

こころに寄り添ったスキンケアの重要性を改めて提唱 幸福感やストレスは肌状態と深く関係する！ ～ “こころ” もうるおうスキンケアを目指して～

化粧品、医薬部外品、健康食品などの研究・開発・製造および販売を手掛ける株式会社セプテム総研（本社：大阪府大阪市、代表取締役社長：石神政道）は、1,000名を超える女性へのアンケート結果により、幸福度やストレス度と肌状態が高い関連性を示したことを明らかにしました。また心地良さを感じるスキンケアが唾液中のオキシトシン濃度を高め、肌状態を改善する傾向を確認したことから、“こころ”に寄り添ったスキンケアの重要性を改めて提唱いたします。

まず“こころ”と肌状態の意識レベルにおける相関を確認するために、1,000名を超える女性へのアンケートを実施し解析をおこないました。さらに唾液中のオキシトシン濃度（心地良さなどを感じた際に分泌されるホルモン）と肌状態との関連性や、スキンケアによる影響を検討しました。

アンケート解析では“こころ”の状態（幸福度やストレス度）と肌状態との間に有意な関連がある事が確認され、“こころ”の状態が肌状態に影響を与えていることが示唆されました。さらに、心地良さを感じるスキンケアによるタッチングなどが唾液中のオキシトシン濃度を増加させ、肌状態を改善する効果があることが示唆されました。

【調査結果】

- ・アンケートによる意識レベルにおいて
“こころ”の状態（幸福度やストレス度）と肌状態の間に有意な相関を確認した
- ・スキンケア化粧品（化粧水、美容液、乳液、クリームの計4品目）の1ヶ月の連用により、唾液中のオキシトシン濃度と角層水分量の上昇を確認した



