

# 育毛剤・発毛剤 利用者実態調査【2026年版】

— 使用経験者304名のアンケート調査から見る育毛・発毛ケアの実態と選択基準 —

調査主体	ヘアケアクリニック編集部
調査方法	インターネット調査
調査期間	2026年1月1日～2026年1月31日
調査対象	育毛剤または発毛剤の使用経験のある男女
有効回答数	304件（男性196件／女性108件）

※本データは個人が特定されないよう匿名化処理を行っています。

近年、薄毛や抜け毛の悩みをきっかけに、育毛剤や発毛剤を使用する人は年々増加しています。一方で、「どの製品を選べばよいのか」「本当に効果はあるのか」といった不安や疑問を抱えたまま、製品を選択している方も少なくありません。

本レポートは、育毛剤または発毛剤の使用経験がある男女304名を対象に実施したアンケート調査の結果をもとに、利用者の年齢層や悩みの傾向、使用開始のきっかけ、製品選びで重視されているポイント、そして使用期間と効果実感の関係性について客観的に分析したものです。

## ■ データの出典について

本レポートに掲載しているすべての数値は、同調査で取得したアンケートRAWデータ（全304件）をもとに、編集部にて再集計・分析した結果です。

元データとなるアンケートの一次データ（匿名化済み）は、別途公開しており、誰でも内容を確認できる形で提供しています。集計にあたっては、回答の欠損や重複を除外し、設問ごとに有効回答数を分母として算出しています。

データ出典：[一次データ公開 | 育毛剤・発毛剤利用者実態調査【2026年版】RAW DATA-ヘアケアクリニック](#)

## 概要

- 育毛剤・発毛剤の利用において、男性は40代以上が約87%、女性は30代から50代で83%を占めました。男性と比較し、女性は若年層（30代）の割合が高い傾向があります。
- 育毛剤・発毛剤を利用する男性の中で最も多い悩みは『頭頂部が気になる』となり、回答者の51%を占めました。
- 育毛剤・発毛剤を利用する女性の中で最も多い悩みは『全体的なボリュームが減った』となり、回答者の50.9%を占めました。

- 育毛剤・発毛剤を始めた人のうち約8割（78.9%）が、自認（鏡を見て気になったこと）がきっかけ育毛を始めていることがわかった
- 育毛剤・発毛剤を選ぶ基準は、価格が6割以上（63.8%）・成分が5割以上（53.6%）となり、「効果※（27.3%）」や「ブランド・メーカーの信頼度（25.3%）」よりも高い重視されていることがわかる
- 育毛剤・発毛剤は3ヶ月以上の使用から、約6割以上の人気が何らかの効果を実感していると回答した
- 特に「抜け毛が減った」と感じた回答数は、1～3ヶ月（15人）から1年以上（38人）にかけて増加しており、育毛剤・発毛剤の効果は長期的な使用で得られやすい

※効果（頭皮環境改善・発毛促進など）

## 育毛剤・発毛剤の使用における男女別の年齢層の割合

年齢層	男性	男性割合	女性	女性割合
20代	3	1.5%	7	6.5%
30代	22	11.2%	27	25.0%
40代	53	27.0%	34	31.5%
50代	56	28.6%	29	26.9%
60代	62	31.6%	11	10.2%
合計	196	100.0%	108	100.0%

男性は、60代（31.6%）が最も多く、次いで50代（28.6%）、40代（27.0%）と、**中高年層（40代以上）で約87%**を占めます。

女性は、40代（31.5%）が最も多く、次いで50代（26.9%）、30代（25.0%）と、**30代から50代で約83%**を占めます。

全体として男女ともに40代・50代の利用者が多いですが、男性は高齢層（60代）を中心、女性は若年層（30代）の割合が男性よりも高いという特徴が見られます。

## 育毛剤・発毛剤の使用を始めた理由

Q.薄毛・抜け毛の悩みについて教えてください。（複数選択可）

回答	回答数 (N)	割合 (%)
頭頂部が気になる	139	45.7
全体的にボリュームが減った	138	45.4
生え際が後退している	107	35.2
部分的な薄毛が気になる	80	26.3
特に気にならないが、予防目的で使っている	32	10.5

育毛剤・発毛剤の利用者で、最も多くの方が気にしているのは、**「頭頂部が気になる」（45.7%）**と**「全体的にボリュームが減った」（45.4%）**であり、回答者の約半数がこれらの悩みを抱えていることが分かります。

「生え際が後退している」（35.2%）も3割以上の方が回答しており、薄毛の進行部位は様々であることが示されています。

「特に気にならないが、予防目的で使っている」という回答者も1割強（10.5%）いることが確認できます。

## 育毛剤・発毛剤を利用する男性の薄毛の悩みランキング

男性回答者の総数（母数 N）：196人

Q.薄毛・抜け毛の悩みについて教えてください。（複数選択可）

回答	回答数 (N)	割合 (%)
頭頂部が気になる	100	51.0
生え際が後退している	83	42.3
全体的にボリュームが減った	83	42.3
部分的な薄毛が気になる	35	17.9
特に気にならないが、予防目的で使っている	17	8.7

