化粧文化研究報告

2026年5月15日

ISSN 2760-781X (Online)

第1号

化粧文化×ウェルビーイング

Bulletin of Cosmetic Culture Studies

ポーラ文化研究所 POLA RESEARCH INSTITUTE OF BEAUTY & CULTURE

目次

はじめに ……4

［研究ノート］

化粧文化ギャラリーオープン記念トークイベント 女性像から読みとく化粧文化　富澤洋子 ……5

メンズ化粧の歴史をたどる 制度・美意識・化粧品　富澤洋子 ……10

パーマネントの戦中史とその後　富澤洋子 ……23

［論考］

化粧文化からみたウェルビーイング試論　富澤洋子 ……27

［資料紹介］

『都風俗化粧傳』　川上博子 ……45

携帯用化粧道具セット　立川有理子 ……48

［Discovery Days 活動報告］

Art & Books ギャラリートーク はじまりの美学　富澤洋子 ……50

ワークショップ 江戸ムスメの理想肌　富澤洋子 ……53

ワークショップ BEAUTY TRIP　富澤洋子 ……58

［Discovery Days 活動報告］では、2024 年 5 月にオープンした「化粧文化ギャラリー」で展開している、ギャラリートークやワークショップなどの活動を紹介する。化粧文化ギャラリーの詳細は、ポーラ文化研究所ウェブサイト「化粧文化ギャラリー」を参照されたい。https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/gallery/

化粧文化研究報告 第 1 号

2026 年 5 月 15 日 発行

発 行 者　阿部 祐大

発 行 所　株式会社ポーラ・オルビスホールディングス
ポーラ文化研究所

住　　所　東京都港区南青山 2-5-17
ポーラ青山ビルディング 1F

デザイン　津田 遊子

編　　集　立川 有理子

※本誌の無断転載を禁止します。

はじめに

ポーラ文化研究所は、化粧を学術的に探究することを目的として、1976 年 5 月 15 日に設立されました。以来、化粧を「人々の営みの中で培われてきた大切な文化である」と位置づけ、化粧文化に関する資料の収集保存、調査研究、公開普及に継続して取り組んできました。

本年、当研究所は設立 50 周年を迎えました。半世紀にわたる活動のなか、私たちは「化粧」や「美」の文化が、人々の生活や価値観と深く結びつき、社会の変化とともに目的や意味、表現を変え続けてきたことをとらえてきました。そして、この節目の年に、化粧文化を探求し続けてきた研究所として、生活者や社会に向き合いながら、「化粧」や「美」をめぐる問いを今日的な視点から探求する研究誌『化粧文化研究報告』を創刊しました。本誌では、研究の成果や新たな知見を広く発信していきます。

創刊号のテーマは「化粧文化×ウェルビーイング」です。不透明さや不確かさが指摘される現代において、価値観は一層多様化し、化粧や美容に求める「美」は、外見のみでは語りきれないものとなっています。こうした状況を背景に心身の健やかさや社会的な充足感が重視される今日、当研究所では「美」の意味を問い直す研究テーマとして「化粧文化×ウェルビーイング」を取り上げました。その探索の一端を［論考］として発表します。

また、［研究ノート］には化粧文化の多彩な世界と出会い、感受性が広がる場「化粧文化ギャラリー」（東京都港区）のオープニングイベント「女性像から読みとく化粧文化」をはじめとする、化粧文化に関する研究成果を掲載しています。［資料紹介］では、化粧道具や文献など、当研究所が所蔵する化粧文化資産を紹介します。さらに［Discovery Days 活動報告］では、化粧文化ギャラリーで実施したギャラリートークやワークショップの取り組みを報告します。

『化粧文化研究報告』を通じて、化粧文化への理解を深め、広めることに努めるとともに、化粧文化研究の発展に寄与することを目指します。ひいては、本誌が社会や人々の人生を豊かに彩り、気づきをもたらす存在となることを願っています。

［研究ノート］

化粧文化ギャラリーオープン記念トークイベント

女性像から読みとく化粧文化

富澤 洋子／ポーラ文化研究所

登壇者：西原 妙子　富澤 洋子／ポーラ文化研究所　2024 年 6 月 22 日　P.O.南青山ホール

1. はじめに 歴史の中の美人とは？　時代や地域で異なる美の基準

「美」の変遷をたどろうとするとき、文学や美術作品に頼ることが多い。美術全集に掲載された土を焼いた人物像、神話に登場する女神像の彫刻や絵画、王侯貴族の肖像画などは、写真という媒体がない時代には、時代ごとの美意識を知るための有力な手掛かりになる。しかし「化粧文化」で注目したいのは、作家論や様式論ではない。それぞれの時代で、どんな化粧料を使ったどんな化粧・美容行為が流行していたのか、どんな気持ちで化粧をしていたのかという視点で、それらの作品に向き合ったことがあるだろうか。持統天皇の時代に中国大陸からもたらされた白粉の記録、《源氏物語絵巻》に描かれた引目かぎ鼻、浮世絵に表現された花魁の髪型、江戸時代まで続いたお歯黒の習慣は、中国の正史にも登場する。古代から現代まで、いわゆる「美人像」とされる絵画作品を並べてみると、時代や地域で異なる美の基準は豊かにバリエーションに富んでいることがわかる。

