

## 怖いのは「産後クライシス」だけじゃない!? 出産前後のママ、約 8 割が自覚する **<美容クライシス>** とは **バスト、体型、肌…悩みはママ年齢によって変化** 美容のプロが語る、ママ年齢にあわせたケアの重要性

2017 年 2 月

ママ向けビューティーブランド「シャルレセルフケア」を展開する株式会社シャルレ（本社：神戸市、社長：奥平 和良）では、このたび、「ママ年齢」に注目した美容調査の第1弾として、**妊娠・出産を機に直面する美容面でのリスク＝<美容クライシス>**をテーマにした調査を実施いたしました。

### ◆ 出産前後のママたちに迫りくる、<美容クライシス>とは？

「産後クライシス」という言葉があるように、出産を機に“夫婦関係”が危機に陥るケースは少なくありません。それと同様に、ママたちは「**美容面**」においても、**産前～産後にかけて新たな危機に直面**することがあるようです。

そこで今回当社では、**こうした“妊娠・出産を機に直面する美容面でのリスク”**のことを<美容クライシス>と命名。実際にどのようなクライシスがあるのか、その実態を調査すべく、20～40代のママ・プレママ500名に「出産前後における美容の悩み」についてアンケートをおこないました。



### ◆ 産前産後の<美容クライシス>、ママ・プレママの約 8 割が自覚

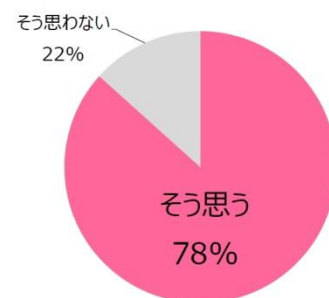
はじめに、「**妊娠・出産後に、美容面での悩みが増えたと感じますか？**」と聞いたところ、**実に 81%が「そう感じる」と回答**。産前産後で、多くのママ・プレママが美容の悩みで直面している様子がうかがえます。

ちなみに、「妊娠・出産前の時点で、美容面での悩みが増えることを予想していましたか？」と質問すると、64%が「予想していた」と回答。しかし一方で、「予想していなかった悩みが生じた」人が半数以上（52%）、「予想していた以上の悩みが生じた」人も約 6 割（59%）にのぼっており、**出産前に覚悟をしていたつもりでも、想定外、または想定以上の悩みが生じたというママ・プレママ**は少なくないようです。

そこで、あらためて「**女性には、妊娠・出産を機に直面する美容面でのリスク＝<美容クライシス>があると思いますか？**」と聞いたところ、**78%と約 8 割が「そう思う」と回答**。＜グラフ 1＞ ママ・プレママの多くが<美容クライシス>の存在を自覚していることがわかります。

＜グラフ 1＞

Q：女性には、妊娠・出産を機に直面する美容面でのリスク＝<美容クライシス>があると思いますか？



## ◆ママ年齢によって変化する＜美容クライシス＞、その中身とは

それでは、具体的な＜美容クライシス＞の中身とは、どのようなものなのでしょうか。「ママ年齢」（＝ママになってからの年齢）ごとに、今現在直面しているクライシスを聞いたところ、次のような結果になりました。

### ▼ママ年齢別＜美容クライシス＞

- ・プレママ
  - 1 位：太ももが太くなった（36%）
  - 2 位：シミ・そばかすが増えた（35%）
  - 3 位：肌が乾燥しやすくなった（33%）、ムダ毛が濃くなった（33%）
- ・0 歳児ママ
  - 1 位：おなかがたるんだ（70%）
  - 2 位：髪が抜けやすくなった（56%）
  - 3 位：ウエストのメリハリがなくなった（43%）
- ・1 歳半児ママ
  - 1 位：おなかがたるんだ（63%）
  - 2 位：バストがしぼんだ（50%）
  - 3 位：バストが垂れた・ハリがなくなった（49%）
- ・3 歳児ママ
  - 1 位：おなかがたるんだ（68%）
  - 2 位：バストが垂れた・ハリがなくなった（54%）
  - 3 位：バストがしぼんだ（53%）
- ・6 歳児ママ
  - 1 位：バストが垂れた・ハリがなくなった（50%）
  - 2 位：おなかがたるんだ（49%）
  - 3 位：シミ・そばかすが増えた（45%）、白髪が増えた（45%）

まず、**出産前のプレママ**においては、「**太ももが太くなった**」という回答が最多に。「妊娠中の体重増加に伴い、太ももが太くなった」（29 歳）、「妊娠初期にはいていたズボンの太もも部分がパンパンに」（40 歳）などの声がみられました。また、妊娠中のホルモンバランスの影響などで、「**シミ・そばかすが増えた**」、「**肌が乾燥しやすくなった**」など、肌の変化を感じる人も多いようです。