半数以上の男性が「頭頂部が気になる」（51.0%）と回答しており、最も一般的な悩みであることが分かります。

また、「全体的にボリュームが減った」（42.3%）もこれに匹敵しており、頭頂部の局所的な悩みだけでなく、**髪全体の変化に危機感を抱いている男性が多い**ことが示されます。

「生え際が後退している」（42.3%）も「全体的なボリューム減」と並ぶ割合で回答されており、M字型の薄毛の悩みが非常に高いことが分かります。

「特に気にならないが、予防目的で使っている」という回答は8.7%に留まっており、**男性回答者の大多数（9割以上）が既に何らかの薄毛・抜け毛の自覚症状が出ている段階で、育毛剤・発毛剤の使用を開始している**ことが示唆されます。

## 育毛剤・発毛剤を利用する女性の薄毛の悩みランキング

女性回答者の総数（母数 N）：108人

Q.薄毛・抜け毛の悩みについて教えてください。（複数選択可）

回答	回答数	割合 (%)
全体的にボリュームが減った	55	50.93%
部分的な薄毛が気になる	45	41.67%
頭頂部が気になる	39	36.11%
生え際が後退している	24	22.22%
特に気にならないが、予防目的で使っている	15	13.89%

育毛剤・発毛剤を利用する女性の半数以上（50.93%）が、**全体的なボリュームの減少を最も大きな悩み**として挙げています。

これは男性のトップの悩み（頭頂部が気になる：51.02%）とは異なり、女性特有の薄毛のパターンともいえます。

また、「部分的な薄毛が気になる」と回答した女性が41.67%と、男性（17.86%）に比べて大幅に高い割合を示しています。

「生え際が後退している」は22.22%で、男性（42.35%）よりも低い割合でした。

一方で、「特に気になっていないが、予防目的で使っている」という回答は13.89%であり、女性も一定の割合で予防的な利用意識を持っていることが分かります。

## 育毛剤・発毛剤利用のきっかけは『自分で自覚』が約8割

回答	回答数 (N)	割合 (%)
鏡を見て気になった	240	78.9
家族や友人に指摘された	76	25.0
予防目的	40	13.2
ネットやSNSで情報を見た	39	12.8
美容院・理容院で指摘された	20	6.6
その他	10	3.3
病院で相談した	4	1.3

「鏡を見て気になった」が圧倒的に多く、約8割（78.9%）の方が自身の自覚をきっかけに育毛剤・発毛剤を使い始めていることがわかります。

次いで「家族や友人に指摘された」（25.0%）が続き、他者からの指摘も重要なきっかけとなっています。

「予防目的」や「ネットやSNSで情報を見た」といった能動的な理由も1割強存在します。

## 育毛剤・発毛剤を選ぶ際に重視したポイント

Q.購入時に最も重視したポイントを教えてください。（複数選択可）

重視したポイント	回答数	割合 (%)
価格	194	63.8
成分（ミノキシジル・フィナステリドなど）	163	53.6
口コミ評価	102	33.6
効果（頭皮環境改善・発毛促進など）	83	27.3
使用感（ベタつき・匂い・刺激の有無）	80	26.3
ブランド・メーカーの信頼度	77	25.3
継続のしやすさ（購入の手軽さ、定期購入の有無など）	73	24.0
副作用の少なさ	47	15.5
その他（自由記入）	2	0.7

※分母は全回答者数304件として割合を算出

購入時の重視ポイントは、「価格と成分を最優先し、情報（口コミ）で補強する」という傾向が明確に見られました。

## 育毛剤と発毛剤は購入者の半数以上が価格と成分を重視して選ぶ

回答者の過半数が「価格」と「成分」を最も重視しており、購入決定の二大柱であることが分かります。

6割以上（63.8%）の回答者が「価格」を重視しており、育毛剤・発毛剤が継続的なコストとなる性質上、購入のハードルを下げる最大の要因となっています。

また、5割以上（53.6%）の回答者が、ミノキシジルやフィナステリドといった「成分」を重視しており、単なる期待ではなく、医学的根拠や作用機序に基づいた「本質的な効果」を求める傾向がわかります。

## 効果やブランドよりも口コミ評価を重視して選ぶ傾向も

「口コミ評価」が3番目に高い割合（33.6%）となっており、実際の使用者の評価や評判が購入判断に大きな影響を与えていることが分かります。

「効果（27.3%）」や「ブランド・メーカーの信頼度（25.3%）」よりも「口コミ評価」が高いことから、消費者は公式情報やブランド名だけではなく、第三者の客観的・実践的な意見を信頼する傾向が強いと言えます。

「効果（27.3%）」自体を重視する割合よりも「口コミ評価（33.6%）」の方が高いのは興味深い点です。これは、消費者が「効果」を直接評価することが難しいため、「口コミ」を「効果」の代替指標として重視している可能性がわかります。

## 使用感や継続のしやすさ（利便性）は優先順位として低め

「使用感」「ブランド」「継続のしやすさ」といった要素は、概ね24%～26%台で中位に位置しており、これらは「決定打」というより「購入・継続の条件」として機能していると考えられます。

