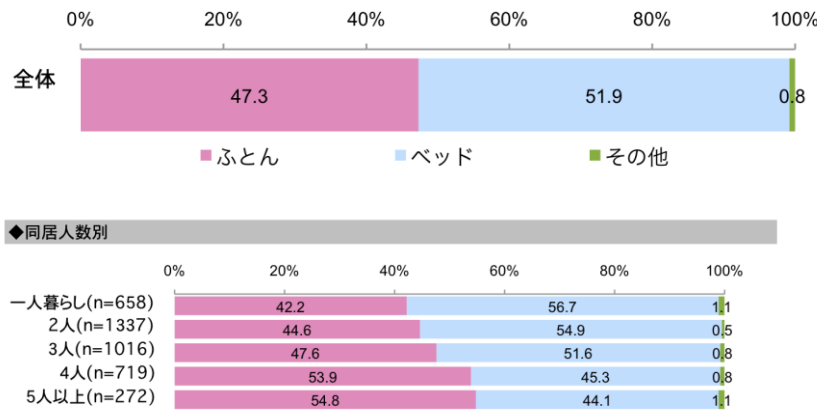


ふとんのお手入れ「外干し」が過半数…花粉症のため干せない人も 4 割 ～自分の寝ているふとんのお手入れ方法を「知らない」「自信がない」人が 7 割～

国内1,200社超が利用する日用品流通の情報基盤を運営する株式会社プラネット(所在地:東京都港区、代表取締役社長:田上正勝)は、日用品にまつわるトピックスをお届けする『Fromプラネット』の第36号として、寝具に関する意識調査の結果をご紹介します。

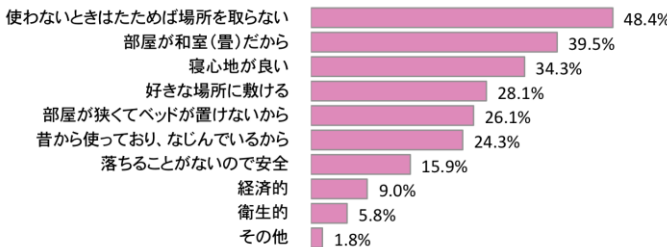
■ “ふとん派”と“ベッド派”はほぼ半数ずつ…決め手は同居人数にあり？



		ふとん (%)	ベッド (%)	その他 (%)
性別	全体(n=4002)	47.3	51.9	0.8
	男性(n=2383)	49.3	49.9	0.8
	女性(n=1619)	44.4	54.9	0.7
年代	20代(n=91)	51.6	48.4	0.0
	30代(n=451)	43.9	55.9	0.2
	40代(n=1156)	47.8	51.5	0.7
	50代(n=1261)	46.8	52.0	1.2
	60代(n=755)	50.3	48.9	0.8
	70代以上(n=288)	44.1	55.6	0.3

表1 「日常で主に使用している寝具はふとんですか、ベッドですか」についての回答

《 ふとんを使用する理由 》



《 ベッドを使用する理由 》

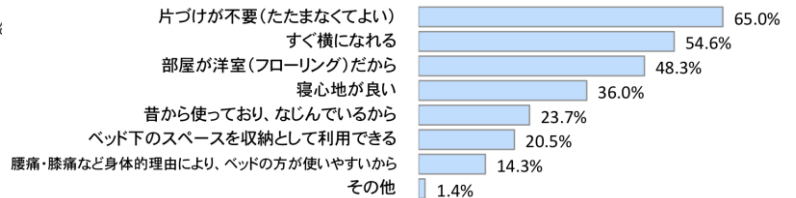


表2 「ふとんを使用している理由を教えてください」についての回答

表3 「ベッドを使用している理由を教えてください」についての回答

うらかな春の陽気になりました。よく晴れた日には、外にふとんを干したくなりますね。今回はふとん干しについてアンケートを実施。使用しているふとんの種類やお手入れ方法などについてまとめました。

