

<11月19日は“いい息の日”>

口臭の悩みを抱えている人は2割ながら、普段から口臭ケアをしている人は3割も

**口の悩みが最も気になるシチュエーションは「会話の時」**

40代から悩み始める人がトップで32%

**現在、自身が行う口臭ケアで「効果がない」と感じている人も**

年末年始に向け、クリスマス、忘年会、新年会と、多くの人と接する機会が増えてくるこれからの時期。そうした時に気になるのが「口のおい」です。11月19日の「いい息の日」にちなみ、ご自身の口のおいを見直してみたいはいかがでしょうか。

自然派の歯磨き粉「薩摩刀豆 なたまめ歯みがき」を販売している、有限会社マイケア（東京都新宿区／代表者 前野沢郎 <http://www.mycare.co.jp>）は、2014年11月10日(月)～12日(水)、関東・関西在住の40歳以上の男女950人を対象に、「口臭に関する調査」（インターネット調査）を実施しました。

この調査によると、「一日の歯みがき回数」として最も多かったのが「2回」で、全体の半数近い49.3%でした。また「一回の歯みがきにかかる時間」では、「5分」と回答した人が最も多く全体の30.0%、次いで「3分」が29.5%、「2分」が14.5%という結果でした。

普段「口臭について悩んでいる」と回答している人は全体の約2割（18.6%）ですが、「口臭の悩みに対し、ケアを行っているか」という質問では、悩んでいる人の数を上回る約3割（27.9%）が「ケアをしている」と回答しており、悩みを感じていなくても口臭ケアを行っている人がいることが分かりました。またそうした「ケアを行っている場所」としては、「自宅」（96.2%）が最も多く、「歯科（審美歯科を含む）」は15.8%でした。また「現在行っている口臭ケアに対する満足度」を聞いたところ、「満足している」が77.7%、「満足していない」が22.3%であったものの、満足していない理由の圧倒的多数が「効果がない」（66.3%）と答えており、ケアに対する効果が実感できず不満を抱えている人がいることも明らかになりました。

「口臭についての悩み」では、「ニオイ」とする人が圧倒的に多く全体の36.0%でした。次いで「会話をしている時（自分の口臭によって、相手に不快な思いをさせていないかどうか等）」が13.0%、「起床時（起きた時の自分の口臭が気になる／起きた時の口臭がきつい）」が7.3%でした。その他、「タバコによる口臭」や「ねばつき」などの悩みを抱えている人もいることが分かります。

そしてその悩みは「どんな時に最も気になるか」という質問に対しては、「会話（をしている時）」が圧倒的に多く51.5%、次いで「寝起き」11.8%、「食後」3.9%となっており、やはり第三者に「口

臭に関する悩みを知られたくない」「(口臭などで)不快に思われたくない」といった心情が大きく影響していることが推測できます。

こうした口臭にまつわる悩みを抱えている人に対し、「何歳くらいから悩んでいますか」と質問したところ、「40代から」という人が最も多く31.9%でした。次いで、「50代」が20.1%、3位が「30代」で18.5%。そして「30代」との僅差で「20代」が14.6%となっており、年代にかかわらず口臭の悩みを抱えている人がいることが分かりました。また「口臭」を自覚したきっかけで特に多かったのが、「(自分で)臭いがした」(39.2%)、「(人から)くさいと言われた」(28.6%)で、「ニオイを自覚した人」と「他人からニオイの指摘を受けた人」の、大きく二分されています。

そして、「自分の口臭を最も気にする相手」について聞いたところ、最も多かったのは「いない」で28.2%でしたが、2位が「配偶者」で20.8%、3位が「友人」(12.2%)、4位が「仕事の人」(9.6%)と続き、他人以上に、最も身近である配偶者に対し気を遣っていることが明らかになっています。

また「話している相手の口臭を感じた時にどんな行動を取るか」という質問に関し、「相手が親しい間柄(家族・友人・恋人等)の場合」と、「あまり親しくない場合」で、それぞれ聞いたところ、「親しい相手」では、「はっきり指摘する」が圧倒的に高く26.0%、次いで「なし(何もしない)」が24.6%、「さりげなく伝える」が17.5%、「言う」が9.1%となりました。一方で、「あまり親しくない相手」では、「特に何もしない」が33.2%、「離れる、避ける」が13.3%、「顔をそむける」が13.2%、「我慢する」が11.9%と続きました。この結果から、親しい相手に対しては積極的に「(口臭があることを)伝える」という行動を取るのに対し、親しくない相手には「何もしない/伝えない」「我慢する」と、全く逆の行動を取ることが分かりました。

