

<働く人の“足のニオイの不安”に関する実態調査>

足のニオイを最も気づかれたくない相手は「職場の人」が1位

～見えない不安、足の"ステルス・スメル"が及ぼす現代人の社会生活への影響～

足用石けん「フットメジ」ブランドを展開する株式会社グラフィコ（代表取締役：マイケル・リード）は、「フットメジ 足ケアラボ」の調査の一環として、働く人の“足のニオイの不安”に関する実態調査を実施しました。

■調査背景

近年の働き方改革やオフィスカジュアル化の進展により、ビジネスシーンにおいても様々な靴を使用する機会が増加しています。また、テレワークからオフィス勤務への回帰傾向が見られる中、対面コミュニケーションにおける身だしなみやエチケットへの意識も高まっています。

「フットメジ 足ケアラボ」では、このような背景から多くの人々が抱える“足のニオイの不安”に着目し、いつ現れるかわからないカラダのニオイ（ステルス・スメル）を紐解く実態を調査しました。

■調査概要

調査機関：自社調査（自社X、LINEフォロワーを対象）

調査方法：自社X、LINEのフォロワーを対象にWEBアンケートを実施

調査対象：WEBアンケートで回答が得られた働く人10,335名

調査期間：2025年3月14日～3月19日

■調査サマリー

不安を感じた経験	男性よりも女性の方が“足のニオイ”に不安を感じている
不安による精神的影響	1位「常に周囲に気づかれていないかという緊張感」 2位「自信が持てない」 3位「集中力が低下する」
不安を感じる状況	状況：1位は「友人や知人宅への訪問時」 季節：1位は「夏」 時間帯：1位は「夕方」
他人のニオイに気づいた経験	女性の約7割が他人の足のニオイに気が付く、 男性より女性の方が他人の足のニオイに敏感という結果に
臭っていると思われたくない相手	1位「職場の人」 2位「友人」 3位「パートナー」

<ステルス・スメルとは>

フットメジが提唱する「いつ現れるかわからないカラダのニオイ」の新しい考え方です。

- ① 予測できない発生：常に臭っているのではなく、靴を脱いだ時や暑い日など、条件がそろって発生するニオイ。
- ② 常に気になる不安：いつ発生してしまうのか、周りに気付かれないか、常に不安になる気持ち。
- ③ 行動を制限：ニオイが発生かもしれない状況（靴を脱ぐ場所など）を自然と避けてしまう心理。

“足のニオイの不安”の実態

“足のニオイに不安”を感じた経験があるかを聞いたところ、「ある」と答えた方は女性70.3%、男性64.1%と男女ともに半数以上で、特に女性の方が足のニオイに不安を感じていました。【図1】

“足のニオイの不安”の内容は「自覚はないが、臭っているか不安」が男女ともに最多で女性51.1%、男性41.3%となっており、ニオイの有無よりも「周囲からどう思われているのか」という不安が強いことが明らかになりました。【図2】

このことから、自己認識と他者評価のギャップが、現代人の不安の根源となっていることがうかがえます。

Q. 足のニオイに不安を感じた経験はありますか？ (SA) 【図1】

【図1】

女性

ない
29.7%

女性の7割以上が
足のニオイに不安

70.3%

ある
70.3%

(n=6713)

男性

ない
35.9%

男性の6割以上が
足のニオイに不安

64.1%

ある
64.1%

(n=3622)

Q. 感じたことがある“足のニオイの不安”について、当てはまるものをすべて選んでください。 (MA) 【図2】

【図2】

女性

自覚はないが
臭っているか不安

51.1%

臭っている可能性があり
周囲に気付かれていないか不安

27.9%

自覚はないが
周囲に臭いと思われているか不安

26.9%

(n=4720)

男性

自覚はないが
臭っているか不安

41.3%

臭っている可能性があり
周囲に気付かれていないか不安

24.9%

自覚はないが
周囲に臭いと思われているか不安

23.4%

(n=2323)

“足のニオイの不安”による影響について

“足のニオイの不安”は心と行動の両面に影響を与えています。

心理面では「常に周囲に気づかれていないかという緊張感」を感じる人が女性58.1%、男性50.8%と最も多く、「自信が持てない」「集中力が低下する」と続きます。このことから、足のニオイの不安が単なる身体的問題ではなく、メンタルヘルスにも深く関わる問題であることがわかります。【図3】