初めに、主に使用している寝具は何かを聞きました。結果は、「ふとん」が47.3%、「ベッド」が51.9%。ややベッドが多いもののほぼ半数ずつでした。男女別に見ると、女性は「ベッド」が「ふとん」を約10%上回っていますが、男性はほぼ同数。また、年代別では、最も「ベッド」使用率が高いのが「30代」55.9%。若い人ほど「ベッド」を使う傾向があるかと思えばそうでもなく、「20代」では、むしろ「ベッド」より「ふとん」が上回っていました。「ベッド」使用率が「30代」に次いで高かったのが、「70代以上」55.6%。高齢になると、体力的な理由で「ベッド」を選ぶ人もいることが考えられます。

それぞれを使用する理由を聞くと、「ふとん」は「使わないときはたためば場所を取らない」48.4%が1位。一方、「ベッド」は1位が「片づけが不要(たたまなくてよい)」65.0%で、6割を超えていました。それぞれにメリットがありそうですね。ここで使用寝具の結果に戻ると、同居人数別で「ベッド」使用者が最も多かったのが「一人暮らし」。同居人数が増えるにつれて「ふとん」が増え、同居人数が「4人」以上で「ふとん」が「ベッド」を逆転。「ふとん」か「ベッド」かの選択は、同居人数や住宅の広さと関係がありそうです。空間を有効に使える「ふとん」は、やはり日本の住宅に適していると言えそうですね。

出典: インターワイヤード株式会社が運営するネットリサーチ『DIMSDRIVE』実施のアンケート「寝具」。
調査期間: 2016年3月23日～4月1日、DIMSDRIVEモニター4,002人が回答。表4～表8・エピソードの出典も同アンケートです。

■ せっかくの羽毛ふとん、半数近くが「羽毛」の保温効果を生かしていない

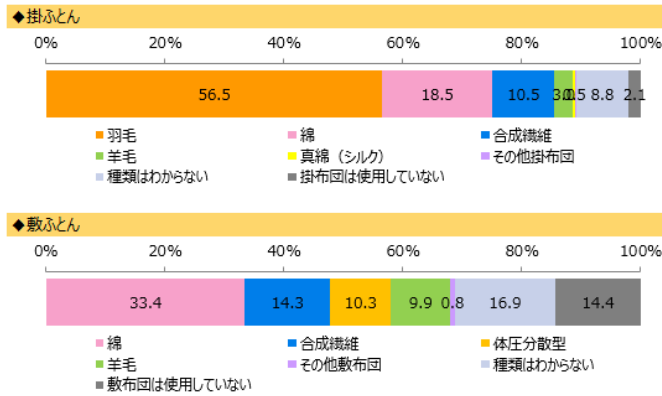


表4 「主に使っているふとんの種類はなんですか」についての回答

次に、使用している掛ふとん・敷ふとんの種類について聞きました。「掛ふとん」では、「羽毛」56.5%、「綿」18.5%、「合成繊維」10.5%の順に多く、「羽毛」が過半数を占めました。軽くて暖かい羽毛ふとんは、一度使ったら手放せないとか。人気のほどがうかがえますね。一方、「敷ふとん」の種類で最も多かったのは「綿」で、33.4%。次いで「合成繊維」14.3%。腰や肩への負担を和らげる「体圧分散型」10.3%、「羊毛」9.9%と続きました。

ところで、羽毛ふとんは、掛ける順番によって保温効果に違いがあることを知っていますか。一般に、ふとんは体に触れる内側に毛布を掛け、その上(外側)に掛ふとんという順番で掛けるのが普通ですが、羽毛ふとんの場合、毛布を体の下に敷き、体の上に直接羽毛ふとんを掛けるのが、最も保温効果が高いと言われています。羽毛が体に触れることで保温効果が高まるのです。(出典:ねむりのレシピ『寒い夜もグッスリ眠りたい!「毛布の順番」変えてみませんか?』<http://nemuri-lab.jp/recipe/4855/>)

そこで、実際にどの順番で掛けているか調べてみました。すると、羽毛ふとんで「毛布を体の下に敷き、掛ふとんが体の上」という掛け方をしていたのは、わずか5.3%。「毛布が一番上(外側)で、掛ふとんが下」は25.7%と、4人に1人以上いたものの、最も多かったのは、「掛ふとんが一番上(外側)で、毛布が下」の46.5%でした。