#### ※「薩摩刀豆 なたまめ歯みがき」とは

古来、中国では不思議な力をもつ豆として親しまれてきた「なたまめ」。その有用成分「カナバニン」は体に溜まった老廃物をすっきりさせると言われています。

このなたまめ独自の成分を使用した「薩摩刀豆 なたまめ歯みがき」は、市販の歯磨き粉や口臭用のガムなどでは根本的な解決が難しいとされる、厄介な口臭をめぐい去る働きが期待されています。

また、一般的に使用されることが多い合成界面活性剤を一切使用していないため、体にも環境にもやさしい、自然派の歯みがきです。



本調査結果の概要は、以下の通りです。

#### 【本件に関するお問い合わせ先】

有限会社マイケア 企画広報部 菊池

<http://www.mycare.co.jp/>

TEL. 03-3513-0080

Email: [info@mycare.co.jp](mailto:info@mycare.co.jp)

## 【調査概要】

調査対象：関東・関西在住の40歳以上の男女800人

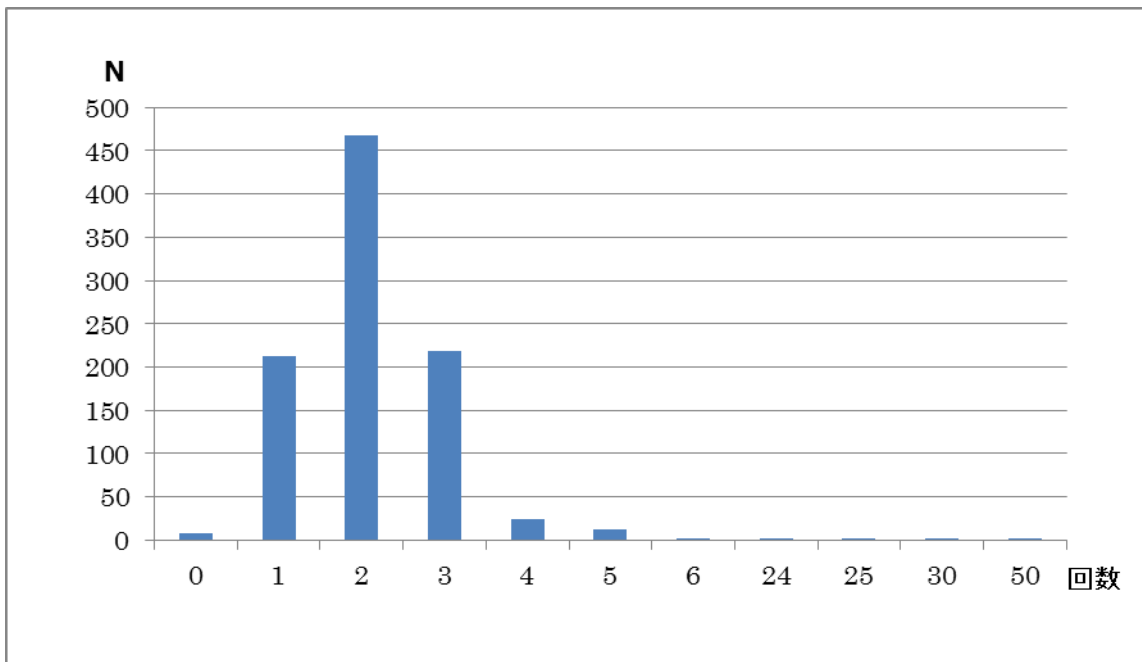