続いて、**出産後の 0 歳児ママ**になると、**クライシスの中身は大きく変化**。「体重は戻っても、おなか周りの体型が戻らない」（33 歳）など、「**おなかがたるんだ**」という回答が最も多く 7 割にのびりました。さらに、0 歳児ママにおいては、他のママ年齢では TOP3 に入らなかった「**髪が抜けやすくなった**」という回答も目立っています。

そして、**1 歳半児ママ**、**3 歳児ママ**になると、「おなかがたるんだ」という回答以外に、「**バストがしぼんだ**」「**バストが垂れた・ハリがなくなった**」など、**バストの悩みが急浮上**。「授乳回数が減るにつれて、胸がしぼんでいった」（36 歳）、「卒乳した途端にバストが縮み、ハリもなくなってしまった」（29 歳）など、**授乳・卒乳が大きく関係**しているようです。

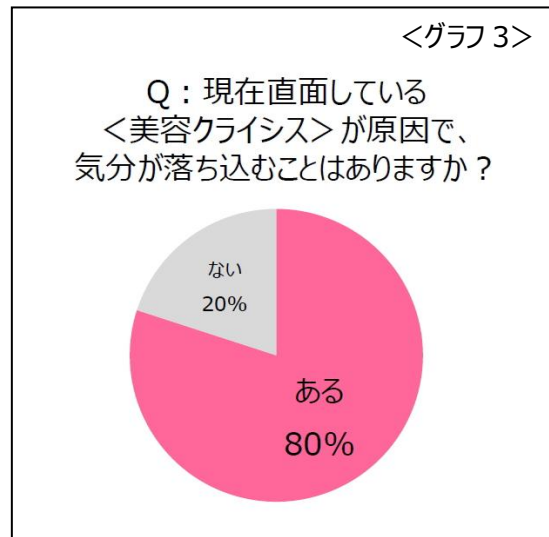
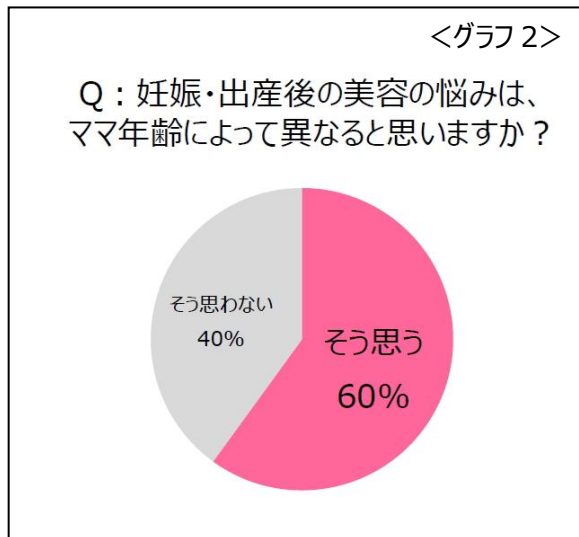
さらに、**6 歳児ママ**になると、「**おなか**」と「**バスト**」の順位が逆転。「卒乳から徐々にハリがなくなり、しぼんでいった」（29 歳）、「妊娠前よりもバストが小さくなってしまった」（36 歳）など、**卒乳後もバストが元に戻らない**という声が目立ちました。また、「家事・育児などのストレスが多く、気が付くと白髪が一気に増えている」（42 歳）、「子供と外へ行くことが増え、年々シミが濃くなってきた」（36 歳）など、**白髪やシミ・そばかすなども気になりやすくなる**ようです。

調査結果からは、**＜美容クライシス＞の中身は、ママ年齢に大きく左右される**ということがわかります。また、実際のママ



たち自身への質問においても、**妊娠・出産後の美容の悩みは「ママ年齢によって異なると思う」と答えた人が 60%**におよびました。〈グラフ 2〉

さらに、**現在直面している〈美容クライシス〉が原因で、「気分が落ち込むことがある」と答えた人も 80%**にのぼっています。〈グラフ 3〉 中でも、1 歳半児ママ（84%）、3 歳児ママ（83%）は、他と比べて「ある」と答えた割合が高い傾向にあり、最も割合が低かったプレママ（74%）と比べると、約 10 ポイントもの差が生じています。ママ年齢 1 歳半～3 歳のタイミングは、〈美容クライシス〉が、外見だけでなく、内面にも影響をおよぼしやすいタイミングであると言えます。



### ◆美容のプロが教える、〈美容クライシス〉対処術

#### 平迫円（シャルレ・ザ・ストア店長）

身体に、肌に、心地よい高品質な下着、化粧品、健康食品を提供するシャルレ直営店の店長。いつまでも健康的に綺麗であってほしいという想いのもと、毎日多くの女性にブラジャーのフィッティングや化粧品のフェイシャルエステサービスを提供。また以前はシャルレ商品を取り扱う代理店・特約店へのアドバイザーとして、そして商品を企画するマーケティング担当者としても活躍。豊富な経験と知識から繰り出すアドバイスやサービスには定評がありお客様からの信頼が厚い。



