

# 8月1日は洗濯機の日！うっかり汚れと洗濯に関する調査を実施 汚しやすい料理1位は「トマト系パスタ」、ケア方法1位は「漬けおき」

## 外食やファッションをもっと楽しむためのカギは“落ちる安心感”にあり

酸素系漂白剤「オキシクリーン」を販売する株式会社グラフィコ（代表取締役：マイケル・リード）は、全国の20歳以上の男女556人を対象に、「うっかり汚れと洗濯」に関する意識調査をインターネットリサーチにて実施いたしました。



### ■調査背景

8月1日の「洗濯機の日」にあわせ、全国の20代以上の男女556名を対象に「うっかり汚れと洗濯」に関する調査を実施しました。夏場は白や明るい服を着る機会も増え、食べこぼしや汗じみなどがより気になる季節でもあります。本調査では、日常の洗濯習慣や汚れ対策だけでなく、食事のうっかり食べこぼしシーンや、その後のケア行動までを一気通貫で探り「食事もファッションをもっと自由に楽しむ」ヒントを明らかにします。

### ■調査サマリー

1. 8割超が“うっかり汚れ”を経験！多くが食事中に発生
2. “うっかり汚れ”を引き起こす料理TOP3はコレ！
3. 外食時の“あるある汚れ行動”TOP3は「擦る」「避ける」「気づかれないようにする」
4. ケアにかかる時間は5分以内が主流！支持率No.1は“漂白剤漬けおき”

#### <Appendix>

- ① 主体的に洗濯を担う人は6割超、男性も3人に1人が担当
- ② 洗濯の“ひと工夫”約7割が実践
- ③ 落とせる安心感が行動やファッションを後押し

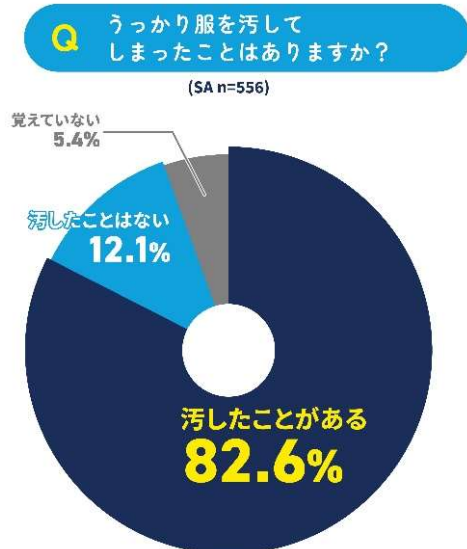
### ■調査概要

【調査方法】インターネット調査 【調査地域】全国  
【調査対象】47都道府県在住の20歳以上の男女  
【サンプル数】556人 【調査期間】2025年6月23日(月)～6月30日(月)  
※グラフ内の数値は小数点第二位以下四捨五入

#### ◆引用・転載時のクレジット表記のお願い

本内容の転載にあたりましては、「オキシクリーン調べ」とクレジットを付記のうえご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

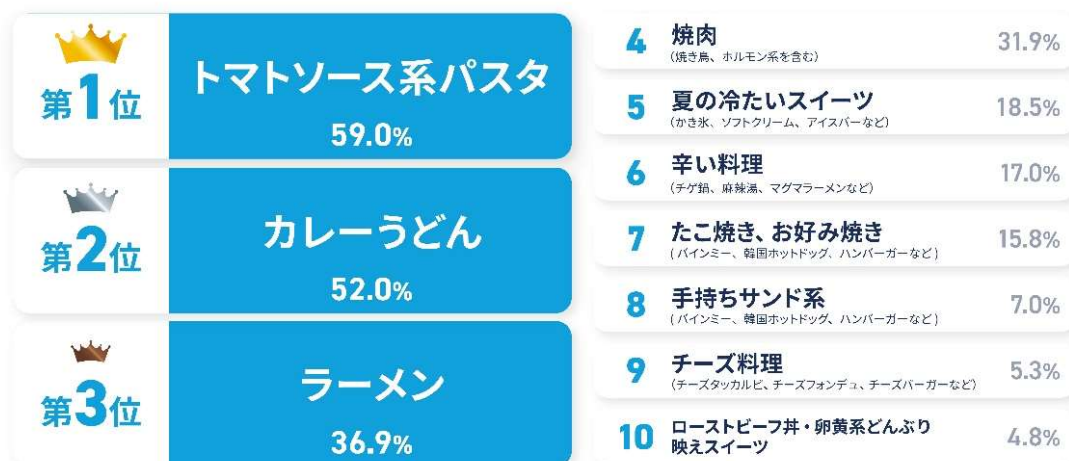
## 1. 8割超が“うっかり汚れ”を経験！多くが食事中に発生



白や明るい色の服を着用する方も増える夏。服をうっかり汚してしまった経験があるかをたずねました。「ある」と回答した人は82.6%にのぼり、さらに汚してしまったシーンを聞いたところ、最も多かったのは「自宅での食事中（66.7%）」、次いで「外食中（61.9%）」でした。

