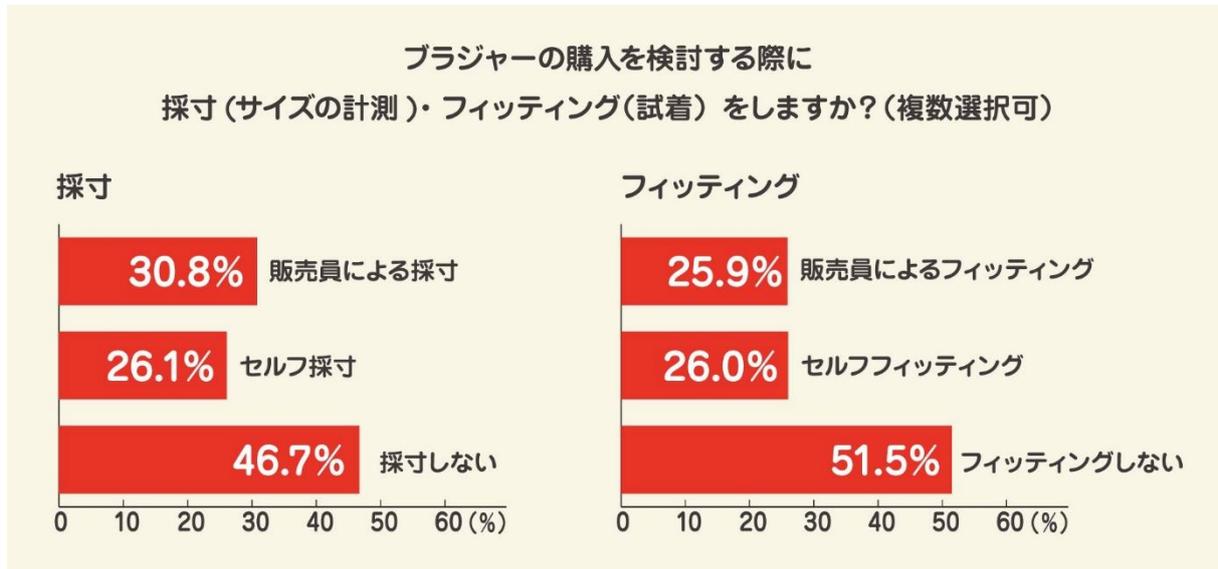


【3月12日はサイズの日】

2,000名を対象にブラジャー購入時の採寸・フィッティングの実態を調査

約半数が採寸やフィッティングを実施していないことが判明！

～この春、自分のからだを知って、ぴったりサイズのブラに出会ってみませんか？～



株式会社ワコール（本社：京都府京都市、代表取締役社長執行役員：川西啓介）は、3月12日の「サイズの日」を前に、20代から50代の女性2,000名を対象に、ブラジャー購入時の採寸やフィッティングの実態を調査しました。

「サイズの日」は「サ(3)イズ(12)」の語呂合わせと、新生活を迎える時期にあらためて“自分に合ったサイズを知ること”の大切さを伝えたいという想いから、ワコールが制定した記念日です。

今回の調査では、まず「ブラジャー購入時の採寸(サイズ計測)・フィッティング(試着)経験」について質問。「採寸しない」が46.7%、「フィッティングしない」が51.5%と最も多く、「販売員による採寸」は30.8%、「販売員によるフィッティング」は25.9%という結果になりました。年代別にみると、20代は「販売員による採寸」は46.6%、「販売員によるフィッティング」は39.6%と、最も高く、年代が上がるにつれて「採寸しない」「フィッティングしない」と回答する割合が増加する傾向がみられました。年齢とともに採寸やフィッティング確認の機会が減少している実態がうかがえます。

ワコールでは、自分に合ったサイズを気軽に知ってもらうために、さまざまなニーズに合わせた取り組みを展開しています。3秒でセルフ計測ができる3D計測サービス「SCANBE(スキャンビー)」や、専門のカウンセラーがブラやバストのお悩みに無料でお応えするイベント「ワコールブラ無料診断」に加え、気持ち上がる「わぁ」体験を提供するフィッティングキャンペーンも3月から開催中です。知識が豊富なビューティーアドバイザーとともに、気持ちまで上がる、自分にぴったり合った1枚をぜひ見つけてください。