《ふとんと毛布の掛ける順番》

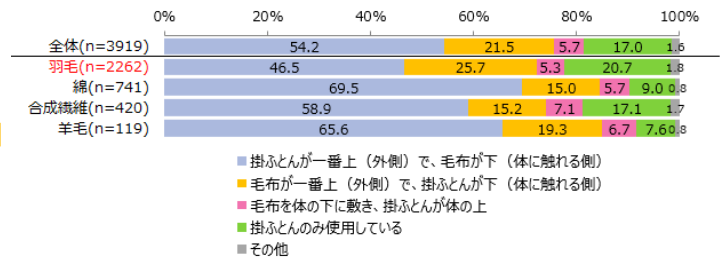


表5 「どの順番で、ふとんと毛布を掛けていますか」についての回答

■ 「花粉」「黄砂」「PM2.5」…「外干し」したくてもできない現代事情

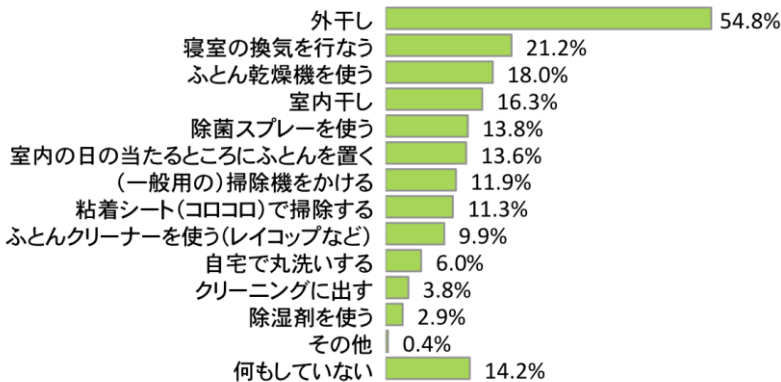
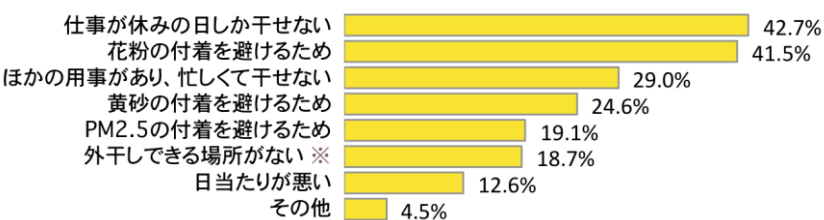


表6 「ふとんのお手入れとして、行っているものはなんですか」についての回答



※ベランダでのふとん干しが禁止されているなど

表7 「ふとんを外に干したくても干せない理由はなんですか」についての回答

今回は、ふとんをどのようにお手入れしているかを聞きました。1位は「外干し」の54.8%で、ダントツ。やはり日に干したふとんの気持ちよさは、ほかでは代えられないものなのかもしれません。以下、「寝室の換気を行なう」21.2%、「ふとん乾燥機を使う」18.0%、「室内干し」16.3%と続き、「除菌スプレーを使う」「室内の日の当たる場所にふとんを置く」「粘着シートで掃除する」などの項目も1割を超えました。ふとん干しはけっこうな力仕事。「外干し」ができなくても、「除菌スプレー」や「粘着シート」など、手軽な方法で清潔にしたいという気持ちがあるのではないのでしょうか。

「外干し」は天気が悪ければできませんが、天候以外に、「外干し」できない理由があるか聞いてみました。すると、1位「仕事が休みの日しか干せない」42.7%に次いで、「花粉の付着を避けるため」41.5%が僅差で2位。花粉症に苦しんでいる人の多さがうかがえます。花粉以外にも、「黄砂の付着を避けるため」24.6%、「PM2.5の付着を避けるため」19.1%と、大気中の物質を気にしている人が2割前後。ふとんを外に干したくてもできない要因は何かと増えているようです。

