

報道関係者各位  
プレスリリース

2011年7月6日  
株式会社ビー・オー・スタジオ  
詳しいお問い合わせは【塙島まで】  
TEL: 03-5784-1045

## まくらのにおいが気になるが 61%

株式会社ビー・オー・スタジオは、7月1日、世界初の快眠サポートサービス「ねむログ」はまくらに関するアンケート調査を発表しました。節電しながら安眠できる「節電寝具」が注目を集めている中、身近なまくらに注目してねむログ利用者のまくらの実態調査を行いました。

### ＜調査内容＞

#### 調査項目

- 1) どこのメーカーのまくらを使っていますか？
- 2) まくらはどこで買いましたか？
- 3) 今使っているまくらは眠れると感じていますか？
- 4) 現在のまくらに満足していない理由はありますか？
- 5) まくらのにおいは気になりますか？
- 6) まくらのにおいを指摘されたことはありますか？
- 7) まくらカバーを洗っている頻度はどのくらいですか？
- 8) においがつかないようにするために気をつけていることはありますか？

### ＜調査対象＞

対象者: 20代～60代の男女

対象期間: 2011年6月2日～2011年6月14日

回答サンプル数: 141人

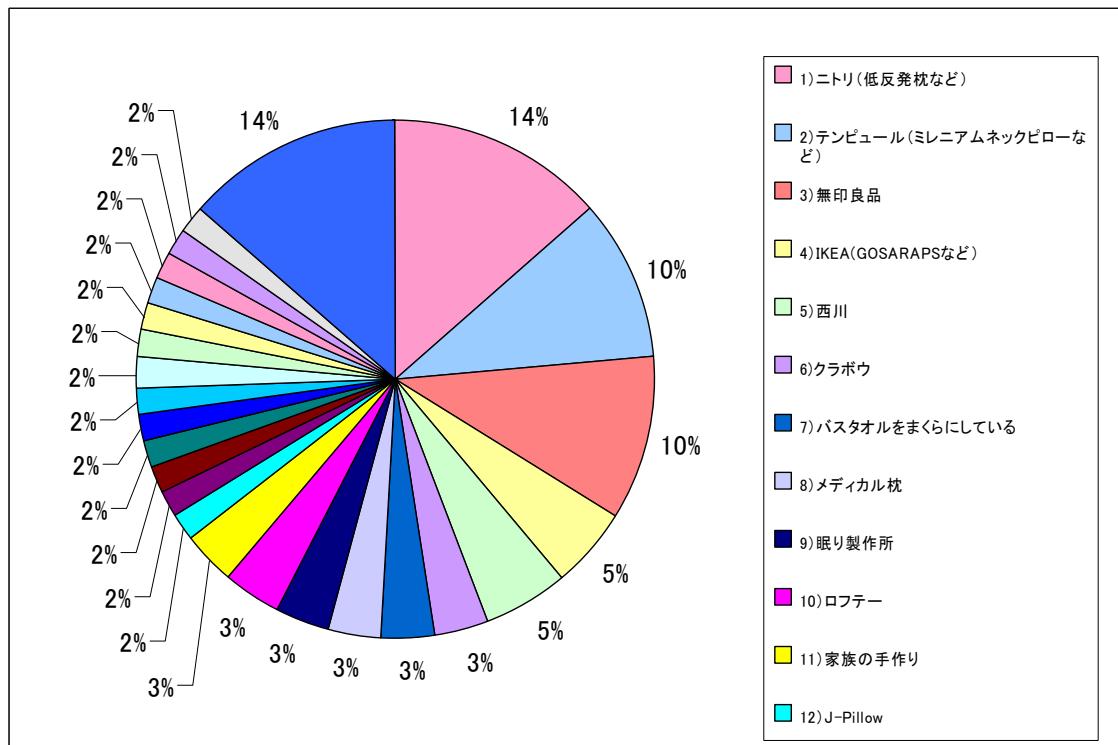
ねむログとは就寝時刻と起床時刻を入力すると起床・就寝時間やトータル睡眠時間がグラフで表示される無料登録制のwebサービスです。