調査タイトル：「口臭に関する調査」

調査方法：インターネット調査

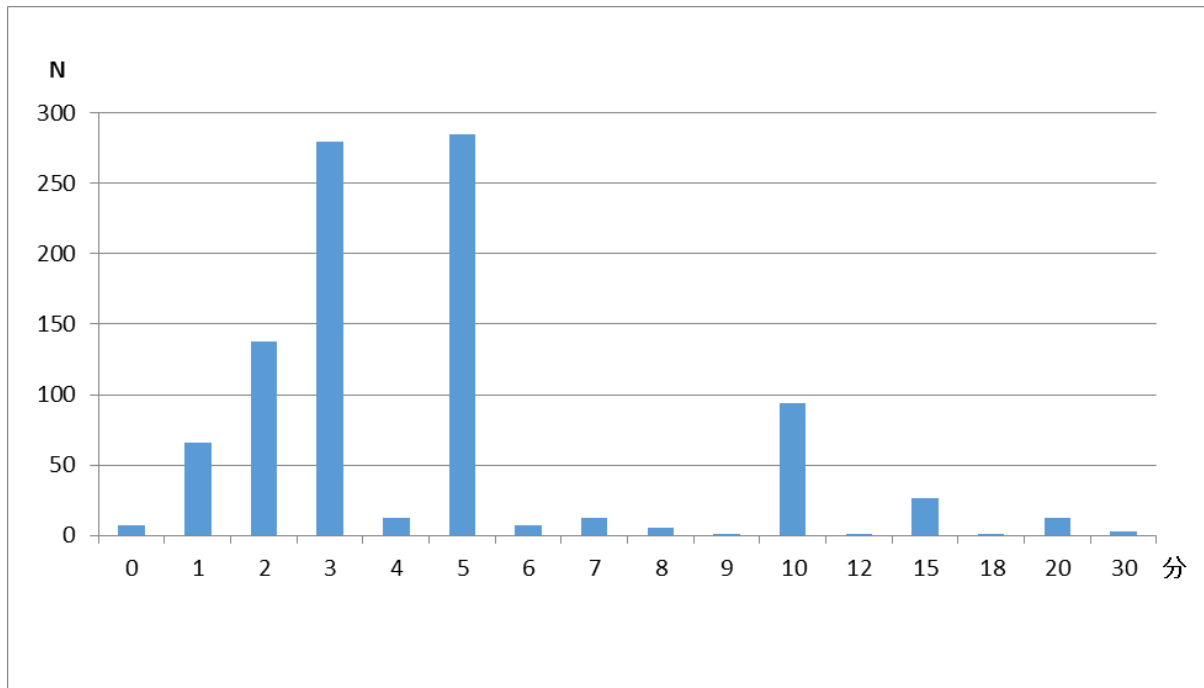
調査期間：2014年11月10日(月)～12日(水)

■あなたの1日の歯みがき回数と、1回の歯磨きにかかるおおよその時間を教えてください。

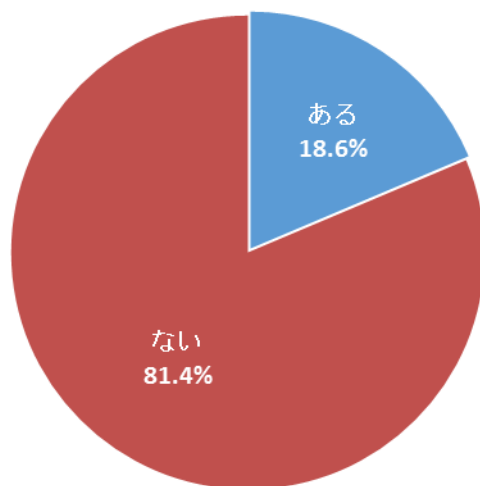
【1回の歯みがき回数】



【1回の歯みがきにかかる時間】

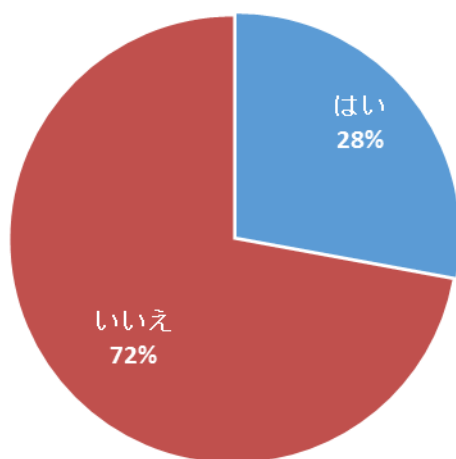


■口臭について、悩んでいることはありますか。



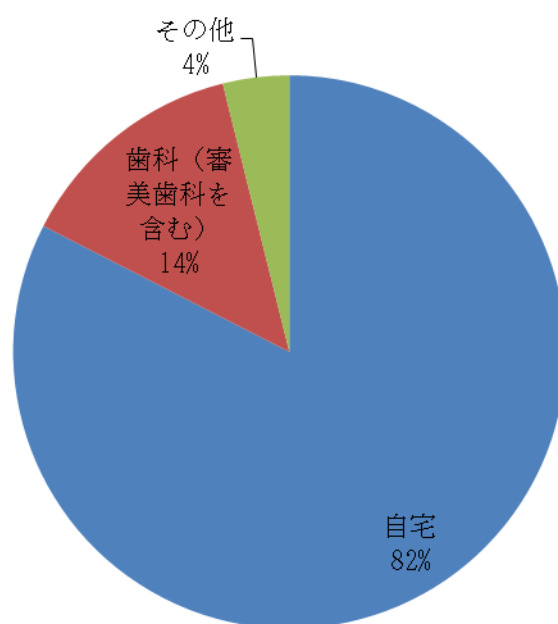
	N	%
ある	177	18.6%
ない	773	81.4%
合計	950	100.0%

■ 普段、口臭の悩みに対しケアを行っていますか。



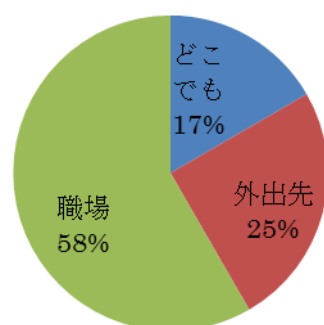
	N	%
はい	265	27.9%
いいえ	685	72.1%
合計	950	100.0%

