

**筋トレ男性の約9割が「脱毛している」と回答！**  
**筋トレ男性が選ぶ、筋肉がキレイだと思う芸能人ラインキング**  
**第1位「GACKTさん」、第2位「西川貴教さん**  
**(T.M.Revolution) 」**  
～「汗をかいても身体を清潔に保てる」「体つきや筋肉がキレイに見える」など  
筋トレと脱毛の密接な関係が明らかに～

全身脱毛サロン「KIREIMO（キレイモ）」を運営する株式会社ヴィエリス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長 兼 CEO：佐伯 真唯子）は、20～49歳の会社員で「パーソナルトレーニングを行なっている」、また「毎日スキンケアをしている」と回答した男性111人を対象に、筋肉トレーニング（以下 筋トレ）と脱毛に関する意識調査を実施しました。

#### ■調査結果まとめ

今回の調査では、20～49歳の会社員で「パーソナルトレーニングを行なっている」、また「毎日スキンケアをしている」と回答した男性を対象に、筋トレと脱毛に関する意識調査を実施しました。

結果として、筋トレ男性の9割が「脱毛している」という驚くべき結果が明らかになりました。脱毛箇所については、1位が「ワキ」で54%、2位が「胸」で44%の順番でした。

脱毛するメリットについては「汗をかいても身体を清潔に保てる」や「体つきや筋肉がキレイに見える」などの回答が多く、他にも「若く見られるようになった」や「筋、腱、骨格の確認がしやすくなる」などの具体的な回答も見受けられました。また、脱毛の方法については、約7割が「医療レーザー脱毛」、約5割が「フラッシュ（光）脱毛」を利用していることが明らかになりました。

さらに、筋トレ男性が選ぶ「筋肉がキレイだと思う芸能人ラインキング」については、3位「横川尚隆さん」（30.6%）、2位「西川貴教さん（T.M.Revolution）」（35.1%）を抑えて、GACKTさん（44.1%）が1位に選ばれました。

筋トレをする人の中では、脱毛をすることが様々なメリットに繋がることがわかりました。特に運動する方にとって、脱毛することで衛生面でのメリットを実感する方が多いことが明らかになりました。加えて、筋トレをすると、自身の身体と向き合う機会が多くなり、より美しいボディラインを目指して脱毛にも興味を持つ方が増える傾向があるのかもしれません。アンケートでも「今後も脱毛したい（続けたい）」と回答している人が9割以上いることから、筋トレと脱毛は密接な関係にありそうです。

