

ワーキングウーマンの香り活用術

イー・ウーマン調査「アロマ・香水について」
<http://www.ewoman.co.jp/>

私たちの身の回りには香りがあふれている。香りを重視した洗剤、柔軟剤、ルームスプレー、化粧品。それらの目的は、私たちが利用する際に、「気持ちいい」感覚をもたらすことである。しかし、近頃はこの「香り」で健康被害が報告されている。正式には香りをつくりだす、科学物質が原因のようだ。隣の人の整髪料、化粧品の香りで頭痛を訴える人も。安全性、成分に気を使うイー・ウーマンリーダーズは、香りを毎日の生活にどのように取り入れ、そして何を期待するのだろうか。

■ リーダーズに有資格者は27名

「資格をもっている」は27名。「知らない」は5名。… **グラフ1** 有資格者の資格は「アロマセラピスト検定1級」「アロマコーディネーター」「英国認定アロマセラピスト」「アロマセラピーアドバイザー」などさまざま。リーダーズでアロマショップもオープンできそうなメンバーが揃っている。仕事で活かしている人、仕事には直に関係はない方など、興味のあることを追及していく姿が見える。また、「知っている」という回答の中でも、一般的なことは情報として知っているが効果・効能のこと、安全性など、深い情報を欲しがっていることも見えてきた。

■ 的確なアドバイスをしてくれる人がいない

エッセンシャルオイルをどのように使っているかの質問に対しては、59.0%がアロマポットを使っている。続いて「お風呂にたらす」「マッサージオイル」がスマコンの利用方法。… **グラフ2** その他の回答では、「アロマキャンドル」「スプレー」「洗濯」「ハンカチに含ませる」などがあった。ただ、時間のないリーダーズにはこの利用法がベストだと思っていないという意見も多かった。また、専門店での的確なアドバイスをしてくれる人が少なく、どのように利用するのがいいのかわからないという意見も目立った。

■ スマコンならではの香水のマナー

「つける」と答えた方は28.8%「つけない」は28.7%と大差はなかった。… **グラフ3** つけない原因には、「アルコールやケミカルがたくさん入っているから」と安全性を気にする人が非常に多かった。他には「周りの人に迷惑かもしれない」「皮膚が弱い」「シミになるから」など。香水をつける人も、仕事場というよりプライベートの席でつけるという方が多かった。食事をする際、会う相手などシチュエーションによって香りを使い分けたり、つけないこともあるようだ。リーダーズの中には、香水において人に不快感を与える人は少ないと考えられ、香りのマナーを持っている人が多い。それと同時に、電車の中での香りの迷惑を訴える人も多かった。世間では「おしゃれ=香水」という図式が見えるがリーダーズには、香水は全体的に、においがきつく、時には気分を害すものととらえられている。

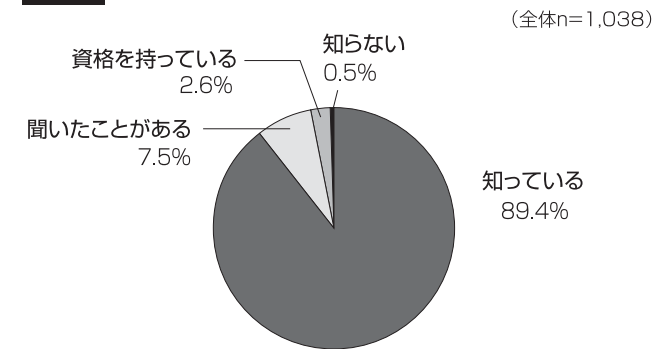
■ アクティブな効果・効能を求めている

雑誌など一般的には、アロマセラピー=リラックス・癒しというイメージが定着しているが、最近では香りの効果が注目されている。実際【期待する効果・効能がありますか?】という質問にもリーダーズは91.0%が「はい」と回答。… **グラフ4** 期待する効果・効能は、「気分が高揚」「自信をつけたい」「前向き」「安眠」「消臭」「免疫力アップ」とアクティブな効果・効能を期待する人が多く、単にリラックスだけを挙げる人は少なかった。リーダーズには香りでの自分の心や体調をコントロールできることの認知度が高いようだ。