「サイズの日」特設ページ：<https://www.bodybook.jp/article/190573.html>

ワコールの「わぁ」フィッティングキャンペーンサイト：<https://www.wacoal.jp/fittingcampaign/>

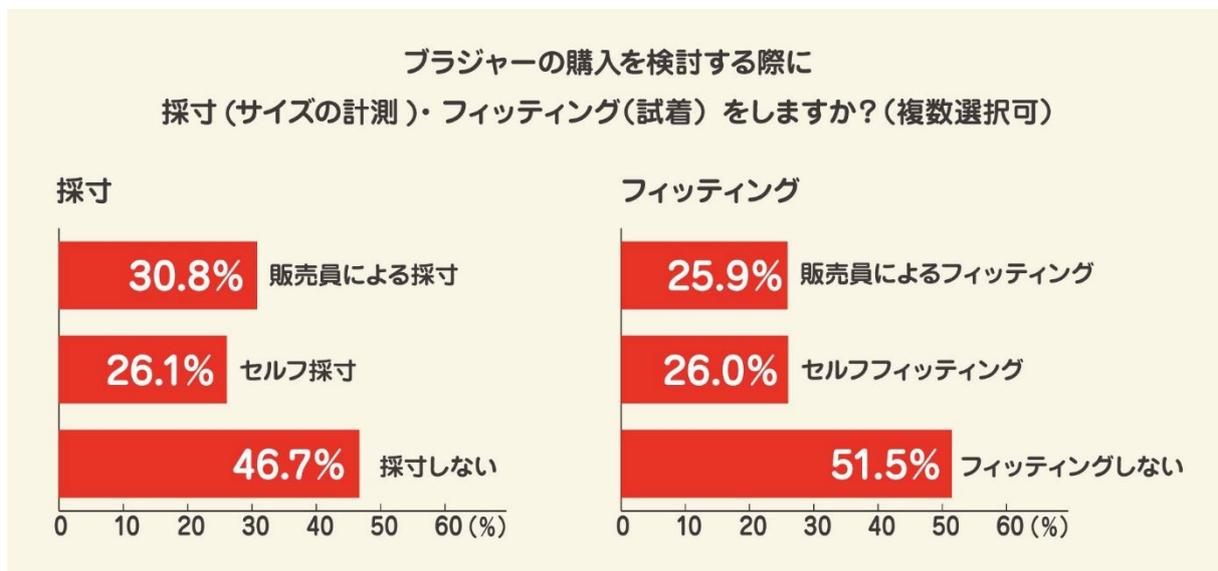
【ブラジャーの実態調査についてのポイント】

- ブラジャー購入時の採寸・フィッティング経験では「採寸しない」が46.7%、「フィッティングしない」が51.5%と最多に。サイズや着用感を確認せずに購入している人が多い実態が明らかになりました。
- 年代別にみると、20代は「販売員による採寸」は46.6%、「販売員によるフィッティング」は39.6%と最も高く、年代が上がるにつれて採寸・フィッティングをしない傾向がみられました。
- 気持ちが上がる「わぁ」体験を提供するフィッティングキャンペーンも3月から全国で開催中。知識が豊富なビューティーアドバイザーとともに、気持ちまで上がる、自分にぴったり合った1枚をぜひ見つけてください。

【ブラジャーの実態調査】

(1) [採寸・フィッティング経験について]

- ブラジャーの購入を検討する際の採寸・フィッティングの有無



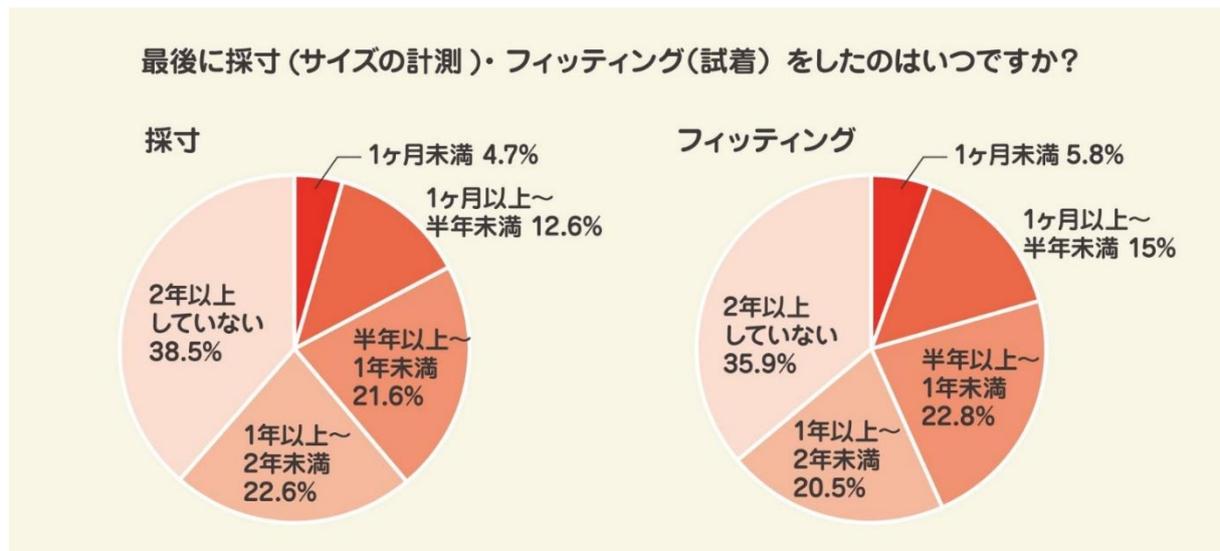
ブラジャーの購入を検討する際の採寸・フィッティングの有無について、「販売員による採寸・フィッティング」「セルフの採寸・フィッティング」「採寸・フィッティングしない」(複数回答可)を質問。「採寸しない」が46.7%、「フィッティングしない」が51.5%と、採寸・フィッティングどちらにおいても「しない」と回答した人が最も多く、セルフや販売員による採寸・フィッティングを上回る結果となりました。