#### ■調査概要

調査概要：筋トレと脱毛に関する意識調査

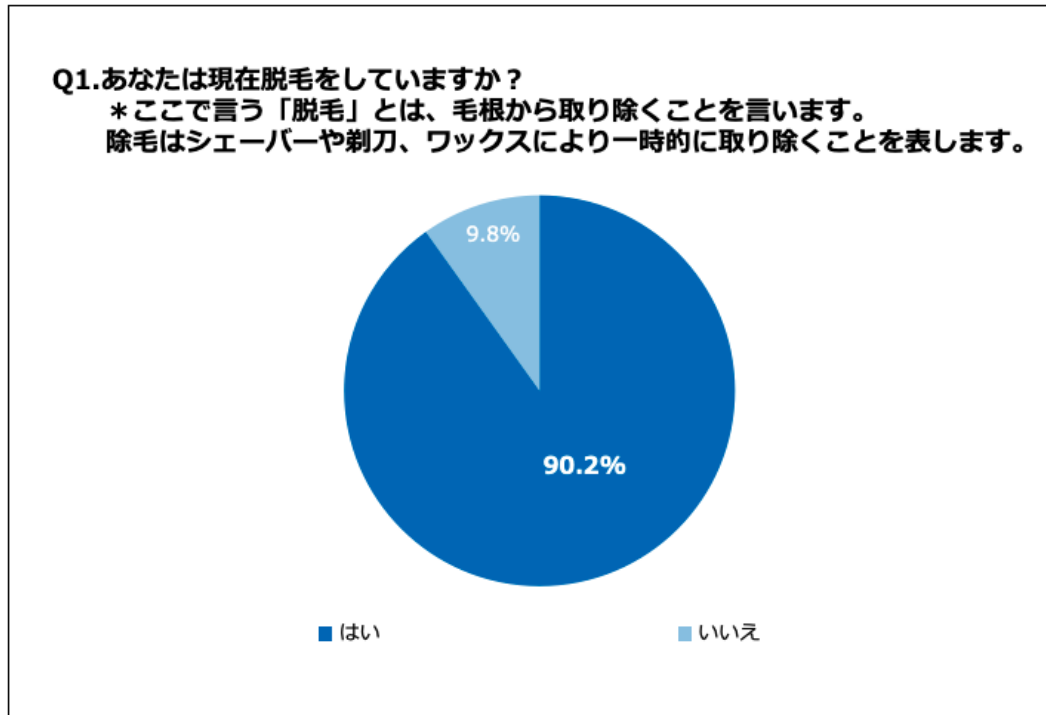
調査方法：インターネット調査

調査期間：2021年2月9日～2021年2月10日

有効回答：20～49歳の会社員で「パーソナルトレーニングを行なっている」、また「毎日スキンケアをしている」と回答した男性 111人

## ■ 筋トレ男性の9割が「脱毛」していると回答

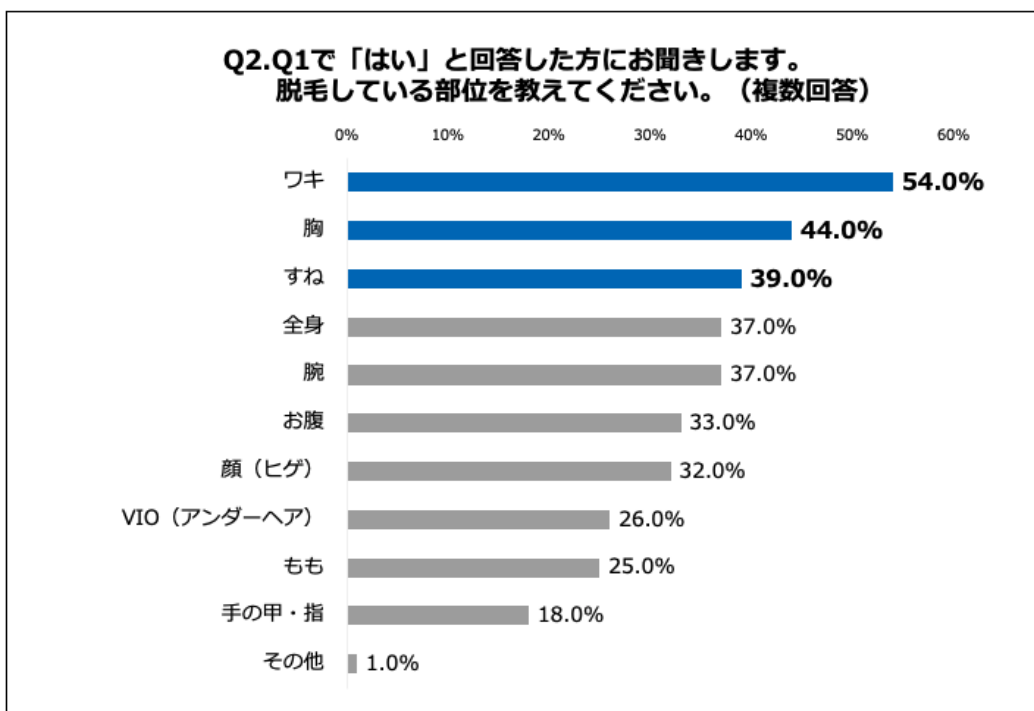
「Q1.あなたは現在脱毛をしていますか？ \*ここで言う「脱毛」とは、毛根から取り除くことを言います。除毛はシェーバーや剃刀、ワックスにより一時的に取り除くことを表します。」(n=111)と質問したところ、「はい」が90.2%という回答となりました。