<お問い合わせ先>

株式会社セプテム総研（〒530-0003 大阪府大阪市北区堂島2-4-27 新藤田ビル13F）

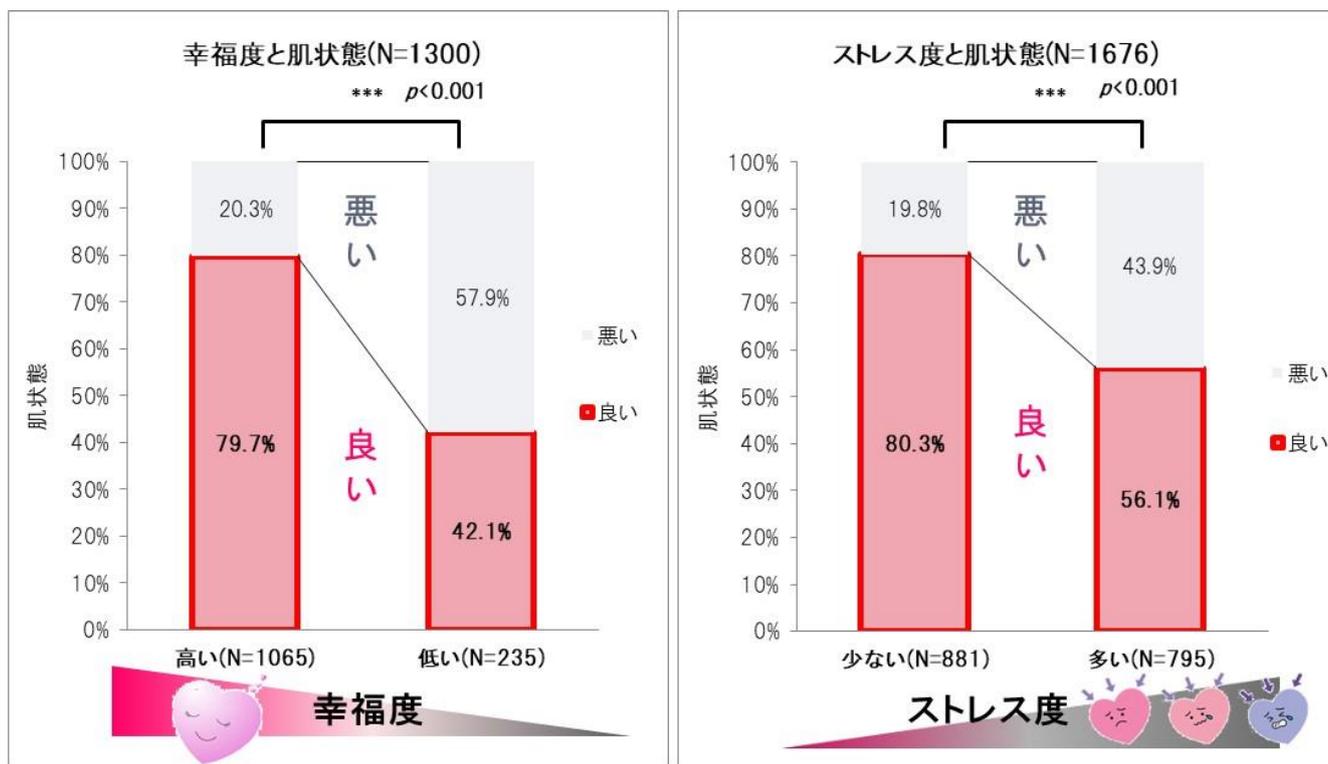
TEL：06-6347-1010（平日9：30-17：30）

FAX：06-6344-0020

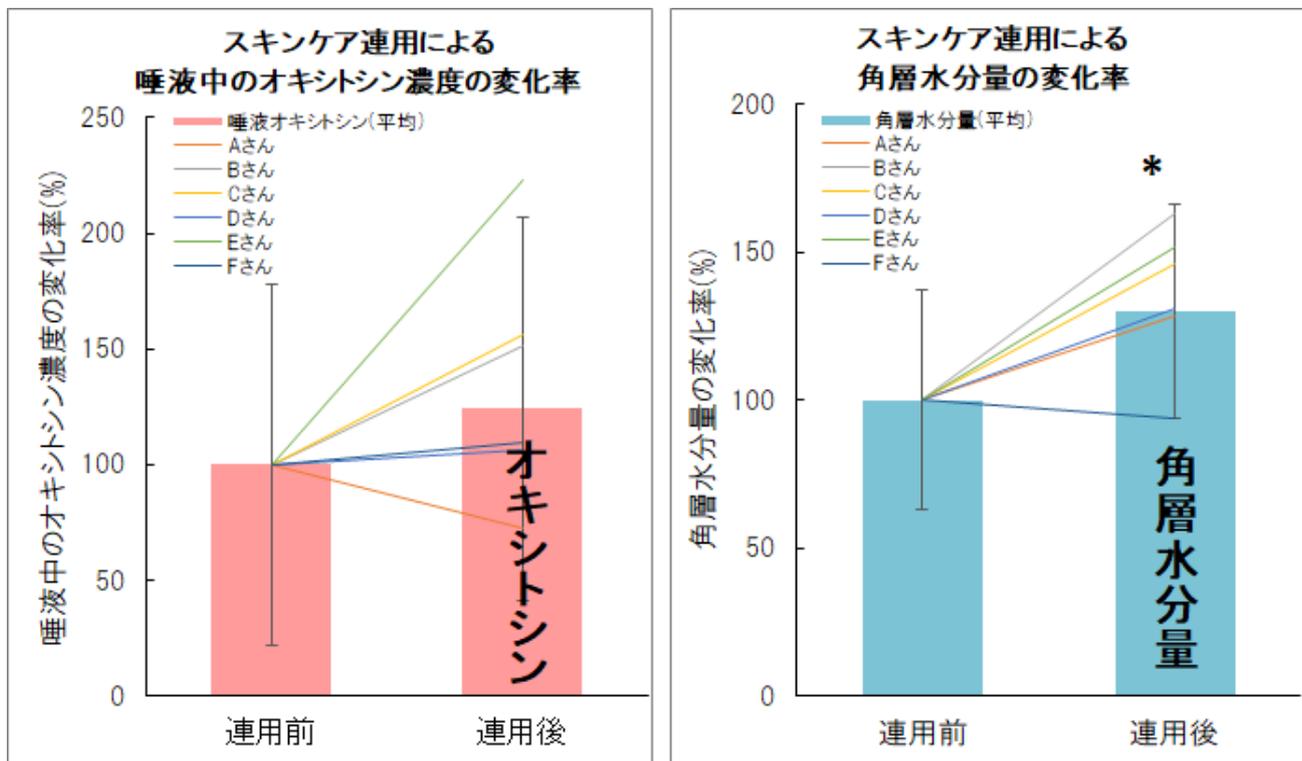
Mail：customer-so@septem-so.com

担当者：西岡

■幸福度が高いグループは、幸福度が低いグループに比べて有意に「肌状態が良い」と回答した。また、直近3ヶ月のストレス度が高いグループは、ストレス度が低いグループに比べ有意に「肌状態が悪い」と回答した。