<年代別の傾向>

年代別に見ると、20代では「販売員による採寸(46.6%)」「販売員によるフィッティング(39.6%)」が他の年代と比べて高い結果に。

「採寸しない」「フィッティングしない」の割合は、年代が上がるにつれて増加。50代では「採寸しない(56.4%)」「フィッティングしない(58.8%)」と割合が高くなる傾向がうかがえました。

●最後に販売員による採寸・フィッティングをしたタイミング



「販売員による採寸・フィッティング」のタイミングを調査。

ワコールではシーズンごと、もしくは、少なくともブラの買い替えの時には採寸することをおすすめしていますが、61.1%の人が1年以上採寸をしていない実態がわかりました。

また、フィッティングにおいても、1年以上していない人が56.4%と半数以上いる結果になりました。

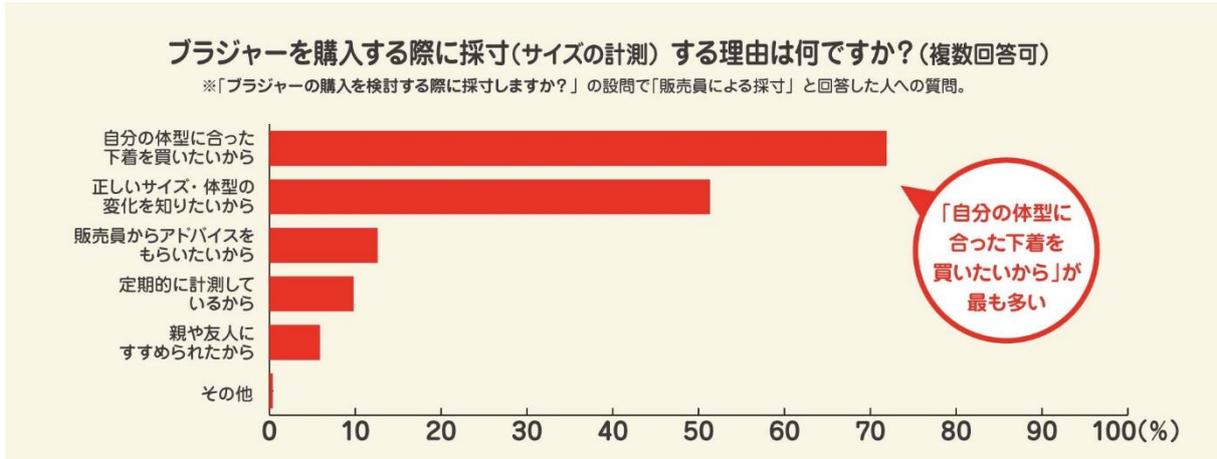
<年代別の傾向>

20代では他の年代と比べて「1年以内に採寸・フィッティングを受けている」人が多く（採寸44.6%・フィッティング51.5%）、「2年以上していない」人が少ない結果となりました（採寸31.8%・フィッティング26.8%）。このことから、20代は定期的に「販売員による採寸・フィッティング」を受けている様子がうかがえます。