■あなたが口臭ケアを行っている場所はどこですか。



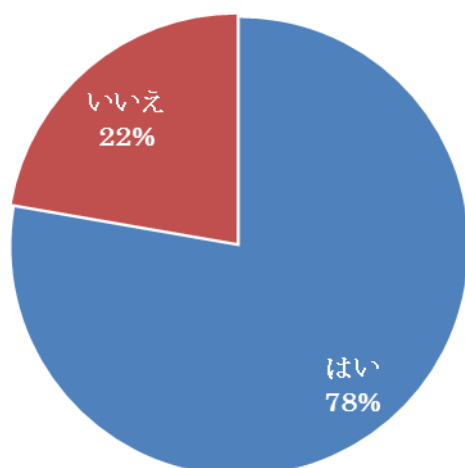
	N	%
自宅	255	96.2%
歯科(審美歯科を含む)	42	15.8%
その他	12	4.5%
合計	265	100.0%

その他



	N	%
どこでも	2	16.7%
外出先	3	25.0%
職場	7	58.3%
総計	12	100.0%

■あなたは現在行っている口臭ケアに対し、満足していますか。



	N	%
はい	206	77.7%
いいえ	59	22.3%
合計	265	100.0%

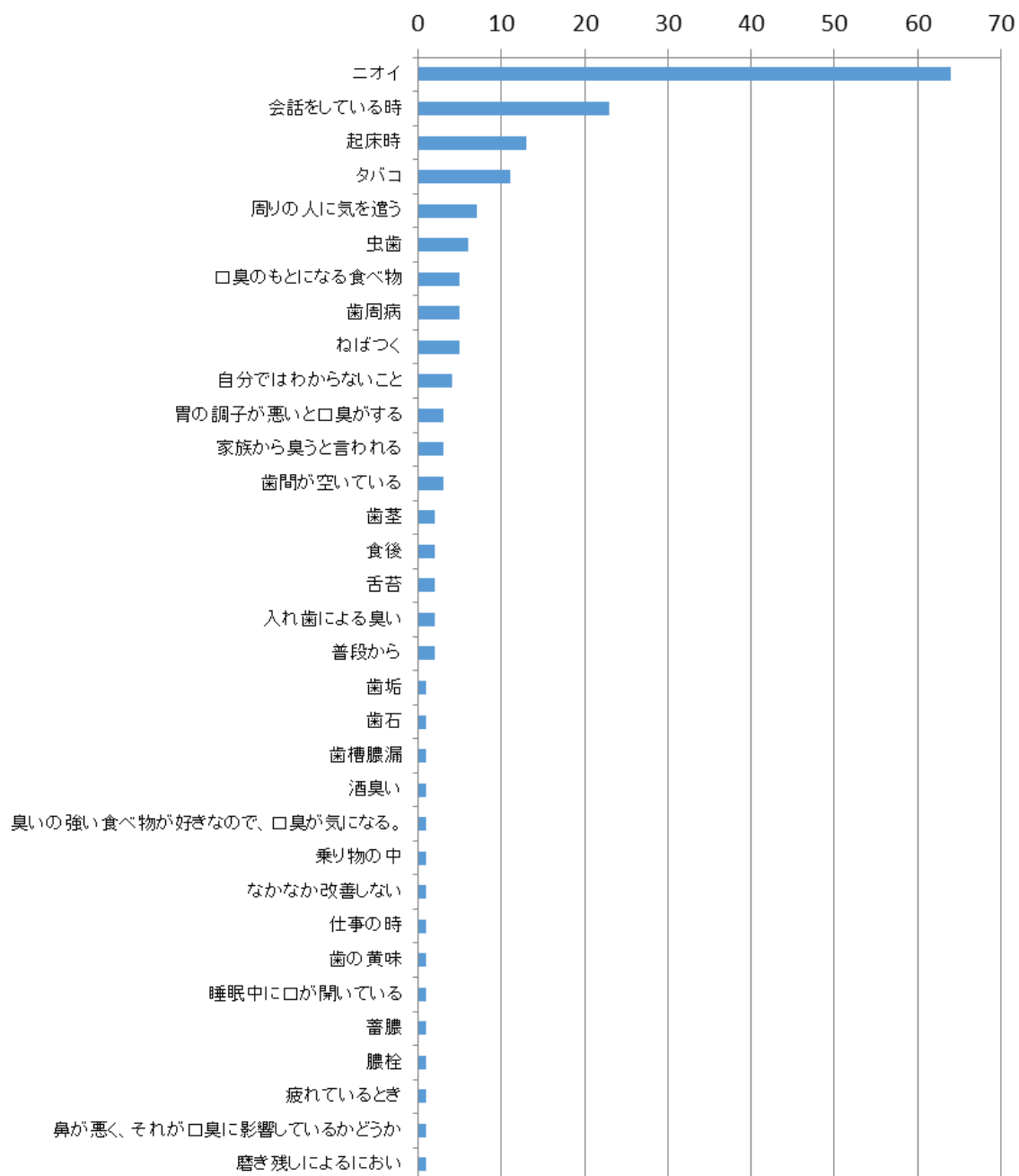
満足していない理由

	N	%
効果がない	39	66.3%
持続しない	4	6.8%
ちょっと荒い	1	1.7%
においをごまかしていると思うので	1	1.7%
まだまだできそうと思うから	1	1.7%
もっといい方法・商品があるのではないかと感じている。	1	1.7%
よくわからない	1	1.7%
何とも言えない	1	1.7%
何をすれば効果的かよくわからないので	1	1.7%
空腹の時はわからない	1	1.7%
歯科医に行かなければいけないと思う	1	1.7%
歯槽膿漏	1	1.7%
自分ではわからないが気になる	1	1.7%
新たに虫歯が酷くなったので	1	1.7%
洗口液がもっと効力あるものになって欲しい。	1	1.7%
匂いが消えない	1	1.7%
膿栓には効かない為	1	1.7%
不安	1	1.7%
総計	59	100.0%

