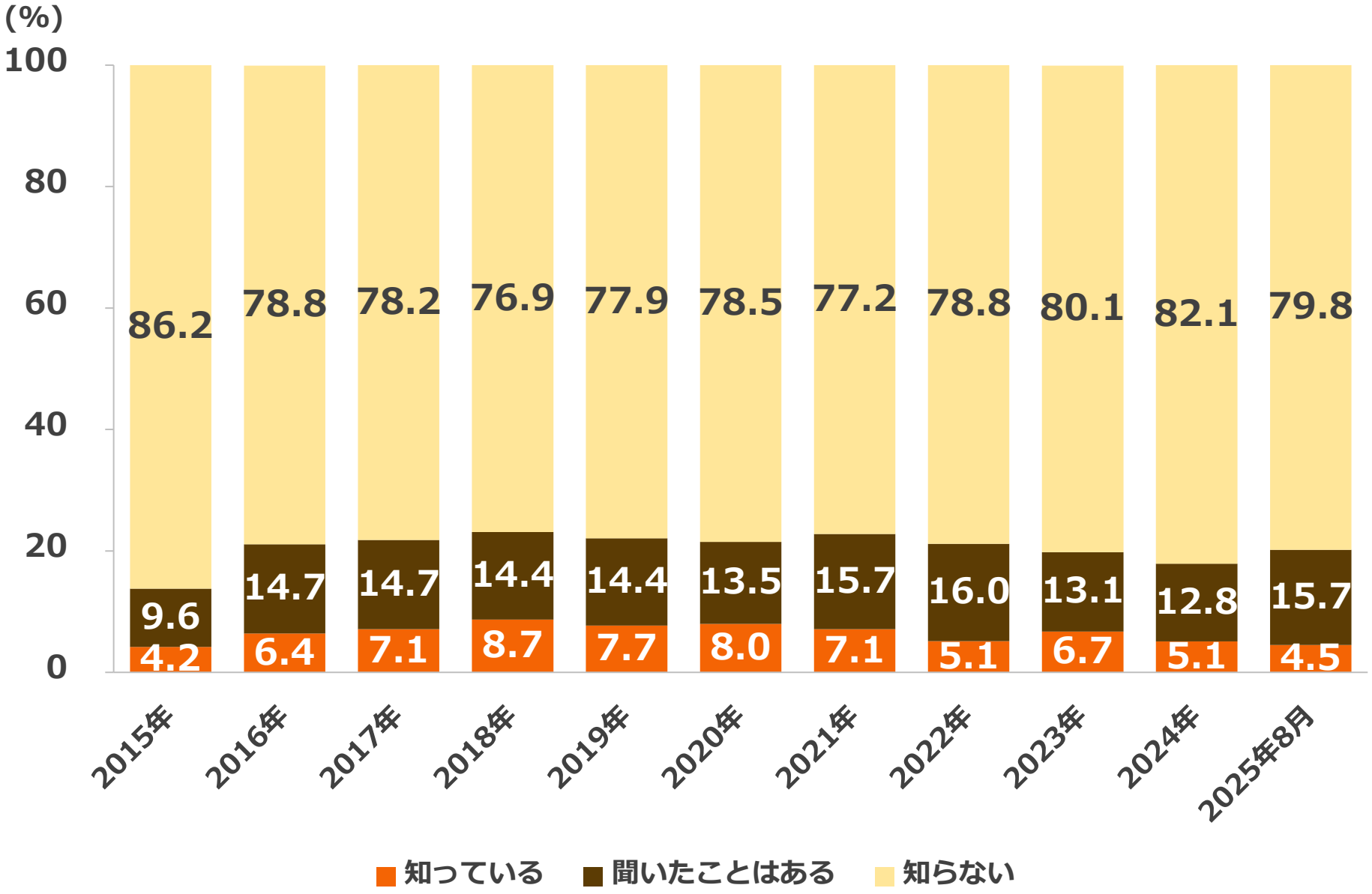
第18回「光老化」認知度調査

「光老化」認知度調査に合わせて、日焼け止め（サンスクリーン剤）の使用状況や、信頼する情報源について等の調査を行いました。

調査の概要

調査方法	インターネット調査
調査期間	2025年8月
調査対象	10代～60代まで各年代均等に抽出した312名(男性156名、女性156名)