行動面では「靴を脱ぐ場面を避ける」が女性53.8%、男性45.2%と最多で、足のニオイの不安により社交の場を自ら制限してしまう影響が見られます。また、女性は「ケア方法を調べる」傾向がある一方、男性は「他人との距離をとる」傾向があり、対応の仕方に男女差が見られました。【図4】

Q. “足のニオイの不安”による精神的な影響 (MA)

【図3】

女性

男性

1位 常に周囲に気づかれていないかという緊張感 58.1%

1位 常に周囲に気づかれていないかという緊張感 50.8%

2位 自信が持てない 37.3%

2位 自信が持てない 30.1%

3位 集中力が低下する 26.4%

3位 集中力が低下する 25.7%

(n=4720)

(n=2323)

Q. “足のニオイの不安”によりとった行動 (MA)

【図4】

女性

男性

1位 靴を脱ぐ場面を避ける 53.8%

1位 靴を脱ぐ場面を避ける 45.2%

2位 足のニオイのケア方法を調べたことがある 38.2%

2位 他人との距離を意識的に取ったことがある 35.6%

3位 他人との距離を意識的に取ったことがある 36.3%

3位 足のニオイのケア方法を調べたことがある 27.9%

(n=4720)

(n=2323)

“足のニオイに不安”を感じる状況について

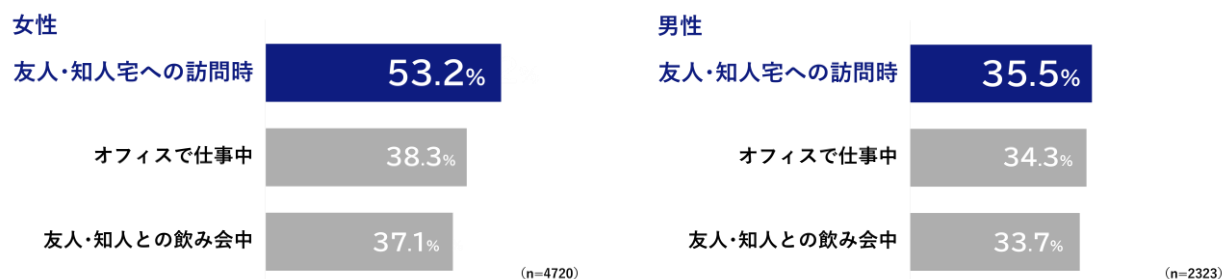
“足のニオイに不安”を感じるシーンは「友人や知人宅への訪問時」が女性53.2%、男性35.5%と最も多く、次いで「オフィスで工作中」が多くなっています。【図5】

季節は「夏」が最も不安を感じる時期で、女性65.1%、男性57.0%となりました。【図6】

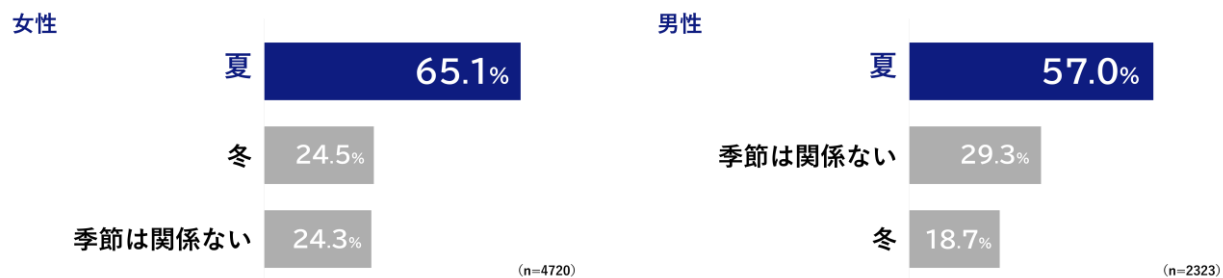
時間帯は、女性は「夕方」に特に不安を感じる一方、男性は「時間帯は関係ない」という回答が多数でした。【図7】

