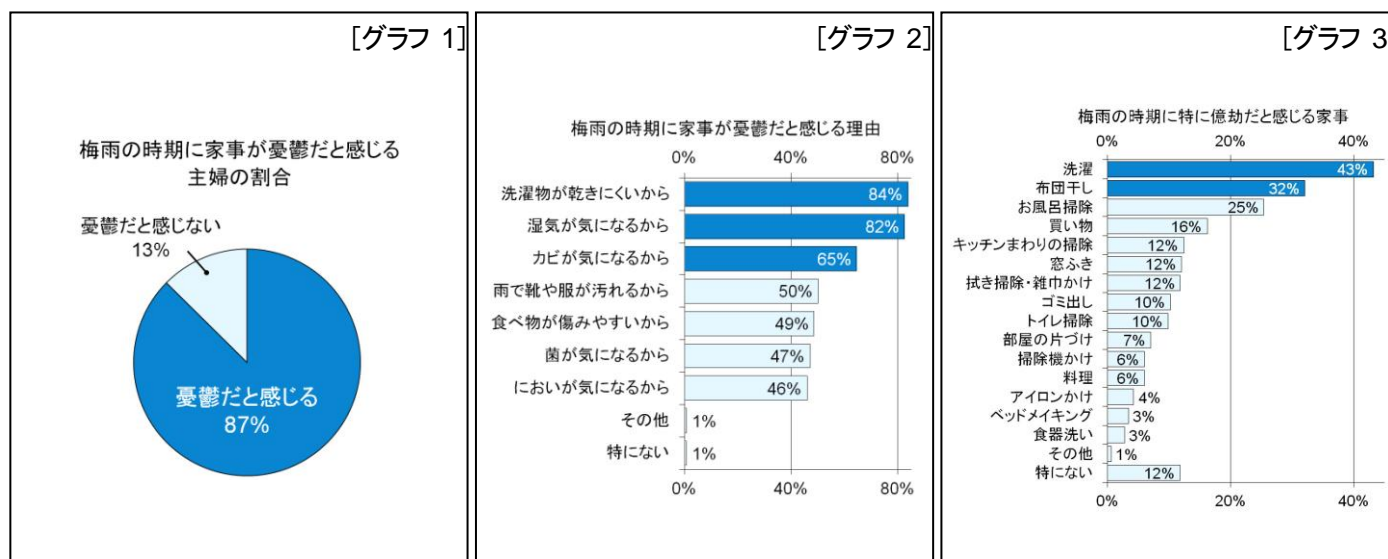
調査実施機関:楽天リサーチ株式会社

◆ 主婦の間に広がる、梅雨の“家事六月病”とは!? 雨・湿気・カビのせいで梅雨の時期の家事は憂鬱

間もなく迎える6月。じめじめと湿気が多い梅雨の季節は、なんとなく気分が沈むこともありますし、家事をしていても汗ばむことも増えます。家事がはかどらないと感じる主婦の方も多いでしょう。今回の調査でも、「**梅雨の時期に家事が憂鬱だと感じる**ことがある」という人は**87%**と、**9割近く**にのぼりました。[グラフ 1] こうした家事の憂鬱を“五月病”ならぬ“六月病”として、この主婦たちの間に広がる“家事六月病”の実態について、詳しく調べました。

雨の日が続き、湿度も高いこの季節。洗濯物を屋外に干すことができなかつたり、家の中でカビが生えやすかつたりと、やはり、この梅雨の季節ならではの家事の手間が“家事六月病”の広がりの一因だと言えそうです。今回の調査でも、「**梅雨の時期に家事が憂鬱だと感じる理由**」を答えてもらったところ、上位に並んだのは、「**洗濯物が乾きにくいから**」(84%)、「**湿気が気になるから**」(82%)、「**カビが気になるから**」(65%)といった理由です。[グラフ 2] 6月の梅雨の家事では、“雨”、“湿気”、“カビ”といった問題が主婦たちを悩ませていることを改めて確かめることができました。また、**96%の主婦が、「梅雨の時期には、自宅における菌やカビへの不安が高まる」と回答**。ほぼ全員の主婦が、梅雨の時期における菌・カビの不安を訴えました。