■スキンケア化粧品(4品)を1ヶ月間連用することで唾液中のオキシトシン濃度が増加傾向であり、角層水分量の有意な増加を確認した。今後、試験数を増やして更なる検討をおこなう。



Mean±S.D, n=6

$p = 0.070$

Mean±S.D, n=6

Significance; * < 0.05

■こころと向き合うスキンケアをしてみませんか？

「ストレスは肌によくない」ことはよく耳にしますが、「幸せな気持ちが肌をうるおす」ことを耳にするのは少ないのではないのでしょうか。キレイであるために、ストレスを解消したくてもストレスは感じてしまうものですし、幸せな気持ちを多く持ちたくてもなかなかきっかけが見つからなかったりします。しかし、日々の**スキンケア**が、「肌をうるおすだけでなく、**こころも幸せな気持ちにさせてくれる**」ことにお気づきでしょうか。そう、この毎日のスキンケアタイムをこころと向き合う時間にするだけで、キレイを高めることができるのです。

今回の研究では、アンケート調査でこころの状態と肌状態が密接に関係していることを明確に示しました。さらに、普段1~2品のスキンケアアイテムでケアしている女性に4品目のスキンケアアイテム（化粧水、美容液、乳液、クリーム）を毎日使用してもらった結果、肌の水分量だけでなく唾液中のオキシトシン濃度が増加する傾向であることが確認されました。これは、スキンケア化粧品が直接肌を整えるだけでなく、「スキンケア行為そのものがこころにまでも良い影響を与えている」ことを示しています。まだ研究中ではありますが、スキンケア化粧品を肌に浸透させるために、手の平全体で肌を包み込むように触れる時間を増やすことで、マッサージのような気持ち良さや、手の平の温かみを感じることができた結果、**オキシトシンを増加傾向に導いた**と考えています。また、試験に使用したスキンケアは、リラックス作用のあるローズの香りをほんのり感じる処方設計であることや、使い心地の良さを狙ったなめらかなテクスチャーであることも、オキシトシンを増加傾向に導いた理由であると考えています。新型コロナウイルスの影響により、マスクネ（マスクによるきび）や乾燥で悩む方、不安な気持ちになっている方が増えています。おうち時間が増えたことをきっかけに、いつものスキンケアタイムを少し見直してみるのはいかがでしょうか。いつものスキンケアでお手入れするとき、手の平全体でやさしく肌にスキンケア化粧品を浸透させてみてください。心地良いと感じる強さで、肌全体を包み込むようにケアすることがポイントです。化粧水、美容液、乳液、クリームという、使用ステップごとに肌に働きかけるように設計されたスキンケアシリーズだと、肌への直接的な作用だけでなく、心地良さを与える手の平を使ったケアがしやすいのでおすすめです。また、肌への心地良さとの関係の深いテクスチャー選びにもこだわってくださいね。こころに寄り添うようなていねいなスキンケアで肌もこころもうるおわせ、コロナ禍を乗り越えましょう。



研究員
八若 志帆

【株式会社セプテム総研について】

本社：〒530-0003 大阪府大阪市北区堂島2-4-27 新藤田ビル13F

代表者：代表取締役社長 石神政道

電話番号：06-6347-1010 (代表)

F A X：06-6344-0020

会社HP：<http://septem-so.com/>

事業内容：●化粧品、医薬部外品、ヘアケア、ボディケア商品の研究・開発・製造および販売

●栄養補助食品の研究・製造および販売

●美容機器の研究・企画および販売

●OEMおよびODM

【調査概要】

■調査時期：2018年6月21日~7月20日、2019年2月21日~3月20日

■調査方法：インターネット調査

■調査対象：全国に居住する20歳以上の女性

■本アンケート結果は小数点第2位以下を四捨五入しているため、合計しても100%にならない場合があります。

【データに関するお問い合わせ】

アンケートデータに関するお問い合わせは、下記メールアドレスへお願いいたします。

※データの無断転用はお断りしております

e-mail：customer-so@septem-so.com