こうした結果から、女性の方が状況に応じた細やかな不安を感じており、男性はより漠然とした不安を抱える傾向があることがわかります。

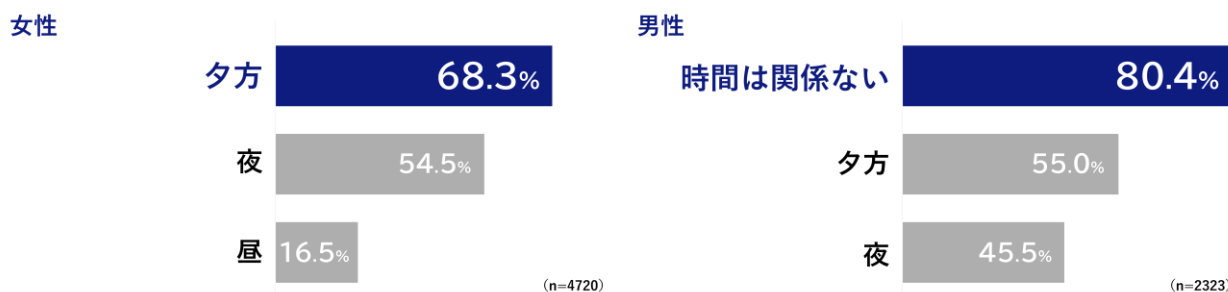
Q. “足のニオイの不安”が強まる状況について当てはまるものすべてを選んでください。(MA) 【図5】



Q. “足のニオイの不安”を感じやすい季節について当てはまるものすべてを選んでください。(MA) 【図6】



Q. “足のニオイの不安”を感じやすい時間帯について当てはまるものすべてを選んでください。(MA) 【図7】



足のニオイによる対人関係への影響

「足が臭っていると思われたくない相手」は「職場の人」が最も多く、次いで「友人」となっています。【図8】

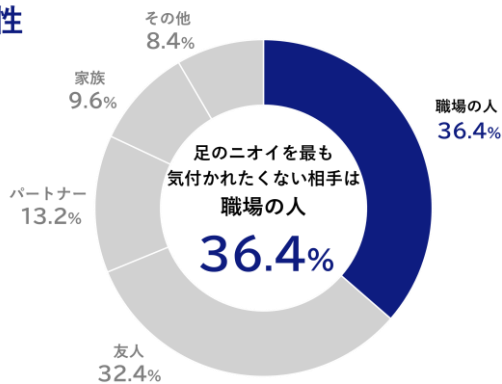
また、他人の足のニオイに気づいた経験は女性68.0%、男性51.9%と、女性の方がニオイへの感度が高いことがわかりました。【図9】

これらの結果は、ビジネス環境における印象管理の重要性が増す中、他人からのネガティブメッセージを恐れる心理の一部が表れているのではないのでしょうか。

Q. 足のニオイがあると一番思われたくない相手は誰ですか？ (SA)

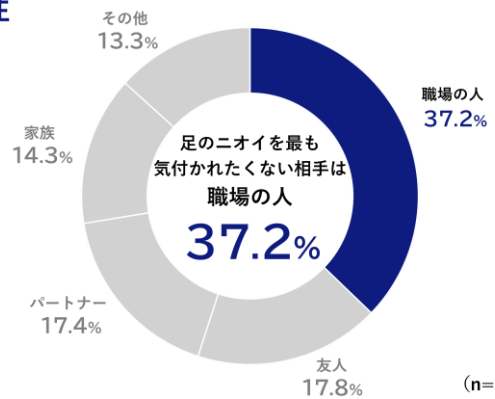
【図8】

女性



(n=4720)

男性

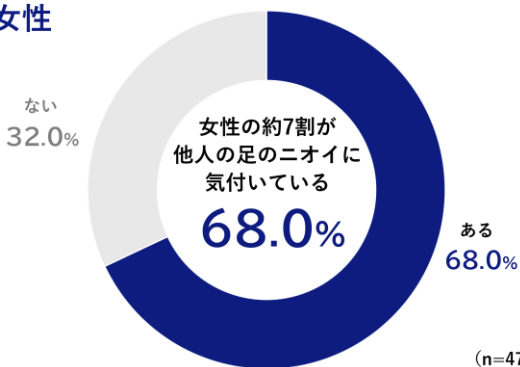


(n=2323)

Q. 他人の足のニオイに気が付いた経験はありますか？ (SA)

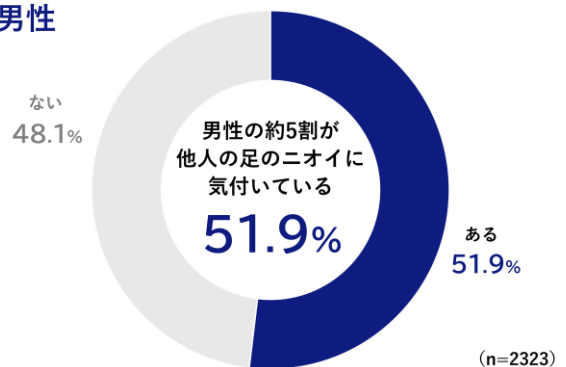
【図9】

女性



(n=4720)