一方、「2年以上していない」の割合は年齢とともに高くなり、50代では最も高い結果となりました。（採寸46.0%・フィッティング47.1%）

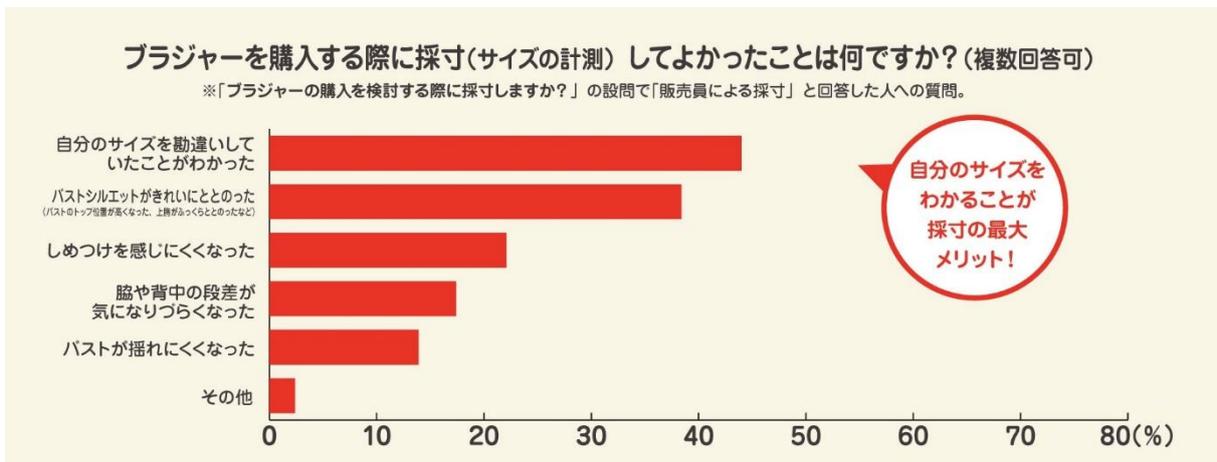
(2) [採寸・フィッティングをする/しない理由]

●ブラジャーを購入する際に採寸をする理由



ブラジャーを購入する際に採寸をする理由は、「自分の体型に合った下着を買いきたいから (71.9%)」が最も多く、次いで「正しいサイズ・体型の変化を知りたいから (51.3%)」となりました。

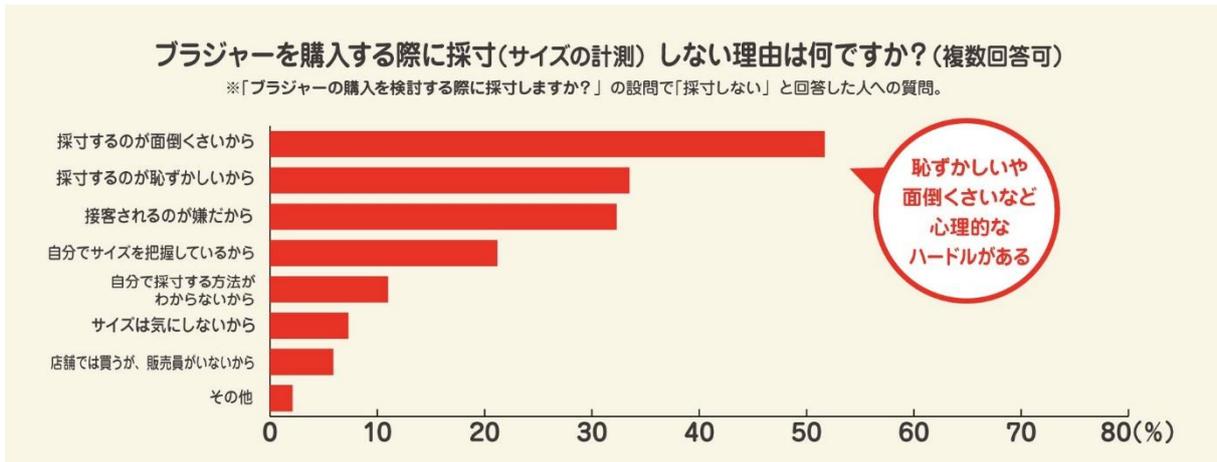
●ブラジャーを購入する際に採寸してよかったこと



ブラジャーを購入する際に採寸してよかったことは、「自分のサイズを勘違いしていたことがわかった (44.0%)」がトップに。次いで、「バストシルエットがきれいにととのった (38.4%)」「しめつけを感じにくくなった (22.1%)」といった回答も挙げられています。

