

あなたも所属しているかも？ 「風呂キャンセル界限」4割の現代に忍び寄る「こりの重症化」

15歳～39歳の男女1,000名に調査

ピップ株式会社（本社：大阪市中心区、代表取締役社長：松浦由治、以下ピップ）は15歳～39歳の男女1,000名を対象に「風呂キャンセル界限」に関する調査を実施しました。

<本調査のトピックス>

- ✓ 季節問わず、仕事や勉強で疲れたり時間がないときに、ついお風呂やシャワーをせずに寝てしまうことがある方は**約4割**。
- ✓ 日常生活でこりを感じている部位として、「肩（52.4%）」「首（40.7%）」に次いで、お風呂やシャワー時によく動かす部位である「背中（28.8%）」「腕（13.3%）」も目立つ結果に。
- ✓ お風呂やシャワーに入らなかったことにより、**6割以上**の方が身体のこりほりを普段よりも強く感じたことが明らかに。

お風呂やシャワーを怠ることは「こりの重症化」の原因に！

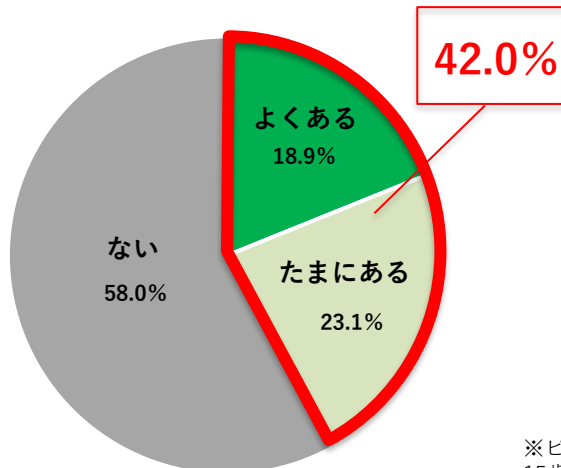
今回実施した調査によると、季節問わず、仕事や勉強で疲れたり時間がない等の理由で、ついお風呂やシャワーをせずに寝てしまうことがある方は約4割いることが明らかになりました<図1>。このような、時間がなかったり面倒に感じてお風呂やシャワーに入ることをやめてしまう方たちは「風呂キャンセル界限」と呼ばれており、SNSで話題になりました。また「界限」というワードは、昨年の新語・流行語大賞のトップ10に選出され、現在でもよく使われている単語です。

日常生活でこりを感じている部位として、「肩（52.4%）」「首（40.7%）」などのこりほりを感じやすい代表的な部位に続き、「背中（28.8%）」、「腕（13.3%）」が目立つ結果となりました<図2>。実はこの背中や腕のこりほりこそ、入浴時に自然と行う「洗う」「伸ばす」「ひねる」といった動作で自然とよく動かす部位になります。背中を洗うときに腕を後ろに回す動作や、腕を洗ったりシャンプー時、ドライヤーで髪を乾かす時に手を動かす動作は、前腕や二の腕、肩まわりの筋肉を無意識に使っているため、お風呂やシャワーをすること自体が、自然とストレッチやセルフケアに繋がっているといえます。

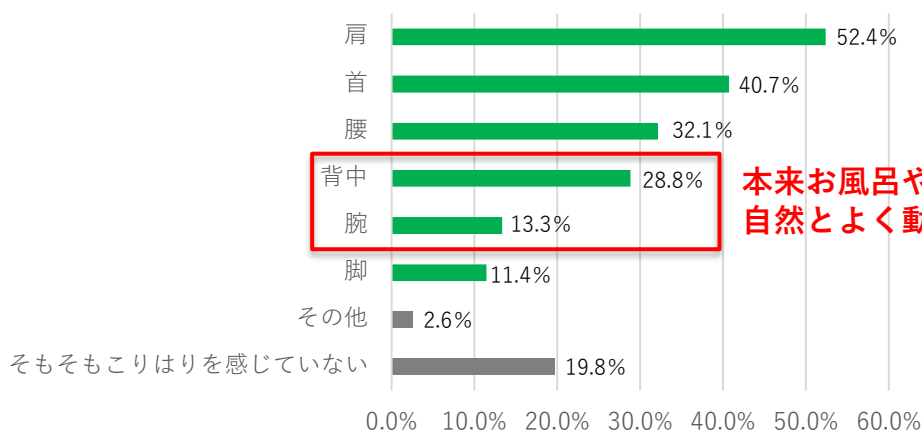
さらにお風呂やシャワーに入らなかったことにより、6割以上の方が普段よりもこりほりを強く感じたと回答していることが明らかになりました<図3>。つい省略しがちなお風呂やシャワーですが、こりほりの予防としてもできるだけ取り入れたい習慣です。しかし現代の多忙な生活の中で毎日取り入れるのは難しいのかもしれませんが。