男性

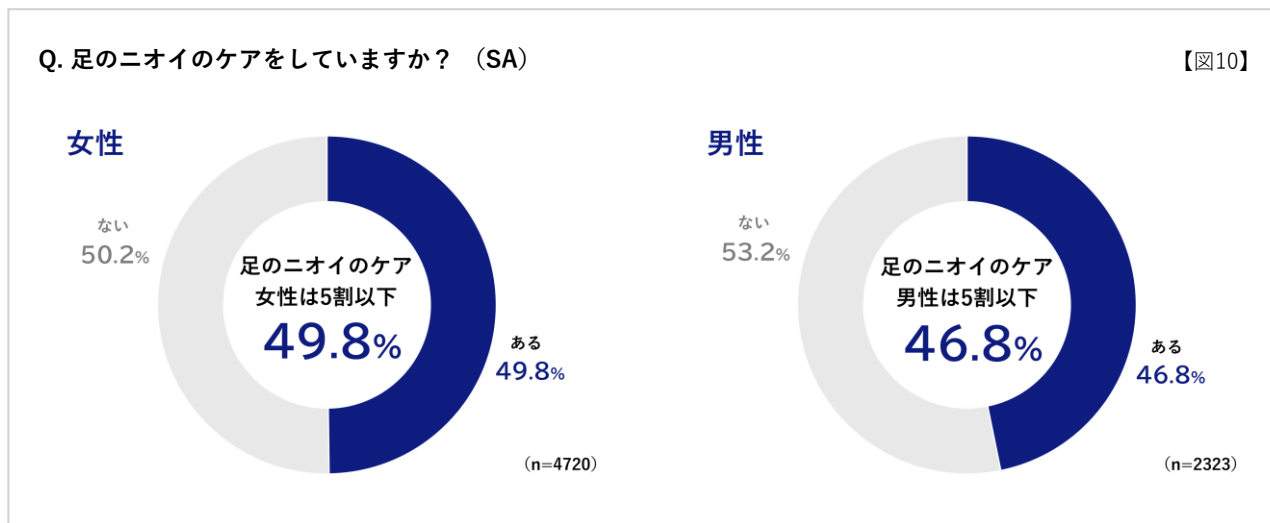


(n=2323)

足のニオイの対策について

足のニオイ対策をしている人は女性49.8%、男性46.8%にとどまり、不安を感じている人（女性70.3%、男性64.1%）と比べると、約半数の人が対策をしていないことがわかりました。【図10】

この結果は、足のニオイへの問題意識はあっても具体的な行動に移せていないという現状を示しており、適切な知識や効果的な対策方法の普及が不十分であることがうかがえます。