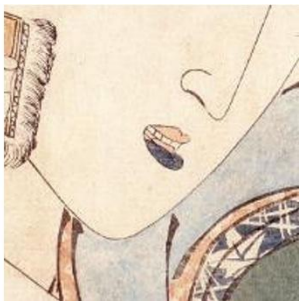
日本を例に見てみよう。古墳時代には、正倉院宝物の《鳥毛立女屏風》に見られるように朝鮮半島経由で中国大陸風の赤い頬に、蛾眉と呼ばれる弓なりの眉、結い上げた髪型だったものが、平

安時代に入ると白い肌、眉剃り、眉作り、身の丈よりも長い垂髪（すいはつ）となる。遣唐使の廃止を背景とした「国風文化」の興隆が理由の一つとされるが、社会的な背景の影響を受けながら、日本独自の美意識が醸成されていったと考えられる。江戸時代には結髪文化が再び花開くが、白粉でベースメークを行い、紅でポイントメークを行う化粧法は、この後、明治の文明開化を迎えるまで長く行われていく。明治期以降には欧米の影響を受け、現代の化粧法の基礎が確立された。

2. 読み解くヒント

溪斎英泉《美艶仙女香志きぶ刷毛》文化 12-天保 13 年（1815-1842）（国文学研究資料館撮影）

ここで、ポーラ文化研究所所蔵の浮世絵《美艶仙女香志きぶ刷毛》を例に、化粧文化の視点で実際に読み解いてみたい。



描かれた女性は髪をつぶし島田に結っており、おそらく遊女と考えられる。懐中鏡を手にしてい

ることから、外出先などでの化粧直しの場面を描いたものだろう。左手に持った刷毛で頬から顎へと白粉を伸ばしている。持ち手の部分に「志きぶ」の字が読めることから、この刷毛は上方の「式部刷毛」ブランドである可能性が高い。画面左上のこま絵に目を移すと、「美艶仙女香」と書かれた紙包みが見える。これは白粉包（おしろいつつみ）で、中には粉白粉が入っている。美艶仙女香は寛政頃活躍した歌舞伎の名女形だった瀬川菊之丞の俳名「仙女」にちなんだ白粉で、江戸・京橋南伝馬町三丁目にあった坂本氏が発売していた。最後に口元に注目してみよう。下唇には青緑が配されている。これは笹色紅といって、江戸時代後期の一時期に流行したメーク法である。

三代歌川豊国、歌川国久（こま絵）《江戸名所百人美女 御殿山》安政 5 年（1858）（国文学研究資料館撮影）

次に化粧の基本である「スキンケア」の様子を描いた浮世絵を見てみよう。湯気の上る金属製の盥（たらい）を前にもろ肌を脱いだ女性が手にしているのは、紅絹で作った袋に糠を入れた当時の洗顔グッズの紅葉袋。紅絹の絹や糠に含まれる成分は肌によい影響が期待され、現代でも推奨される湯を使った洗顔が行われていたことがわかる。このように、ポーラ文化研究所では、文学、美術などから化粧行動を探り続けている。

3. 化粧の歴史と 3 つのイノベーション

ここからは、私たちが日常的に行っている「化粧」という行為が、どのような歴史的発展とイノベーションを経て現在の形に至ったのかを、3 つの転換点（イノベーション）を軸に解説する。

3.1 乳化技術

乳化とは水と油など、互いに混ざり合わない液体が、もう一方の液体中に細かい粒子となって分散している状態をいい、乳化状態を安定に保つためには（分離させないためには）界面活性剤などの乳化安定剤が用いられる[1]。

古代エジプトなど、乳化の技術が発見される以前の古代の人々は動物性脂肪や植物油をそのまま肌に塗っていた。古代ローマ時代紀元 2 世紀頃、乳化技術が登場、水と油を混ぜた「コールドクリーム」の原型が生まれた。ヨーロッパでは中世を通じて修道院などが処方をつくり、レシピの形で伝えている。そして 19 世紀後半の産業革命と科学の進展により、化粧品は錬金術的なものから科学的工業的製品へと進化。日本では明治 42 年（1909）国産クリームのさきがけの「クレームレート」を平尾賛平商店が発売、「若々しくする美膚料」「無脂肪クリーム誕生」のキャッチコピーで宣伝した[2]。

3.2 化粧品の安全性

日本、ヨーロッパともに長い間、鉛を原料とした白粉が使用されてきた。日本で化粧が一般化した江戸時代、鉛白粉は価格的に「都市部の一般女性」でも手が届くもので広く普及、先に浮世絵

---

[1] 竹村功. 乳化. 化粧品と美容の用語事典. あむすく（ベリタス発売）, 2005-3, p.482.

[2] 「下村薬学博士に依頼せるも成せず、川田工場課長遂にこれを完成せり」平尾賛平商店五十年史. 平尾賛平商店, 1929, p.121.

