

報道関係各位

2026年2月4日  
株式会社クロス・マーケティング

## お風呂が面倒だと感じている人は33% 面倒の要因は「浴室の掃除」と「冬の寒さ」

－お風呂に関する調査（2026年）－

株式会社クロス・マーケティング（本社：東京都新宿区、代表取締役社長兼CEO：五十嵐 幹）は、全国20歳～69歳の男女を対象に「お風呂に関する調査（2026年）」を実施しました。2月6日は「お風呂の日」ですが、普段の入浴状況はどのようになっているのでしょうか。今回は「お風呂に対する気持ちと入浴頻度」「普段のお風呂にかかる時間」「お風呂について良いと思うこと」「お風呂の時間を有意義・快適にするためにやっていること」「お風呂について面倒だと感じること」について聴取しました。

◆調査結果の続きはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260204bath>

### ■調査結果

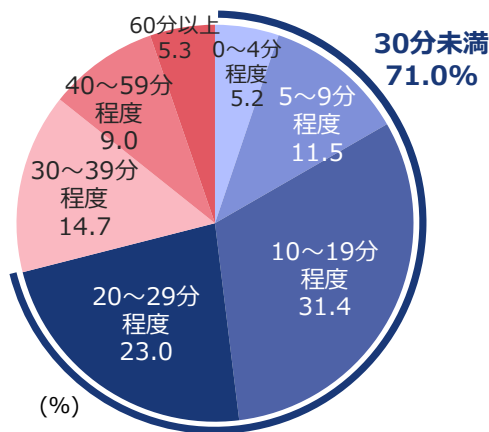
- ✓ お風呂に入るのが「好き」は66.9%で、「好きで毎日入っている」は52.5%。一方、「面倒」と感じているのは33.1%。  
年代が低いほどお風呂を面倒に感じていて、20～30代は特に高い。＜図1＞
- ✓ 身体を洗ったり、お湯につかる時間も含めたお風呂にかかる平均時間は「10～19分」が最も多く、次いで「20～29分」。7割の人がお風呂にかかる時間は30分未満。＜図2＞
- ✓ お風呂の良さは「身体が温まる」「身体を清潔に保てる」がTOP2。  
上位項目は年代が上がるにつれて高い。20代では「身体を清潔に保てる」「リラックスできる」「体の疲れ・緊張がほぐれる」が2割台と低い。＜図3＞
- ✓ 有意義・快適なお風呂の時間にするために、「何もしない・何も考えずボーッとする」が29.2%と最多。  
20代では他年代と比べ、「浴室をできるだけキレイにしておく」が低い。＜図4＞
- ✓ 最も面倒に感じているのは、「浴室の掃除」「冬の脱衣所が寒いこと」が3割台、「排水口の掃除」「入浴後に髪を乾かすこと」が2割半ばで上位。＜図5＞

＜図1＞ お風呂に対する気持ちと入浴頻度（単一回答）

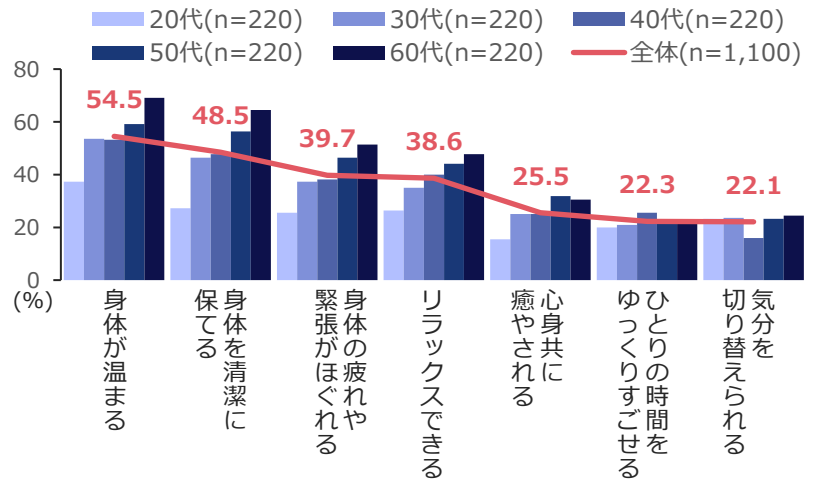
		好きで毎日入っている	好きだが入るのは2～3日に1回	好きだが入るのは週に1回程度	好きだが入るのは月に数回	面倒だが毎日入っている	面倒で入るのは2～3日に1回	面倒で入るのは週に1回程度	面倒で入るのは月に数回	好き計	面倒計
n=											
2022年全体	(1,100)	57.4				11.0		21.6	3.4	71.0	29.0
2023年全体	(1,100)	55.4				9.1	2.1	22.4	4.2	67.9	32.1
2024年全体	(1,100)	57.9				9.0		19.7	4.8	70.0	30.0
2025年全体	(1,100)	51.3				9.3	2.5	22.8	5.2	64.0	36.0
2026年全体	(1,100)	52.5				10.4	2.5	20.4	4.5	66.9	33.1
20代	(220)	49.5				8.2	3.2	21.8	2.7	62.7	37.3
30代	(220)	50.0				6.8	2.3	25.0	3.2	62.7	37.3
40代	(220)	57.7				6.4		21.4	5.0	66.4	33.6
50代	(220)	49.5				15.9		19.1	5.9	67.3	32.7
60代	(220)	55.5				14.5		14.5	5.5	75.5	24.5