この結果から、採寸によって自分の正しいサイズを把握できることが、ブラジャー選びにおける大きなメリットであることがうかがえます。

●ブラジャーを購入する際に採寸をしない理由



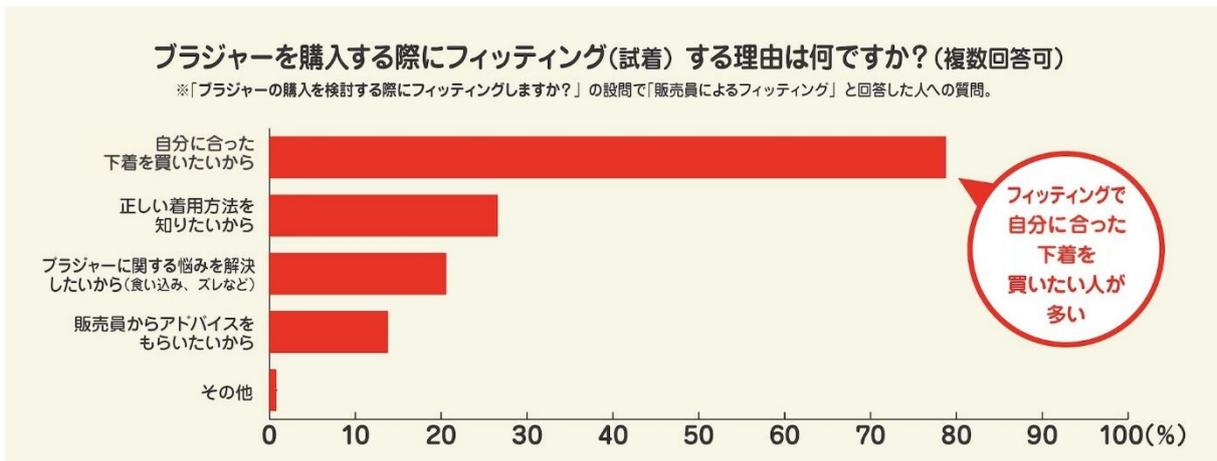
ブラジャーを購入する際に採寸をしない理由は、「採寸するのが面倒くさいから (51.7%)」が最多に。続いて、「採寸するのが恥ずかしいから (33.5%)」「接客されるのが嫌だから (32.3%)」といった心理的なハードルが挙げられました。

<年代別の傾向>

20代では「採寸するのが恥ずかしいから (40.5%)」が他の年代より高く、「自分で採寸する方法がわからないから (18.5%)」という声も挙げられています。

30・40代では、「採寸するのが面倒くさいから」といった理由が特に高い割合に。50代では「自分でサイズを把握しているから (28.7%)」という理由が他の年代よりも高くなりました。

●ブラジャーを購入する際にフィッティングをする理由



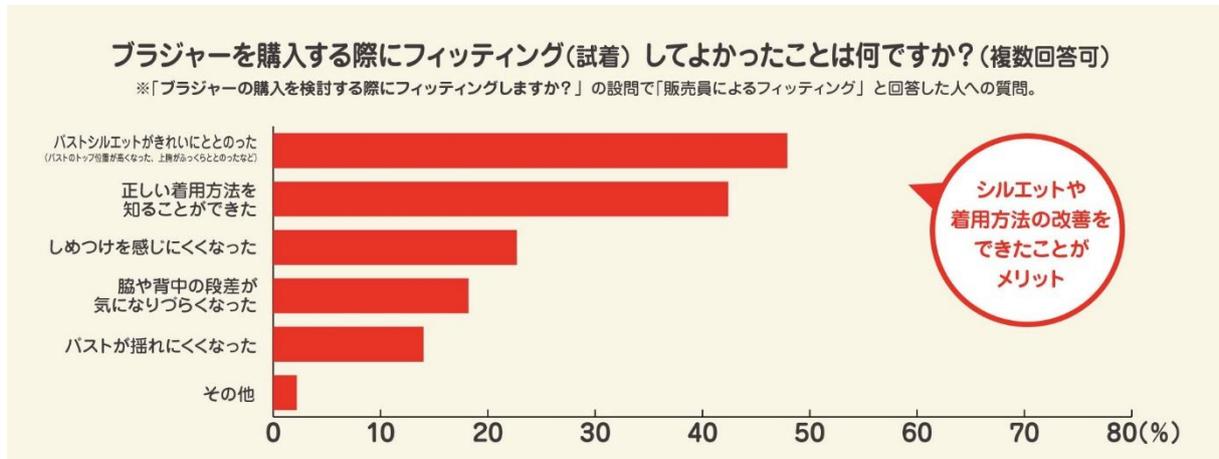
ブラジャーを購入する際にフィッティングをする理由は、「自分に合った下着を買いきたいから (78.8%)」が最も高く、続いて「正しい着用方法を知りたいから (26.6%)」「ブラジャーに関する悩みを解決したいから (20.6%)」「販売員からアドバイスをもらいたいから (13.8%)」となりました。

<年代別の傾向>

「自分の体型に合った下着を買いきたいから」がすべての年代で高い割合を示し、特に50代では

81.1%という結果に。また、「販売員からアドバイスをもらいたいから」は40代で17.9%と全体より高い傾向がみられたものの、50代では9.2%と低くなりました。