の読み解きで掲げた浮世絵に描かれた「美艶仙女香」も、鉛白粉だったと考えられる。明治 20 年（1887)、歌舞伎役者・中村福助が鉛白粉による中毒事故を起こし、社会問題化。しかし危険性が指摘されるようになったものの、使用を禁じる法律が施行されたのは昭和 10 年（1935)、50 年近く後のことだった。

3.3 合成香料の誕生

香水はもともと、花や動物由来の希少な天然原料のみを使った、一部の特権階級のものだった。合成香料の開発により、香りの再現・安定供給・新しい香りの創造が可能に。1920 年発売の「シャネル No.5」は、合成香料を用いた革新的香水の象徴とされる。香水は「特別な人のためのもの」から「多くの人の日常」へと広がった。

4. 化粧の意味、現代から未来へ

化粧の目的・役割、「ヒトは何のために化粧をしているのか」ということについて、ポーラ文化研究所では化粧文化の視点から現代の化粧を以下の 4 つに整理してみた。

① 保護	生理的充足	肌を守る、ケア
② 識別	社会的充足	ユニフォーム
③ 自信	精神的充足	心のお守り、魔除け
④ 加飾	アイデンティティ表現	魅力アップ

紫外線や外的刺激から身を守るといった「保護」、仲間意識の確認やコミュニティへの帰属意識を高める「識別」、気持ちを切り替えたり精神的に支えたりして背中を押す「自信」、自分らしさやアイデンティティを表現する「加飾」。現代において化粧は、「女らしさ」など他者から押し付けられた価値観から離れ、自分自身の心や感情に向き合うための行為へと変化しつつある。化粧は単なる「よそおい」ではなく、技術・安全・価値観の変化を映す文化そのものであり、今後は「自分らしく生きるためのスイッチ」として、より個人に寄り添う役割を担っていくのではないだろうか。

［研究ノート］

メンズ化粧の歴史をたどる 制度・美意識・化粧品[1]

富澤 洋子／ポーラ文化研究所

ポーラ文化研究所では、2024 年 11月に開催された一般社団法人日本化粧品専門店協会（CoRe）主催の「2024 CoRe シンポジウム」の導入として、男性化粧の歴史を概観する講演を行った。本稿はその講演内容を文章としてまとめたもので、掲載図版はすべてポーラ文化研究所の所蔵である。また、ポーラ文化研究所所蔵以外の図版についても可能な限り、本稿編集時（2025 年 1月末）に参照できた、ウェブサイトの URL を記載した。

1. はじめに

近年、メンズ美容への関心はますます高まっており、メディアでも多く取り上げられるようになってきている[2]。昆虫や蝶類など動物の世界では、オスの方が華やかな外見を持つ例が多くある。では、ヒトの男性が粧（よそお）うということは、どのようなことなのだろうか。ここで、遺物から男性の化粧の痕跡を探してみたいと思う。

東京国立博物館に所蔵されている《埴輪挂甲の武人》[3]の顔面には、ひげが表現されていないことに気づく。男性を象った埴輪にはひげの有無があるが、ひげが無いということはひげを剃るという化粧行動の表れと考えられるのではないだろうか。シェービングの起源は紀元前 2〜3 千年のエジプトと言われている[4]。ひげは、「男らしさ」という文脈とも結びついて語られることもあった[5]。本稿ではこのように、歴史や美術の教科書でなじみのある表現や図版を、化粧文化という視点で見直しながら、おもに日本の男性美容の歴史について考えてみたい。

2. 化粧の意味と目的

ポーラ文化研究所では、化粧行為を以下の 5 つに分類している。これらの目的を 1 つあるいは複数の目的を併せ持ちながら、人は古くから化粧を行ってきたと考えている。

① 塗布　　顔や身体への塗布
② 着装　　衣服や装身具類の着装

---

[1] 本稿は、2025 年 2 月 17 日にポーラ文化研究所ウェブサイトに掲載したテキストを一部修正の上再掲したものである。

[2] 一例として、“NHK首都圏情報ネタドリ！「メンズ美容なぜ人気？クマ･くすみ気になる男性のスキンケア･メイク ポイントは」”. 日本放送協会. 2024-11-1 放映. https://www.nhk.or.jp/shutoken/articles/101/014/40/、白髪染め、日本初は平安武将（なるほど！ルーツ調査隊）. 日本経済新聞, 2024-11-11(夕刊), p.8. 等

[3] 《埴輪 挂甲の武人》古墳時代・6 世紀 群馬県太田市飯塚町出土・東京国立博物館所蔵（国立文化財機所蔵品統合検索システム）. https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/J-36697?locale=ja 等を参照

[4] 滝沢敏久. 理容刃物大全. 理美容教育出版, 1969, p.25.