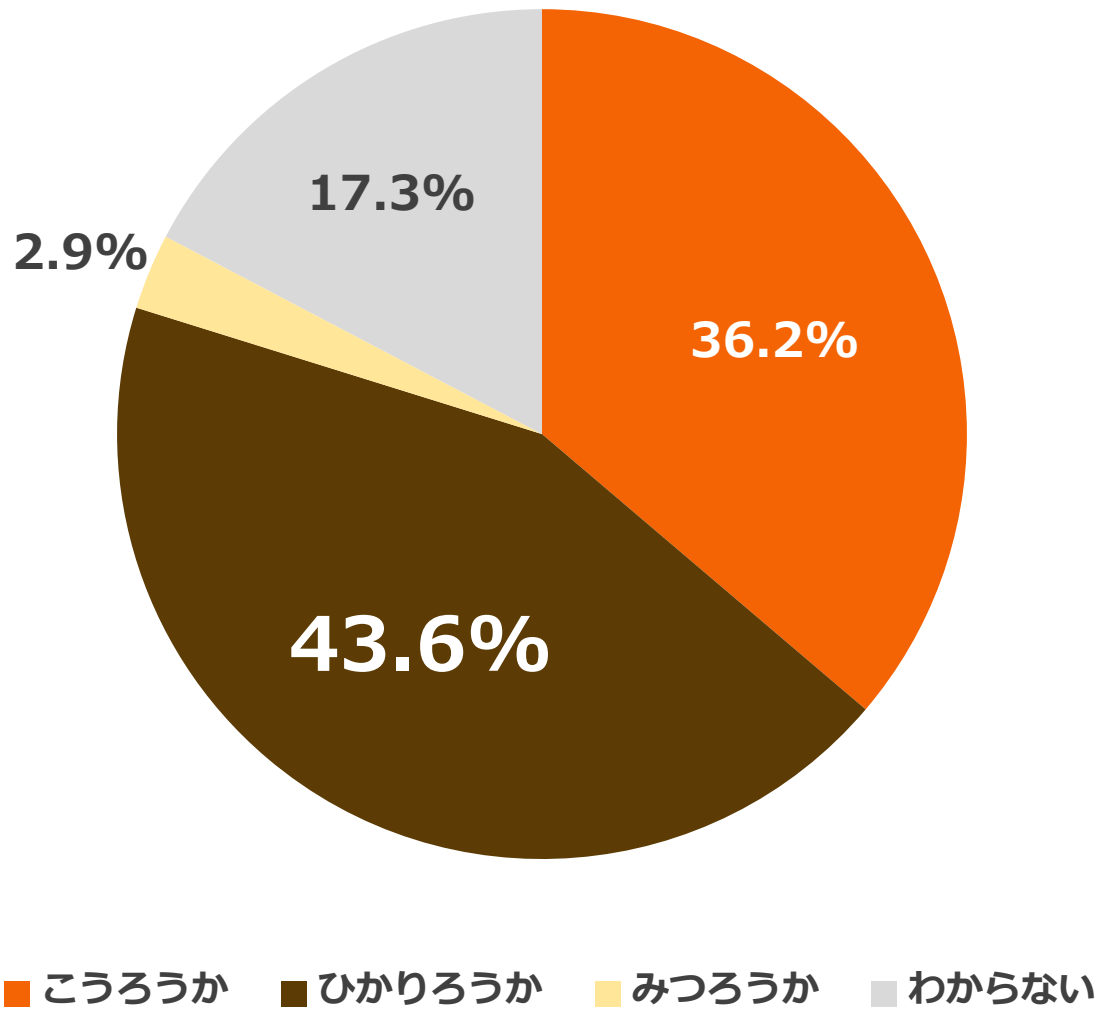
「光老化」認知率推移（2015年～2025年）



「光老化」読み方

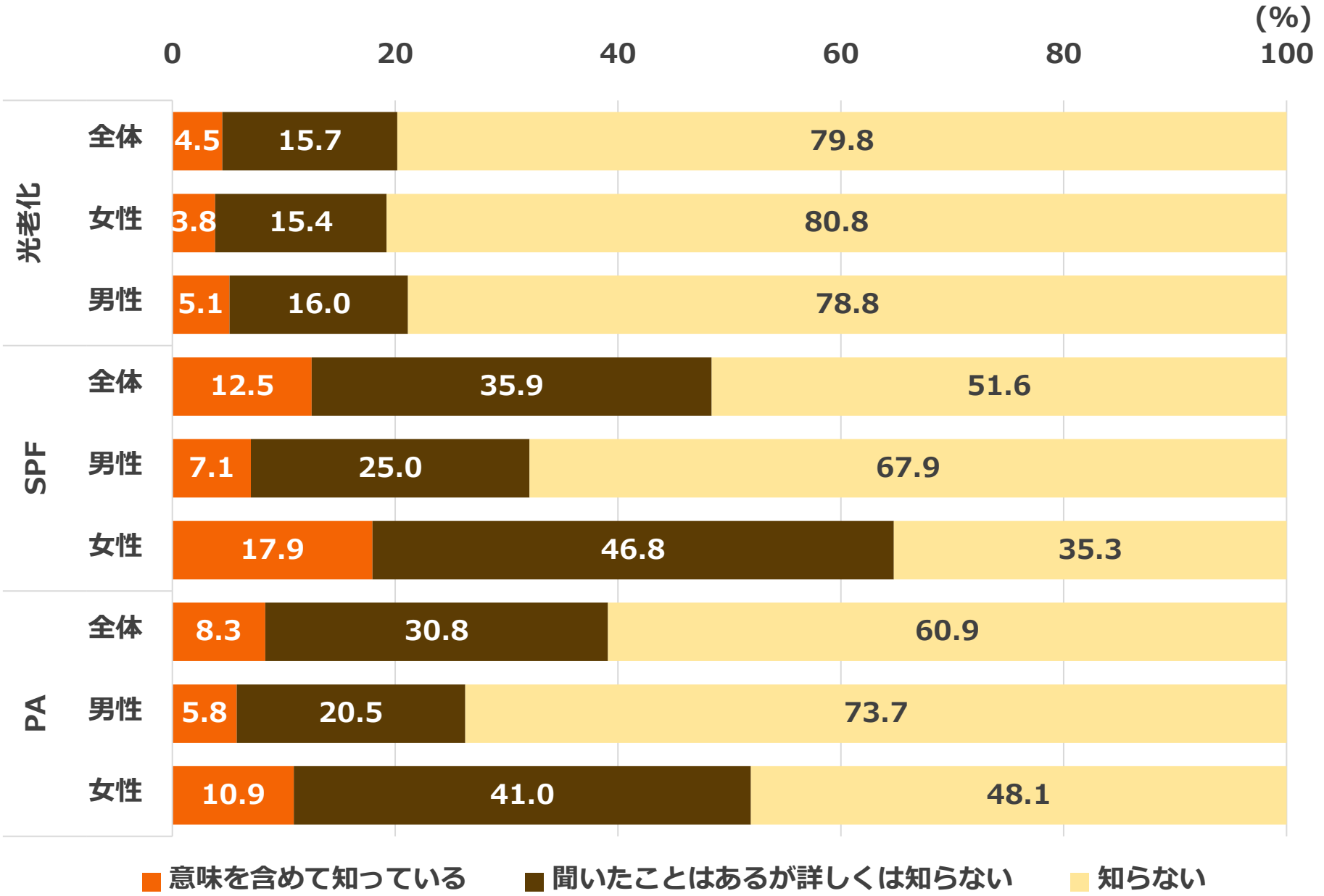
n＝312
(男性156人、女性156人)