●ブラジャーを購入する際にフィッティングしてよかったこと



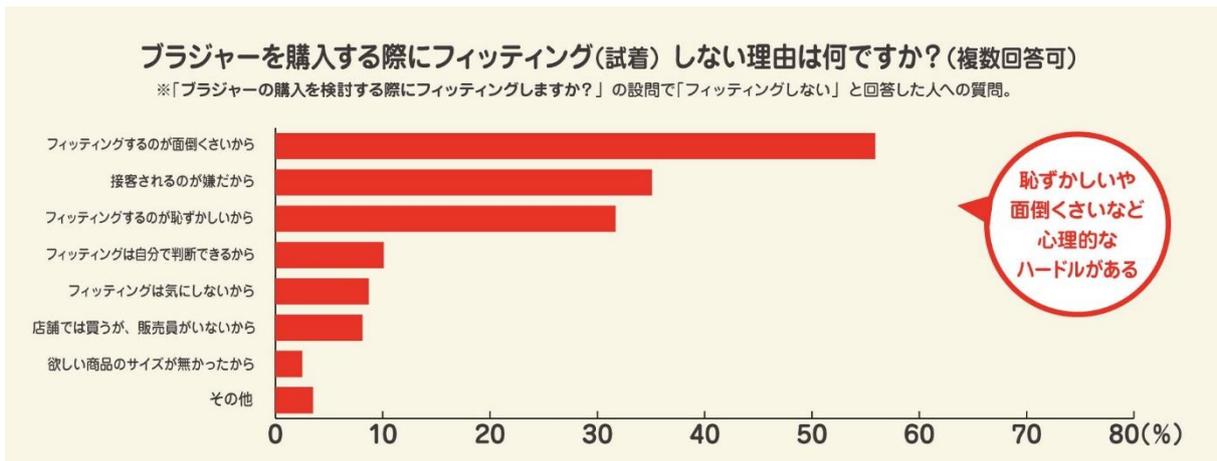
ブラジャーを購入する際にフィッティングしてよかったことは、「バストシルエットがきれいにととのった (47.9%)」や「正しい着用方法を知ることができた (42.4%)」が上位となり、「しめつけを感じにくくなった (22.7%)」という回答も挙げられました。フィッティングによって、シルエットや着用方法が改善されたことをメリットとして感じていることがわかります。

<年代別の傾向>

40・50代では「脇や背中との段差が気になりづらくなった」が他の年代よりも高く、40代で22.9%、50代で20.9%となっています。同様に、「しめつけを感じにくくなった」も40代で27.5%、50代で28.6%と支持されました。

一方、20代では「バストが揺れにくくなった (17.2%)」が、他の年代と比べてやや高い結果となりました。

●ブラジャーを購入する際にフィッティングをしない理由



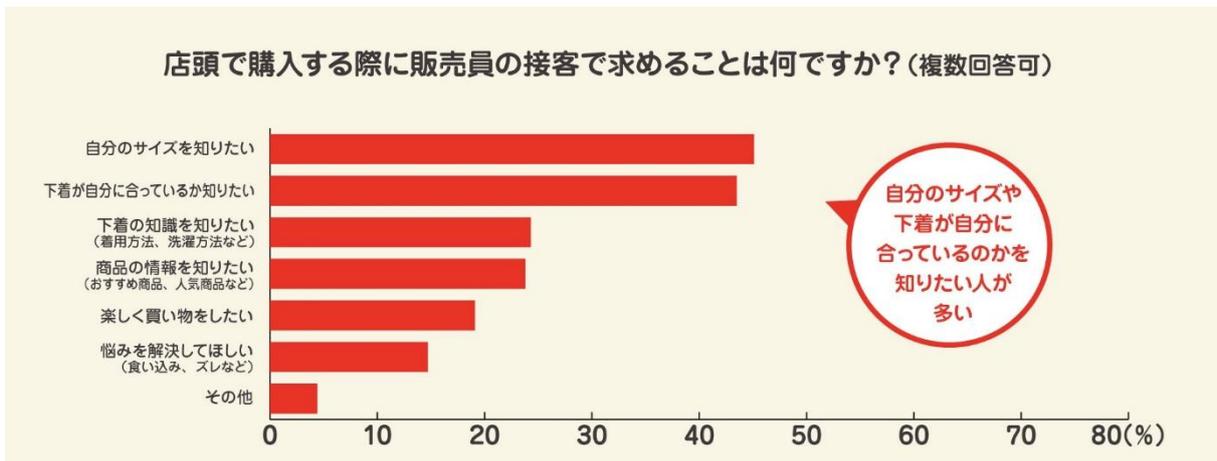
ブラジャーを購入する際にフィッティングをしない理由は、「面倒くさいから (55.9%)」がトップで、「接客されるのが嫌だから (35.1%)」「恥ずかしいから (31.7%)」が続いています。

