

薄毛事情を探る 6,000人への調査から見えてきたこと！？

インフォグラフィックで見る！

AGA(男性型脱毛症) 実態調査2024を公開

- ・薄毛 (AGA)の発症経験は、60歳までに約2人に1人が発症したことがある。
 - ・重度・中等度AGAだった父と本人の発症率は、父親から約77%で遺伝 等々・・・。
- 薄毛に悩む男性へ共感・有用・驚くべき調査結果をご紹介します。

ED・AGA治療専門クリニック、浜松町第一クリニック(浜松町院：東京都港区浜松町 院長：竹越 昭彦)は、AGA(男性型脱毛症)は、日本の多くの男性が直面している問題として今回は、6,000人の日本国内在住男性を対象に行われた調査結果をもとに、薄毛の進行やAGAに対する意識・実態を探りました。その結果をまとめた「インフォグラフィックで見る！ AGA(男性型脱毛症)実態調査2024」を公開しました。

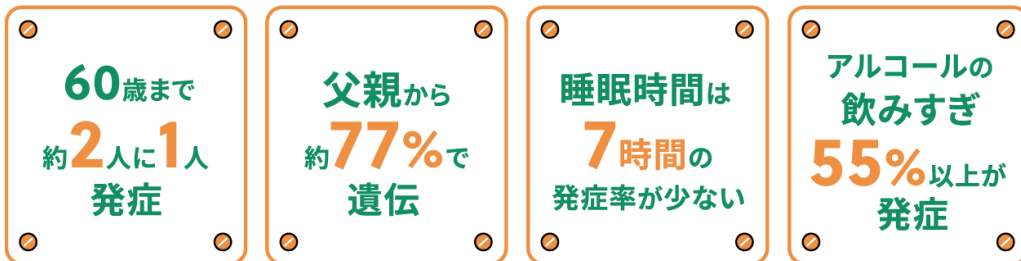
インフォグラフィックで見る！

薄毛事情を探る

6,000人への調査から

見えてきたこと

AGA(男性型脱毛症)実態調査2024



【調査背景】

日本人男性の薄毛(AGA)についての調査は、現在でも2004年に公開されたデータが参照されており、20年前のデータとなるため、直近では、どのように進捗変化があるのか？ 当院にて、30-59歳6,000名の日本国内在住男性を対象に2024年6月にインターネットアンケート調査を実施しました。薄毛(AGA)は、日本人の多くの男性が直面しており、薄毛の進行やAGAに対する意識・実態を改めて調査しました。また「父親や祖父からのAGA遺伝率」「生活習慣と薄毛(AGA)の関係」等も調査を実施しました。

主な調査結果サマリー

- ◆薄毛(AGA)の発症経験は、60歳までに約2人に1人が発症したことがある。
- ◆重度・中等度AGAだった父と本人の発症率は、父親から約77%で遺伝
- ◆睡眠時間は7時間程度とっている人がAGA発症率が一番低い(38.2%)
- ◆アルコール飲みすぎ(週に3日以上、2合以上)の人、55%以上がAGAを発症

<本件に関する報道関係者からのお問合せ先>

浜松町第一クリニック/ 担当：関 大介

TEL：03-5777-3729 E-mail：ig270086-9436@tbk.t-com.ne.jp

AGAとは？



AGA(男性型脱毛症)は成人男性で起こる進行性の脱毛症で、側頭部や後頭部と比較して、「前頭部」や「頭頂部」が薄くなっていくことが特徴です。一度に大量の髪の毛が抜けるのではなく、額の生え際や頭頂部が少しずつ薄毛になり、その範囲が加齢と共に徐々に広がり、症状が進行していきます。成人男性にみられる薄毛は多くの場合「AGA」を指します。

【調査概要】

AGA(男性型脱毛症)実態調査2024

集計期間：2024年6月20日(木)～24日(月)

調査方法：インターネット集計

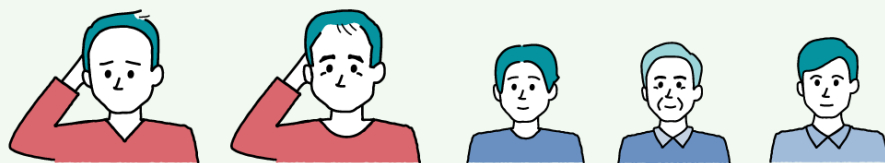
調査対象：30代～50代の各2,000名の男性合計6,000人

※本調査結果はこれまで未発表であり、本プレスリリースが初公開となります。

■監修：浜松町第一クリニック竹越昭彦院長

AGA発症率

今回の調査では、日本人男性30～59歳のAGA発症は、
6,000名中2,538名(42.3%)となり、



平均**5**人に**2**人が

AGAを発症しているという調査結果です。

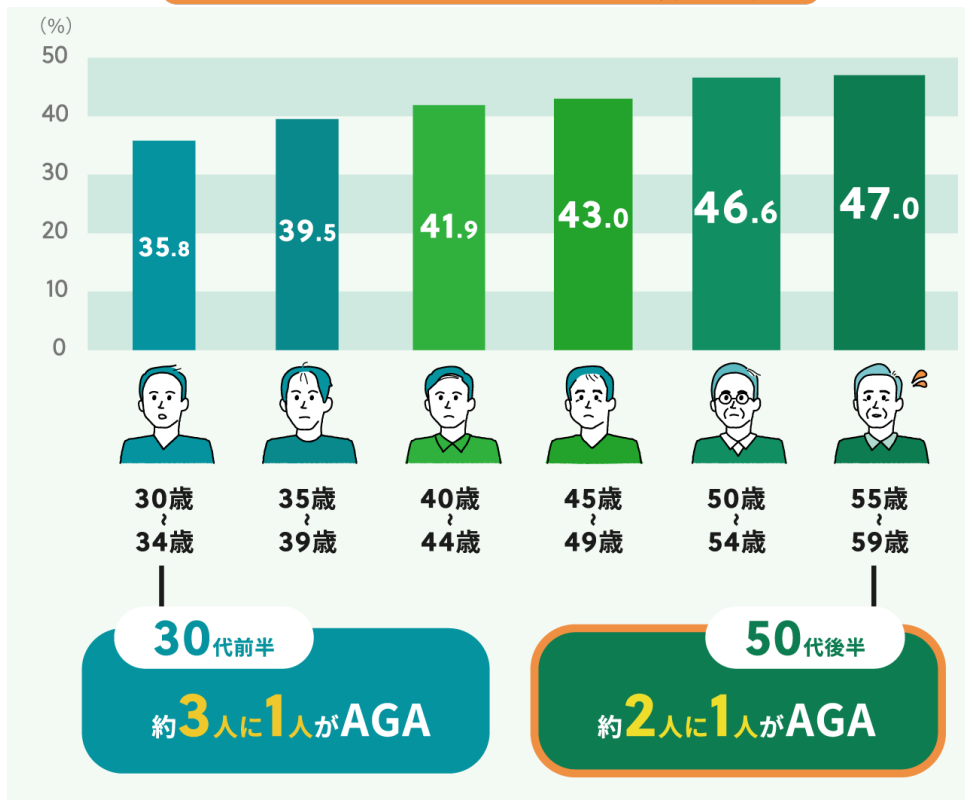
日本人男性30～59歳のAGA発症は、6,000名中2,538名(42.3%)となり、平均5人に2人がAGAを発症しているという調査結果となりました。