『光老化』の読み方について、正しい読み方を選んでください。



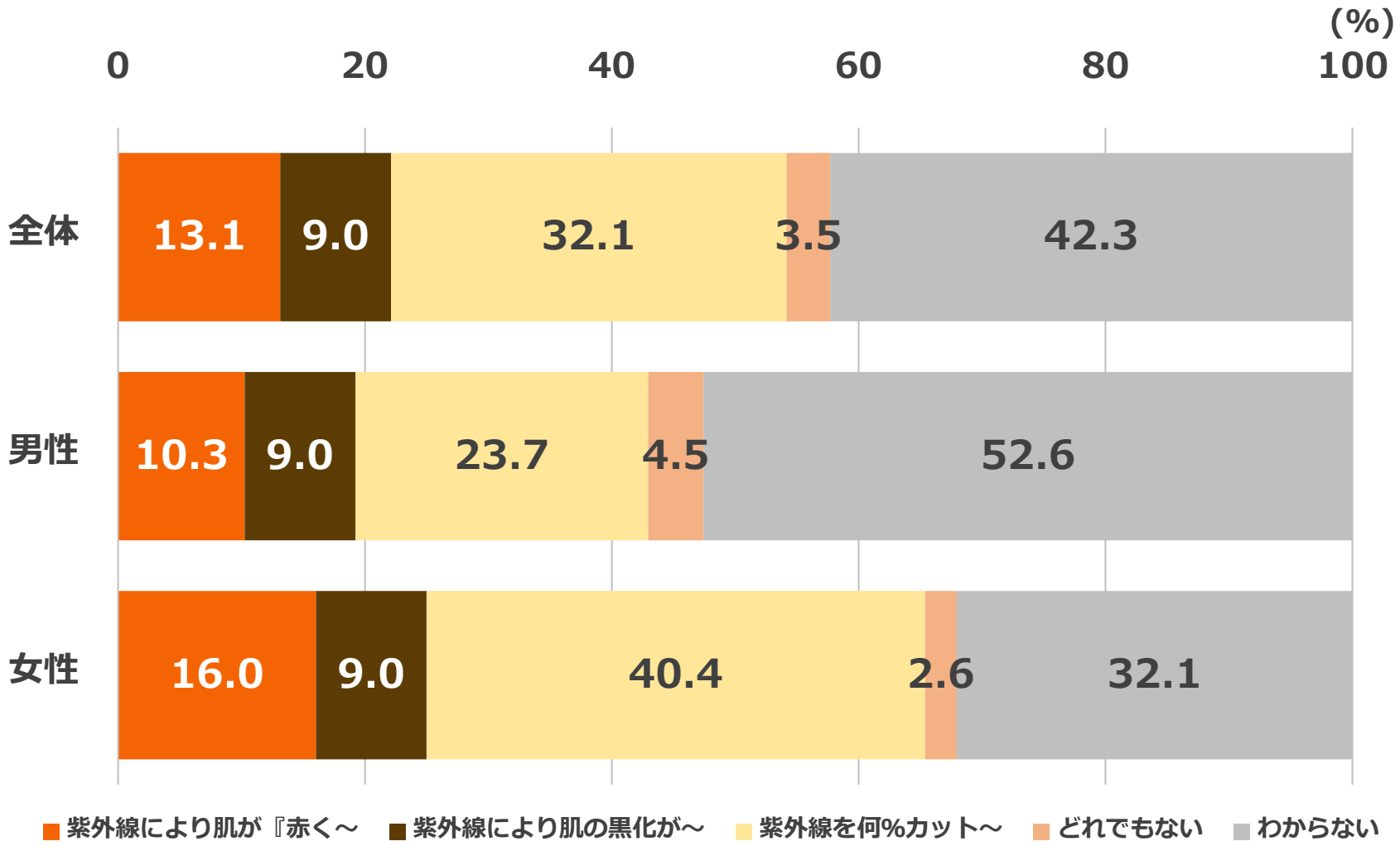
言葉の認知率

n＝312
(男性156人、女性156人)



『SPF』の意味

n＝312
(男性156人、女性156人)