[5] “ひげ剃りの習慣はいつから? 知られざる盛衰の歴史“. ナショナル ジオグラフィック, 2024-1-22 公開. https://www.nikkei.com/article/DGXZQOUC11ADQ0R10C24A1000000/

③ 身体変工　　瘢痕、入墨、抜歯、ピアッシングなど身体への加工
④ 施術　　美容を目的とした顔・身体への施術
⑤ ウェルネス　健康維持や回復のために身体をケアする行為

①～③ は古代から行われてきた化粧行為であり、④、⑤ は近現代以降に美容法の発達や認識の広がりによって拡大、注目を集めている領域である。本稿では、「① 塗布」と「③ 身体変工」を中心に話を進めていきたい。また諸説あるが[6]、ポーラ文化研究所では化粧の目的を以下の 4 つに分類している。

① 本能　　快感本能や美的本能、性的欲求の表出
② 実用　　保温や保湿、皮膚や毛髪の保護など
③ 信仰　　祈りや呪術といった祭祀儀礼の表現
④ 表示　　所属する集団やアイデンティティの表示

ところで、男性の化粧、よそおいの歴史を考える上で注意したいこととして、残されたビジュアルイメージの特徴について注意が必要なことは忘れてはならない。どのようによそおっていたかを知る手段として、写真の登場以前は絵画があるが、東西でとくにルネッサンス以降の表現の違いを考慮する必要がある。西洋では色や質感、陰影などにこだわって、立体的、写実的に描かれてきたが、日本では線や色の面で、平面的にときには対象の特徴をデフォルメするような表現をとってきた。 また時代区分についても諸説あるが、本稿では『デジタル大辞泉』などを参考に、以下を大まかな区切りとしている。

縄文（～紀元前 3 世紀末）
弥生（紀元前 3 世紀～3 世紀末）
古墳（3 世紀末～6 世紀末）
飛鳥（7 世紀 奈良 8 世紀）
平安（9 世紀～12 世紀）
鎌倉（13～14 世紀半ば）
室町・安土桃山（14 世紀後半～16 世紀）
江戸時代（17 世紀～19 世紀半ば）
明治・大正・昭和戦前）
19 世紀後半～20 世紀半ば）

3. 縄文時代（～紀元前 3 世紀末）

日本人はいつから化粧をしてきたのだろうか。現在確認できている、一番古い化粧道具、男性用か女性用かは不明だが「よそおう（粧う・装う）という行為をしていた」痕跡のひとつに、縄文時

[6] 小林宏美他. 世界にはどのような美の価値観があるのか 美容価値観指標を用いた日本、アメリカ、中国、デンマーク及びイギリスの比較. 日本顔学会 フォーラム顔学 2024口頭発表. など

代早期（約 7000 年前）の佐賀県・東名遺跡から出土した木製の櫛がある[7]。また、縄文時代のヒトの「姿」について女性像では、例えば青森県の亀ヶ岡出土の土偶[8]などが残っているが、男性についてはきちんと確認できていない。

4. 弥生時代（紀元前 3 世紀～3 世紀末）

弥生時代に入ると、化粧に関する記述が残る。中国の正史『三国志』の「魏志」にある「東夷伝 - 倭」の条、いわゆる『魏志倭人伝』である。これが、現在ポーラ文化研究所で確認できている、日本の男性の化粧に関する最古の文献である。魏の人から見た「倭人」の特徴として、男性は大人も子どもも皆「いれずみを」していたことが記されている[9]。また、別の箇所では「黒歯国」、つまりお歯黒をしている人の国があったとしている。お歯黒は平安～明治初めまで行われていた化粧の一つだが、この『魏志倭人伝』の記述では、どのような化粧料が使われていたかは不明である。現在確認できている、「いれずみ＝化粧」をしている弥生人の顔に愛知県安城市の亀塚遺跡から出土した《人面文壺形土器》がある[10]。男女の別には諸説あるようだ。

5. 古墳時代（3 世紀末～6 世紀末）

ヒトを表現した絵画や立体作品を注意深く観察すると、造形された人物像がどのような人でどのような状況にあるのかを知ることができることがある。ここで古墳時代の男性像として、群馬県太田市出土の男性埴輪[11]を取り上げてみたい。
菅笠のような円錐形の被り物、首を 1 周する丸い玉の首飾りだろう。太刀を佩いているが、鋤も持っている。長い髪を振り分けて耳のあたりで束ねているのは、おそらく美豆良（みずら）だろう。美豆良は古墳時代から結われるようになったとされ、平安時代以降は少年の髪型となった。茨城県土浦市の武者塚 1 号墳からは、美豆良に結った頭髪が出土している[12]

---

[7] “SHIKOKU NEWS「国内最古の木製櫛出土／佐賀県東名遺跡」”. 四国新聞社. 2006-10-18 公開. https://www.shikoku-np.co.jp/national/culture_entertainment/20061018000416

[8] 《遮光器土偶》縄文時代晩期・前 1000～前 400 年. 青森県つがる市木造亀ヶ岡出土・東京国立博物館所蔵（国立文化財機所蔵品統合検索システム）. https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/J-38392?locale=ja

[9] 文面については、弥生ミュージアムのトピックス「魏志倭人伝」などを参照のこと https://www.yoshinogari.jp/ym/topics/

[10] 安城市亀塚遺跡 https://www.city.anjo.aichi.jp/shisei/shisetsu/kyoikushisetsu/maibun-sites-kametuka.html