**〈美容クライシス〉はママ年齢ごとに異なるため、都度、適切なケアをすることが重要**と言えます。特に「**3 大クライシス**」といえるのが、**バスト・体型・肌**です。

まずバストについては、妊娠、授乳、卒乳へと向かうママのバストはダイナミックに変化します。もともとバストは一般的に 18 ～22 歳頃が最も美しいといわれ、その後は加齢とともに下垂する傾向にあります。原因はホルモンバランスや乳腺の変化、バストの揺れ、筋力の低下など様々です。そんな様々な原因で下垂する胸を綺麗に見せるには、筋トレやホルモンバランスを整えるライフスタイルの見直し、卒乳後のバストの変化に配慮したブラジャーを選ぶこと、そしてジェルなどでマッサージすることも大切です。人の見た目を左右するのは顔だけでなく胸もです。胸の位置が下がっていると老けた印象になります。老け顔対策だけでなく「老け胸対策」にも力を注ぐことが重要です。

続いて体型についてですが、特に**おなか・腰まわりを気にするママ**が多いようです。妊娠中は体重を増やし過ぎないこと、産後は適正体重に戻すことが大前提ではありますが、悩んでいるママたちには、**骨盤を安定させる設計のもの、補整機能のあるものなど「インナー」もぜひ活用いただきたい**と思います。

さらに、**産前産後は「肌」にも大きな影響**がおよびます。例えば、**妊娠時には女性ホルモンの影響で、メラニン色素が生成されやすくなるため、シミ・そばかすもできやすくなって**しまいます。また、**子供が大きくなると、外遊びが増えるため、必然的にママも紫外線をあびやすくなる**ので、ホルモンバランスが落ち着いた後も、引き続き注意が必要。屋外に出る際には、**しっかりと UV ケアをするとともに、スキンケアにも気を配る**ことが重要と言えます。



## ◆ママ年齢のことを考えたビューティーブランド「シャルレセルフア」

「母として女性として、自分らしく輝いていたい」—— いまを大切にしながら、なりたい自分へと歩みだす女性たちを応援する「CHARLE SELFIA（シャルレセルフア）」では、ママ年齢を踏まえた美容ケアを提案しています。

妊娠中から授乳中のママ年齢 – 10ヶ月～ママ年齢0歳まで、長く使えて身体にも経済的にも優しいマタニティアイテム。  
卒乳後に美しいバスト・スタイルのキープを求めるママ年齢 1.5歳以降に向けて、開発までに3年もの歳月を費やし、“揺れをおさえて大胸筋を鍛えるサポートをする”「美意識ブラジャー」、ピーンとしたハリと弾力のある肌へ導く「バストビューティジェル」、簡単にくびれと美小尻が作れる「くびれマジックインナー」と「美小尻ショーツ」。入園や仕事の再開で社会との接点が増えるママ年齢 3歳（入園）以降に向けて、開発までに7年もの歳月を費やし、独自開発新成分ハイドロキノンEX\*配合で、うるおって透明感のある肌へ導く、「クリアホワイト」など、ママ年齢ごとの美容クライシスに対処するためのインナーやスキンケアを揃えています。

\*p-フェニレンジ（イソステアリルリン酸 Na）：保湿成分

※美意識ブラジャーは2015年4月発売から現在までの累計で25万本以上の販売実績、2015年4月～2016年3月までは約3分に1本購入されたブラジャーです。待望の新色2色（ブラック、ナチュラルブラウン）を2016年9月に発売いたしました。

<シャルレセルフアブランドサイト>



<美意識ブラジャー>



<クリアホワイト>



### [調査概要]

- ・調査期間：2016年9月30日～10月6日
- ・調査方法：インターネット調査
- ・調査対象：20～40代のママ/プレママ 500名（第1子の年齢＝ママ年齢ごとに均等割付：出産前/0歳/1歳半/3歳/6歳）

▼シャルレセルフア ブランドサイト（ママ年齢ごとのおススメ情報や商品を紹介しています）

<http://www.charle-selfia.jp>

この件に関するお問い合わせ先

<調査データ・本リリースに関するお問い合わせ>

トレンドーズ株式会社 担当：山口

TEL 03-5774-8871 / FAX 03-5774-8872 /

MAIL [press@trenders.co.jp](mailto:press@trenders.co.jp)

<商品に関するお問い合わせ>

〒654-0192 神戸市須磨区弥栄台 3-1-2

株式会社 シャルレ

担当：広告宣伝課 原、川端

TEL 078-791-8927 / FAX 078-792-8304