家庭内・外出中どちらの場面でも、**食事中は汚れのリスクが高い**ことがうかがえます。

## 2. “うっかり汚れ”を引き起こす料理TOP3はコレ！



食事中にうっかり汚れを経験した人に「どんな料理で服を汚してしまったか」をたずねたところ、**最多は「トマトソース系パスタ（59.0%）」**でした。続いて「**カレーうどん（52.0%）」**「**ラーメン（36.9%）」**と色素や油分が強い料理が上位を占めました。また、暑い夏に食べたい「冷たいスイーツ」も18.5%と意外にも高い割合に。その他の回答では、インドカレーや醤油、コーヒーやジュースなどの飲み物も汚れの原因として挙げられ、日常のさまざまな食事シーンで、“うっかり食べこぼし”が起こりやすい実態が浮き彫りになりました。

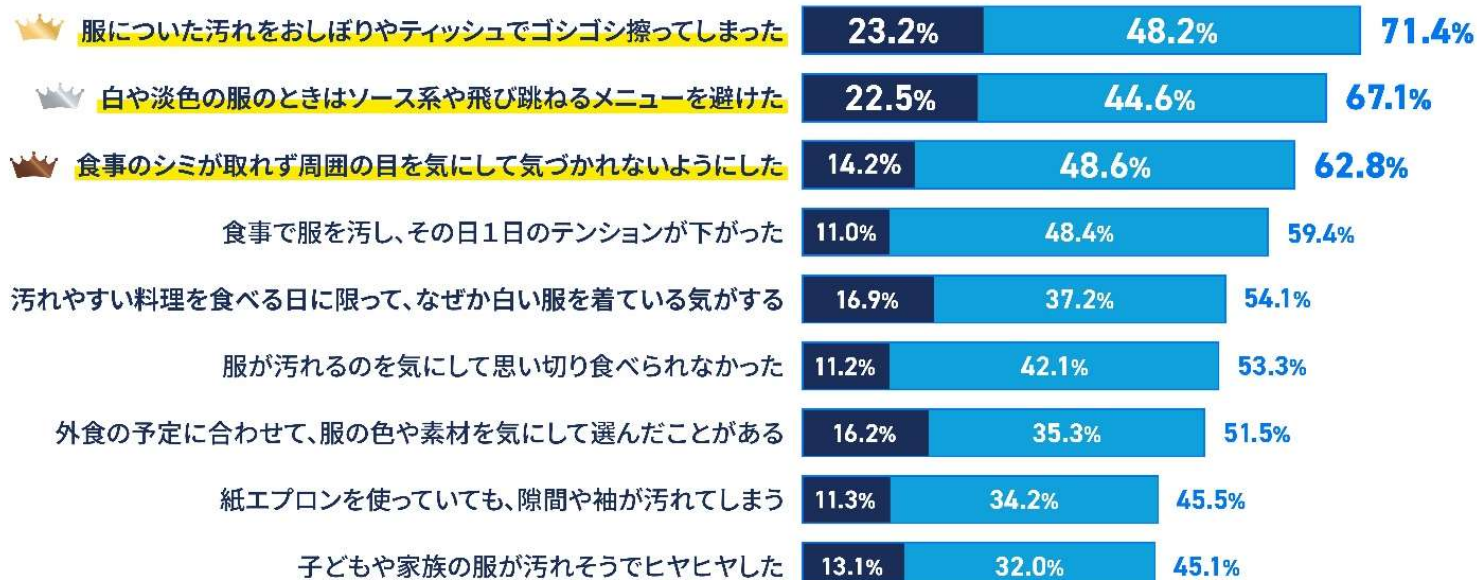
### 3. 外食時の“あるある汚れ行動”TOP3は「擦る」「避ける」「気づかれないようにする」