[11] 《埴輪 男子像》古墳時代・6 世紀末. 群馬県太田市脇屋出土・京都国立博物館所蔵. https://www.kyohaku.go.jp/jp/learn/home/dictio/kouko/211/ なお、冒頭で紹介した「はにわ展」には出品されていない

[12] 茨城県武者塚古墳展示施設 https://www.city.tsuchiura.lg.jp/kamitakatsukaizuka/shisetsu-gaiyo/page000529.html

《美豆良（古代）》複製

栃木県真岡市鶏塚古墳出土の《埴輪 挂甲の武人》[13]や、《埴輪 顎髯の男子》[14]のように、埴輪にはフェイスペイントやヒゲなど、さまざまな顔貌が表現されている例も多い。赤い彩色はおそらくベンガラのような赤色顔料を使用していたと考えられ、模様の違いは、部族を識別するユニフォームやまじないなど諸説ある。しかし、美しさや魅力を意識したものであったのかどうかは、確認できていない。

6. 飛鳥時代（7 世紀）

推古天皇 11 年（603）、聖徳太子により朝廷における席次を示す位階制度「冠位十二階」が定められた。隋にならって朝廷に使える官人は全て冠を被り、色の違いで位を区別した。このため、男性は冠の下に収まるように、髻（もとどり）を結うようになる。

《冠下一髻（古代）》複製

[13] 《埴輪 挂甲の武人》古墳時代・6 世紀. 栃木県真岡市鶏塚古墳出土・東京国立博物館所蔵（国立文化財機所蔵品統合検索システム）. https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/J-22918?locale=ja

[14] 《埴輪 顎髯の男子》古墳時代・6 世紀. 伝茨城県出土・東京国立博物館所蔵（国立文化財機構所蔵品統合検索システム）. https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/J-39550?locale=ja

冠を被った聖徳太子の肖像は、昭和 33 年（1958）から昭和 61 年（1986）まで発行されていた日本初の 1 万円札[15]にも採用されており、記憶されている方もあるだろう。化粧料については、『古事記』持統天皇 6 年（692）の記述に「沙門観成に（略）其の造れる鉛粉を美めたまへり」とあり、元興寺の僧侶観成が作った鉛白粉を持統天皇が喜んだという内容だが、使い方や男女どちらが使用したのか等、詳細は不明である。

7. 奈良時代（8 世紀）

奈良時代の男性肖像画は、インターネット検索の力を持っても探し出すことが非常に困難である。正倉院に残る《鳥毛立女屏風》や仏画などの女性像から推察すると、よそおいは飛鳥時代に引き続いて中国大陸からの影響が大きかったと考えられる。労働者階級を描いた人物戯画は残っており、有名なものに、写経生が残した業務メモの余白に描かれた「大大論」がある[16]。ぎょろり目をむいた男性のヒゲは顔の輪郭に沿って短く整えられ、口ひげは上向きになでつけられているようにも見える。デフォルメされており、服装などからも確かな身分はわからないが、それほど上品な人物とも思えない。しかし、髪はひっつめたアップスタイルに結って、冠の中に納められていることから、それほど高貴な身分でなくても、普段から冠を着用していたことがうかがわれる。

8. 平安時代（9 世紀～12 世紀）

奈良時代に冠の着装にともなって登場した髪型「冠下一髻（かんむりしたのひともと）は、平安時代以降、天皇や公家だけでなく、将軍に代表される極めて身分の高い武家から下級官吏、医師や学者まで幅広く結われるようになった。

《冠下一髻（平安時代-室町時代）》複製

10 世紀中頃成立とされる『九条殿遺誡（くじょうどのいかい）』という記録がある[17]。藤原道長の祖父にあたる藤原師輔（908-960）が公卿としての心得を記した家訓とされ、日々行うべき作法の

[15] “銀行券／国庫・国債 一万円券”. 日本銀行. https://www.boj.or.jp/note_tfjgs/note/valid/past_issue/pbn_10000.htm
[16] “正倉院聞き耳頭巾 #1「続修別集〈中倉 18〉第 48 巻第 3 紙」”. 正倉院. https://shosoin-ten.jp/articles/detail/000279.html
[17] “九条殿遺誡” 京都大学貴重資料デジタルアーカイブ. https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/item/rb00010042