各年齢共に2004年の調査結果よりAGA発症率は高い結果となりました。

またAGAの症状が出始める平均年齢(加重平均)は、37.5歳でした。

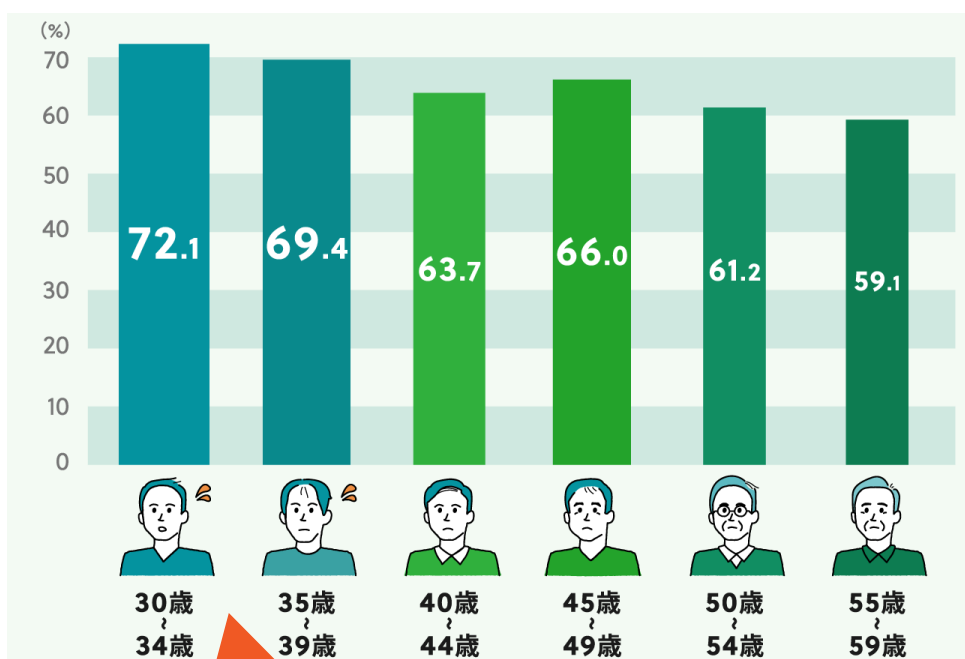
■Q1 薄毛 (AGA) になったことはありますか？ (回答者数：6,000名)

60歳まで
約2人に1人発症



■ Q2 薄毛 (AGA) が急激に進行したことはありますか？

(回答者数：2,538名 AGA発症経験のある30代~50代の男性)



