



## 食欲の秋なのに!? おでんやお鍋よりも女子が欲するのは「あったかいお風呂」だった! ～ 寒がり女子の秋の乗り越え方 ～

衣替えも終え、すっかり秋らしく肌寒さを感じる季節となりました。じめじめとした夏のように汗に悩まされることはなくなりましたが、急な冷え込みにより体調を崩してしまった人、食欲の秋で体重が気になる人、朝起きられず二度寝してしまった人、なぜか物悲しく人肌が恋しい気がする人など、秋ならではの悩みもありますよね。そこでドクターシーラボでは「秋の悩み」についてアンケート調査を実施しましたので結果をご報告いたします。

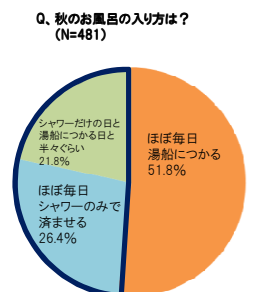
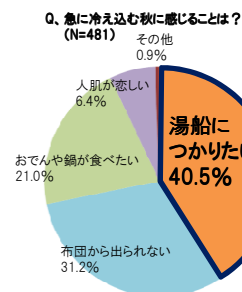
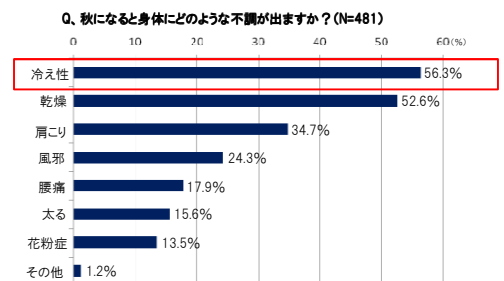
調査概要：WEBアンケート/20～59歳 女性 481名 / 調査期間：2017年10月6日(金)～7日(土)

### 秋に半数以上の女性が悩む「冷え性」

寒くなるにつれて、身体の調子が悪くなる人も多い季節。秋の身体の不調について調査したところ、やはり1位は「**冷え性(56.3%)**」。この時季の寒暖差に身体がついていかず、冷え性が気になる時期ですよね。つづいて「**乾燥(52.6%)**」、「**肩こり(34.7%)**」など寒さによる悩みが続々と上がってきました。

さらに、「急に冷え込む秋に感じることは?」という問いに対しては、「布団から出られない(31.2%)」、「おでんや鍋が食べたい(21.0%)」、「人肌が恋しい(6.4%)」という肌寒くなる季節ならではの回答を上回り、1位となったのは「**湯船につかりたい(40.5%)**」という回答でした。冷えた身体を温めるには**あったかいお風呂がいちばん**というなんと日本人らしい結果です。

しかし、「秋のお風呂の入り方」についての調査では、「ほぼ毎日湯船につかる(51.8%)」と回答したのは半数のみで、シャワーのみで済ませる人やシャワーのみの日と湯船につかる日と半々ぐらいという人が残りの半数を占めます。お風呂の健康効果は誰もが一度は耳にしたことがあると思いますが、**冷え込む秋の身体の悩み「冷え性」や「乾燥」の対策には、湯船につかることがおすすめです**。これから秋が深まり身体の悩みが増えてくる前に、まずは毎日湯船につかる習慣を。いつもシャワーで済ませがちな方も、せつかくの秋の夜長にリラックスしたバスタイムを過ごしてみても?



### 秋の夜長のバスタイム。身体を芯から温め、全身しっとり肌へ。

#### 海水100%の天然塩\*で 身体の芯からじんわりポカポカ

海水100%の天然塩\*を使用した海の恵みたっぷりのバスソルト。全身を芯から温めます。ユーカリ葉油(香り成分)とショウブ根エキス(保湿成分)を配合。やわらかな乳白色のお湯で、心身ともにリラックスできます。さらに半身浴やマッサージを取り入れれば、発汗作用がアップして身体にたまった老廃物の流れもいっそうスムーズに。乾燥や冷え性に負けないすこやかボディへと導きます。

\*海塩

#### ナチュラルソルトスレンダーバス

1000g 4,200円(+税)

URL ( <https://www.ci-labo.com/shopping/product/00000370/> )



＝ 取材に関するお問い合わせ先 ＝

株式会社ドクターシーラボ 宣伝部 広報グループ：吉田 / 小田島 / 菊地 / 伊尾知(いおち) / 高江洲(たかえす)  
TEL: 03-6419-2508(直通) FAX: 03-6419-2550 MAIL: [koho@ci-labo.co.jp](mailto:koho@ci-labo.co.jp) HP: <https://www.ci-labo.com>

メディカルコスメ®は株式会社ドクターシーラボの登録商標です。