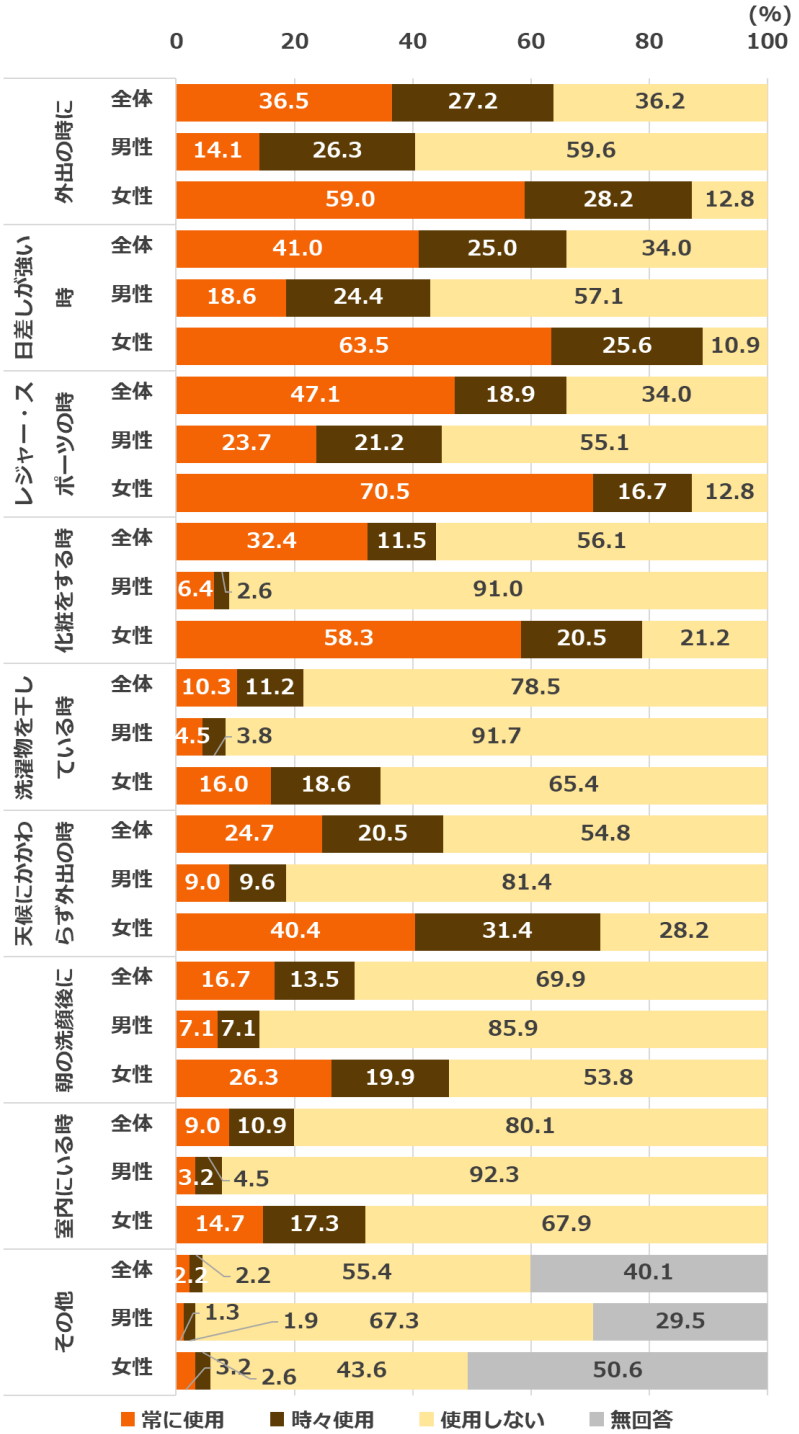


1. 紫外線により肌が『赤くなる日焼け』が始まるまでの時間を何倍長くできるかを表した指数
2. 紫外線により肌の黒化が起こる（肌が黒くなる）までの時間を何倍長くできるかを表した指数
3. 紫外線を何％カットしているかの指標
4. どれでもない
5. わからない