#### Q 外食中に次のような経験はありますか？

(MA n=556)

■ よくある

■ たまにある



#### 詳しく教えて！みんなの“うっかり食べこぼし汚れ”あるある！（FA ※一部抜粋）

- ・ 服が汚れるのが怖くてあまり味に集中できない（20代女性）
- ・ 新しい服を着て行ったときに限ってシミが飛んでしまって、早く帰ってシミ抜きをしないと気持ちが焦って楽しめない事があった（40代女性）
- ・ 白い洋服の時に、汚れないように用心しながら食べたつもりが結局汚していた（50代女性）
- ・ パスタソースが服に飛び散って妻にいやな顔をされた（50代男性）
- ・ 昼食にカレーうどんを食べる時にカレーのつゆがワイシャツに飛び勤務中テンションが下がった（60代男性）



次に、外食中に次のような経験があるかをたずねたところ「よくある」「たまにある」と回答された行動のトップ3は、

1位「服についた汚れをおしぼりやティッシュでゴシゴシ擦ってしまった（71.4%）」

2位「白や淡色の服のときはソース系や飛び跳ねるメニューを避けた（67.1%）」

3位「食事のシミが取れず周囲の目を気にして気づかれないようにした（62.8%）」

という結果に。うっかり汚れを防ぐための“事前対策”や、汚ってしまった後の“その場対応”が多くの人のために日常的に行われていることが明らかになりました。こうした行動の背景には、「外出先ではすぐに着替えられない」「汚れた服で過ごすストレスが大きい」といった不安やプレッシャーが存在していると考えられます。

自由回答では「服が汚れるのが怖くて味に集中できない」「早くシミ抜きをしないと焦って楽しめない」「カレーうどんのつゆでワイシャツが汚れてテンションが下がった」など、**外食が「楽しい」だけでなく「気が抜けない」場面でもある**ことが語られており、食とファッションの間で葛藤するリアルな声が浮かび上がりました。

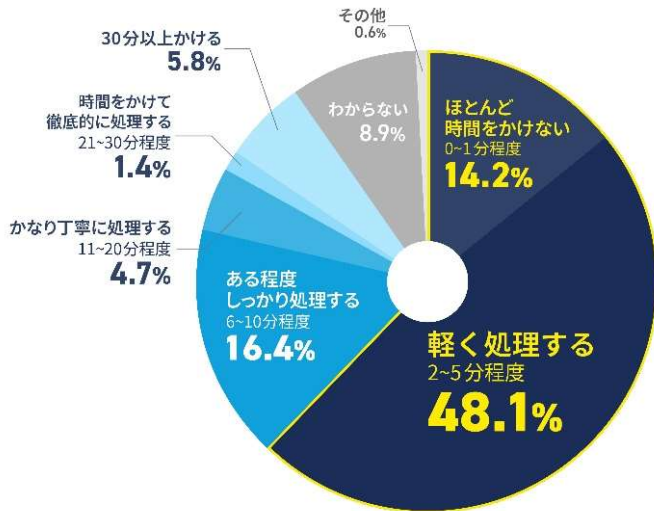


#### 4. ケアにかかる時間は5分以内が主流！支持率No.1は“漂白剤漬けおき”

### “食べこぼし汚れ”に対して

Q 平均どれくらいの時間をかけて洗濯をしていますか？

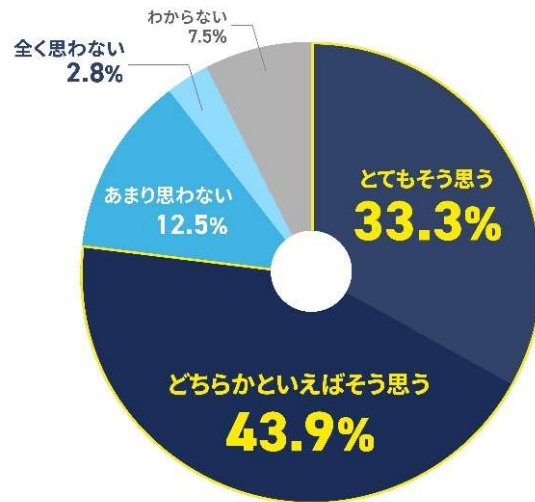
(SA n=360)



62.3%の人が「0~5分以内の軽処理」で済ませている

Q 時短できる方法があれば、前向きに取り組めるとは思いますか？

(SA n=360)