【30代】
若い世代で発症するとAGAが急激に進行しやすい

AGA（男性型脱毛症）の薄毛の進行パターンの分類でAGAの進行パターンを初めて分類したものです。欧米人のパターンを基にしています。

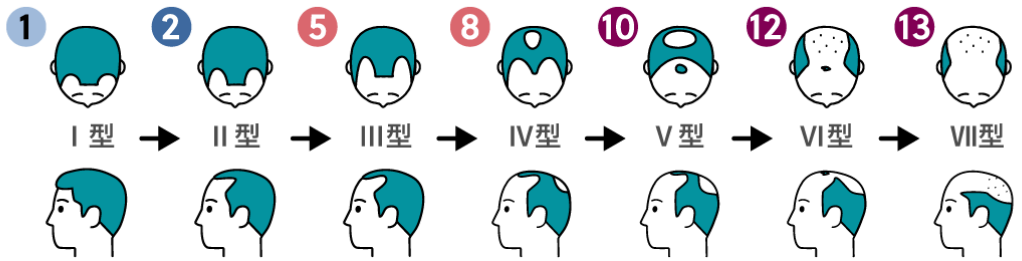
頭頂部

O字タイプ



額の生え際

M字タイプ



前頭部

U(A)字タイプ



【現行のハミルトン・ノーウッド分類】

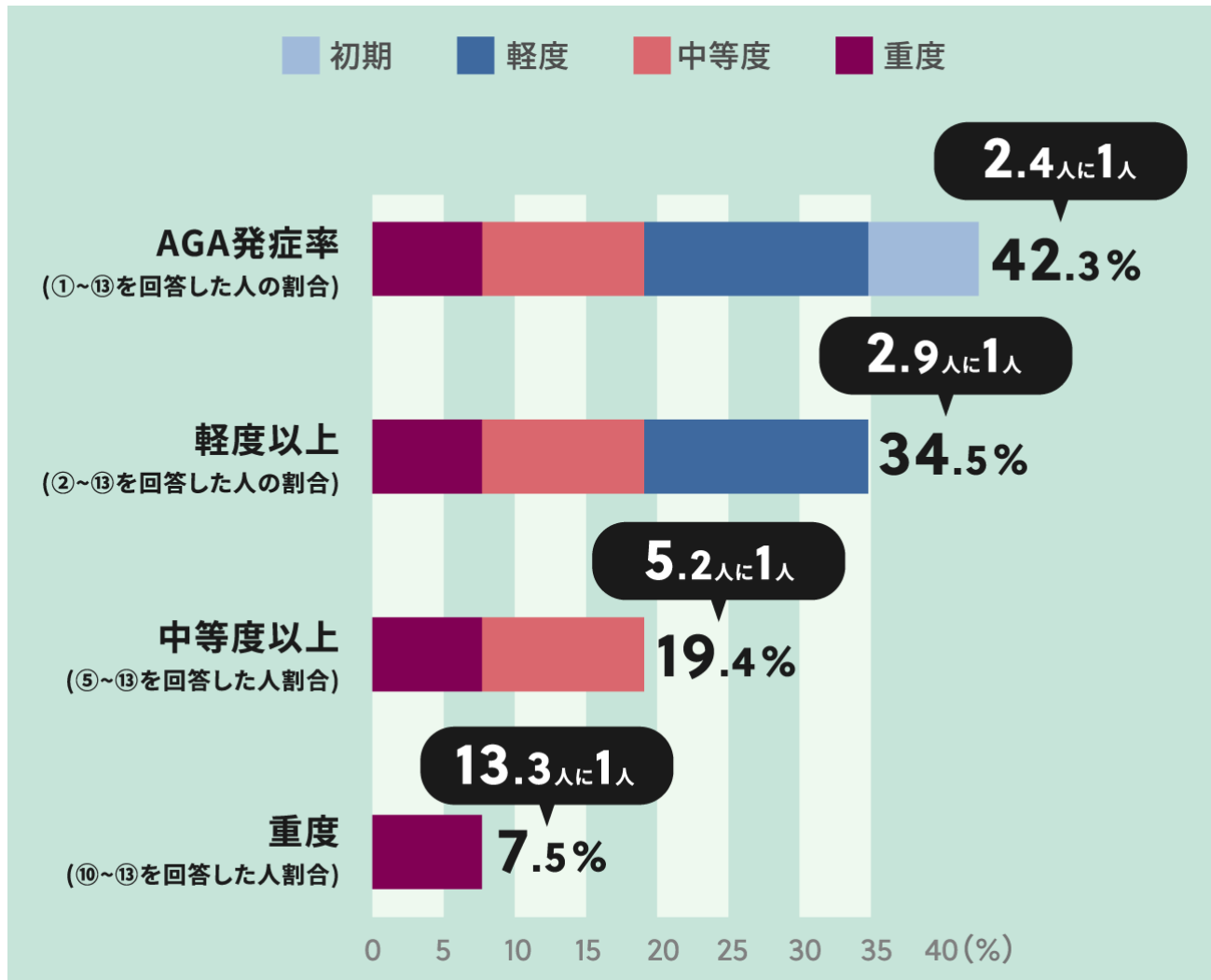
日本の皮膚科医の高島巖氏が日本人向けに修正しました。アジア人は、早期から頭頂部がO型に脱毛するケースが多いです。日本では、日本人向けに「II vertex型」が追加された「高島分類」が主に使用されています。

■Q3 自身の薄毛（AGA）の状態を選択してください。

※薄毛（AGA）治療をして改善した人は、改善前の状態を教えてください。

（回答者数：2,538名 AGA発症経験のある30代～50代の男性）

※集計は、薄毛（AGA）経験のない3,462人を含む6,000人



■調査に使用した薄毛（AGA）の状況レベル

初期 軽度 中等度 重度

<p>1 I型</p> <p>脱毛が始まっていない又はごく初期状態でほとんど分らない程度</p>	<p>2 II型</p> <p>生え際から「M字型」に進行し始めた状態で少し気になる程度</p>	<p>3 IIa型</p> <p>おでこから、全体的に生え際がやや後退しはじめている状態</p>
<p>4 II型 Vertex型</p> <p>生え際から「M字型」の進行に加えて、頭頂部が「O型」に脱毛してきた状態</p>	<p>5 III型</p> <p>生え際から「M字型」がII型より徐々に進行し目立ってきた状態でAGAだと分かる状態</p>	<p>6 IIIa型</p> <p>おでこから、全体的に生え際が後退してきているがまだM字の形をしている状態</p>

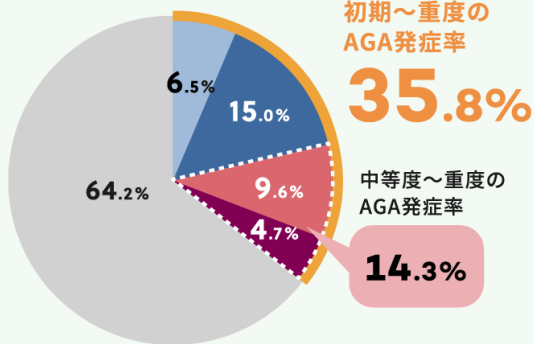
<p>7 III型 Vertex型</p> <p>III型の「M字型」状態に加え、頭頂部が「O型」に進行してきた状態</p>	<p>8 IV型</p> <p>「前頭部」から「頭頂部」にかけて進行した状態だが、「前頭部」と「頭頂部」の脱毛領域が繋がっていない状態</p>	<p>9 IVa型</p> <p>おでこから、頭頂部に向かって大きく生え際が後退し、脱毛箇所が「逆U字型」の状態</p>
<p>10 V型</p> <p>「前頭部」から「頭頂部」にかけて進行し、「前頭部」と「頭頂部」の脱毛領域がほとんどつながっている状態</p>	<p>11 Va型</p> <p>IVaの脱毛箇所と「頭頂部」の脱毛領域が繋がっている状態</p>	<p>12 VI型</p> <p>「前頭部」と「頭頂部」の両方が、全体的にかなり進行し、側頭部と後頭部以外は脱毛が進んでいる状態</p>
<p>13 VII型</p> <p>VI型よりさらに脱毛度合いが進んでいる状態</p>		