睡眠時間を記録することで寝すぎや寝不足をひとめでチェックすることができるのでライフスタイル改善へのヒントになります。また、目標就寝時刻や起床時刻を睡眠グラフ上に設定できますので早寝や早起き習慣を身につけるきっかけになります。ねむログは、普段意識していない睡眠に注目し、日々の睡眠生活を振り返り、見詰め直すきっかけになりたいと考え、「自分を見つめる」「時間を大切にする」という、パーソナルな情報に目を向けるというコンセプトで運営しています。また、健康的な睡眠ライフを手に入れるための快眠サポートを目指しています。



## ●1) どこのメーカーのまくらを使っていますか?

ニトリ、テンピュール、無印良品が上位。通販やデパートでいろんな枕を探している傾向。



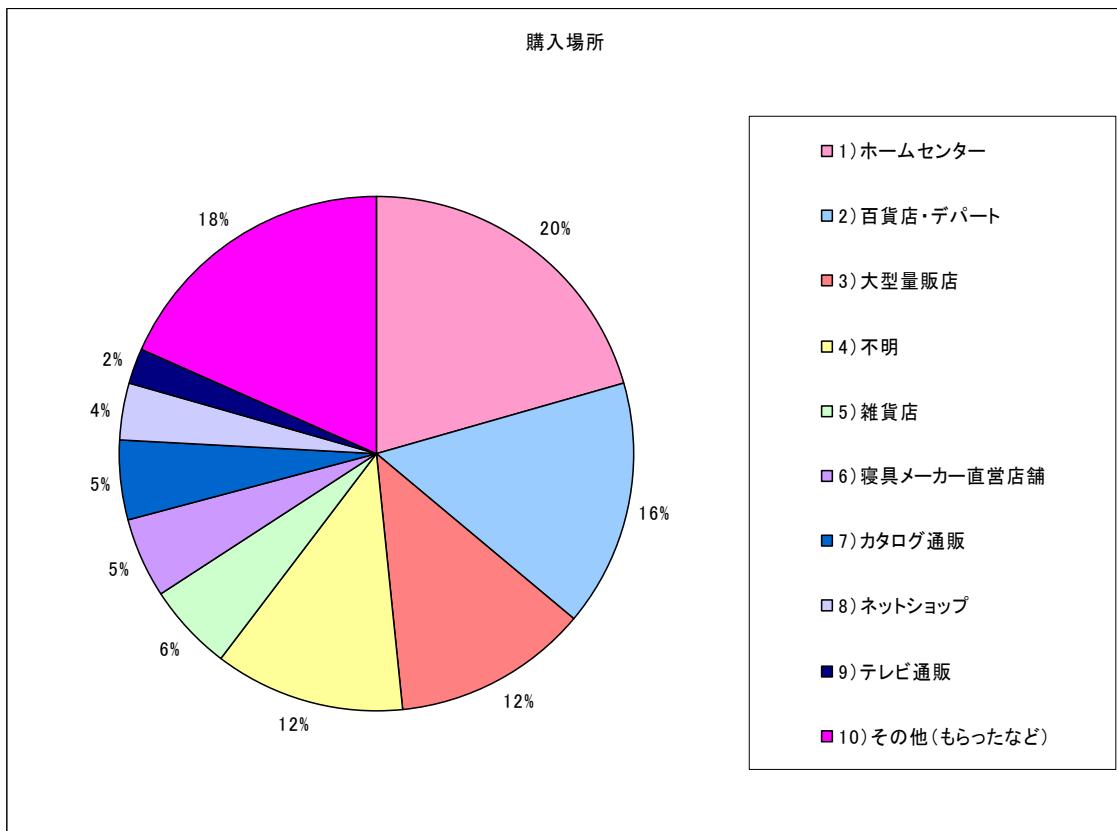
メーカー名	回答数
1) ニトリ (低反発枕など)	8
2) テンピュール (ミレニアムネックピローなど)	6
3) 無印良品	6
4) IKEA(GOSARAPSなど)	3
5) 西川	3
6) クラボウ	2
7) バスタオルをまくらにしている	2
8) メディカル枕	2
9) 眠り製作所	2
10) ロフター	2
11) 家族の手作り	2
12) J-Pillow	1
13) あおたけ (半月枕)	1
14) イノアックリビング(低反発)	1
15) エアウィーヴ	1