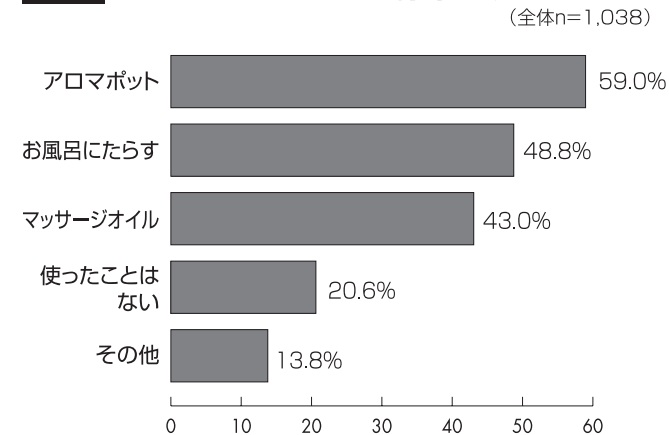
■ 寝つきまで自己コントロールができる

出張(海外)やミーティング、セミナーなど、定時に帰ることが難しい、ワーキングウーマンの睡眠事情を聞いてみた。寝つきがいい人は80.5%と、自分でコントロールできている人が多いことがわかる。… **グラフ5** 寝つきが悪い人が実行している眠るための工夫は、「ストレッチ」「お風呂にゆっくりつかる」「暗くする」「音楽を聴く」「読書をする」とさまざまな方法があるが、アロママッサージ、アロマキャンドル、アロマライト、香りのスプレー、ポプリ、お香など、香りを取り入れている人が圧倒的に多いことがわかった。しかし、寝つきが悪いときにマッサージのように時間をかけることは難しいし、アロマキャンドル、アロマポット、お香のように、火を使うことには、不安もみられる。

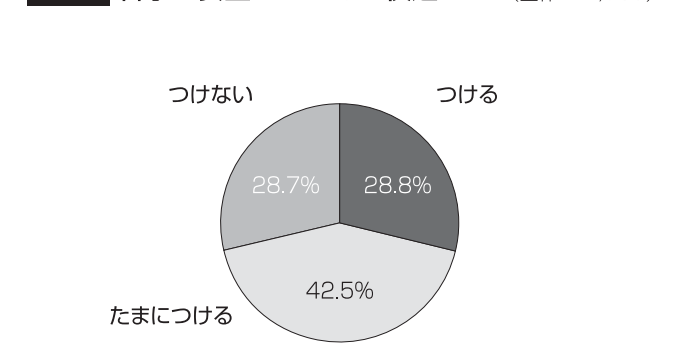
グラフ1 アロマセラピーの認知状況 (全体n=1,038)



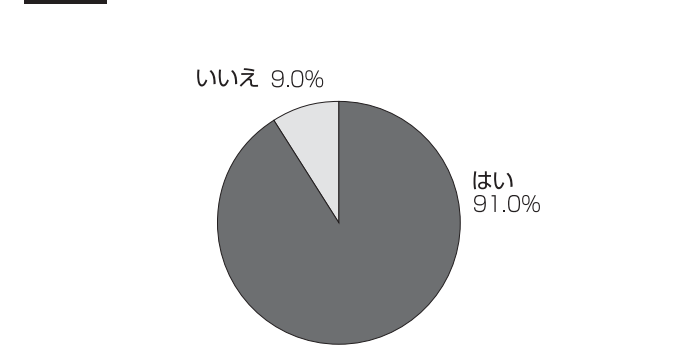
グラフ2 エッセンシャルオイルの利用方法 (全体n=1,038)



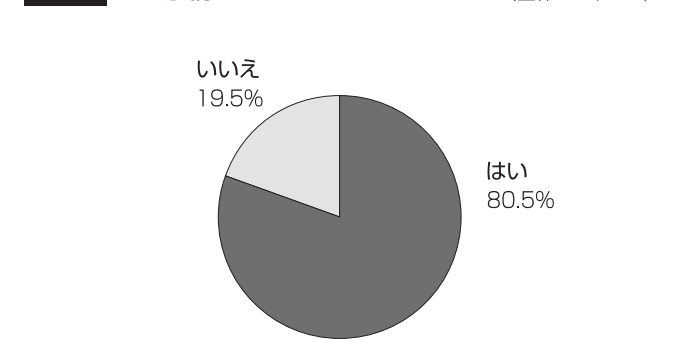
グラフ3 香水は安全? みんなも快適? (全体n=1,038)



グラフ4 香りに期待する効果 (全体n=1,038)



グラフ5 睡眠事情 (全体n=1,038)



<調査概要>

調査実施:2005年3月24日(木)~2005年3月29日(火)
 調査方法:インターネットによる自記入式アンケート
 対象:イー・ウーマンリーダーズ
 有効回答数:1,038名

LEADERS DATA