日焼け止めを使用する場面

※複数回答可

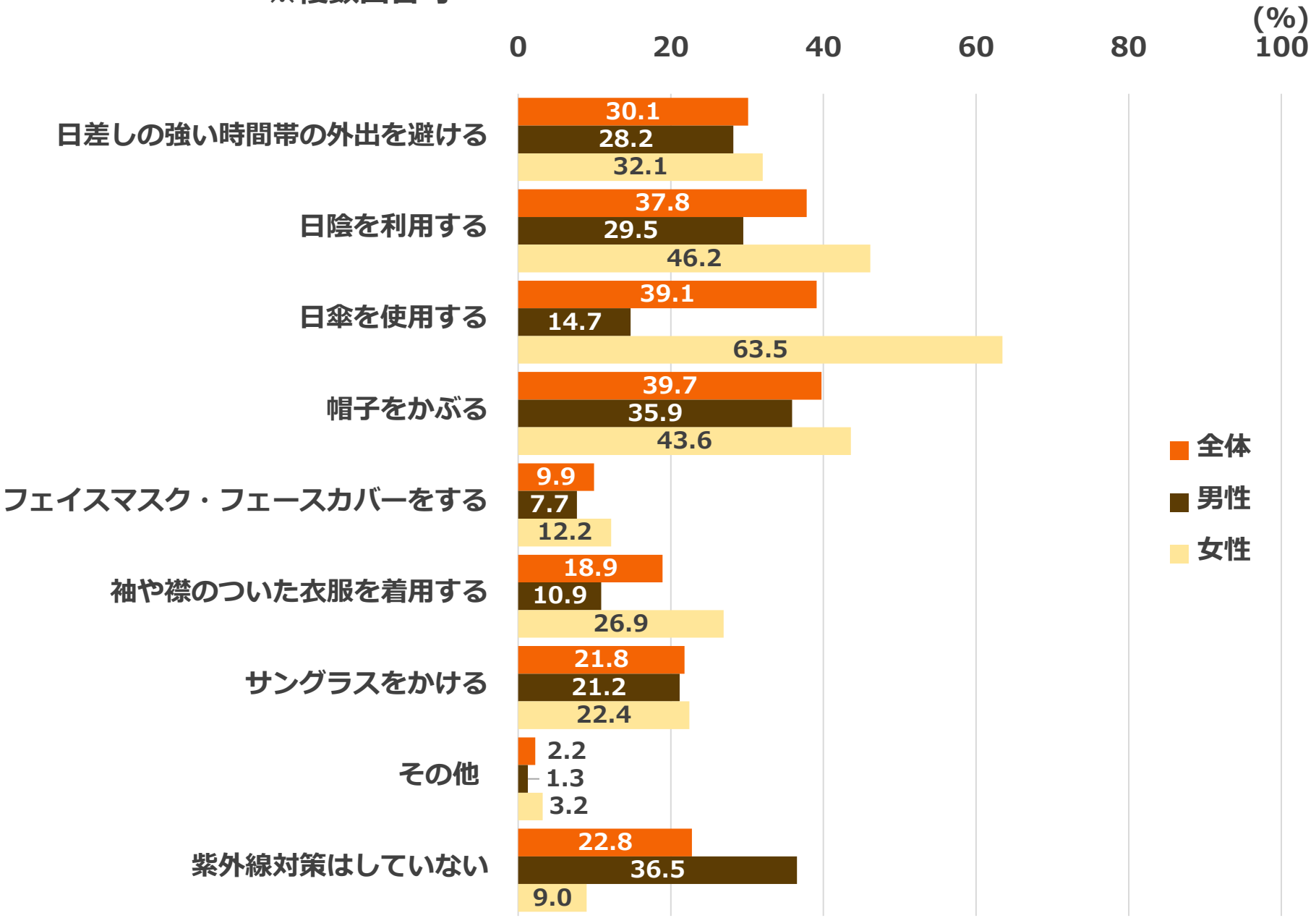
n =312
(男性156人、女性156人)



日焼けしないために心がけているもの

※複数回答可

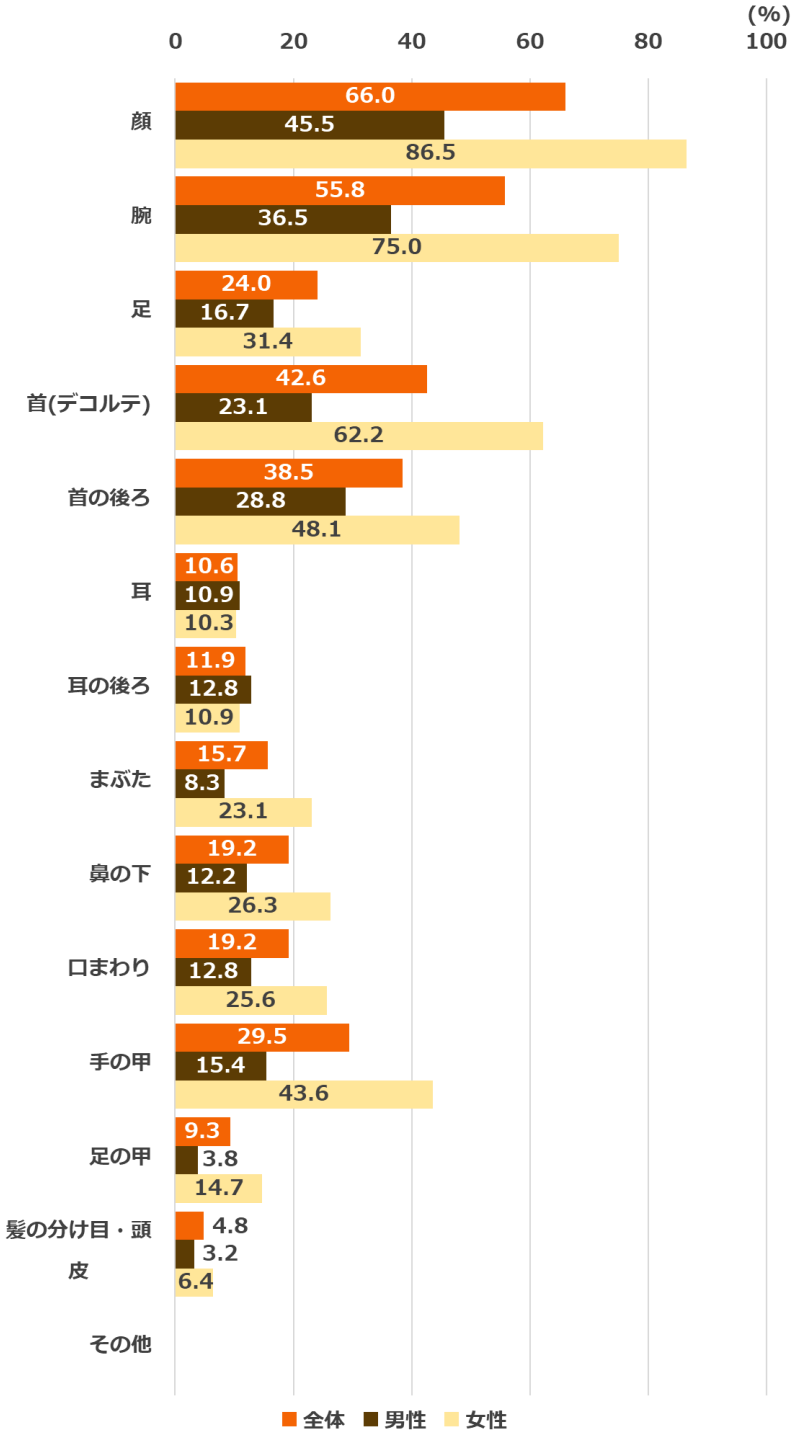
n =312
(男性156人、女性156人)