■ 正しいふとんのお手入れ方法「知らない」「あまり自信がない」が7割

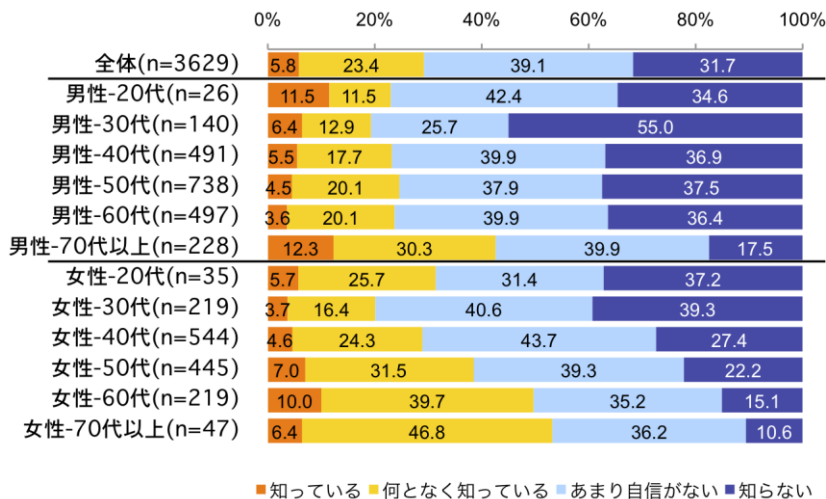


表8 「自分のふとんの種類に合ったお手入れ方法を知っていますか」についての回答

ふとんのお手入れについて、さらに、自分の使っているふとんの種類に合ったお手入れ方法を知っているかどうかを尋ねました。すると、「知っている」人は5.8%に過ぎず、「何となく知っている」23.4%と合わせても29.2%と3割以下。一方、「あまり自信がない」39.1%、「知らない」31.7%を合計すると70.8%で、7割に上りました。

前調査の結果、ふとんのお手入れとして、過半数の人が「外干し」をしていました。しかしこの結果からは、大半の人がそれで行っているかわからないままに、従来の「外干し」でお手入れしている、というのが実態のようです。

■ “羽毛が散乱” “黄砂でべたべたに”…寝具にまつわる失敗あれこれ

《 寝具・ふとん干しにまつわるエピソード 》

【ついうっかり…あるある？失敗談】

- ベランダにふとんを干して、鳥にフンを落とされた。シーツはふとん干し後に洗濯するようになった。
- 風の強い日にふとんを干していたら、隣家の庭に飛んでしまった。
- タオルケットをベランダに干そうとして、5階から落としてしまった。その後、持って上がるのも大変でした。
- フローリングで敷きっぱなしにしていたら、短期間でカビが生えた。
- 干したまま出かけたら、突然の雨でふとんがびしょ濡れになってしまい、数日使えなかった。
- 子どものおねしょが大変だった。お湯をかけて干すけれど、なかなか乾かない。
- 飼っていた犬がふとんの上でおしっこをしてしまった。

【干したいけれど…花粉・黄砂に悩まされています】

- 以前は外干ししていたが、花粉症がひどく、今はふとんクリーナーを使っている。本当は日向のにおいが好きなので、残念。
- 黄砂が来ているのを知らず外に干して、ふとんがべたべたになったことがあります。
- 花粉の飛ぶ季節は、ふとんに花粉除去スプレーを吹きかけてから、外に干している。

【夫婦げんかのもとに!?!】

- 夫が花粉症になったと知らずに、それまでどおり外干したら、夜くしゃみがひどくなり、夫に激怒された。
- 掛ふとんの上に毛布か下に毛布かで、主人と揉めたことがある。ネットで調べて、ふとんの種類によって違うと判明。

【せっかくの羽毛ふとんが…】

- 羽毛ふとんを猫にかじられて、部屋中に羽が散乱してしまった。
- 羽毛ふとんのカバーを洗濯しようと外したら、カバーの中で破裂していて、羽毛が飛び散り、大変なことに。