77.2%の人が肯定的に捉えている



多くの人が「食事中にうっかり服を汚してしまった経験がある」と回答する中で、実際に、その後のケアにどれほどの時間と手間をかけているのでしょうか。

洗濯を日常的に行っている人に、食べこぼし汚れにかかる平均ケア時間をたずねたところ、**62.3%が「0~5分以内の軽処理」で済ませている**ことがわかりました。日常の忙しさのなかで、可能な限り手間をかけずに汚れを落としたいという意識がうかがえます。さらに、「時短で服の汚れが落とせる方法があれば、もっと前向きに洗濯に取り組めるか」という質問には、「とてもそう思う（33.3%）」「どちらかといえばそう思う（43.9%）」を合わせて、実に77.2%が肯定的に回答しました。

Q 食べこぼしに対してどのように洗っていますか？

(MA n=360)



そんな中で、実際に行っているケア方法をたずねたところ、**最も多く選ばれたのは「漂白剤で漬けおき（36.7%）」**でした。

この結果は、汚れはしっかり落としたいけれど、できるだけ時間はかけたくないという、現代の生活者に共通する本音を表していると言えます。短時間で済ませられ、放置するだけでしっかり効果を発揮する“漂白剤での漬けおき”が選ばれている背景には、「**手間をかけずにちゃんと落としたい**」という、“**ほったらかしケア**”への強いニーズがあることがうかがえます。



## 【軽く派も、しっかり派も必見】うっかり汚れは自宅でケアできる！

今回の調査結果から、“落とせる安心感”が、行動やファッションを後押ししていることが明らかになりました。自宅で落とせることに加え時間効率も大事。そこでオキシクリーンを使ったテクニックをご紹介します。



### クリンネスト1級 田邊謙司

株式会社グラフィコ販売促進部長兼、「オキシクリーン」の公式SNSの“中の人”。DMで問い合わせを受けることも少なく、ひとりカスタマーセンターと言われることも。ほったらかしても、ちゃんと家事になるアイテムで家事をラクに！という「**ほったらか家事®**」を提唱している

食べこぼし汚れに対して、7割以上の方が少しでも処理をしてから洗濯されていることが素敵なことと感じました。服をきれいにすることは、長く着られることにもなりますので、経済的にも環境的にも良いことが多いと思います。その中で、約5割の方が軽く処理をするとお答えされていることから、忙しい一日の中で、食べこぼし汚れの処理だけに時間を割くことができない様子もうかがえます。そこで、手軽に行えるケアと、しっかりと汚れを落とす方法の2つを紹介します。

### 「軽く処理したい派」の方には、洗濯前の“プレケア”

スプレーボトルの中に、普段お使いの洗濯洗剤と水道水を1：1の割合で入れて混ぜます。それを食べこぼし汚れのついた服に直接吹きかけて揉みこみませることで、洗濯する前に服の繊維に洗剤が染み込み、汚れ落ちがよくなります。ドラッグストアやホームセンターでは、専用のプレケア洗剤が販売されていますので、状況に合わせてお使い分けいただくのもよいでしょう。



### 「しっかり処理したい派」の方には、酸素系漂白剤で“漬けおき”

外出先での食べこぼし汚れは、状況によってはその場で処理しにくいもの。一方で、汚れは時間が経つほどに落ちにくくなるので困ったものです。そこで、漂白剤を使用した漬けおきをおすすめします。漂白剤をお湯で溶かして服を漬けおくことで、汚れやシミを漂白消臭してくれます。色柄ものに使える酸素系漂白剤を常備しておく、外出先でも安心して食事を楽しめるかもしれませんね。



### ★おすすめのオキシクリーン製品はこれ！ オキシクリーン マックスフォース スプレー



汚れにスプレーして、あとは洗濯機へ入れるだけ

### ★おすすめのオキシクリーン製品はこれ！ オキシクリーン



お湯にキャップ一杯のオキシクリーンをいれた溶液に汚れ物をいれ、20分程度漬け置いたあと、通常通り洗濯するだけ

## 製品概要

### ■オキシクリーン マックスフォース スプレー

内容量：354mL メーカー希望小売価格：990円（税込）



#### 【商品特長】

- ①酵素の力で汚れを強力分解
- ②さわやかな香りで汚れもニオイもスッカリ
- ③漂白剤ではないため漂白剤を使用できない衣類や色柄のものにも使用OK

※必ず衣類の洗濯表示等メーカーの取り扱い指示に従ってください

### ■オキシクリーン

- |                |           |                       |
|----------------|-----------|-----------------------|
| ①オキシクリーン 500g  | 内容量：500g  | メーカー希望小売価格：680円（税抜）   |
| ②オキシクリーン 1000g | 内容量：1000g | メーカー希望小売価格：1,180円（税抜） |
| ③オキシクリーン 1500g | 内容量：1500g | メーカー希望小売価格：1,500円（税抜） |
| ④オキシクリーン 2000g | 内容量：2000g | メーカー希望小売価格 1,980円（税抜） |