いつも日焼け止めを塗る場所

※複数回答可

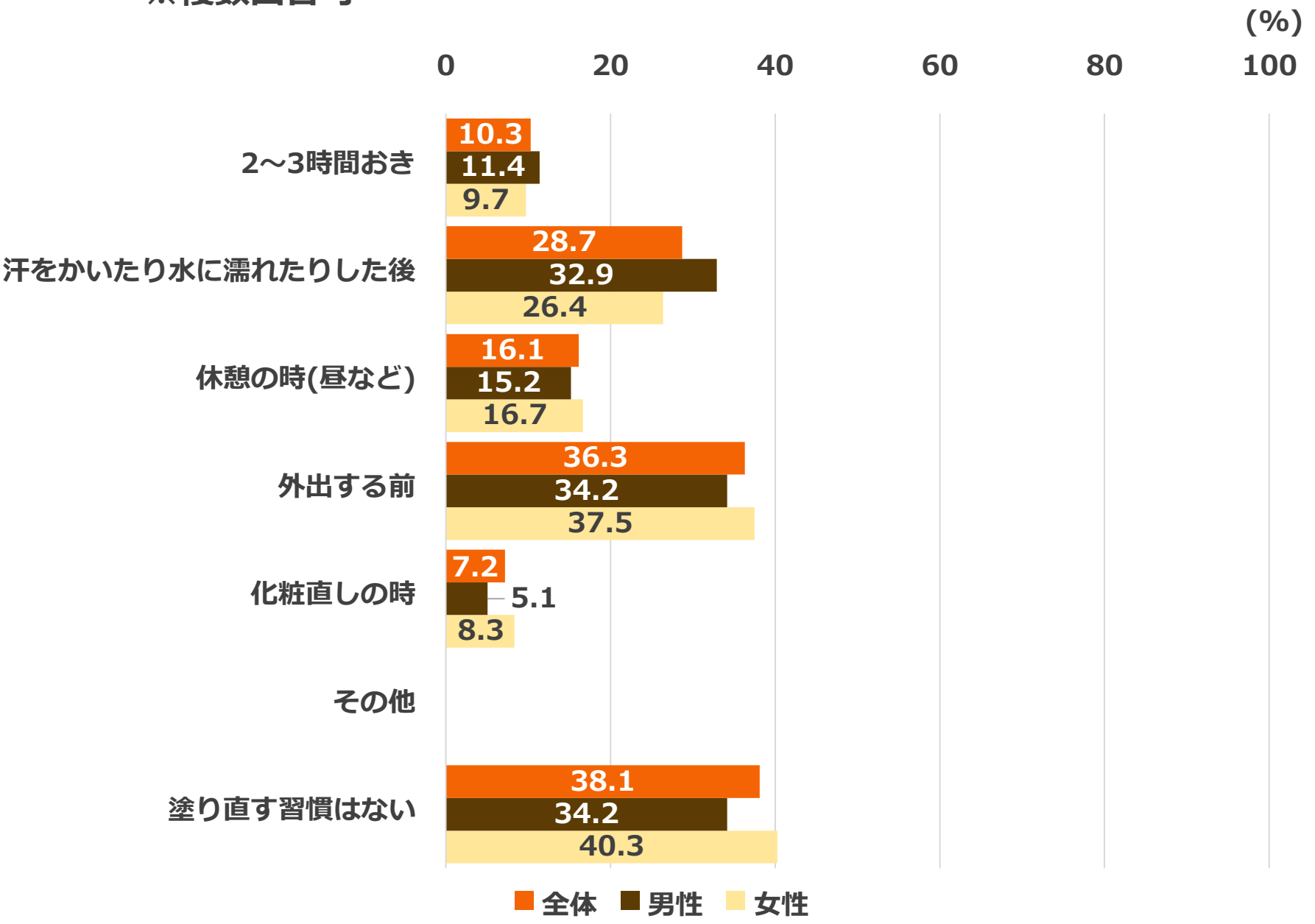
n =312
(男性156人、女性156人)