それでは、「梅雨の時期に特に億劫だと感じる家事」は具体的に何なのでしょう。複数回答形式で聞いてみたところ、**億劫だと感じる主婦が多い家事の上位 2 項目は、「洗濯」(43%)と「布団干し」(32%)**という結果になりました。[グラフ 3] ただでさえ湿気が気になる上に、雨の日が続けば、洗濯物や布団を天日干しする機会も減ってしまいます。衣類や布団などの布製品を清潔に保つことは、他の季節と比べてずっと難しく、肌に触れる布製品の菌やカビが気になるという人も多いでしょう。「お風呂掃除」(25%)、「キッチンまわりの掃除」(12%)といった水周りの掃除よりも上回る結果となった、「**洗濯**」と「**布団干し**」は、“**家事六月病**”の主婦にとって大敵となる、梅雨の“**二大・憂鬱な家事**”とも言えるかもしれません。



◆ 主婦たちの自己採点は平均「44.3点」、梅雨の時期に課題の「布製品の菌・カビ対策」の実態に迫る

このように、梅雨の“二大・憂鬱な家事”であることが分かった、「洗濯」と「布団干し」ですが、両者の共通点は布製品の手入れであるということです。しかし、家庭にある布製品は、衣類や布団以外にも多岐にわたります。そこで、ソファやカーテン、クッション、カーペットなど、家庭内の布製品全般について、梅雨の時期におけるケアの実態を調べました。

まず、「**自宅にある布製品の内、梅雨の時期に特に菌やカビが気になるもの**」を選んでもらったところ、「衣類」(68%)に次いで多かったのが、「カーテン」(63%)という回答。続いて、布団干しの憂鬱さを象徴する「布団」(63%)、「枕」(60%)、「マットレス」(54%)などの寝具があげられました。その他には、「クッション」(52%)、「カーペット」(52%)も半数以上が回答し、**主婦が梅雨の時期に菌やカビを気にしなければならない布製品は、家庭のあちこちにあることが分かります**。[グラフ 4]

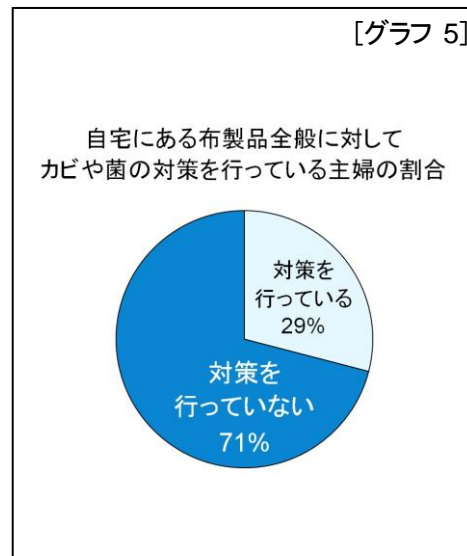
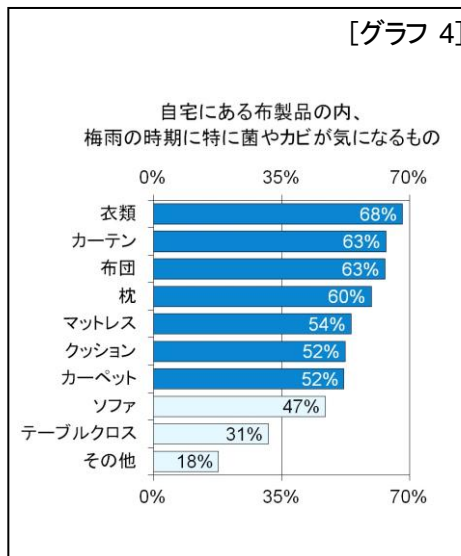
さらに、こうした布製品の手入れは、それぞれの素材や形状に合わせて適切な対策方法を選ばなければなりません。ソファやカーテンなど、通常は洗うことが難しいものもあり、自宅の全ての布製品に対して、菌やカビの対策をしっかりと行うというのは、なかなか難しいものでしょう。実際に、**布製品の菌やカビへの対策における具体的な悩みを主婦たちに聞いたところ、形状や素材の影響で丸ごと洗濯することが難しいものへの悩みをあげる人が多く見られました**。