- ・ はい : 90.2%
- ・ いいえ : 9.8%

## ■ 脱毛箇所について、1位「ワキ」54%、2位「胸」44%

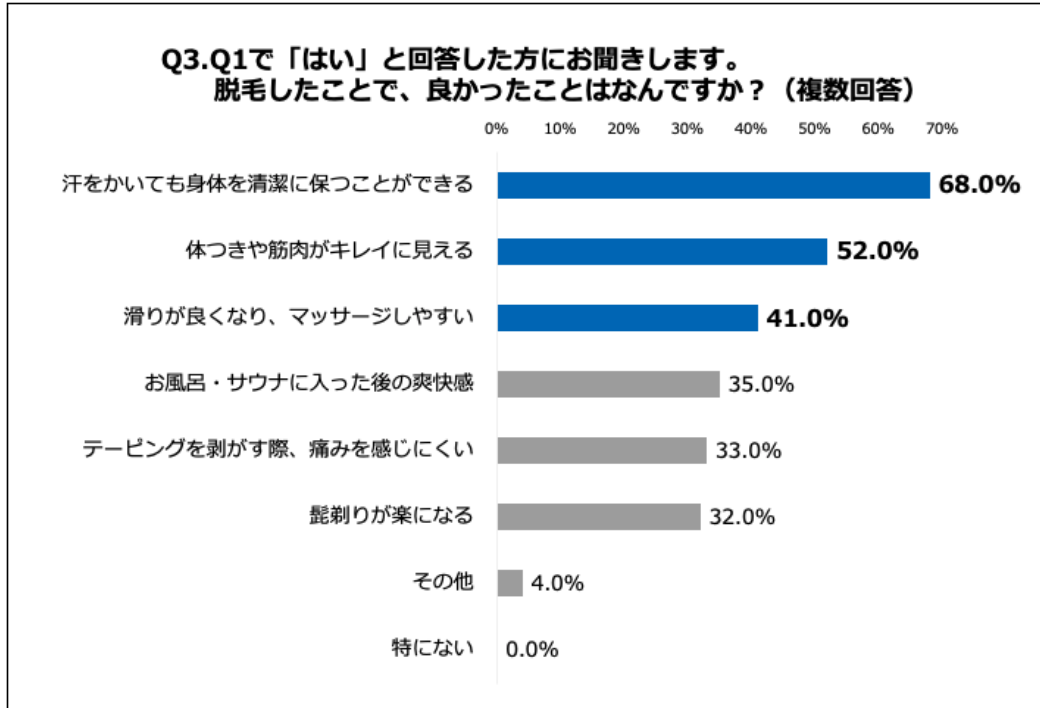
Q1で「はい」と回答した方に、「Q2.脱毛している部位を教えてください。(複数回答)」(n=100)と質問したところ、「ワキ」が54.0%、「胸」が44.0%、「すね」が39.0%という回答となりました。



- ・ 脇 : 54.0%
- ・ 胸 : 44.0%
- ・ すね : 39.0%
- ・ 全身 : 37.0%
- ・ 腕 : 37.0%
- ・ お腹 : 33.0%
- ・ 顔(ヒゲ) : 32.0%
- ・ VIO(アンダーヘア) : 26.0%
- ・ もも : 25.0%
- ・ 手の甲・指 : 18.0%
- ・ その他 : 1.0%

## ■脱毛するメリットについて「汗をかいても身体を清潔に保てる」や「体つきや筋肉がキレイに見える」の声

Q1で「はい」と回答した方に、「Q3.脱毛したことで、良かったことはなんですか？（複数回答）」（n=100）と質問したところ、「汗をかいても身体を清潔に保つことができる」が68.0%、「体つきや筋肉がキレイに見える」が52.0%、「滑りが良くなり、マッサージしやすい」が41.0%という回答となりました。



- ・汗をかいても身体を清潔に保つことができる：68.0%
- ・体つきや筋肉がキレイに見える：52.0%
- ・滑りが良くなり、マッサージしやすい：41.0%
- ・お風呂・サウナに入った後の爽快感：35.0%
- ・テーピングを剥がす際、痛みを感じにくい：33.0%
- ・髭剃りが楽になる：32.0%
- ・その他：4.0%
- ・特になし：0.0%

## ■他にも「若く見られるようになった」や「筋、腱、骨格の確認がしやすくなる」の声など

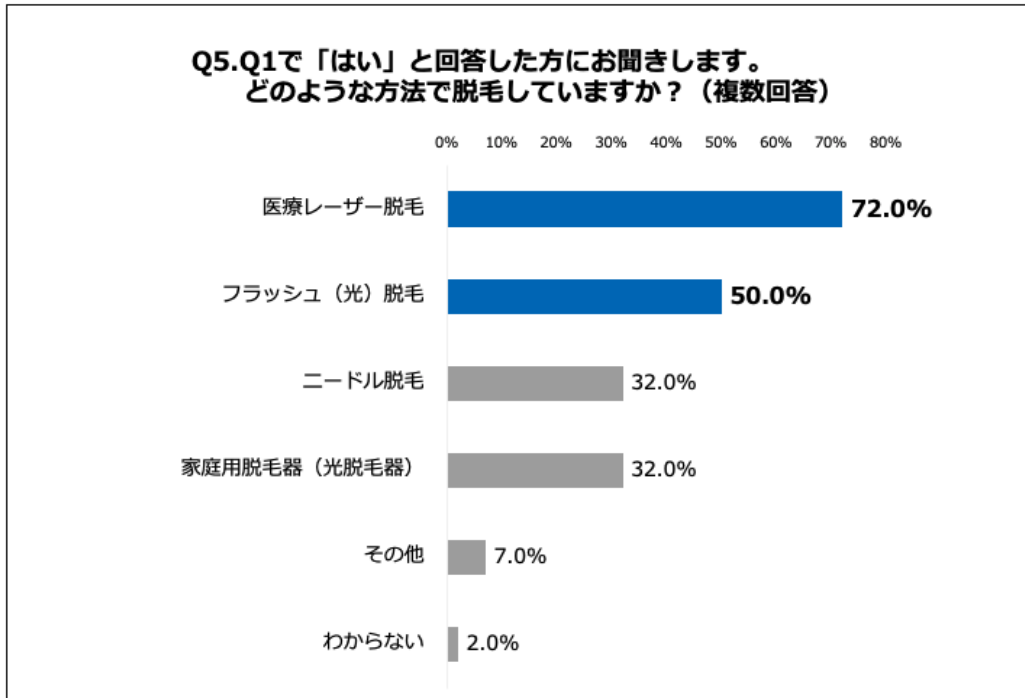
「Q4.Q3で回答した以外に、良かったことがあれば教えてください。（自由回答）」（n=100）と質問したところ、「若く見られるようになった」や「筋、腱、骨格の確認がしやすくなる」など23の回答を得ることができました。