16) エクセルピロー	1
17) シーリー(低反発)	1
18) てんぐ屋	1
19) フランスベッド (羽毛まくら)	1
20) ベルメゾン	1
21) 丸八真綿	1
22) モリシタ (低反発)	1
23) 王様の夢枕	1
24) まくらなし	1
25) メーカー不明 (低反発)	8
26) 不明	82



## ●2) まくらはどこで買いましたか？

ホームセンターや百貨店など身近な場所で購入が50%近く。まくらはプレゼントされたり自分で購入しないことが多い商品。ネットショップは女性のほうを利用することが多く、寝具メーカー直営店で購入する人は少ない。



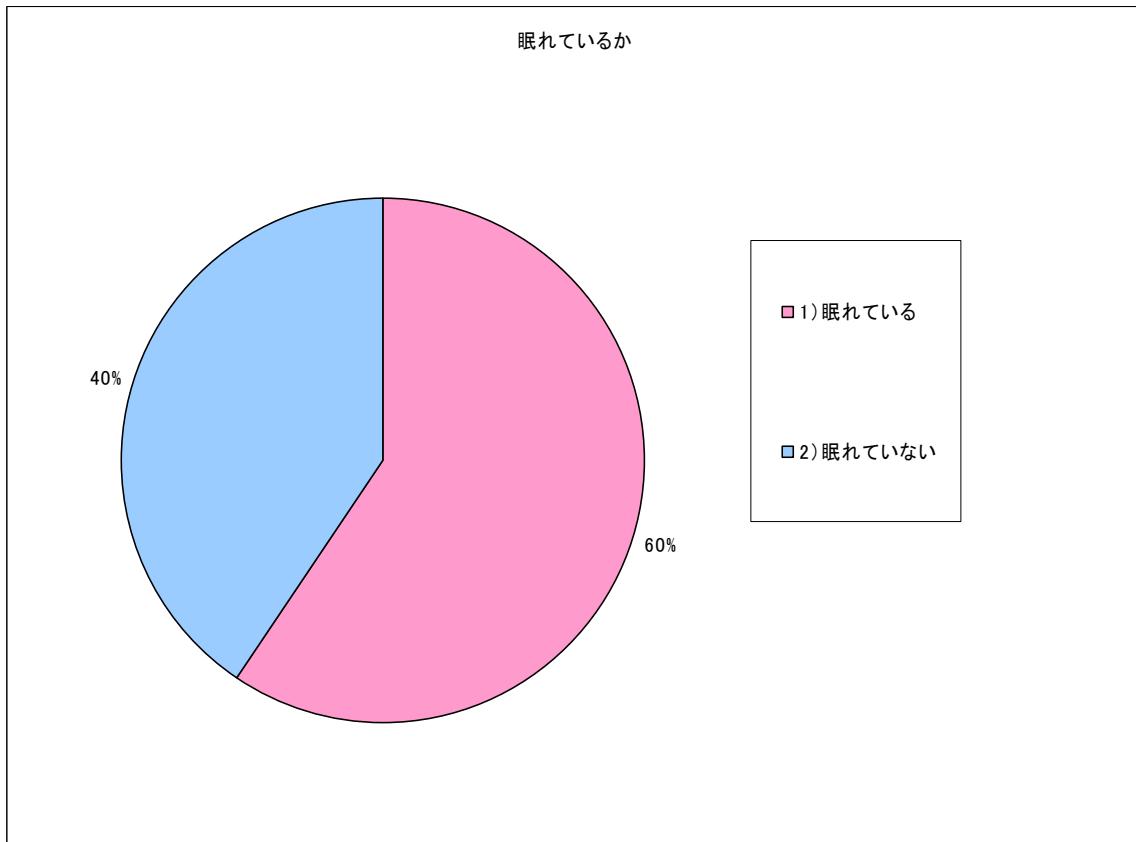
項目	購入場所
1) ホームセンター	29
2) 百貨店・デパート	22
3) 大型量販店	17
4) 不明	17
5) 雑貨店	8
6) 寝具メーカー直営店舗	7
7) カタログ通販	7
8) ネットショップ	5
9) テレビ通販	3
10) その他(もらったなど)	26
	141