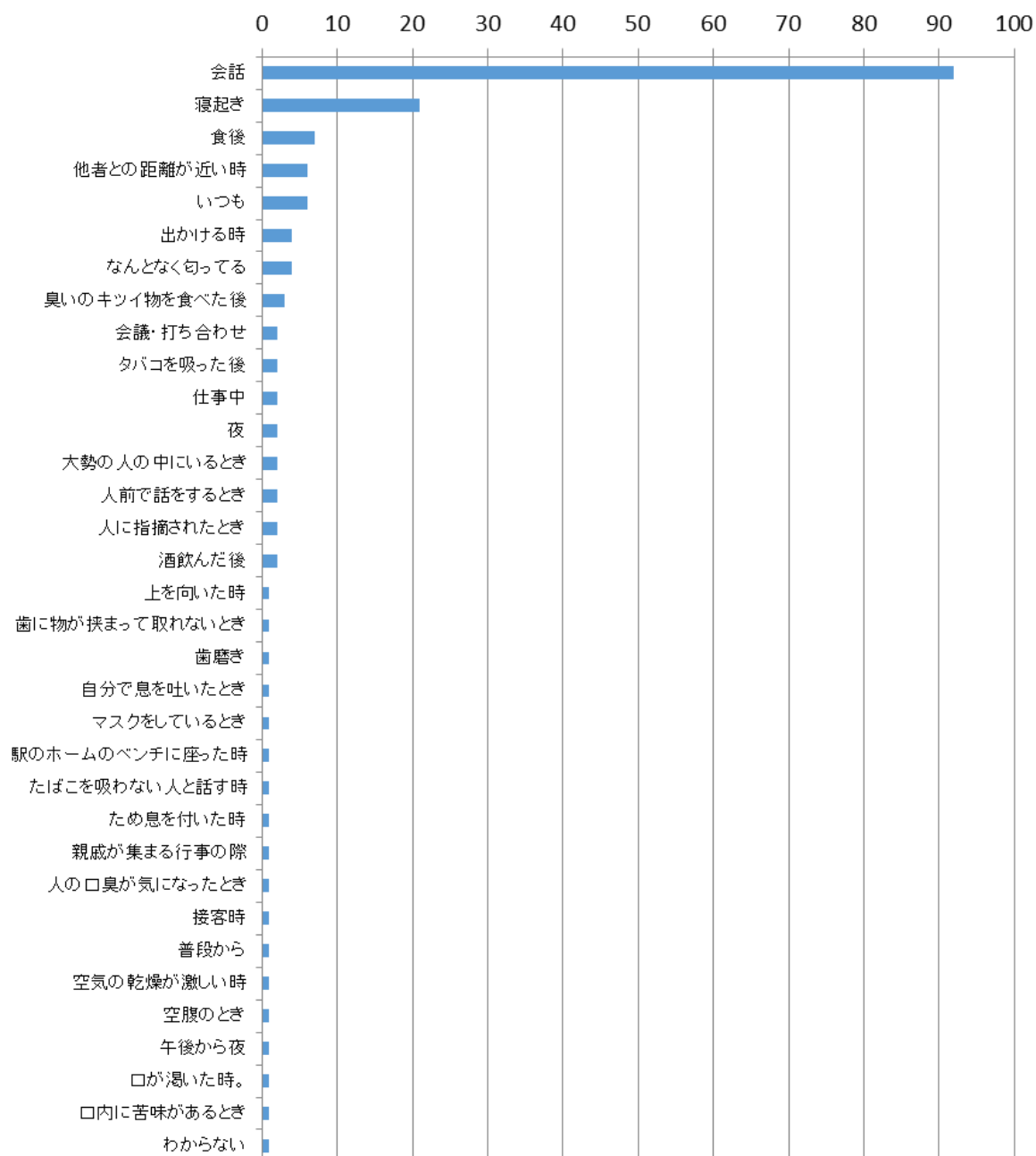


■お口（口臭）について、普段あなたが悩んでいることはどんなことですか。

【1位/FA】

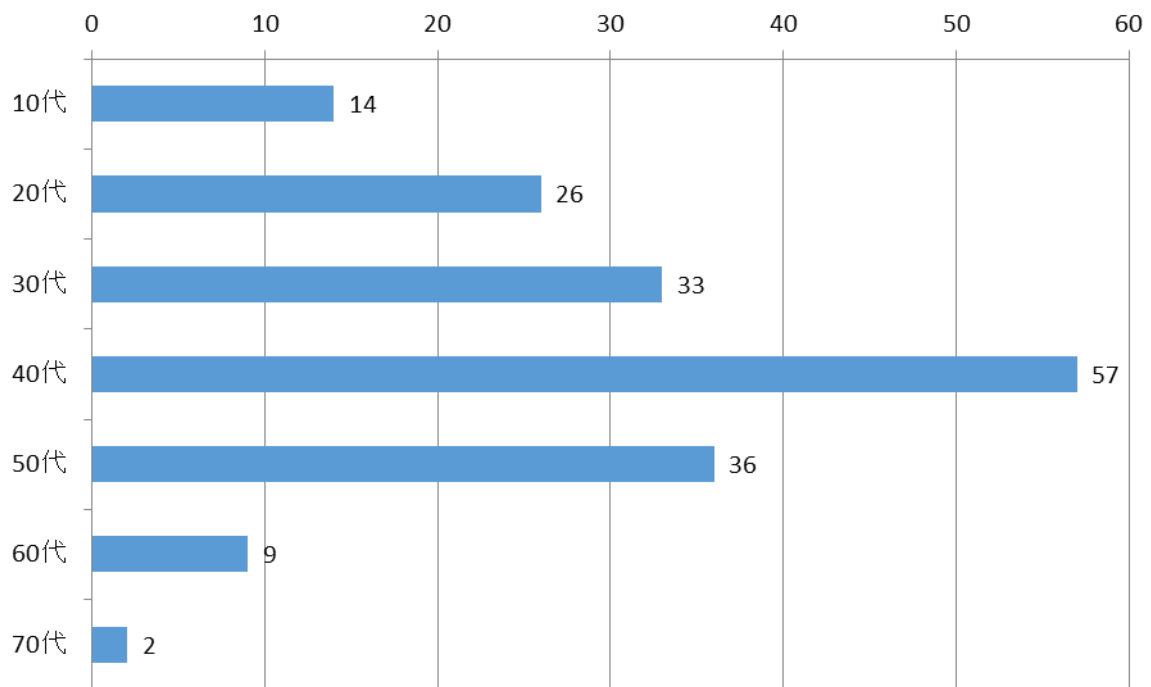


■あなたが抱えている口臭の悩みは、どんな時に最も気になりますか。



■それぞれの悩みは、何歳くらいから悩んでいますか。

【1位/FA】



■自分自身で口臭を自覚したきっかけは、いつ、どんなことですか。

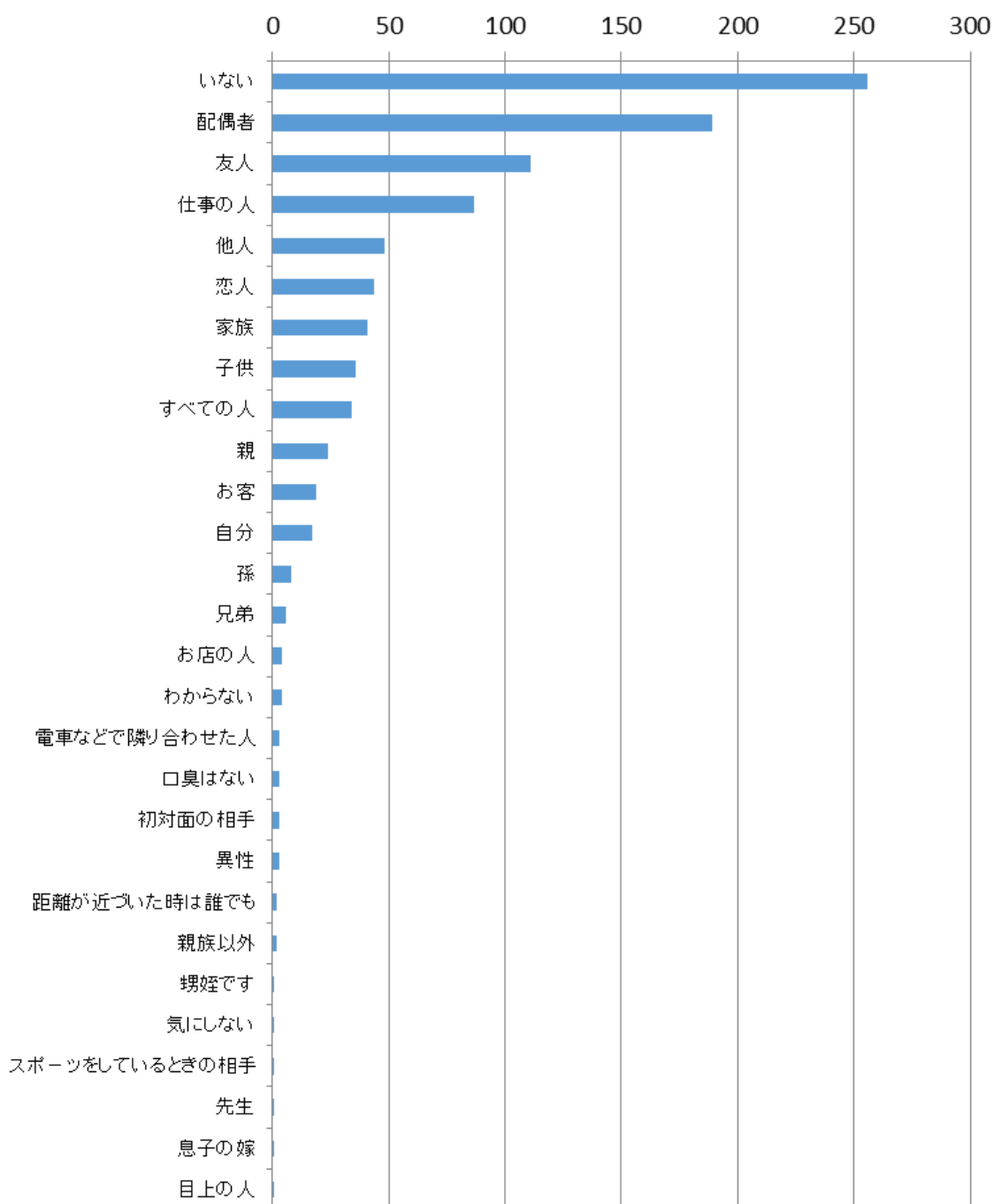
【いつ】

	N	%
1~2年前	2	1.1%