各年齢層のAGA発症の割合

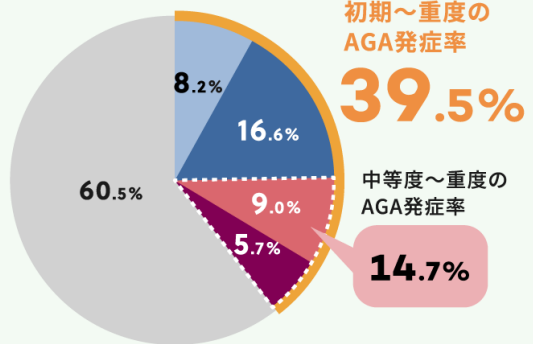
■ 初期 ■ 軽度 ■ 中等度 ■ 重度



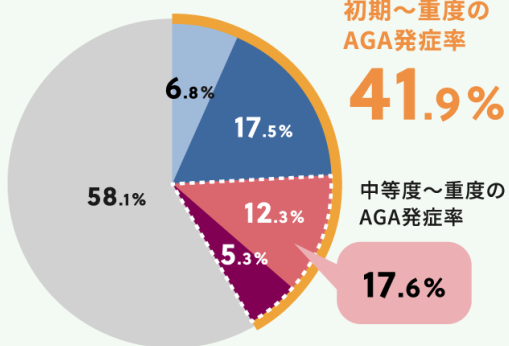
30~34歳



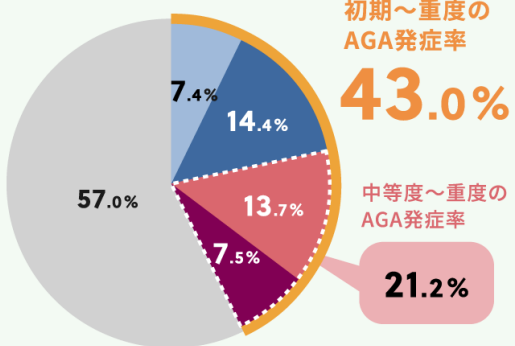
35~39歳



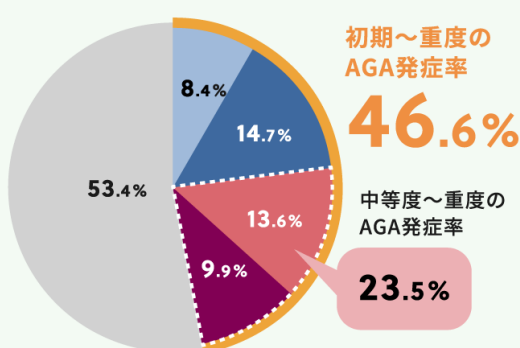
40~44歳



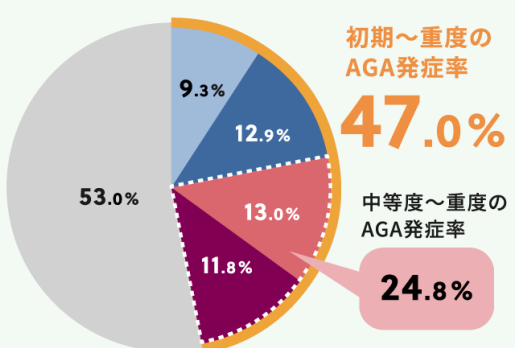
45~49歳



50~54歳



55~59歳



年齢が上がるごとに、進行した状態を選択する割合が増えていきますが、30～34歳の若い階級でも、AGA発症率は35.8%で、中等度以上(⑤III型以上)のAGA発症率は14.3%(約7人に1人)と回答され、30歳以前より治療が必要となるケースがあることが分かります。