### ●3) 今使っているまくらは眠れると感じていますか？

4 割は眠れていると感じていない。まくらが原因である可能性が高い。ただ、百貨店に行っても何が自分に合う枕なのか分からぬという声が多い。

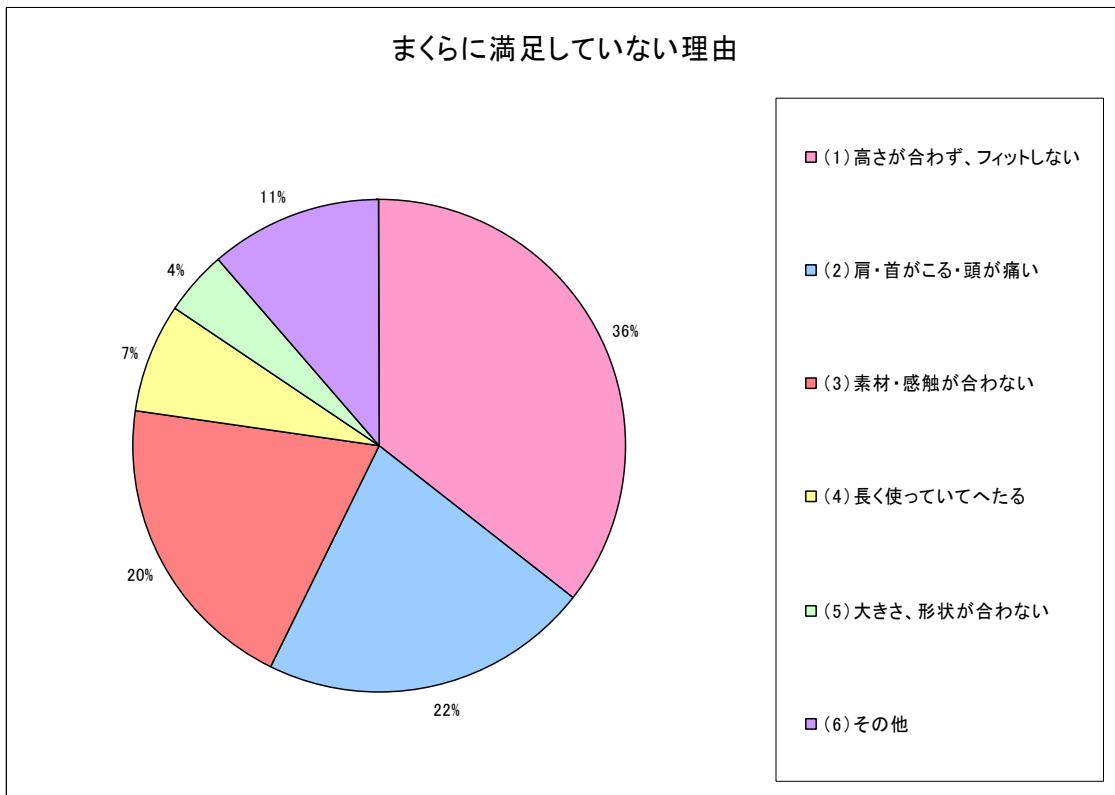


項目	眠れているか
1) 眠れている	84
2) 眠れていない	57
	141



#### ●4) 現在のまくらに満足していない理由何ですか？