日焼け止めを塗り直す頻度

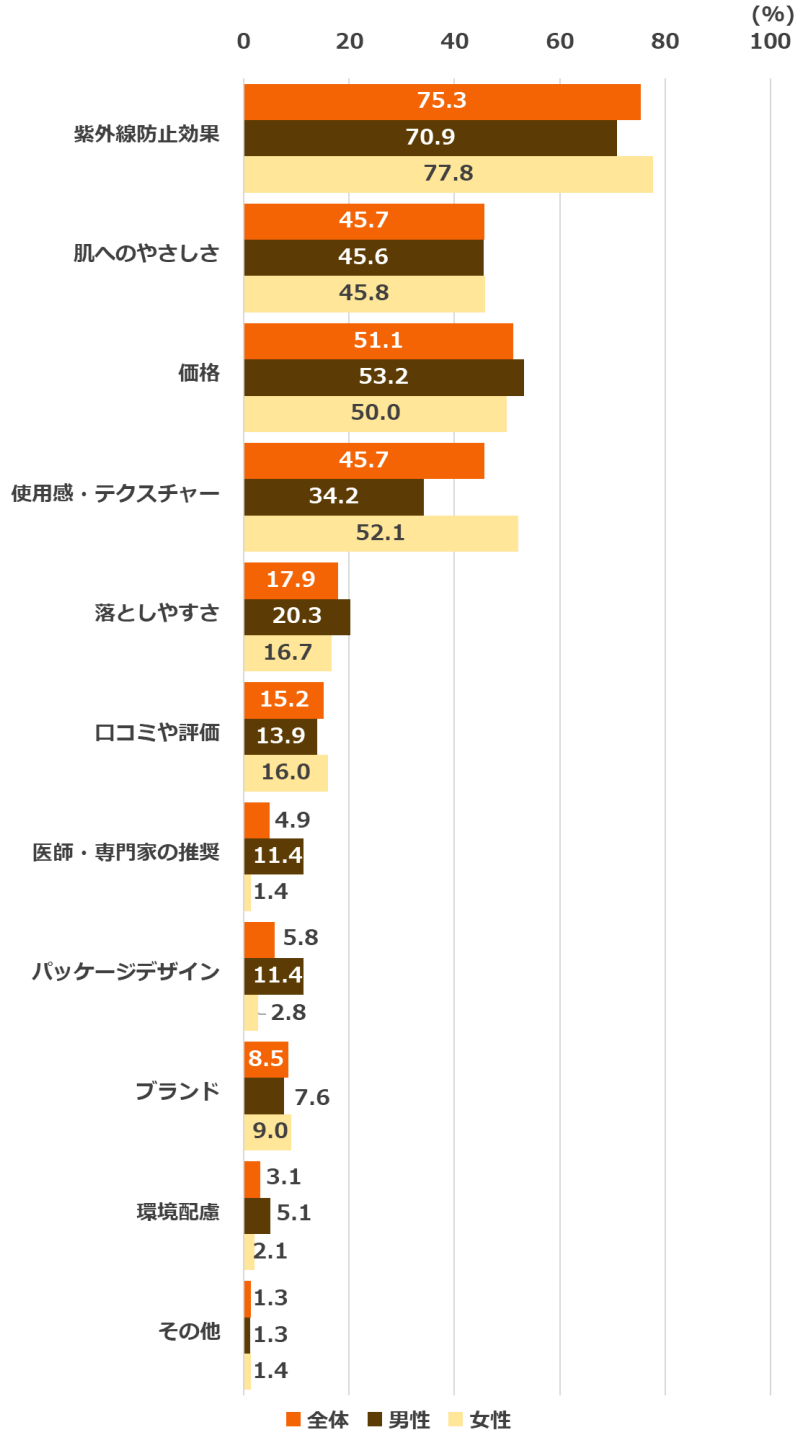
※複数回答可

n＝223
(男性79人、女性144人)