抜け毛以外の他の症状あり

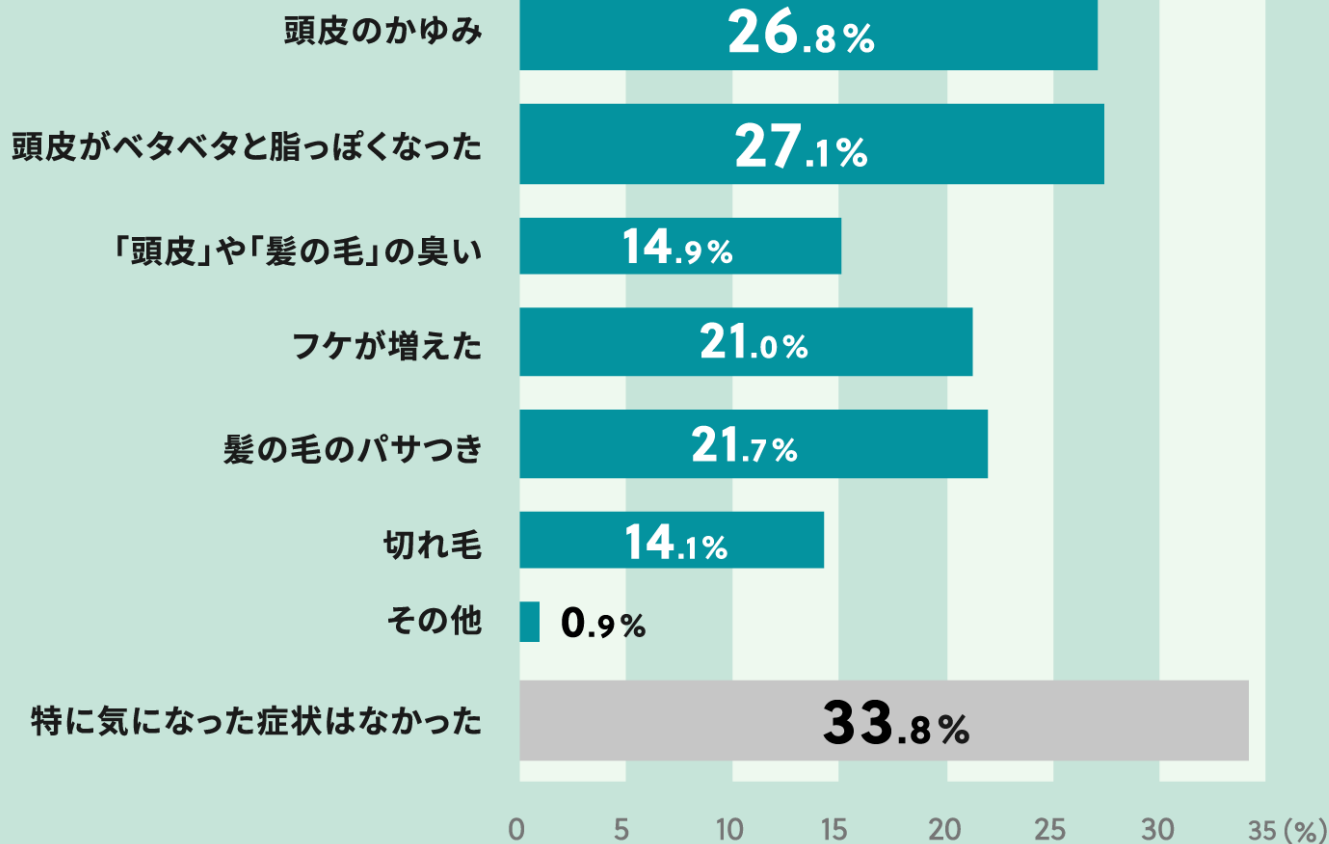
66.2%

33.8%

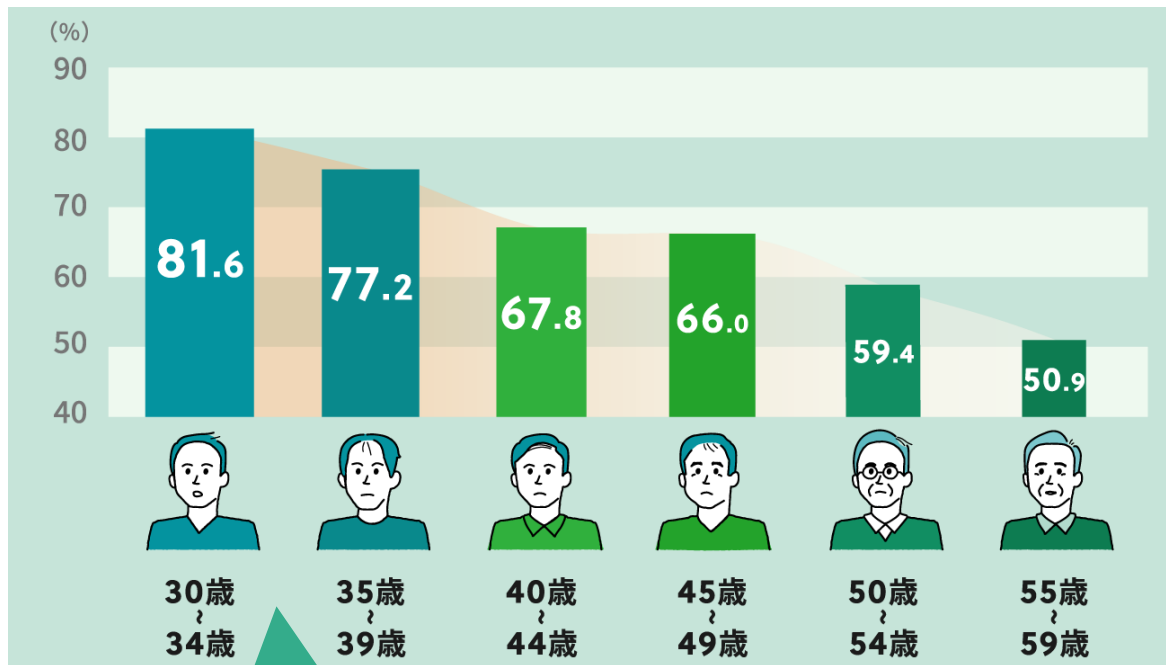
回答者数:AGAを発症経験のある方2,538名

薄毛(AGA)発症時には、頭皮がかゆくなる、頭皮がベタベタと脂っぽくなった、フケが増えるなど脱毛以外の症状も併発するとされており、実際にAGA発症・進行時に脱毛以外の特徴的な症状があるのかを調査しました。

■Q4 薄毛(AGA)の症状が出始めたときや進行しているときに脱毛以外で気になった症状を教えてください。(回答者数:2,538名 AGA発症経験のある30代~50代の男性 複数回答)



■ 抜け毛以外の症状合併率



【30代】

若い年齢層ほど抜け毛以外の他の症状が合併している割合が多い

「頭皮がかゆい」や「頭皮が脂っぼい」と薄毛(AGA)が重症化しやすい!?

AGAの症状が「I型」を選んだAGAごく初期の人と、II型以上を比較すると、いずれの合併症状でも割合が多くなっており、薄毛(AGA)進行のサインの可能性がります。

また進行度合いでは、重度AGAに該当する「V型」「VI型」では「頭皮がベタベタと脂っぼくなった」を40%以上の方が選択しており、やや割合が高い傾向にありました。

「頭皮がベタベタと脂っぼくなった」と感じた場合には注意した方がいいでしょう。

【監修コメント】

今回の調査で、AGAは非常に高い確率で発症し、男性であれば誰でも発症する可能性があると言えるでしょう。

特に注意が必要なのは若い世代で、30代でも3人に1人以上がAGAを発症し、そのうちの約70%の方が「急激に薄毛(AGA)が進行した」と回答しており、若い世代ほど脱毛が急速に進む可能性が高いと言えます。

頭皮や頭髮の健康状態を十分確認するようにし、生え際や頭頂部が薄くなってきたと気が付いたら、できるだけ早めに医療機関を受診しましょう。

■Q5 ご自身の父親・祖父(父・母方)の頭髪の状態について教えてください。

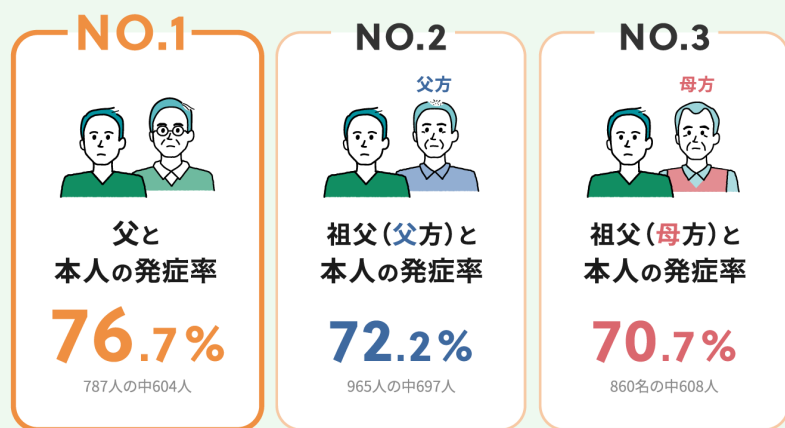
(回答者数：6,000名 30代～50代の各2,000名の男性 合計6,000名)