&lt;図2&gt; 普段お風呂にかかる平均時間 (単一回答：n=1,100)

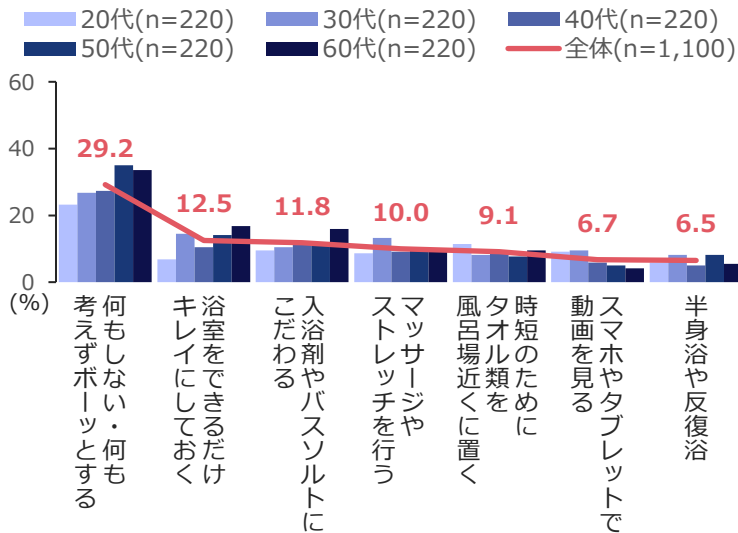
※洗う・お湯につかる時間を含む



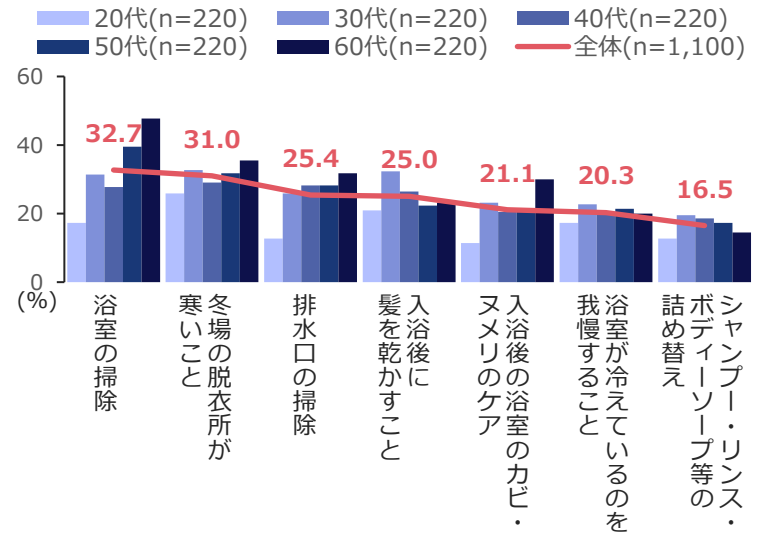
&lt;図3&gt; お風呂について良いと思うこと TOP7 (複数回答)



&lt;図4&gt; お風呂の時間を有意義・快適にするために行っていること TOP7 (複数回答)



&lt;図5&gt; お風呂について面倒だと感じる TOP7 (複数回答)



## ■調査項目

- ☐ 属性設定
- ☐ お風呂に対する意識と入浴頻度
- ☐ 普段お風呂にかかる平均時間
- ☐ お風呂について良いと思うこと
- ☐ お風呂の時間を有意義・快適にするために行っていること
- ☐ お風呂について面倒だと感じる

◆クロス集計表のダウンロードはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260204bath>

## ■調査概要

調査手法 : インターネットリサーチ (クロス・マーケティング セルフ型アンケートツール「QiQUMO」使用)

調査地域 : 全国47都道府県

調査対象 : 20~69歳の男女

調査期間 : 2026年1月30日 (金) ~ 2月1日 (日)

有効回答数 : 本調査1,100サンプル

※調査結果は、端数処理のため構成比が100%にならない場合があります

## 【会社概要】

会社名 : 株式会社クロス・マーケティング <http://www.cross-m.co.jp/>

所在地 : 東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー24F

設立 : 2003年4月1日

代表者 : 代表取締役社長兼CEO 五十嵐 幹

事業内容 : マーケティングリサーチ事業、マーケティング・リサーチに関わるコンサルテーション

## ◆本件に関する報道関係からのお問い合わせ先◆

広報担当 : マーケティング部 TEL : 03-6859-1192 FAX : 03-6859-2275

E-mail : [pr-cm@cross-m.co.jp](mailto:pr-cm@cross-m.co.jp)

「引用・転載時のクレジット表記のお願い」

本リリースの引用・転載時には、必ず当社クレジットを明記いただけますようお願い申し上げます。

<例> 「マーケティング・リサーチ会社のクロス・マーケティングが実施した調査によると・・・」