#### 【商品特長】

- ・酸素の力で、漂白・消臭（※1）・除菌（※2）
- ・色柄物にも使える（※3）
- ・ツンとしたニオイがない
- ・衣類はもちろん、キッチンやお風呂、ベランダや玄関、お部屋の床など家中使える

- ※1・・・すべての汚れ・ニオイが落ちるわけではありません。  
※2・・・布製品を1時間以上漬けおきた場合（すべての菌を除菌するわけではありません）。  
※3・・・必ず洗濯表示をご確認の上、ご使用ください。



## オキシクリーンとは



1997年にアメリカで誕生した洗剤ブランドです。日本には1999年に上陸、酸素の泡で衣類のシミ・汚れを落とす粉末タイプの酸素系漂白剤が人気となっています。衣類、食器、タイルなどの水洗いできる素材に使用でき、家じゅうのほとんどの汚れを落とすことができます。ツンとした刺激臭も無く、小さなお子様のいらっしゃるご家庭にもおすすめです。

オキシクリーン ブランドサイト

<https://www.oxicleanjapan.jp/>

報道関係の方からの  
お問合せ先

株式会社グラフィコ  
広報担当：長江、田中、田邊  
TEL：03-5759-5292（直通）  
FAX：03-5759-5088  
mail：[press@graphico.co.jp](mailto:press@graphico.co.jp)

お客様からの  
お問合せ先

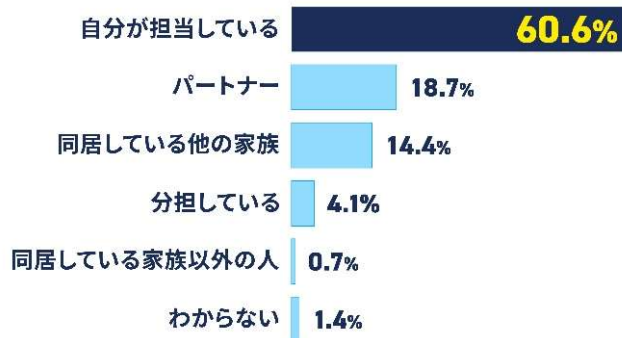
東京都品川区大崎1-6-1  
グラフィコカスタマーセンター  
TEL 0120-498-177  
（平日10:00～16:00年末年始除く）



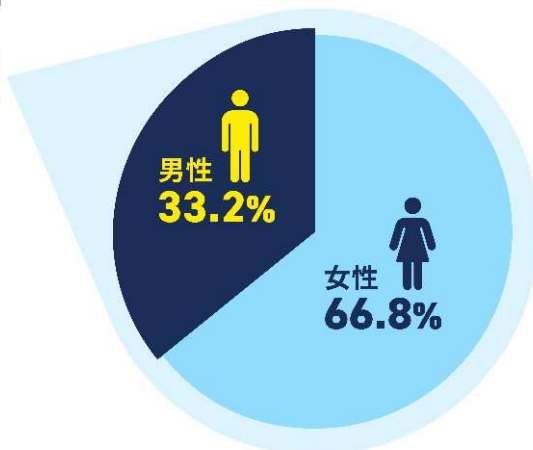
## Appendix①：主体的に洗濯を担う人は6割超、男性も3人に1人が担当

Q 普段の洗濯は主にどなたが担当していますか？

(SA n=556)



自分で担当している、分担している合わせて  
64.7%の人が主体的に洗濯をしている



自分が担当している (n=337)