高さが合わないことで、首や肩の痛み、頭痛をひきおこしている人が多い。また、どんなものが自分にあっているのか指針が分からぬという声も。

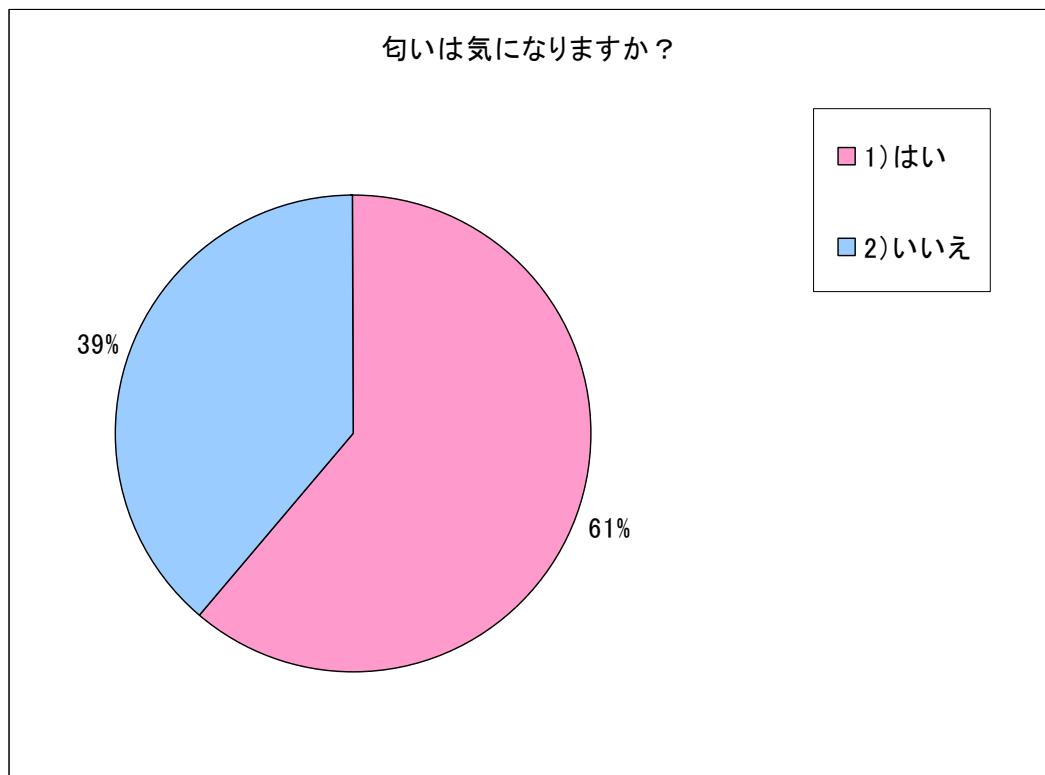


項目	まくらに満足していない理由
(1) 高さが合わず、フィットしない	34
(2) 肩・首がこる・頭が痛い	21
(3) 素材・感触が合わない	19
(4) 長く使っていてへたる	7
(5) 大きさ、形状が合わない	4
(6) その他	11
	96