### <自由回答・一部抜粋>

- ・38歳：コストパフォーマンス
- ・44歳：部屋に抜け毛が落ちる事を減らす事が出来、気持ちよく生活できるようになった。
- ・44歳：他人から見た際の清潔感の向上筋、腱、骨格の確認がしやすくなる
- ・28歳：異性から好評。
- ・39歳：日々のお手入れがとても簡単になりました。
- ・41歳：若く見られるようになった。
- ・39歳：モテる
- ・33歳：肌がキレイに見える

## ■ 脱毛方法、約 7 割が「医療レーザー脱毛」、約 5 割が「フラッシュ（光）脱毛」

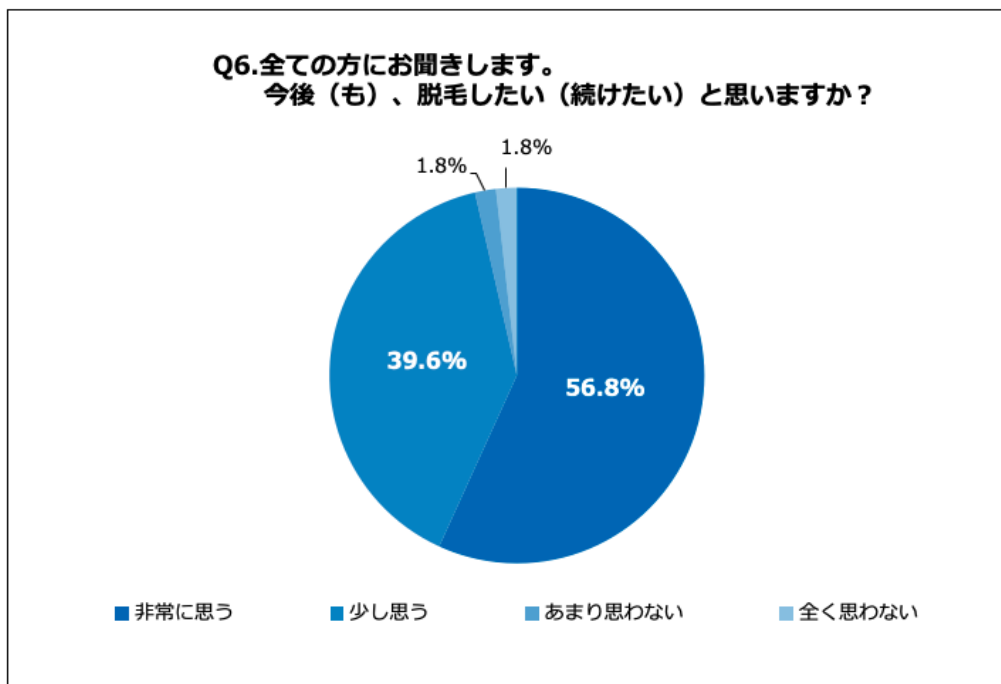
Q1で「はい」と回答した方に、「Q5.どのような方法で脱毛していますか？（複数回答）」（n=100）と質問したところ、「医療レーザー脱毛」が72.0%、「フラッシュ（光）脱毛」が50.0%という回答となりました。



- ・医療レーザー脱毛：72.0%
- ・フラッシュ（光）脱毛：50.0%
- ・ニードル脱毛：32.0%
- ・家庭用脱毛器（光脱毛器）：32.0%
- ・その他：7.0%
- ・わからない：2.0%