<年代別の傾向>

20・30代では「恥ずかしいから (20代: 37.3%、30代: 38.0%)」が高い傾向が分かりました。一方、50代では「恥ずかしいから (22.1%)」が他の年代より低い結果となり、「自分で判断できるから (16.3%)」が高くなっています。年代が上がるにつれて、自己判断が理由となる傾向がみられました。

(3) [販売員の接客に求めること]

●店舗で購入する際に販売員の接客で求めること



店舗で購入する際に販売員の接客で求めることは、「自分のサイズを知りたい (45.1%)」「下着が自分に合っているか知りたい (43.5%)」との回答が多く寄せられました。続いて、「下着に関する知識を知りたい (24.3%)」「商品の情報を知りたい (23.8%)」も挙げられ、販売員には下着の専門家としての対応が求められていることがうかがえます。

<年代別の傾向>

20・30代では「自分のサイズを知りたい（20代：49.6%、30代：48.7%）」が高く、20代では「下着に関する知識を知りたい（31.2%）」も高い結果となりました。

一方、50代では「商品の情報を知りたい（27.3%）」や「悩みを解決してほしい（15.9%）」が他の年代と比べて高くなりました。

【調査概要】

調査名：ブラジャーの実態調査

調査期間：2026年1月

調査対象：20代～50代の女性計2,000名

調査手法：インターネット調査

【下着美容研究家によるアドバイス】

下着美容研究家の湯浅美和子さんに、今回のアンケート調査を踏まえたうえで採寸・フィッティングに関するアドバイスをお聞きしました。

ー 採寸・フィッティングをしない人が多い理由は何だと思いますか？

「下着は身につけてみないとからだに合うかわからない」ということを知らない人が多いからではないでしょうか。からだは一様ではなく、肉質や肌質など個人差があり、合う下着の正解は人それぞれ異なります。サイズや肌あたりなどのフィット感を試して、自分のからだに合う下着を見つけるのがフィッティングなのですが、「面倒くささ」「恥ずかしさ」が先行してその機会を逃してしまうのでしょうか。また、年齢とともに体型や肌質、肉質は少しずつ変化しますが、「自分のサイズはこれ」と決めつけて、見直す必要性を感じていない人も多いようです。

ー 採寸・フィッティングをしない人が多い理由（面倒・恥ずかしい・接客が苦手など）について、どう思いますか？ また、それを乗り越えるにはどうしたらいいですか？

私も以前は試着が面倒くさい派で、デザインだけで下着を選んでいましたが、今では考えられませんが、すてきな販売員の方のアドバイスで、下着選びの価値観が大きく変わりました。正しく採寸し、丁寧にフィッティングすることで、自分のからだがととのい、動きやすくもなり、下着に対してのストレスを感じなくなりました。試着への苦手意識を乗り越えるには、脱ぎ着しやすい服装で行くなど、ハードルを下げる工夫がおすすめです。また、試着の時間を「自分を思いやるケアタイム」と捉えることも大切です。今の自分のからだを知り、合う下着を選ぶことは、未来の自分への投資にもなると思います。

ー 採寸・フィッティングで印象に残っている体験はありますか？

30代前半のときに数年振りにフィッティングをしたときの体験です。鏡に映った自分のからだがととのっているのを見て、「下着だけでこんなに変わるのか」と試着するよろこびを知りました。例えば、それまではガードルに対して「窮屈でダサイ」というイメージがありましたが、デザインも着用感も進化しており、正しく選ぶと快適で、シルエットも美しくととのうことを知りました。これを機に、下着の買い方を見直し、販売員の方とコミュニケーションを取りながら選ぶようになりました。すぐれた機能の下着も、正しい着け方を知らなければ本来の機能が発揮できません。下着のプロにサイズだけでなく着け方や選び方まで丁寧に教えてもらうことが理想だと感じています。

ー 採寸・フィッティングが苦手な人へのアドバイスをお願いします。

採寸やフィッティングは、ただの「試着」ではなく、自分の美しさを更新するための時間だと思ってみてほしいです。年齢とともに肉質や肌質などからだが変わることを知るのも大切です。今の自分のからだに最も合う下着に出会うと、鏡の前でのビフォーアフターも明らかで、「私ってこんなふうにととのうんだ」と気持ちまで明るくなります。また、お店に行くと最新の下着や流行も知ることができ、下着の進化がからだの悩みを軽減させる可能性を広げてくれます。

【下着美容研究家・湯浅美和子さん プロフィール】



アナウンサー・タレントとして活動する傍ら、下着とボディコンサルティングの専門資格「インティメイトアドバイザー（NBF 認定）」を取得。テレビ番組や女性誌など幅広いメディアで、下着情報や下着によるフレイルケアの解説・監修を行っている。

著書『Beauty Body Protocol 大人のための下着の教科書（ブックマン社）』を刊行。「下着次第で、こころもからだも美しくなれる」をテーマに、正しい下着の選び方やフィッティングの基礎知識をわかりやすく紹介している。