5年前	1	0.6%
10年前	5	2.8%
20年前	1	0.6%
10代から	4	2.2%
20代から	7	3.9%
30代から	3	1.7%
40代から	4	2.2%
50代から	3	1.7%
起床時	19	10.6%
会話	15	8.4%
人に指摘されて	14	7.8%
いつも	10	5.6%
なんとなく	8	4.5%
食後	4	2.2%
たばこ	4	2.2%
マスクした時	3	1.7%
家で	3	1.7%
職場で	2	1.1%
寝起き	2	1.1%
車で	2	1.1%
工作中	2	1.1%
エレベーターに乗ったとき	1	0.6%
かぜをひいた時	1	0.6%
くしゃみをしたとき	1	0.6%
テレビ番組を見て	1	0.6%
フロスに付いたにおいがきつかったとき	1	0.6%
飲み言った次の日	1	0.6%
宴会で	1	0.6%
嫁さんとの会話時	1	0.6%
外出時	1	0.6%
空腹時	1	0.6%
口を拭いたりした際	1	0.6%
口臭予防CMを見て	1	0.6%
歯茎が腫れ膿みが出た	1	0.6%
自分でおいをかいでみて	1	0.6%
酒のんだあと	1	0.6%
授業など	1	0.6%
臭いから	1	0.6%
徐々に	1	0.6%
接客時	1	0.6%
他人の口臭が気になったとき	1	0.6%
わからない	31	17.4%
その他	8	4.5%
総計	177	100.0%