＜主婦たちに聞いた、布製品に対する菌やカビへの対策に関する悩み＞

- ・大型のものなど、洗えない布製品のカビ対策が分からない。(神奈川県・36 歳)
- ・小さな子供がいるので対策をしたいけれど、ソファの中は洗えないし、業者に頼むとお金がかかるので、どうすれば良いか分からない。(岐阜県・29 歳)

ちなみに、今回の調査では、「自宅にある布製品全般に対して、菌やカビの対策を行っている」という人は 29%と、3 割に満たません。71%の主婦は「菌やカビの対策を行っていない」と回答しています。[グラフ 5]

さらに、「ここ 1 年間を振り返って、自宅の布製品に対する菌やカビへの対策の実施状況について、100 点満点で自己採点してください」と頼んだところ、「51 点以上」とした人は僅か 31%にとどまります。「50 点以下」とした人は 7 割近く、69%にのぼり、**全体の平均点も 50 点を下回る、「44.3 点」**でした。決して高いとは言えない、この結果からも分かるように、布製品の菌やカビへの対策が十分に行き届いていると自己評価する人は一部に限られるようです。



◆ 際立つ、菌・カビ対策への理解の低さ！ 行っているケアの大部分は「洗濯をする」か「日光にあてる」のみ

3 割未満と、全体的には少数派であることが分かった、菌・カビ対策を行っている主婦たち。それでは、彼女たちは具体的にどのようなケアを行っているのでしょうか。**「具体的に行っている対策方法」**を聞いたところ、圧倒的に多かった 2 項目は「洗濯をする」(88%)と「日光にあてる」(85%)。その他の項目の回答率は軒並み低く、**実際に行われている対策方法の種類には限りがある**ことが明らかになりました。

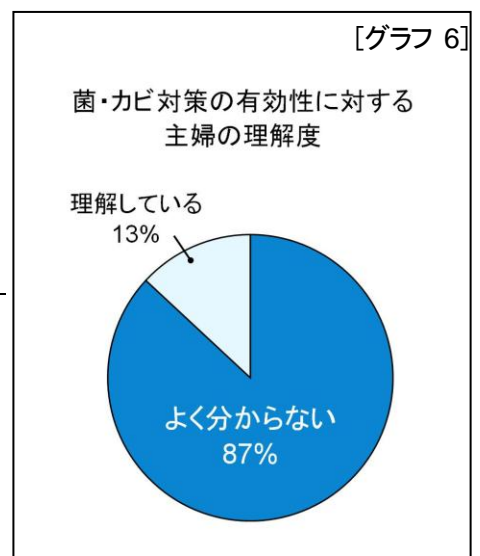
こうした傾向は、主婦たちの菌・カビ対策への“自信のなさ”にもつながっているようです。今回の調査でも、主婦の 87%が「**布製品のきちんとした菌・カビ対策の方法が、よく分からない**」と回答。**正しいケアかは自信が持てないながらも、多くの主婦が、日光にあてたり、洗濯したりと、ただできるケアを繰り返していることが分かります。**

また、こうした菌やカビ対策への理解の低さは、主婦たちの不安な気持ちをかき立てます。特に気になる子どもへの影響については、**74%の主婦から、「子供にとって効果のある菌・カビ対策ができていないか分からない」という意見**が寄せられました。

さらに、実際に行った対策の効果を目で確かめることができないことも、菌やカビへの不安をかき立てる一因となります。菌やカビへの対策の効果に疑心暗鬼になっている主婦も少なくありません。

「菌・カビ対策の効果はどの程度有効なものなのか、よく分からない」という主婦は、全体の 87%をも占めました。[グラフ 6]

こうした結果からは、布製品の菌やカビへの対策に関する正しい情報を、改めて主婦に向けて発信する必要性が求められていると言えるでしょう。



2. 家事の専門家・藤原 千秋氏に聞く、梅雨の布製品の菌・カビ対策

これらの調査結果をふまえ、“家事六月病”の対策と、特に憂鬱な家事とされていた布製品の菌・カビ対策のポイントについて、お掃除オピニオンとして活躍する、家事の専門家の藤原 千秋氏にお話をうかがいました。