## ■ 約 9 割が、「今後も脱毛したい（続けたい）」と回答

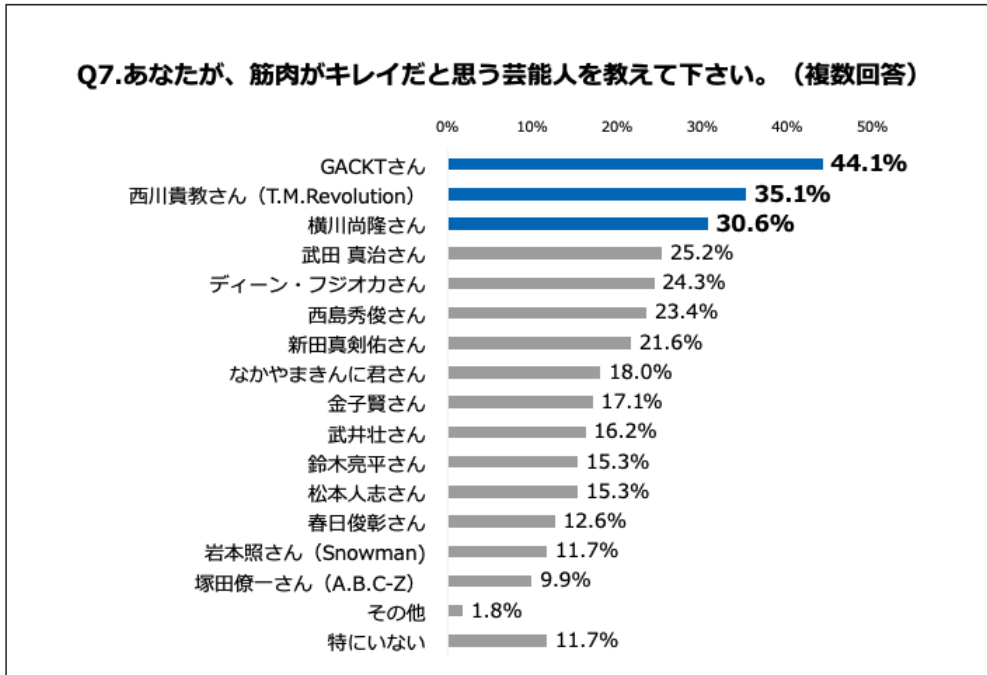
「Q6.全ての方にお聞きます。今後（も）、脱毛したい（続けたい）と思いますか？」（n=111）と質問したところ、「非常に思う」が56.8%、「少し思う」が39.6%という回答となりました。



- ・非常に思う：56.8%
- ・少し思う：39.6%
- ・あまり思わない：1.8%
- ・全く思わない：1.8%

## ■筋トレ男性が選ぶ、筋肉がキレイだと思う芸能人ランキング、第1位「GACKTさん」

「Q7.あなたが、筋肉がキレイだと思う芸能人を教えて下さい。(複数回答)」(n=111)と質問したところ、「GACKTさん」が44.1%、「西川貴教さん(T.M.Revolution)」が35.1%、「横川尚隆さん」が30.6%という回答となりました。



- ・ GACKT さん : 44.1%
- ・ 西川貴教さん (T.M.Revolution) : 35.1%
- ・ 横川尚隆さん : 30.6%
- ・ 武田 真治さん : 25.2%
- ・ ディーン・フジオカさん : 24.3%
- ・ 西島秀俊さん : 23.4%
- ・ 新田真剣佑さん : 21.6%
- ・ なかやまきんに君さん : 18.0%
- ・ 金子賢さん : 17.1%
- ・ 武井壮さん : 16.2%
- ・ 鈴木亮平さん : 15.3%
- ・ 松本人志さん : 15.3%
- ・ 春日俊彰さん : 12.6%
- ・ 岩本照さん (Snowman) : 11.7%
- ・ 塚田僚一さん (A.B.C-Z) : 9.9%
- ・ その他 : 1.8%
- ・ 特にいない : 11.7%

## ■会社概要

社名 : 株式会社ヴィエリス (<https://vielis.co.jp/>)  
 代表者 : 代表取締役 兼 CEO 佐伯 真唯子  
 所在地 : 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 2-1-8 Barbizon8 8F  
 資本金 : 3,000 万円  
 従業員数 : 1,200 名(2020 年 6 月末現在)  
 事業内容 : 全身脱毛エステサロン「キレイモ」の運営、オリジナル化粧品の製造及び販売  
 男性専用脱毛サロン「メンズキレイモ」の運営  
 トータルビューティケア「キレイモプレミアム」の運営  
 パーソナライズ・ボディメイク・ジム「プラスミー」の運営  
 サービス URL : <https://kireimo.jp/>