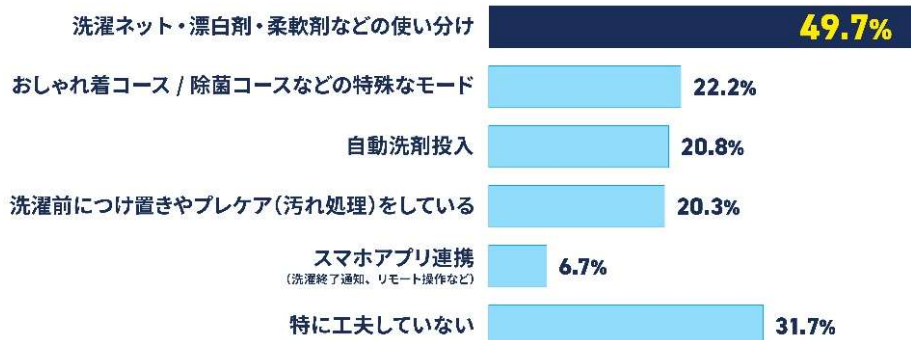
まず、普段の洗濯は誰が担当しているかをたずねたところ「自分が担当している」人は6割を超え「分担」も含めると64.7%と、多くの人洗濯を主体的に行っていることが分かりました。

特に男性も33.2%が洗濯を担っている実態は、共働き世帯の増加や家事シェア意識の高まりを反映する結果となりました。

## Appendix②：洗濯の“ひと工夫”約7割が実践

Q 洗濯時に活用している機能・工夫を教えてください

(MA n=360)



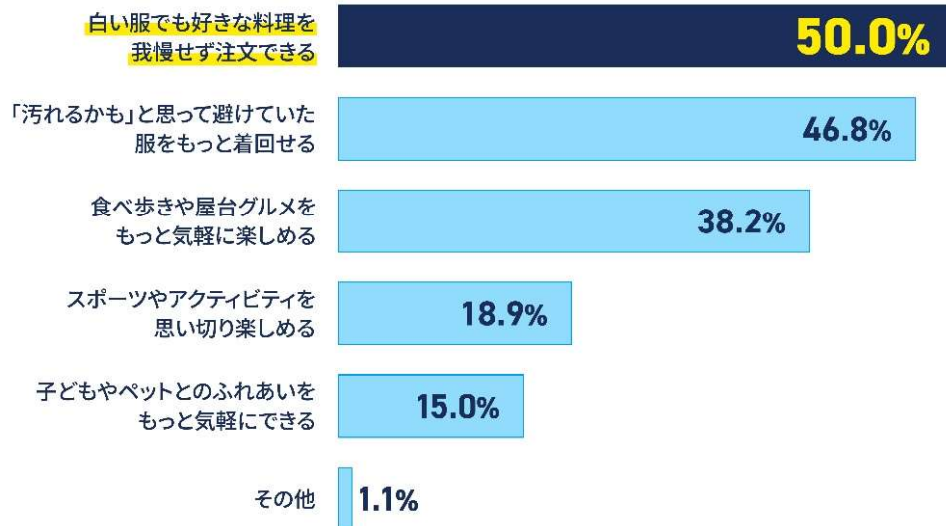
次に、洗濯を主体的に行っていると回答した人に、洗濯時に活用している機能や工夫をたずねました。最多は「洗濯ネット・漂白剤・柔軟剤などの使い分け（49.7%）」。続いて「おしゃれ着コース・除菌コースなどの特殊モード（22.2%）」や「自動洗剤投入（20.8%）」も一定数見られ、**全体の約7割が何らかの工夫を取り入れている**ことが明らかになりました。

こうした工夫は、仕上がりへのこだわりや、効率よくキレイに洗いたいという意識の表れといえそうです。ちょっとした工夫が洗濯のストレスを軽減し、前向きに取り組むきっかけとなっていることがうかがえます。

## Appendix③：落とせる安心感が行動やファッションを後押し

Q 服が汚れても自宅で落とせるという安心感があれば、具体的にどのような行動を楽しめると思いますか？

(MA n=380)



最後に「服が汚れても自宅で落とせるという安心感があれば、もっとファッションやアクティビティを楽しめると思う」と回答した人に、具体的にどのような行動を楽しめるかたずねると、半数の人が「白い服でも好きな料理を我慢せず注文できる（50.0%）」、「汚れるかも」と思って避けていた服をもっと着回せる（46.8%）」と回答し、**服の汚れ対策が行動や気持ちに影響していることがわかりました。**

これらの結果から、洗濯の手間や“落ちないかもしれない”という不安が減ることで、日常の選択肢や楽しみ方が広がっていく様子がうかがえます。洗濯のしやすさは、暮らしをより自由で前向きなものにする後押しになっているようです。