◆ 梅雨の時期の家事にはのんびりと構えるのが、“家事六月病”にならないコツ

梅雨の時期は、家事の内容は天候に大きく左右されます。雨が降れば、洗濯物を部屋干しすると思いますが、部屋のスペースによって、洗濯物の量を減らさなければなりません。お布団を干せる日も限られるでしょう。今回のアンケート調査でも、「梅雨の時期に家事が憂鬱だと感じる人が 9 割近くにのぼる」といった結果が出たそうですが、こうした梅雨の家事の非効率さは、主婦に大きなストレスをもたらします。

ストレスなく梅雨の家事をこなすためには、メリハリをつけることがポイントです。もし天気予報と家事の計画を調整できるようであれば、「晴れたらやろう」くらいに**大らかな気持ちで取り組んでみてはいかがでしょうか。**家事をできない日には、家事を休んでしまっても良いと思います。やらなきゃ、やらなきゃ、と思い詰めていては、それこそ“家事六月病”になってしまいかねません。

◆ 布製品のケアも、天日干しにこだわらず、楽しみながらできる手入れを

～よい香りの洗剤や柔軟剤や家電を駆使した室内乾燥など、オススメの方法を紹介～

調査では、梅雨の時期憂鬱な家事として、「洗濯」や「布団干し」など布製品の手入れが上位にあげられていました。こうした**梅雨時期のファブリックケアは確かに大変だと私も思います。**対策としては、**あまり天日干しにこだわらず、楽しみながら、できる手入れをしていくことがオススメ**です。

例えば、**洗濯の際は、洗剤、柔軟剤などに好みの香りを上手に取り入れる**こと。室内での乾燥の際、部屋をいい香りにできます。また、洗濯物や布団などを乾かす際には、**除湿効果や清潔さをもたらす家電を上手に試してみる**のもオススメです。除湿機、エアコン、布団乾燥機、布団掃除機などを利用すれば、室内の快適さを保つことができます。それから、**雨でも家の中を換気することも重要です。**「雨が降っているのに窓を開けると、湿った空気で余計に部屋が湿ってしまうのでは…」と思われる方もいるかもしれませんが、そんなことはありません。むしろ、**空気が滞留すると布製品のカビや湿り気の原因になり、洗濯や布団干しがさらに憂鬱になってしまいます。**

◆ 布製品のアイテム別にオススメのケア方法を伝授！ 菌・カビ対策には消臭・除菌スプレーの活用がコツ

アンケート調査の中で、多くの人が「梅雨の時期、菌やカビが気になる布製品」として選んだ、「衣類」、「カーテン」、「布団」、「枕」について、オススメのケア方法を具体的にお伝えします。調査で主な菌・カビ対策としてあげられていた天日干しや洗濯はもちろん、消臭・除菌スプレーを上手に活用するのも効果的です。

- ・ 衣類 : クローゼットやたんすの通気を良くする。湿っぽく感じた場合には扇風機の風を送り込む。
- ・ カーテン : 梅雨前に洗濯していないのであれば、梅雨明けに洗濯する。
洗濯するまでは消臭・除菌スプレーをこまめに噴霧しておく。
- ・ 布団 : 梅雨の晴れ間にはすかさず干す。温風の出る布団掃除機をまめに掛けて乾燥と清潔を心がける。
シーツだけでも洗濯・乾燥する。
- ・ 枕 : カバーはこまめに洗濯・乾燥をし、晴れ間には天日干しを。
干す前に消臭・除菌スプレーをスプレーしておくと、菌・カビ対策としてより有効です。

四季があるのは決して悪いことではなく、明けない梅雨はありません。あまり鬱々とせず、できることを着々と行って行くのが、“家事六月病”を防ぐには重要です。

藤原 千秋(ふじわら ちあき)

一住宅ライター・アドバイザー＆コラムニスト

1974 年、栃木県生まれ。主に住まい周りの記事を専門に執筆するライターとして、14 年のキャリアをもつ。

現在は並行して家事サービス、商品開発等にも携わる。

大手住宅メーカー営業職を経て、2001 年よりオールアバウト「住まいを考える」ガイド。三児の母。
「この一冊ですべてがわかる! 家事のきほん新事典」(朝日新聞出版)など著書、マスコミ出演多数