中に「朝起きたら鏡を見ること」が登場する。しかし、目的はその日の吉凶を占うためで、身だしなみを整えるための行為ではなかったようである。
日本女性の化粧文化史は、奈良時代までの古代化粧、平安から江戸時代、一部近代まで続く伝統化粧、近代化粧、現代化粧の 4 つの時代に大別できる。白粉、紅、黒髪・お歯黒・眉化粧。白・赤・黒の伝統化粧が確立するのが平安時代である。平安時代、上流階級の男性も女性と同様に白粉や眉化粧、お歯黒を行っていた。化粧の手順などハウツーの記録は確認できていないが、化粧をした男性の姿を絵巻物などの絵画資料で確認することができる。例えば平安時代末期成立の《源氏物語絵巻》の「柏木」には、白粉を塗った光源氏が描かれている[18]。このほか、《扇面古写経》など類例も多い[19]。
平安時代末期の絵巻《伴大納言絵巻》（出光美術館所蔵）は、貞観 8 年（886）に起きた応天門の火災を題材に描かれた 3 巻の絵巻だが、都の市井の人びとから公家、武家までが生き生きとした筆致で描かれ国宝にも指定されている[20]。なお少し話が横道にそれるが、この絵巻の顔料について科学調査が行われ、馬上の顔に白粉と同じ鉛白が使われていることが報告されており[21]、上流階級と庶民の描き分けが指摘されている。
上流階級といっても、どのくらいの身分の人までが白粉化粧を行っていたのだろうか。清少納言著『枕草子』第二段「ころは、正月」には、「舎人の顔の雪がまだらに消え残ったような白粉が見苦しい」とある。舎人は、天皇、皇族などに近侍し、雑事にたずさわった者で、貴族の子弟や下級官人、庶民から選ばれる。貴人の牛車の牛飼いを指すこともあり、身分にかなり幅があるが、都では広く男性の白粉化粧が行われていたと考えても良いだろう。お歯黒について天神様・菅原道真を、お歯黒をした姿で表現した肖像画が複数存在する。いずれも後世に描かれたものだが、これは平安時代の上流階級はお歯黒をしていたという後の歴史的理解の証拠ととらえて良いだろう。
仏教とともに伝来した香が、教養と結びついて貴族の文化へと成熟していったのが平安時代である。5 本の縦線と横線を組み合わせた図柄が有名な「源氏香」の成立は室町時代だが、空薫物（そらだきもの）や薫物合（たきものあわせ）の様子が、平安時代の物語や日記文学の中に記されている。

9. 鎌倉時代（13 世紀～14 世紀半ば）

鎌倉時代の肖像画として教科書に必ず登場するのが《伝源義朝像》だろう[22]。この時代、為政者が

---

[18] “修復完了記念館蔵全巻特別公開 国宝 源氏物語絵巻 柏木三”. 徳川美術館. https://www.tokugawa-artmuseum.jp/exhibits/planned/2021/1113-1/post-06/
[19] 《扇面古写経（模本）》小堀鞆音・寺崎広業模. 明治時代. 東京国立博物館画像検索. https://webarchives.tnm.jp/imgsearch/show/C0018962 原本は四天王寺所蔵
[20] 《伴大納言絵巻（模本）》冷泉爲恭模. 江戸時代. 東京国立博物館蔵（国立文化財機構所蔵品統合システム）. https://colbase.nich.go.jp/collection_items/tnm/A-11871?locale=ja 原本は出光美術館所蔵
[21] 早川泰他.〔報文〕国宝伴大納言絵巻の蛍光Ｘ線分析. 保存科学. No.49. 東京文化財研究所, 2010. p.13-23. https://www.tobunken.go.jp/ccr/pdf/49/4902.pdf
[22] 《伝源頼朝像》13 世紀. 神護寺（京都国立博物館所蔵） https://www.kyohaku.go.jp/jp/collection/meihin/shouzouga/item01/

公家から武家へと大きく変化する。平家平安末期から鎌倉初期に成立したとされる軍記物語『平家物語』には平家武士の化粧についてのエピソードが残されている。「忠度最後」では、源氏方の岡部忠澄が誰何した武将（平忠度）がお歯黒していて、平家方であることが発覚、「敦盛最後」では源氏方の熊谷直実が呼び止めた武将（平敦盛）が、薄化粧にお歯黒の若い武将であったとされる。鎌倉時代から戦国時代のいわゆる合戦の時代、戦の後には武功の検証のため首実検が行われた。「首」を準備するのは女性の仕事だったとされるが、少しでも高い武功とされるよう、化粧を施すことがあったようだ。
また、鎌倉時代にも武家の化粧が行われていたことを想像させる絵画資料も存在する。鎌倉時代半ばの大きな出来事に元寇がある。歴史の教科書には必ずといっていいほど登場する《蒙古襲来絵詞》にも、武士の化粧の様子を見ることができる。いわゆる文永・弘安の役で活躍した肥後の御家人・竹崎季長の戦功を記録した絵巻だが、徒の随身に比べ馬上の季長の顔はひときわ白く描かれており、白粉化粧を想像させる。
引き続き冠を被るのに都合の良い、高く結い上げた髪型が主流であったが、整髪料にはサネカズラの粘り気のある樹液を水で溶いて使っていたようだ。サネカズラは本州から沖縄まで広く分布し、『万葉集』にも詠まれている、日本に古くからある植物である。別名ビナンカズラ（美男葛）とも呼ばれ、江戸時代にびんつけ油が登場する前に用いられていたと考えられる。