ピップエレキバンシリーズは、貼るだけ・着けるだけで首から下の全身のこりほりのケアが可能です。貼っている間磁気効果が持続し、2～5日間貼りっぱなしが可能なため、整体やマッサージに行く時間がない方にもおすすめです。身体のこりほりを抱えながら忙しく毎日頑張る方に、ピップエレキバンシリーズをご紹介します。

<図1> 季節問わず、仕事や勉強で疲れたり時間がない等の理由で、
ついお風呂やシャワーをせずに寝てしまうことはありますか。



<図2> 日常生活で身体のどの部位にこりはりを感じますか。

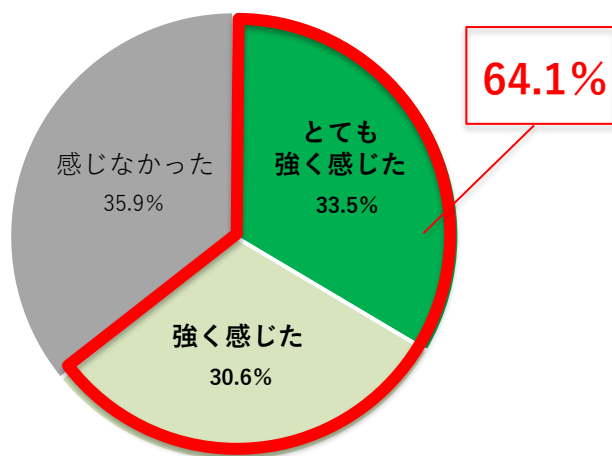


本来お風呂やシャワー時に
自然とよく動かす部位

※ビップ調べ
季節問わず、仕事や勉強で疲れたり
時間がない等の理由で、ついお風呂や
シャワーをせずに寝てしまうことが
あると回答した方

15歳～39歳男女 N=420 (複数回答)

<図3> お風呂やシャワーに入らなかったことにより、 身体のこりはりは普段よりも強く感じましたか。



※ビップ調べ
季節問わず、仕事や勉強で疲れたり
時間がない等の理由で、ついお風呂や
シャワーをせずに寝てしまうことが
あると回答した方のうち、日常生活で
身体のいずれかの部位にこりはりを
感じていると回答した方

15歳～39歳男女 N=337 (単一回答)

【調査概要】

調査名：「風呂キャンセル界限」に関する調査
調査対象者：15歳～39歳の男女1,000名
調査期間：2025年9月17日 調査方法：インターネット調査
調査主体：ビップ株式会社 調査実施機関：アイブリッジ株式会社

「ピップエレキバンシリーズ」について

ピンポイントでコリを解消する「ピップエレキバン」。磁気が体内成分に働きかけ血行を良くし、コリの原因となる老廃物を流します。貼っている間中効果が続くので、2～5日間貼ることを推奨します。そのままお風呂にも入れます。磁力の強さを選べるため、コリの状態によって使い分けが可能。こっているな、と思うところを指で軽く押さえ「少し痛い、気持ちいい」と感じるところに貼ったり、必要に応じてその周囲にご使用ください。その他、首すじ専用設計で頑固なコリに効く「ピップエレキバンネックバンド」や、着けるだけで足裏のコリ・はりを手軽にケアする「ピップエレキバン足裏バンド」、背中まで広がったしつこい肩コリにアプローチする「ピップエレキバンインナークリップ」といった貼らないタイプの商品も展開しています。

■忙しい現代人に嬉しい「ピップエレキバン」のポイント

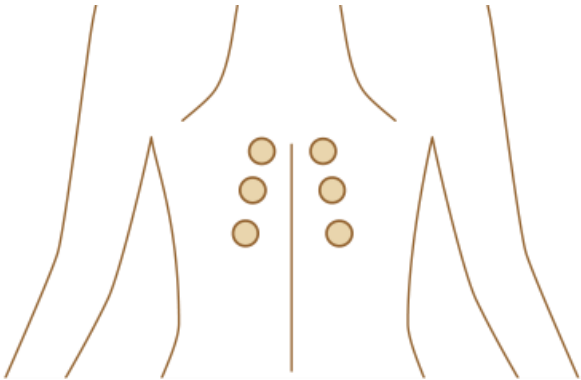
- ・貼っている間磁気の効果が続くので、貼ったままコリをケアできて手間いらず！
2日～5日間の使用がおすすめ。
- ・肌なじみのよい色合いで、貼っても目立ちにくい。
- ・薬剤不使用でにおいがしないので、使用していることが周りにばれにくい。