ブログ「藤原千秋のフニワライフ。」 URL: <http://funiwara.blog80.fc2.com/>



3. 除菌グッズのトップブランドの研究員が語る、梅雨の菌・カビ対策

今回のアンケート調査では、梅雨時期における、布製品への菌・カビ対策に特に不安を感じるという声が多く聞かれました。そこで、菌・カビに効く布製品のケア用品として、トップブランドである「ファブリーズ」シリーズの研究・開発を務める、P&G ファブリーズ研究員の^{※1}新藤 知子氏にお話をうかがいました。

◆ 梅雨の時期のカビの増殖スピードは、なんと他の季節の約4倍！ 梅雨は菌・カビ対策が最も必要な季節

Q. 梅雨の時期の菌やカビのリスクについて教えてください。

菌やカビは高温多湿の状況下で比較的多く見られる傾向にあります。^{※1} また、「梅雨の時期は他の季節と比べカビの繁殖スピードが約4倍である」というデータもあります。^{※2}

梅雨の時期に菌やカビへの不安が高まる主婦が96%もいるという今回の調査結果は、まさに1年を通じて毎日家事をする主婦の方々が、毎年この時期に菌・カビ対策で苦労していることに因るものでしょう。カビの増殖スピードが4倍も速い梅雨、憂鬱ではありますが、菌・カビ対策は必須と言えます。

(※1) Passive Sampler 形式で地下水を摂取し、屋内外の環境下において菌の増殖パターンを調査したデータにもとづく。

出典: Keiko Abe: Assessment of Indoor Climate in an Apartment by Use of Fungal Index Applied And Environmental Microbiology, Mar. 1996, pp959-963

(※2) 気象庁による、関東甲信地方における1992年の梅雨入りから梅雨明け(6月7日～7月19日)の気象データをもとに算出。

◆ 憂鬱な梅雨の時期は、手軽に使えるアイテムを賢く活用しながら菌・カビ対策を続けることがポイント

Q. オススメの布製品への菌・カビ対策について教えてください。

梅雨の時期、特に菌やカビが気になる布製品として、「衣類」、「カーテン」、「布団」、「枕」などがあげられましたが、これらは必ずしも毎日洗えるアイテムではないでしょう。しかし、この季節の菌・カビの増殖スピードは速く、洗えないからといって増殖を待ってくれる訳ではありません。そこで、洗濯ができるまでの対策としては、除菌・消臭スプレーなど、家事が憂鬱な時にも気軽かつ手軽なアイテムを活用した菌・カビ対策をおすすめします。当社の布用の除菌・消臭スプレー「ファブリーズ」は、梅雨の時期に気になる菌もカビも、99.9%除去する効果があります。

今回の調査から見た、主婦のみなさんが菌・カビが気になるアイテムに対する、最適なファブリーズの正しい使い方をお伝えします。覚えていただきたいのは、「布製品の種類によって、最適なスプレー回数が異なる」ということです。そして、ファブリーズを対象となる布製品から20～30cm 離し、表面がしっとりするまでしっかり噴霧することです。下記のアイテムごとの適切な噴霧回数を守っていただくと、布製品の奥に入り込んだニオイや菌・カビも、除菌・消臭成分が除去していきますので、ぜひ試してみてください。

<「ファブリーズ」のオススメの噴霧回数>

- | | |
|------------------|--------|
| ・ 衣類(スーツ・ジャケット等) | : 6 回 |
| ・ カーテン | : 20 回 |
| ・ 布団 | : 20 回 |
| ・ 枕 | : 6 回 |

家事が憂鬱になる梅雨の時期ですが、少しでも毎日の家事が楽になるようなアイテムを上手に取り入れ、賢く手を抜きつつ、菌・カビの増える梅雨の家事を乗り切っていただければと思います。

新藤 知子(しんどう ともしこ)

— 研究者 —

P&G ファブリーズ研究員。お家の中のニオイのエキスパート。

1991年P&G入社。

日本及び中国の洗濯用洗剤(アリエール及びタイド)の開発を皮切りに、洗濯洗剤の研究に従事。

2006年よりファブリーズを担当し、日本を含めた全世界向けエアケアの新製品開発をリード。

消臭・芳香剤のファブリーズ公式サイト - My レシピ.com URL: <https://www.myrepi.com/tag/myrepi-febreze>

■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください■

トレンド総研 <http://www.trendsoken.com/>

担当: 川浦 真吾(かわうら しんご) TEL: 03-5774-8871 / FAX: 03-5774-8872 / mail: info@trendsoken.com