「べタつき・匂い・刺激」といった使用感（26.3%）は、毎日使用する製品の継続性を左右する重要な要素ですが、優先順位としてはトップグループに一歩譲っています。

医薬品も含まれる製品群であるにもかかわらず、「副作用の少なさ」（15.5%）の重視度が低いのは、回答者が「効果」と「価格」を優先する中で、安全性については最低限の信頼度（ブランド）で担保されていると判断している可能性があります。

## 育毛剤・発毛剤の違いに関する認知度

全回答者数304人における、発毛剤・育毛剤の違いの認知度は以下の通りです。

### Q. 発毛剤・育毛剤の違いを知っていますか？

回答	回答数	割合 (%)
はい	200	65.8

「はい」と回答した人が 65.8% と最も多く、3分の2近くの利用者が発毛剤と育毛剤の違いを認識していることが分かりました。

一方で、「いいえ」と回答した人も 34.2% おり、**約3人に1人は違いを認識していないまま商品を選んでいる**可能性があります。

## 育毛剤・発毛剤の選択

Q. 使用したことがある育毛剤・発毛剤の種類を教えてください。 (複数選択可)

種類	回答数	割合 (%)
育毛剤（医薬部外品）	207	68.1
発毛剤（医薬品）	137	45.1
サプリメント・内服薬	55	18.1

使用経験がある製品として「**育毛剤（医薬部外品）**」を挙げた人が最も多く**68.1%**に達しています。これは、育毛剤がドラッグストアなどで手に入りやすく、手軽に始められる点が影響していると考えられます。

より医学的な効果を期待される「**発毛剤（医薬品）**」の使用経験者も 45.1% と約半数に上り、利用者の多くが医薬部外品から一步進んだ製品も検討・使用していることが分かります。

「**サプリメント・内服薬**」は 18.1% に留まり、外用薬と比較して使用経験者が少ない傾向にあります。

## 育毛剤・発毛剤の使用期間と効果実感の相関

Q. 使用期間を教えてください。

Q. 使用して感じた効果を教えてください。 (複数選択可)

使用して感じた効果	1ヶ月未満	1~3ヶ月	3~6ヶ月	6ヶ月~1年	1年以上
あまり変化を感じない	65.4% (17)	58.9% (43)	38.7% (24)	30.6% (15)	33.0% (31)
抜け毛が減った	7.7% (2)	20.5% (15)	33.9% (21)	36.7% (18)	40.4% (38)
髪にボリュームが出た	7.7% (2)	11.0% (8)	16.1% (10)	26.5% (13)	30.9% (29)
髪にハリ・コシが出た	3.8% (1)	9.6% (7)	25.8% (16)	18.4% (9)	19.1% (18)
産毛が生えてきた	11.5% (3)	5.5% (4)	17.7% (11)	28.6% (14)	22.3% (21)
逆に抜け毛が増えた	3.8% (1)	4.1% (3)	0.0% (0)	6.1% (3)	2.1% (2)
その他	0.0% (0)	2.7% (2)	0.0% (0)	0.0% (0)	3.2% (3)

※使用期間の内訳

- 1ヶ月未満: 26人
- 1~3ヶ月: 73人
- 3~6ヶ月: 62人
- 6ヶ月~1年: 49人
- 1年以上: 94人

使用期間が「1ヶ月未満」の回答者（N=26）の過半数（65.4% / 17人）が「あまり変化を感じなかった」と回答しており、**短期では効果の実感を得にくい**ことが裏付けられます。

「抜け毛が減った」と感じた回答数は、1～3ヶ月（15人）から1年以上（38人）にかけて着実に増加しており、育毛剤・発毛剤の効果は長期的な使用で得られやすいことが分かります。

「1年以上」使用している回答者（N=94）では、「抜け毛が減った」（38人）、「髪にボリュームが出た」（29人）、「産毛が生えてきた」（21人）といった具体的な改善を多くの人が実感しています。

## 育毛剤と発毛剤の効果実感の違い

また、効果に関して、育毛剤のみを使用したと回答した人（N=143名）と、発毛剤のみを使用したと回答した人（N=68名）の中でそれぞれ、『変化を感じない』『抜け毛が増えた』と回答しなかった回答者の割合を算出しました。

区分	人数	割合
育毛剤のみを回答した人の総数	143人	100.0%
効果があったと実感した人数	74人	51.7%

区分	人数	割合
発毛剤のみを回答した人の総数	68人	100.0%
効果があったと実感した人数	39人	57.4%

発毛剤のみ使用者の実感率（57.4%）は、育毛剤のみ使用者の実感率（51.7%）よりも 5.7 ポイント高いですが、この差をもって「統計的な優位差（統計的有意差）」があるかどうかを判断することはできません。

育毛剤のみの使用者の約51.7%、また、発毛剤のみの使用者約57.4%が何らかの肯定的な効果を実感していることがわかります。

本データを引用・転載する際は、出典として「出典：育毛剤・発毛剤 利用者実態調査【2026年版】 | ヘアケアクリニック」の明記と下記のリンクのご掲載をお願いします。

<https://haircare-clinic.com/>