【ワコールの「わあ」フィッティングキャンペーン】

A promotional banner for Wacoal's 'Wa' fitting campaign. The banner is split into two main sections. The left section has a pink background and features the text 'ワコールのわあ' at the top, an image of a white arched window with curtains, and the slogan '自分に合ったものって、こんなに違うんだ！' (Something that fits you, it's so different!). Below this, it says 'その一枚、下着のプロが採寸で見つけます。' (That one piece, a professional undergarment expert finds it by measuring). The right section has a dark red background and features the text '採寸・試着で' (By measuring and trying on), 'スタンプが10個貯まって' (After saving 10 stamps), 'いまなら 実質最大 500 ポイントプレゼント' (Now, a real maximum of 500 points gift), and a date range '2026.3.1 sun. ▶ 4.30 thu.' (March 1st Sunday to April 30th Thursday).

ワコールの店舗では、気持ち上がる試着体験をしていただける【ワコールの「わあ」フィッティングキャンペーン】を3月から開催中。

4月30日（木）までに採寸・試着をしていただくと、ワコール公式アプリ「ワコールカルネ」のスタンプが10個貯まり、実質最大500ポイントを付与します。

ビューティーアドバイザーとの会話やプロの目と手による正しい採寸によって、お悩みや採寸結果をもとに提案するぴったりの下着を試着して感じるさまざまな「わあ」と、気持ち上がる試着をぜひご体験ください。

※スタンプが10個貯まると、500ポイントをプレゼントします。

※スタンプの有効期限は、初回スタンプ付与日から1年間で、最大30スタンプまで貯めることができます。

※付与されるスタンプ数が30スタンプを超える場合、上限を超えた分のスタンプは反映されず、スタンプの繰り越しも行われません。

「わあ」体験の流れ



フィッティング体験者のお声

バストが大きく、下着選びに苦労してきましたが、「胸を強調したくない」という要望を汲み取ってくださり、試着の際には「これならスーツやニットでも安心ですね」と一緒に喜んでくれたことに感動しました。(20代)

試着の際、「肩紐が下がりやすいことはありませんか？」とピンポイントで声をかけてもらいました。着用している下着の状態と体型などから悩みまでわかるなんてすごい洞察力だと思いました。(20代)

出産・授乳を経て体型も変化し、久々の下着選びで不安でしたが、試着で美しいボディラインにととのえてくれたうえ、今後は自分でもできるようにと、ブラのつけかたを丁寧に教えてくれて感動しました。(30代)

久々のフィッティングで、ブラジャーを何通りも試着させてもらいました。購入したのはいつもと違うサイズでしたが、今までで一番からだにフィットしている感じがしました。(40代)

ワコールの「わあ」フィッティングキャンペーンサイト：<https://www.wacoal.jp/fittingcampaign/>
対象店舗一覧：<https://www.wacoal.jp/shops/search-result.html?bbr=1010#searchScrollArea>
取り置き・取り寄せキャンペーン：https://store.wacoal.jp/member_info/storerreserve.html

【ワコールおすすめのサービス】

ワコールでは、お一人おひとりがこちよく自分に合ったブラジャーを見つけただけできるよう、さまざまなニーズに合わせたブラジャー選びのサービスも展開しています。



3D 計測サービス「SCANBE（スキャンビー）」

「わたしを知って、わたしになる。」をコンセプトに、3D ボディスキャナーを用いた3秒のセルフ計測で、自分のからだを360度見られる3D映像や全身20カ所の採寸データ、体型特徴、インナーウェアのサイズを知ることができるサービスです。

「SCANBE」公式サイト：

<https://www.wacoal.jp/scanbe/>



「ワコールブラ無料診断」

専門のビューティーアドバイザーが、ブラやバストについてお客さまのお悩みをお聞きします。

今つけているブラが合っているかどうか、お客様の希望に合うブラのタイプなど、無料でお応えします。

「ワコールブラ無料診断」公式サイト：

<https://www.wacoal.jp/check/>



「わたしに合うブラ診断」

3D 計測またはセルフ診断によって、ワコール独自のアルゴリズムで、全8タイプの中からあなたのボディタイプを診断。体型の特徴やブラとの相性度を紹介します。

「わたしに合うブラ診断」公式サイト：

<https://store.wacoal.jp/topics/feature/brashindan.html>

<報道関係者向けのお問い合わせ先>

取材：press-ml@wacoal.co.jp

各種リース（商品・画像・調査データ等）：<https://www.wacoal.jp/ad/lease/>

<一般のお客様からのお問い合わせ先>

ワコールお客様センター：<https://www.wacoal.jp/support/>