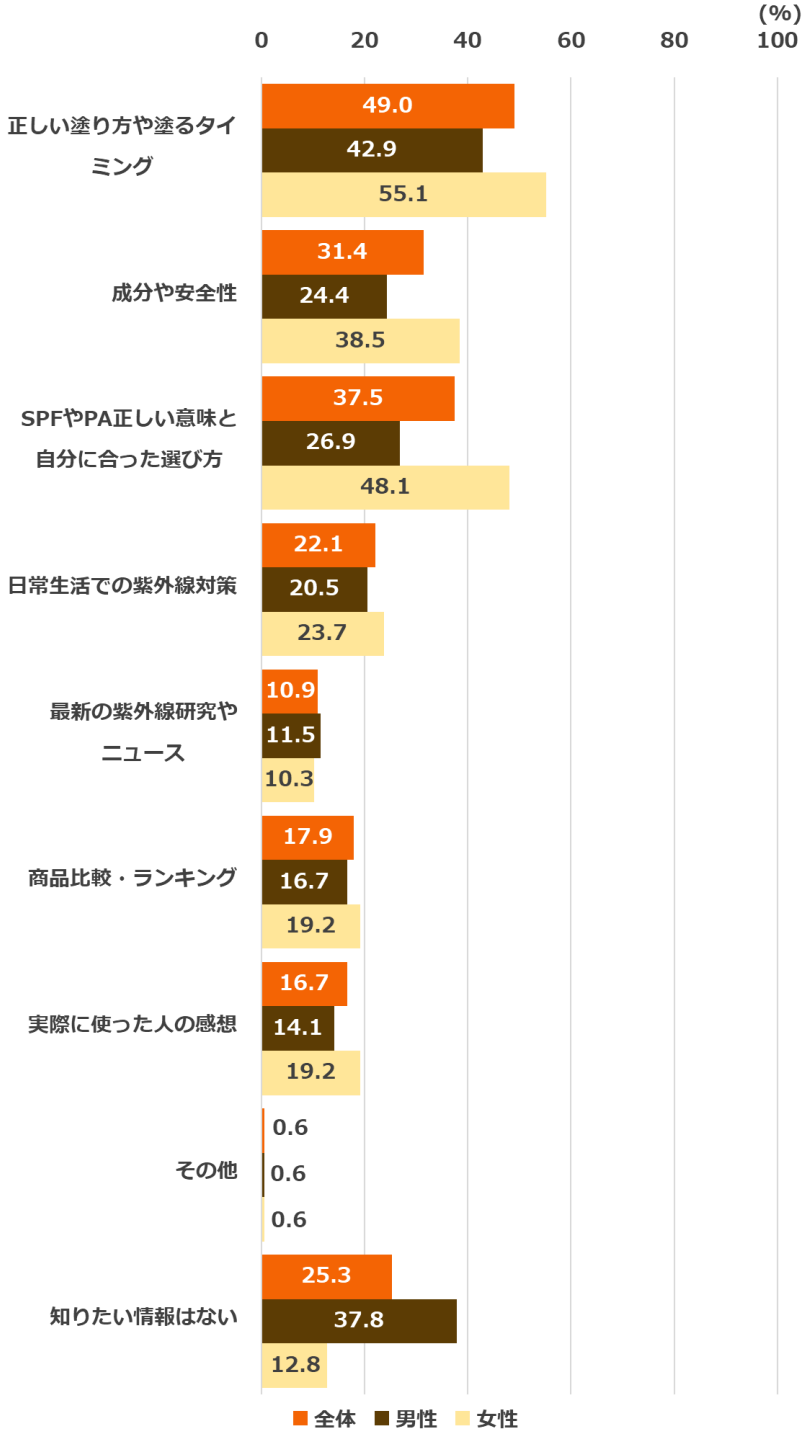
日焼け止めで重視するポイント
※複数回答可

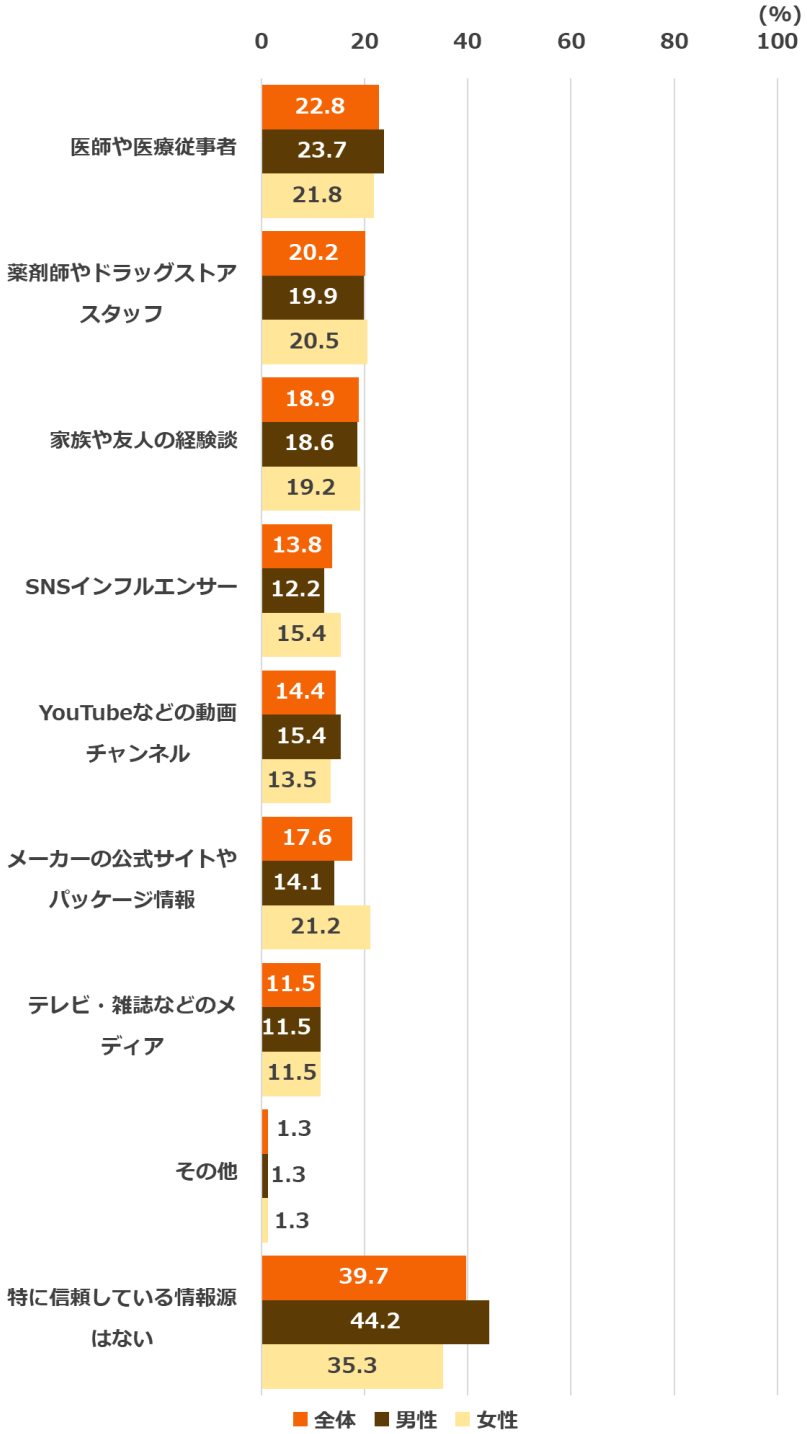
n＝223
(男性79人、女性144人)



紫外線や日焼け止めについて知りたいこと　※複数回答可

n =312
(男性156人、女性156人)



日焼け止めの使用について
信頼する情報源　※複数回答可

n =312
(男性156人、女性156人)