※父親、40代～50代頃の頭髪の状態

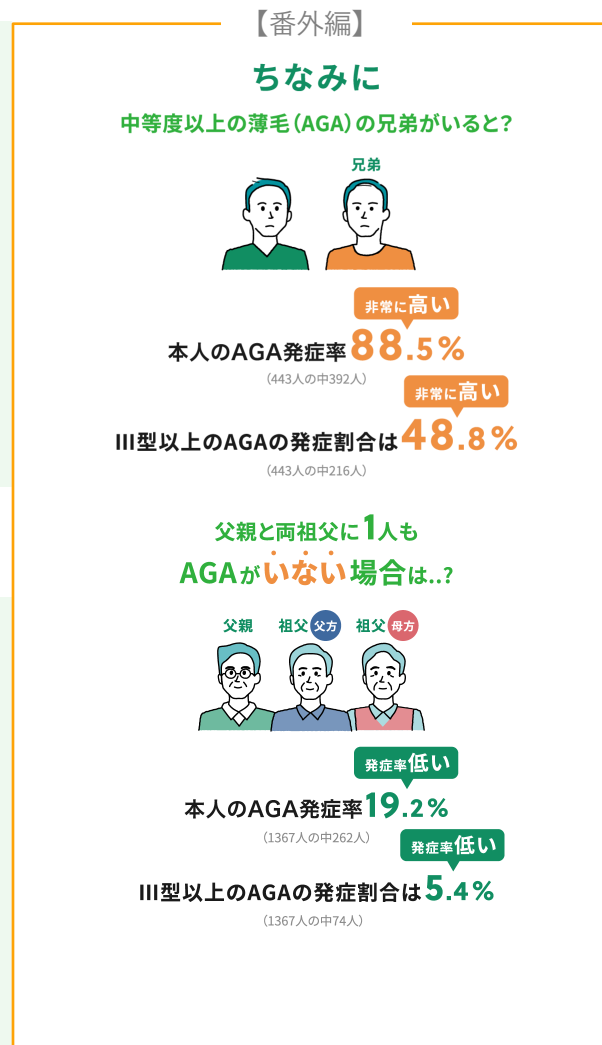
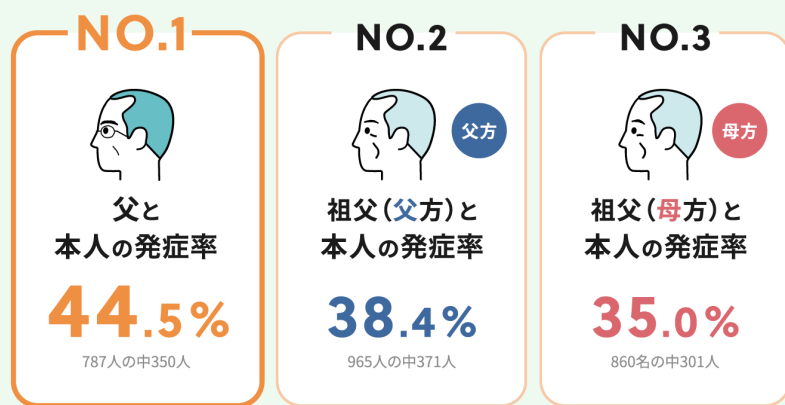
※両祖父は、記憶がある範囲で祖父ができるだけ若い時の状態



■父親、両祖父が重度・中等度AGAだった場合の本人の発症率は？



さらに、⑤III型以上のAGAの発症割合



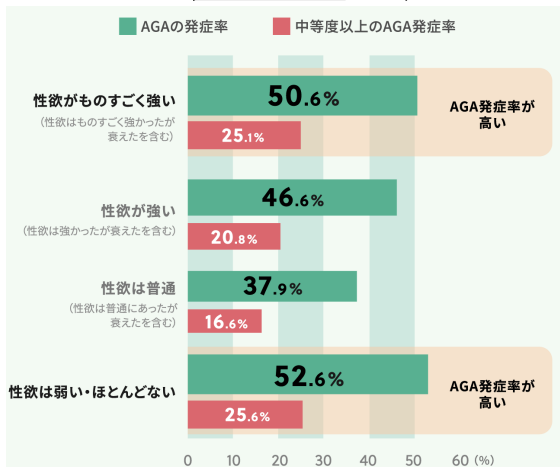
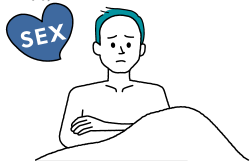
【監修コメント】

AGAは、Andro (男性) genetic (遺伝性) Alopecia (脱毛症) を意味し、遺伝性であることが知られていますが、今回の調査で、非常に高い確立で遺伝することが、明確な数字として分かりました。

薄毛の親戚がいる場合には、ご自身もAGAを発症する可能性が高いため、ご自身の髪の毛が薄くなってきていることに気が付いたら、早期に治療を開始することが重要です。

【性欲と薄毛(AGA)の関係】

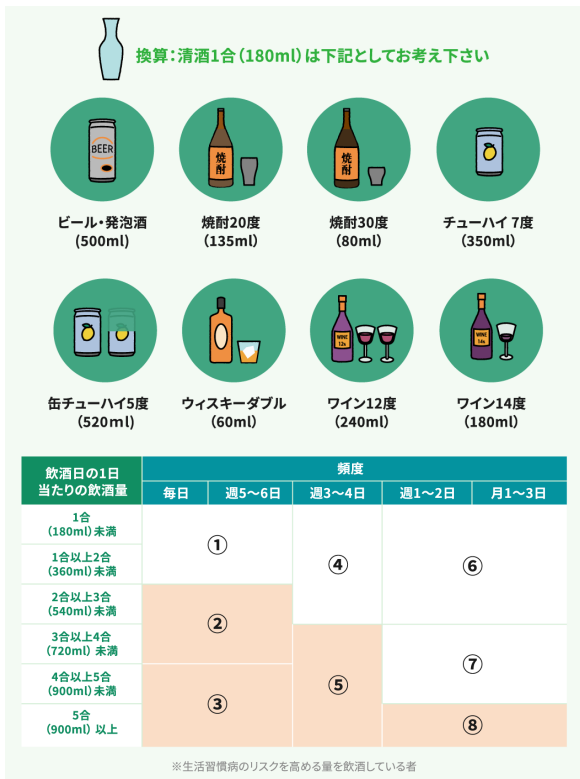
■Q6: あなたの「性欲」について、あてはまると思うものを教えてください
(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)