寝具やふとん干しにまつわるエピソードを自由回答で聞くと、たくさんの失敗談が寄せられました。「5階から落としてしまった」「突然の雨でびしょ濡れに」など、似たような経験をした人もいます。多かったのが「花粉」のために外干しできなくなったという回答。中には、「外干したら、夜くしゃみがひどくなり、夫に激怒された」など、家族と険悪になった体験を持つ人も…。「猫にかじられて、部屋中に羽が散乱」など、羽毛ふとんにまつわるエピソードも目立ちました。

なお、おススメのお手入れ方法を聞いたところ、“わからないので、教えてほしい”という回答が多数。毎日寝ているふとんのお手入れ方法、実はよくわからず、取り扱いに迷っている人が多いことがうかがえます。

今回の調査では、7割の人が、ふとんのお手入れ方法を「知らない」「あまり自信がない」と答えていました。寄せられたエピソードでも、お手入れの失敗談や、“正しい方法を教えてほしい”という声が多く。

一方、ふとんのお手入れとして、「外干し」をしている人が圧倒的に多いこともわかりました。そこで、「綿」「羽毛」「合成繊維」「羊毛」のふとんについて、上手な干し方をご紹介します。

● ふとん干しをするのはなぜ？

ふとんには汗等の湿気がしみ込んでいるため、日に干して、湿気を逃す必要があります。生地 及び 詰めものの素材の特性に合った干し方をすることが大切です。

● ふとん干しに適した日や時間帯は？

適しているのは、天気の良い乾燥した日。時間帯は、午前 10 時から午後 2 時頃までの間で 2 時間くらい。午後 3 時を過ぎると、空気中の湿気が多くなるので注意。また雨の翌日は、晴れていても湿度があるので、できるだけ避けてください。

● 干し方の注意は？

生地の傷みを防ぐため、干すときは、シーツやカバーを着けた状態で。全面に日が当たるようにして、両面を干してください。また、ふとん叩きなどで強く叩くと、生地や詰めものを傷める原因になります。叩かずに、ブラシなどで表面を軽く払う程度に。

● 素材による干し方の違いは？

「綿」・・・保温性が良く、吸湿性に優れていますが、放湿性はやや劣ります。そのため、こまめに干して、乾燥させるのがお勧め。乾燥させないと重くなり、へたりも早くなります。頻度は、週に 1～2 回、片面 2 時間程度。

「羽毛」・・・ 軽く、保温性に優れ、吸湿性・放湿性にも優れています。頻度は月に 1～2 回、片面 1 時間程度。

「合成繊維」・・・ 軽く、保温性が良いですが、吸湿性はやや劣ります。頻度は、週に 1～2 回、片面 2 時間程度。

「羊毛」・・・ 保温性が良く、吸湿性・放湿性に優れています。頻度は週に 1 回程度、片面 2 時間程度。

参考ページ：

一般社団法人日本寝具寝装品協会「ふとんの種類と特性」 <http://www.jba210.jp/bedding.html>

「ふとんのお手入れ方法」 <http://www.jba210.jp/care.html>

西川産業株式会社「お手入れ情報」 <http://www.nishikawasangyo.co.jp/items/improve/>

いかがでしたか。寝具の汚れや湿気は、寝心地にも影響します。よくお手入れしたふとんなら、きっと快適に眠れるはず。なお、ここでは一般的な方法を紹介しました。正しいお手入れ方法は、商品によっても異なりますので、取り扱い表示や注意書きに従ってお手入れするようにしてください。



株式会社プラネットとは

メーカー、卸売業、小売業がサプライチェーンとして連携し、生活者へのサービス向上を目指して進化を続ける日本の消費財流通を、情報インフラ運営で支えている上場企業(証券コード2391)です。

From プラネットとは

株式会社プラネットが発信しているニュースレターです。日用品に関する、旬なトピックスや意外な利用シーンなどをご紹介します。

本件に関するお問い合わせ先

株式会社プラネット 経営本部 経営企画部おなか つのだ(小中、角田)
Tel : 03-5962-0811 / E-mail : keiei@planet-van.co.jp