10. 室町・安土・桃山時代（14 世紀後半～16 世紀）

この時代を代表する肖像画には、長興寺蔵の《織田信長像》を挙げたい[23]。前時代からの大きな変化として、近世を通じて日本男性の髪型の大きな特徴となる「月代（さかやき）」が現れる。戦乱の世に実用面を重視した結果、月代を作るようになったというのが有力な説だ。武士は戦場に向かう際、兜を被るが、その時、蒸れて頭がのぼせないよう前頭部の髪を抜いたり剃ったりしたものが月代の始めとされている。その後、常に月代をつくることになり、幅も広くなっていった。

《大月代（安土・桃山時代）》複製

[23] 修復記念特別公開 よみがえる織田信長像展. 豊田市美術館. 2019. 展覧会ウェブサイト等を参照
https://www.museum.toyota.aichi.jp/exhibition/%E4%BF%AE%E5%BE%A9%E8%A8%98%E5%BF%B5%E7%89%B9%E5%88%A5%E5%85%AC%E9%96%8B%E3%80%8C%E3%82%88%E3%81%BF%E3%81%8C%E3%81%88%E3%82%8B%E7%B9%94%E7%94%B0%E4%BF%A1%E9%95%B7%E5%83%8F%E3%80%8D/

また、一般庶民の男性はこの時代、髪の毛を頭上で束ねていたが、烏帽子などのかぶりものはあまりかぶらず、髷も短くしていた。

《たぶさ（室町時代）》複製

なお、戦国武将の一人、今川義元が京都寄りの武士で、白粉やお歯黒の化粧をしていたという説をよく聞くが、記録は確認できていない。

11. 江戸時代（17 世紀～19 世紀後期）

男性のよそおいは髪型が中心で、ひげは剃る文化が江戸時代を通じて続く。
よそおいの過渡期を表現した絵画として《風俗図（彦根屏風）》を挙げておこう[24]。髪型や服装など旧時代（安土・桃山）と、新時代（江戸時代）両方の雰囲気をよく伝えてくれる。
さて、江戸時代中期の武士の修養書『葉隠』をご存じだろうか。「武士道といふは、死ぬ事と見付けたり」という言葉が有名で、正しくは「葉隠聞書（はがくれききがき）」といい、鍋島藩士山本常朝（やまもとつねとも）の談話を田代陣基（たしろつらもと）が筆録し、享保元年（1716）成立した。鍋島藩が、平和な時代に藩士たちの引き締めのためにまとめたといわれている。髪に香を焚きしめるなど、平生から身だしなみに気を配ることは、一見しゃれ者のようにもみえるが、それは普段から必死の決意でいることの表れである、と記されている。
現代でも力士とすれ違うとふわりとよい香りがする。髷を結うためのびんつけ油の香りである。このびんつけ油が登場したのが、1670 年頃と言われている。主成分はろうそくなどにも使われる木蝋に賦香したもので、男女ともに使用した。
ところで「ちょんまげ」と江戸時代以前の男性のアップスタイルを総称することがある。実はちょんまげは男性結髪の一つにすぎない、結った髷の形が「ょ（ちょん）」に似ているところからこう呼ばれた。

---

[24] 《風俗図（彦根屏風）》江戸時代. 彦根城博物館ウェブサイト「収蔵品」などを参照
https://hikone-castle-museum.jp/collection/331.html

《ちょん髷（江戸時代）》複製

江戸時代の男性の髪型は実に多様で、数百にものぼる髪型が生まれたとも言われている。女性の髪型は身分やライフステージで変わるが、男性も粋筋が好む、武家風など身分や年齢によって結い分けた。

江戸時代の男性の髪型

髪結いは 16 世紀から存在していたが、職業人として広く活躍するようになるのが、江戸時代である。引き出しのついた鬢盥（びんだらい・結髪道具箱）を下げて客のもとへ出向く周り髪結いや髪結床で活躍した。式亭三馬の『浮世床』には男性客で賑わう髪結床が描かれている。

豊国《白木屋お駒》嘉永頃（1848–1854）（国文学研究資料館撮影）

《結髪道具箱》江戸時代後期

男性の髪型の結い賃は 1 回 24文。江戸時代は貨幣価値の変動が激しく、現代との比較が難しいが、かけそば 1 杯 16文を現代の立ち食いそばの価格 430 円で換算すると、650 円程度となる。女性の場合、月1 回の結い直しと、数回のなでつけを行う月極が 1 か月200文で、約 5500 円。女性と比べ頻繁に通うことができた。

先に武士の美意識として『葉隠』を紹介したが、江戸庶民の状況を知る手がかりとして、安永 2 年（1773）に刊行された若者向けの傾城買いの指南書『当世風俗通』がある[25]。江戸時代の身分制と経済力は必ずしも一致しないことを前提として考える必要があるが、階級別ファッションブック、ヘアカタログとして興味深い。2025 年の NHK 大河ドラマの宣伝が始まっているが、若き蔦屋重三郎（1750-1797）が目にした可能性があると思うと、胸が膨らむ。江戸時代の商工業の発達に伴い、ようやく市販化粧品が充実してくる。文政 7 年（1824）に刊行された商人・職人名鑑『江戸買物独案内』は品目別に住所やのれん印を掲載しており、ガイドブックの役割も果たしたと考えられる[26]。