### ●5) まくらのにおいは気になりますか？

まくらの匂いは6割の方が気にしていて、日々洗濯したり、タオルをかけたり匂いが付かないような工夫をしている。

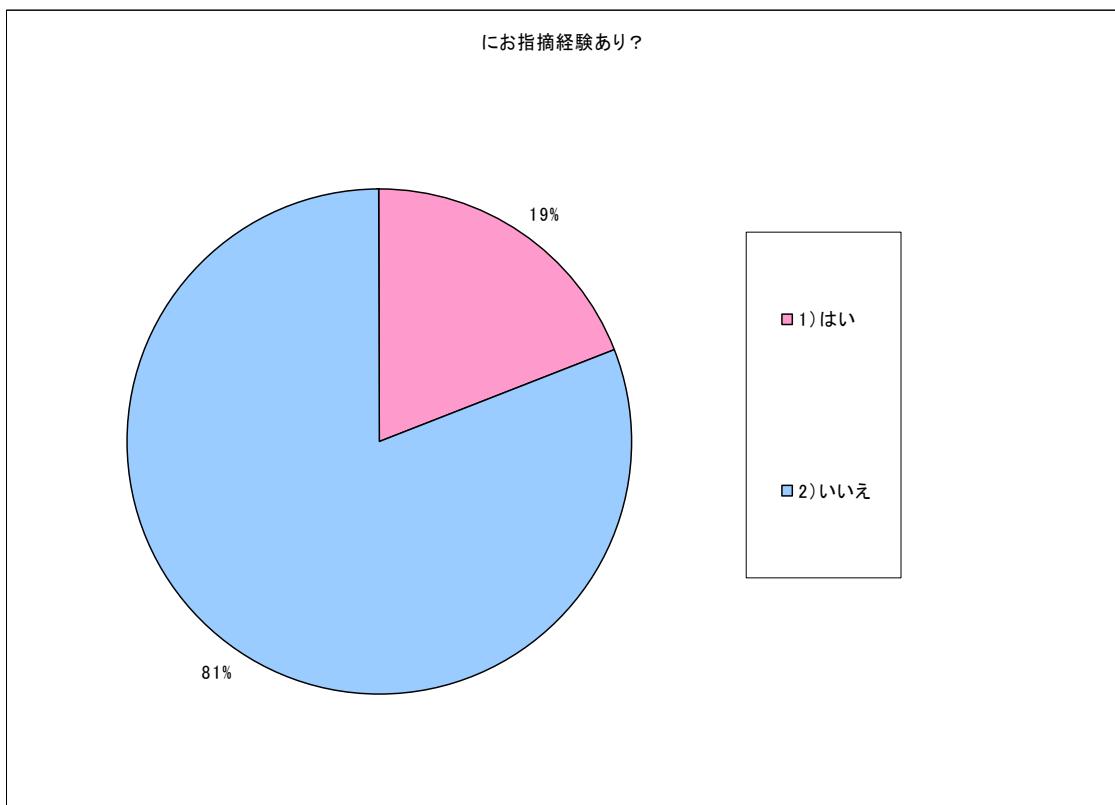


匂いは気になりますか？	
1) はい	86
2) いいえ	55
	141



### ●6) においを指摘されたことはありますか？

指摘されたのは約 20% 家族や友人にもにおいを気にしている。中にはお気に入りのまくらを捨てられたという切ないお話も。

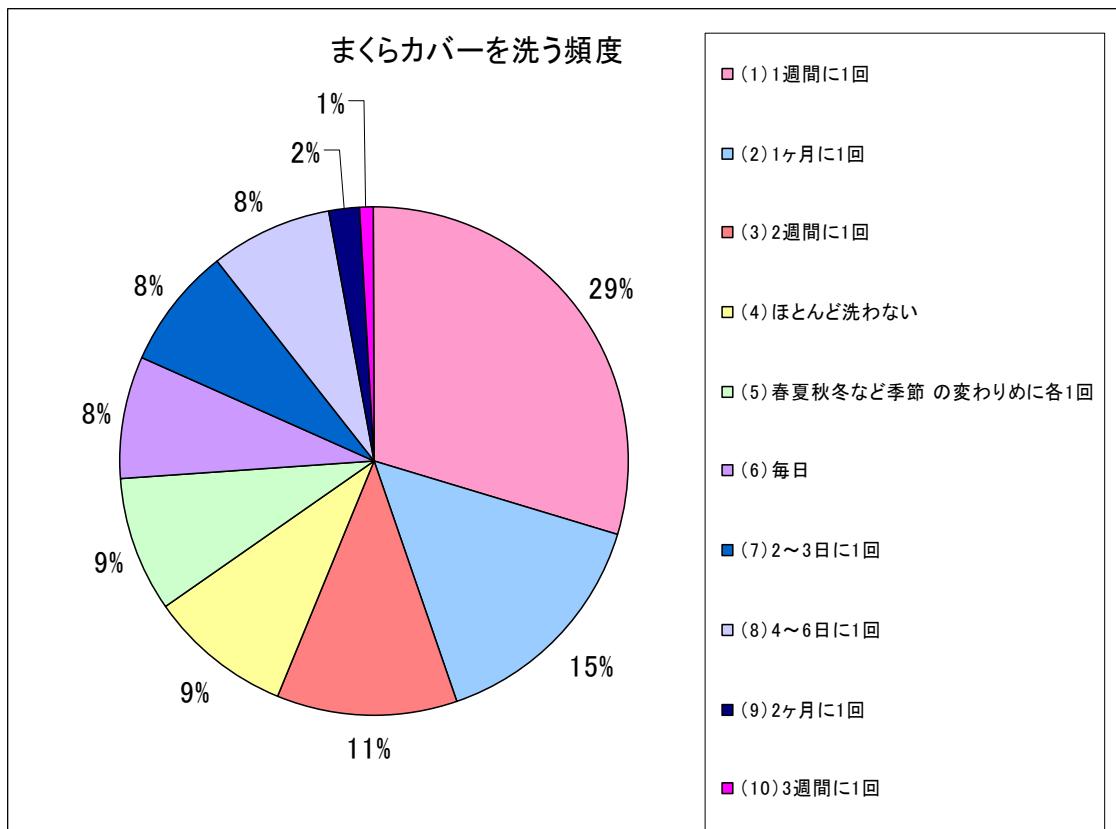


項目	にお指摘経験あり？
1) はい	27
2) いいえ	114
	141



## ●7) まくらカバーを洗っている頻度

2週間に1回以上洗う人が40%。ほとんど洗わないも10%単純にカバーを洗うだけで匂いか取れないという声も。

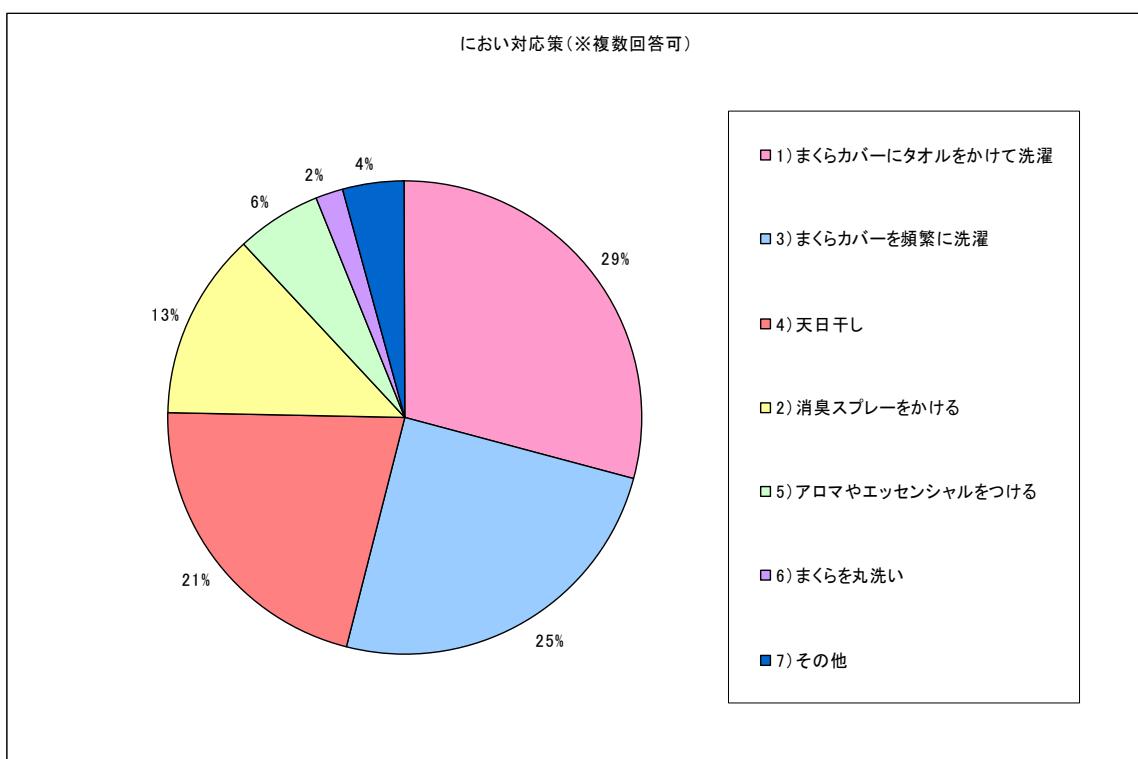


項目	まくらカバーを洗う頻度
(1) 1週間に1回	42
(2) 1ヶ月に1回	21
(3) 2週間に1回	16
(4) ほとんど洗わない	13
(5) 春夏秋冬など季節の変わりめに各1回	12
(6) 毎日	11