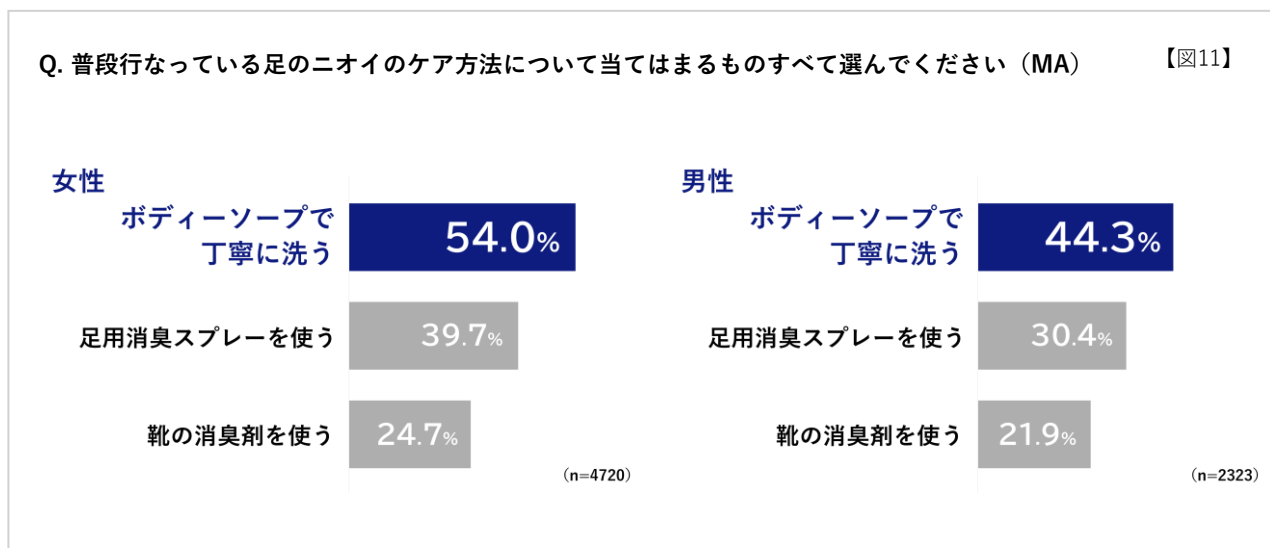


普段の足のニオイのケア方法について

普段行っている足のニオイのケア方法は「ボディーソープで丁寧に洗う」が最も多く（女性54.0%、男性44.3%）、次いで「足用消臭スプレーを使う」（女性39.7%、男性30.4%）となっています。専門的な「足用洗剤」の使用は女性13.8%、男性13.0%と少数にとどまっています。

【図11】

専門的なケア製品の理解や必要性を感じられていないことから、身近にあるもので代用している傾向がうかがえます。



■正しい足のニオイのケア方法

■足のニオイの原因は“ガンコな古い角質”

毎日のお風呂で丁寧に洗っているつもりでも、実は足のニオイはなかなか取れません。

足裏の“ガンコな古い角質”はボディークリームでは落としづらく、そのまま汚れとなつて溜まることで“菌のエサ”となり、ニオイの原因となります。



*画像はイメージです。

■足のニオイにはフットメジ「足用石けん」

フットメジの「足用石けん」は足のニオイに特化した石けんです。

【特徴1】Wの有効成分で、消臭※1+殺菌

※1 香りのマスキング効果による

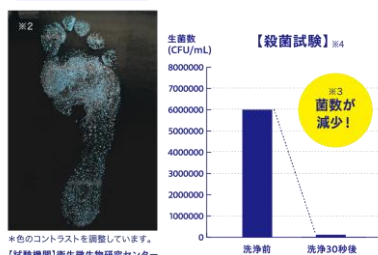
有効成分、イソプロピルメチルフェノールとグリチルリチン酸ジカリウムを配合。皮膚の清浄・殺菌・消毒。体臭・汗臭を防ぎ、肌荒れを防ぎます。

【特徴2】3種のスクラブが“ガンコな古い角質”を落とす

大きさ、硬さの違う3つのスクラブをミックスすることで普段の足裏洗浄では取れにくい細かい角質の除去を実現。



日中の足の裏の菌



*色のコントラストを調整しています。

【試験機関】衛生微生物研究センター

※2 約6時間靴を履いていた状態の足裏を寒天培地にスタンプした時の足裏の状態。(対象の菌：黄色ブドウ球菌、大腸菌)
※3 すべての菌に効果があるわけではありません。
※4 『第十八改正日本薬局方 参考情報 消毒法及び除染法』を参考とした試験結果。(対象の菌：黄色ブドウ球菌)
*写真はイメージです。

■足用石けんの使い方

1. 水またはぬるま湯で濡らし、付属の「角質ケアネット」のまま足裏をマッサージするように洗ってください。

2. 足の指の間や、爪の間も1本1本ていねいに洗いましょう。よくすすいで完了です。

★使用後は付属のS字フックに吊り下げて清潔に保管できます。



詳しい使い方
動画はこちら



フットメジについて



「フットメジ」は2010年の発売以来、洗うだけで足の角質ケア・消臭・殺菌ができる足用石けんとして支持され、シリーズ累計出荷数は1200万個※5を突破。2025年3月に「自由は足から始まる。」をスローガンに、全5SKUをブランド刷新。足の健康と自由をサポートしています。

<https://www.foot-medi.jp/>

※5 2010年5月発売から2024年12月末時点までのフットメジブランド シリーズ累計。企画品・自社オンラインショップを含む出荷数。(自社調べ)

「フットメジ 足ケアラボ」について



足は日常生活での立つ、歩く、走るといった基本的な動作すべてにおいて最も負担がかかる場所。1日中靴の中でムレるのに、手のようにこまめに洗えないという、過酷かつ劣悪な環境に置かれています。「フットメジ 足ケアラボ」では足のお悩みや足のケアに役立つ情報をお伝えしていきます。

https://note.com/foot_medi