AGA発症率が高かったのは「性欲がものすごく強い」、
「性欲は弱い・ほとんどない」という両極の結果でした。

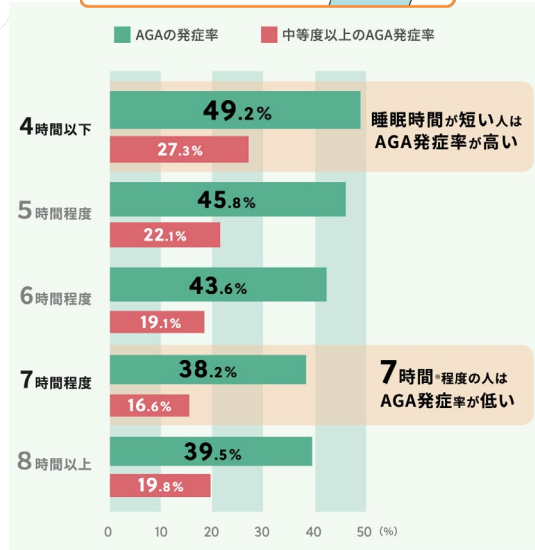
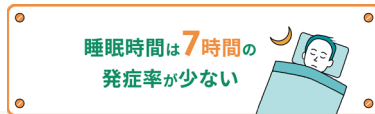
【飲酒と薄毛(AGA)の関係】

■Q8: 下記の表を確認し、最も飲酒が多かった時期は？
(1年以上継続)の飲酒頻度と量に該当する番号を教えてください。
(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)

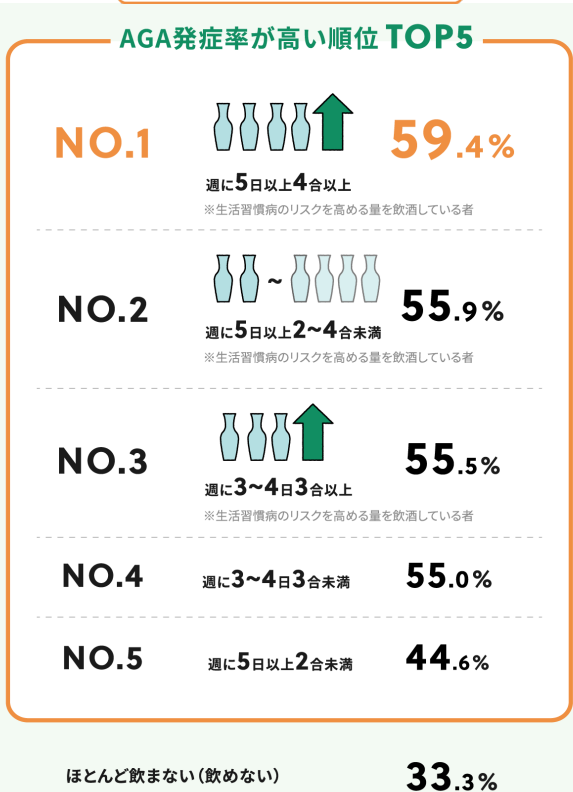
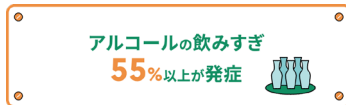


【睡眠時間と薄毛(AGA)の関係】

■Q7: 普段の睡眠時間はどれくらいですか？
(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)



※注記
日本の男性労働者2,282人を対象にした14年間の追跡調査では、睡眠時間が6時間未満の人は、7時間以上8時間未満の人に比べて、心筋梗塞や狭心症などの心血管疾患のリスクが4.95倍高いことが報告されています。
※厚生労働省が公表した「健康づくりのための睡眠ガイド2023」
<https://www.mhlw.go.jp/content/001305530.pdf>

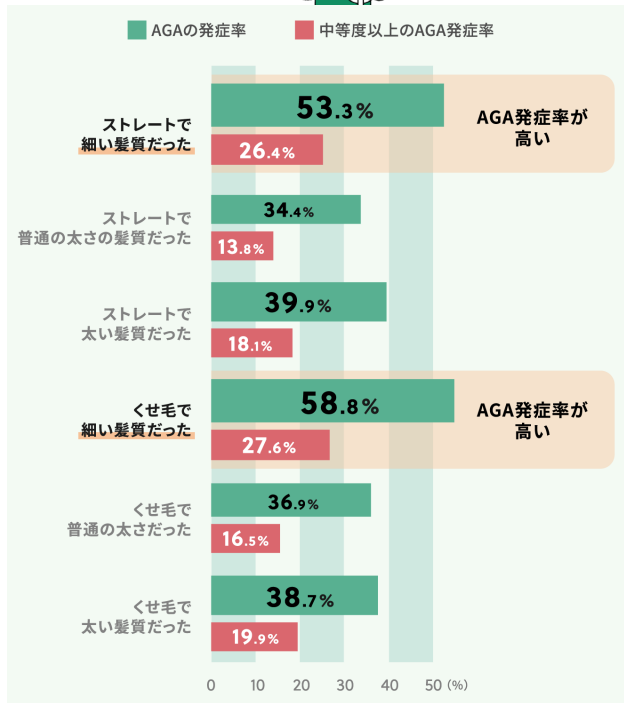
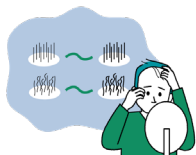


アルコールをほとんど飲まない(飲めない)人のAGA発症率は33.3%でしたが、アルコールを週に3日以上2合以上飲む人のAGA発症率は55.0%以上となり、アルコールの飲酒頻度とアルコールの摂取量に比例して、AGA発症割合が多いことがわかりました。また、厚生労働省が発表している「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」に該当する②③⑤で、AGA発症率が目立って高く、髪の毛にとってもリスクとなると言えます。