【どんなこと】

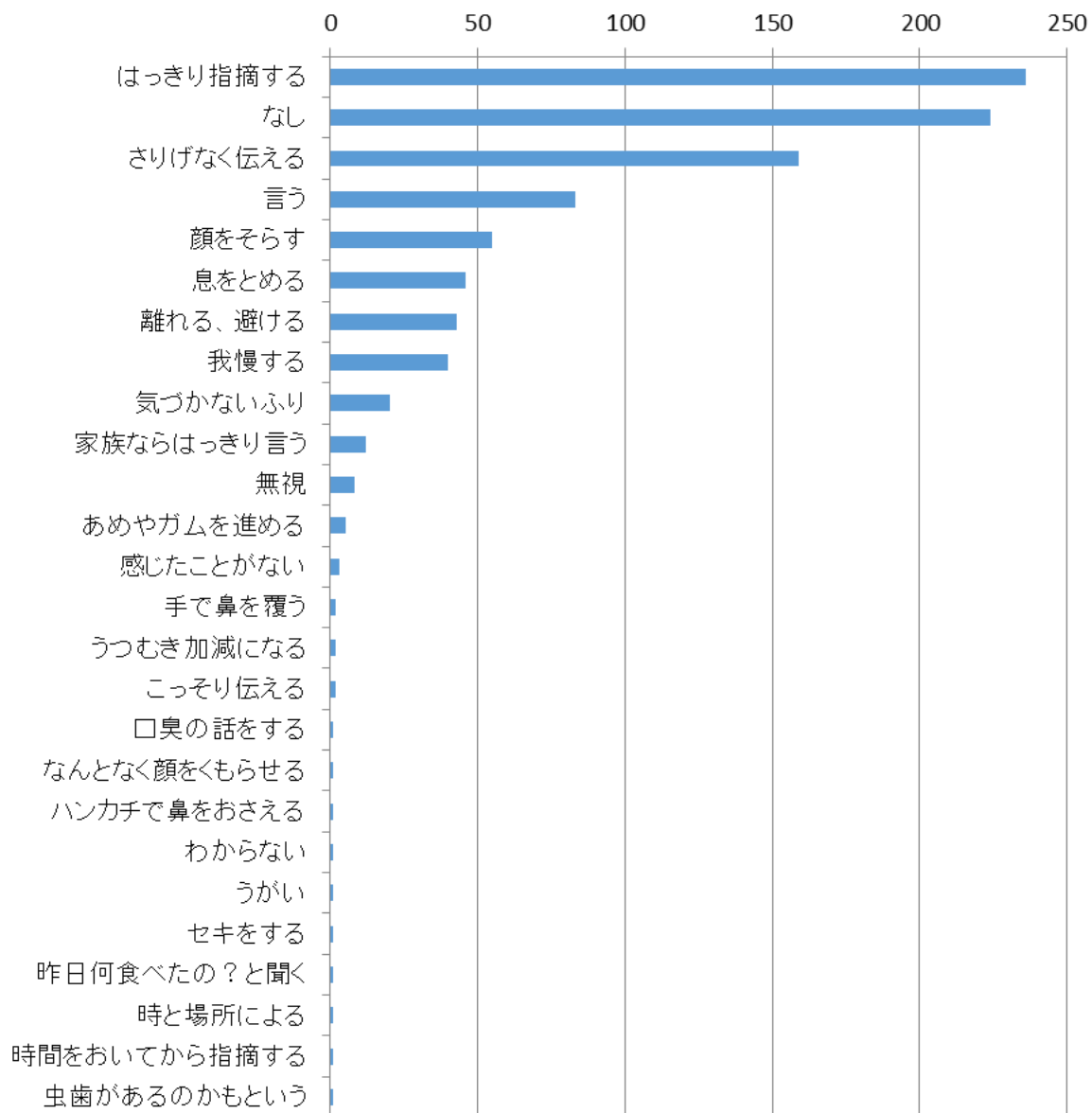
	N	%
においがした	70	39.2%
くさいと言われた	51	28.6%
なんとなく	10	5.6%
覚えていない	10	5.6%
人の口臭がきつかったので自分はどうかと気になりだした	8	4.5%
息を吐いたとき	8	4.5%
人と話している時	6	3.4%
口の中がねばついていた	3	1.7%
口が湿っていた	2	1.1%
テレビの番組を見て自分にも当てはまると感じたから	1	0.6%
膿栓が出てきた	1	0.6%
歯槽膿漏	1	0.6%
いつでも臭い	1	0.6%
食事が長い時間取れないとき	1	0.6%
虫歯が原因で口の中が落ち着かなくなったから	1	0.6%
電車や街中	1	0.6%
鼻の炎症？	1	0.6%
分煙がささやかれたとき	1	0.6%
総計	177	100.0%

■自分自身の口臭を最も気にする相手は誰ですか。



■話している相手の口臭を感じた時、あなたはどんな行動を取りますか。

【相手が親しい間柄（家族・友人・恋人等）の場合】



■話している相手の口臭を感じた時、あなたはどんな行動を取りますか。

【相手がそれほど親しくない場合】