(7) 2~3日に1回	11
(8) 4~6日に1回	11
(9) 2ヶ月に1回	3
(10) 3週間に1回	1
	141



## ●8) においがつかないようにするために気をつけていること

タオルをかけて交換やファブリーズを活用している人が多数。カバーは薄いからまくらの中まで匂いや汚れがしみこみそうなイメージがあるようだ。



項目	におい対応策 (※複数回答可)
1) まくらカバーにタオルをかけて洗濯	34
3) まくらカバーを頻繁に洗濯	29
4) 天日干し	25
2) 消臭スプレーをかける	15
5) アロマやエッセンシャルをつける	7
6) まくらを丸洗い	2
7) その他	5
	117



## 快眠ナビゲーター/睡眠改善インストラクター 塚島早紀子のコメント

まくらを選ぶときどのような基準で選んでいいか分からずの方が多い、自分のまくらでは眠れないと感じる人が40%もいる。また、節電が重要視されているこの時期、まくらのにおいを61%が気にしており、タオルをかけて洗濯したりなどの対応策を行っている。まくらカバーを毎日交換するのは面倒だからタオルをかけて洗うほうが効率的と感じている人が多いようです。まくらの付属品としてマジックテープではがせるカバーや出し入れがしやすいカバーがあると便利。おしゃれなカラーとデザインだったら気分も変わり、タオル生地だったら少し髪が少しぬれても安心。もちろんまくら自体が丸ごと洗えたり、消臭効果があるとさらに人気が集まりそう。時流にあわせてもっと楽しみながらまくら選びをするような文化ができると良いと感じています。そのことで、眠りの質をあげたり、自身の健康をないがしろにせず、明るい気持ちで睡眠ライフを過ごせることを願っています。

### 本データをご利用いただく場合

データ使用時は「ねむログ」調べと記載をお願いします。

日本人の睡眠を考える会社、株式会社ビー・オー・スタジオ (<http://www.bostudio.co.jp/>  
本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：川添祐貴)

### 本件についてお問い合わせ

株式会社ビー・オー・スタジオ 塚島（つかしま） あてにご連絡いただければ幸いです。

TEL:03-5784-1045 (10:00~17:00) Mail:[info-s@nemulog.jp](mailto:info-s@nemulog.jp)

ねむログ（睡眠時間を記録するサイト）URL:<http://www.nemulog.jp/>

〒150-0036 東京都渋谷区南平台町 2-12 渋谷南平台ビル 4F