【20歳時の髪質と薄毛(AGA)発症の関係】

■Q9: ご自身が20歳前後だった時の髪質について教えてください。

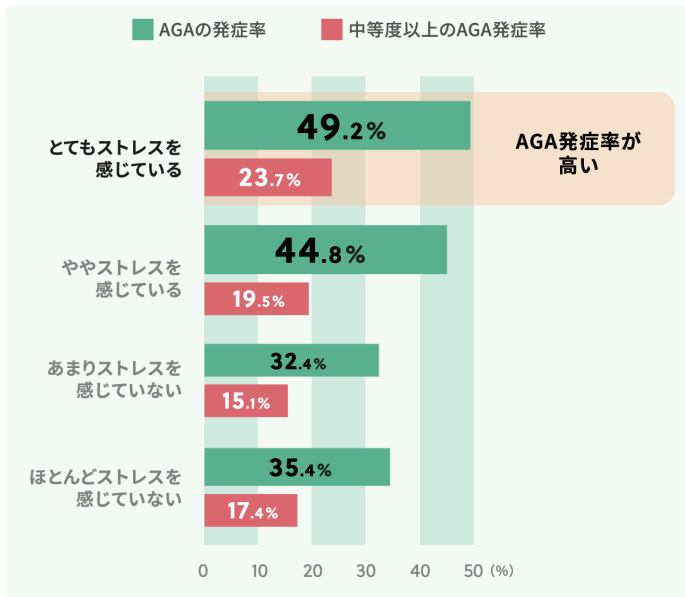
(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)



細い髪質であれば、ストレート、くせ毛と関係なく、AGAの発症率が高いという結果がわかりました。

【ストレスと薄毛(AGA)の関係】

■Q10: あなたは日ごろ、どの程度ストレスを感じていますか？
(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)

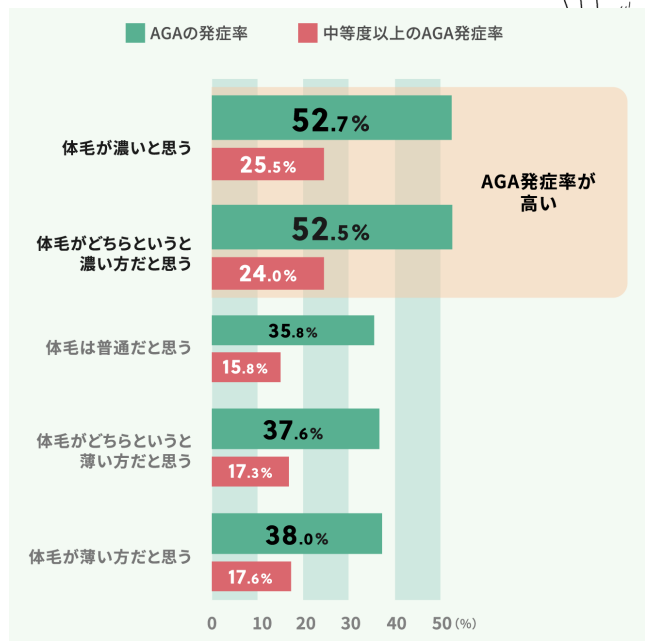


日ごろストレスを感じているひとほど、AGAになりやすいという結果がわかりました。

【体毛と薄毛(AGA)の関係】

■Q11: ご自身の体毛についてどのように思いますか？

(回答者数: 6,000名 30代~50代の各2,000名の男性 合計6,000名)



体毛が濃いと思う人はAGAの割合が多いという結果がわかりました。

【監修コメント】

薄毛は遺伝的な要因が大きいです。健康的な生活を送ることで薄毛発症率が低下することがわかりました。特に飲酒量は1日2合以内、週3日以内とし、睡眠時間は毎日7時間取るように心がけましょう。ストレスを無くすことは難しいですが、しっかりと運動や趣味を通してストレス発散させましょう。また、その他の体質調査では、ご自身の体質が薄毛(AGA)を発症しやすい体質なのかを知る参考になれば幸いです。

■男性6000名の薄毛(AGA)国内調査 (2024年)

[https://www.hama1-](https://www.hama1-cl.jp/about_aga/japanese_aga_research.html)

[cl.jp/about_aga/japanese_aga_research.html](https://www.hama1-cl.jp/about_aga/japanese_aga_research.html)

浜松町第一クリニックとは

浜松町第一クリニックはED・AGA専門医院として2004年10月に現院長である竹越昭彦院長により浜松町に創設されました。男性特有の悩みは女性のいる前では相談し難いであろうという患者様への配慮から医師・薬剤師・受付スタッフは全て男性だけで診療をすることとし現在に至っております。

また、忙しいサラリーマンのために、いつでも来院できるよう全医院、お昼休みを無くし予約不要とし診療時間内に直接ご来院いただければ処方を受けられるようにさせていただきました。来院後は問診表をご記入いただき医師との問診後に院内にてお薬代金のみで処方しております。

目安として、ご来院からお薬を受け取りお帰りになるまで10分程度です。

専門クリニックとして培った長年の経験や知見をもとに、ED・AGA治療の正しい知識、最新情報を定期的に世に発信し、ED・AGAに悩む男性への啓発も行っている。

院長プロフィール：竹越 昭彦（たけこし あきひこ）

浜松町第一クリニック院長。1966年生まれ。91年に日本医科大学卒業後、日本医科大学付属病院に勤務。その後、東戸塚記念病院の一般外科に10年勤務し、2004年10月に浜松町第一クリニックを開院。ED治療の第一人者として、メディアや専門誌での出演・掲載も多数。著書に『40代からの心と体に効く [生涯SEX] のすすめ』（扶桑社）がある。日本性機能学会員、日本形成外科学会員、日本化学療法学会員、ALL About「ED・勃起不全」ガイド担当。



・オンライン診療にて日本全国へ郵送処方も行っております。

https://www.hama1-cl.jp/online_prescription/

【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・転載には、「発リンク」が可能な場合には、ご協力をお願いしております。

「発リンク」が難しい場合には、必ず以下のようなクレジット明記をして頂きますようお願い申し上げます。

<例>「浜松町第一クリニック 竹越昭彦院長」が実施した調査によると・・・

リンク先：https://www.hama1-cl.jp/about_aga/japanese_aga_research.html

★首都圏に7院展開

浜松町院、上野院、横浜院、大宮院、東京駅前院、渋谷院、立川院

<https://www.hama1-cl.jp/>

【浜松町第一クリニック 概要】

医療機関名称：浜松町第一クリニック

所在地：〒105 0013 東京都港区浜松町 1-22-7 鶴栄ビル5階（浜松町院）

TEL：03-5777-3729

E-mail：info@hama1-cl.jp

開業年月日：2004年10月

院長名：竹越昭彦（たけこし あきひこ）

<本件に関する報道関係者からのお問合せ先>

浜松町第一クリニック/ 担当：関 大介

TEL：03-5777-3729 E-mail：ig270086-9436@tbk.t-com.ne.jp