「ピップエレキバン」のおすすめの貼り方

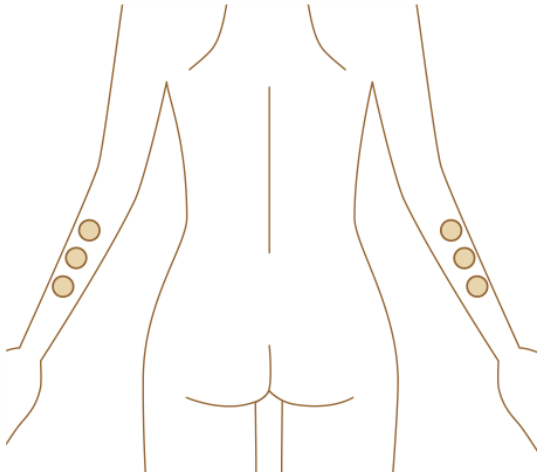
「ピップエレキバン」＝肩や首に使用するものと思われている方が多いのではないのでしょうか。実は「ピップエレキバン」は、首から下の全身のこりはりのケアができる「磁気治療器」です。そんな「ピップエレキバン」の背中・腕のおすすめの貼り方を紹介します。

ピップエレキバン公式ホームページ 貼り方術書：<https://elekiban.pipjapan.co.jp/recipe/>

「背中」のおすすめの貼り方



「腕」のおすすめの貼り方



【製品概要】管理医療機器

効果	装着部位のこり及び血行の改善	
販売チャネル	全国のドラッグストア・量販店・ネット通販 など	
希望小売価格	オープン価格	
製品名	ピップエレキバンワイド	
医療機器認証番号	305AGBZX00029000	
磁束密度	80ミリテスラ	
展開	全1種（6枚）	
製品特長	長さ25mmの棒状磁石を使用。1枚で広範囲のこりに効く	
製品名	ピップエレキバン130	
医療機器認証番号	225AGBZX00030000	
磁束密度	130ミリテスラ	
展開	全4種（12粒、24粒、48粒、72粒）	
製品特長	シリーズで最も支持されている定番人気製品	
製品名	ピップエレキバンMAX200	
医療機器認証番号	228AGBZX00091000	
磁束密度	200ミリテスラ	
展開	全3種（12粒、24粒、48粒）	
製品特長	シリーズ最大の磁束密度。大型円錐磁石で広い範囲に磁気が作用 頑固なこりに効く	
製品名	ピップエレキバンfor mama（販売名：ピップエレキバンMAX200）	
医療機器認証番号	228AGBZX00091000	
磁束密度	200ミリテスラ	
展開	全1種（12粒）	
製品特長	目立ちにくいカラー※の磁石を採用 乳幼児が開けにくいパッケージ でこりにお困りのママに ※製法により多少の色のバラつきがあります	

製品名	ピップエレキバンネックバンド（販売名：ピップマグネネックE）	
医療機器認証番号	307AGBZX00020000	
磁束密度	200ミリテスラ	
展開	1個	
製品特長	首すじ専用設計で、頑固なコリに効く	
製品名	ピップエレキバン足裏バンド	
医療機器認証番号	231AGBZX00003000	
磁束密度	130ミリテスラ	
足のサイズ	22～25cm	
製品特長	寝ている間につけておくだけで、足裏のコリ・はりを手軽にケア ググッとクッションで、歩いたびに足裏を刺激	
製品名	ピップエレキバンインナークリップ	
医療機器認証番号	301AGBZX00015000	
磁束密度	130ミリテスラ	
カラー	ライトグレー/パステルピンク/イエローベージュ	
製品特長	下着にはさむだけ、背中まで広がったしつこい肩コリをケア。 薄型磁石を採用し、3色のパステルカラー展開で目立ちにくい	

【一般のお客様からのお問い合わせ先】

ピップ株式会社 お客様相談室 TEL：06-6945-4427
 ピップ製品情報ホームページ <https://www.pipjapan.co.jp/products/>
 ピップエレキバンブランドサイト <https://elekiban.pipjapan.co.jp/>
 ピップ ウェルネス通販 <https://shop.pipjapan.co.jp/shop/default.aspx>

【SNS】

X公式アカウント
https://x.com/pip_cp
 Instagram公式アカウント
<https://www.instagram.com/>