古代から江戸時代までの男性の髪型の変化

12. 近代以降（19 世紀末～）

ここまで、江戸時代までの男性化粧の流れについて述べてきたが、この後の展開について、簡単に触れておきたい。

明治元年（1868）、太政官布告で公卿のお歯黒、眉剃りを禁止、翌々年の明治 3 年（1870）にも改めて華族のお歯黒と眉剃りを禁止する。上流階級の伝統化粧を法令で禁止したが、女性庶民は白粉に紅、お歯黒、眉剃りといった江戸時代以来の化粧法を続けた[27]。明治 4 年（1871）、同じく太政官布告で散髪の自由が認められ、明治天皇が率先し断髪。明治 5 年（1872）以降、各県での断

---

[25] 『当世風俗通』奈良女子大学学術情報センター蔵（国書データベース）https://kokusho.nijl.ac.jp/biblio/100239392/1?ln=ja

[26] 『江戸買物独案内』国立国会図書館デジタルコレクション https://ndlsearch.ndl.go.jp/books/R100000002-I000007277787

[27] 明治元年正月六日付太政官布告「男子鉄漿上古無之儀ニ候、以後可任所存被仰下候事」但若年作眉の事（公卿の染歯・掃眉停止）太政官布告 http://dl.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/787951/195

髪令により一般男性の断髪が増加していくこととなった。
ここで、ポーラ文化研究所で所蔵する錦絵《東風俗福つくし 大礼ふく》を見てみたい。幕末、海外からの外交官に御簾越しで謁見した明治天皇は、公家のしきたりに則って、お歯黒眉剃りをしていたといわれているが、明治以降、公式行事には洋服で臨むようになったようだ。大礼服は、重要な儀式の際に天皇が着用した洋服で、欧米人並みの体格が求められるようになった。明治 31 年（1898）に資生堂が発売した「住の江」の広告には「ひげ油」と記載されており、ヒゲ用の香油で男性向けの化粧品だったようだ。

楊洲周延《東風俗福づくし　大礼ふく》明治 22 年（1889）（国文学研究資料館撮影）

はっきりと「男性用」をうたった化粧品の発売は昭和 30 年頃から盛んになるが、戦前から女性用の化粧水を「ひげそり後に」などと訴求することもあった。ウテナ化粧品は「ウテナ男性クリーム」を昭和 32 年（1957）に単品で発売、その後シリーズ化が進む。有名なところでは、資生堂が昭和 42 年（1967）に発売した「MG5」がある。1980 年代後半には、細野晴臣、高橋幸宏、坂本龍一の YELLOW MAGIC ORCHESTRA がサイケデリックな化粧をしてパフォーマンスをしたり、昭和 61 年（1986）に資生堂が発売した GEAR の宣伝に陣内孝則が起用されたりしたが、一部のあるいは一過性の動きにとどまった。
ポーラ文化研究所では 1970 年代より、人々の化粧・美意識、そして生き方にスポットをあて調査

研究を続けている[28]。現在はまだ意識に大きな男女差はない状況であるが、今後調査を重ね、推移を見ていきたいと考えている。
ここまで、男性化粧の概略をたどってきたが、近年ボーダレス、ジェンダレスなど様々な垣根が消失する中で、男性化粧が変化しつつあると感じていることをお話しし、この後の座談会にバトンタッチしたい。

[28] “化粧と生活の調査レポート”. ポーラ文化研究所. https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/report/

［研究ノート］

パーマネントの戦中史とその後[1]

富澤 洋子／ポーラ文化研究所

1. はじめに

美容の領域で、第二次世界大戦中の大きなトピックの一つにパーマがある。「パーマネントをやめましょう」の標語を報道写真などで目にしたことがある方も多いだろう。パーマネント禁止は当局からの通達と考えられることも多いが、実際には美容業界の自主規制であった。ここで問題視されているパーマネント＝パーマネントウェーブは、現在行われている薬品を使ってウェーブを固定するコールドパーマとは違う技術が用いられていた。もともと 19 世紀末にフランス人のマルセル・グラトーが、髪に人工的にウェーブを付ける方法を考案し「マルセルウェーブ」と呼ばれて 1920 年代に流行、日本でも大正時代末から昭和の初め頃に欧米のよそおいとして取り入れられるようになった。当時はハリウッドをはじめとする海外の映画上映によって、マレーネ・ディートリヒら出演女優の化粧や髪型にも注目が集まっていた。第二次世界大戦前、昭和初期には憧れの海外の最新流行について、それが日本人に実現可能かどうか、また日本人に似合うかどうかは別として、情報を手に入れ実践することができる、そのような時代を迎えていた。

2. 「日本」の髪型

ここで、日本女性の髪型の変遷をおさえておきたい。艶やかに長い黒髪への美意識は平安時代に始まったとされている。それ以前は埴輪や絵画などの遺物から、結い上げる文化だったと考えられる。遣唐使が廃止され日本独自の文化が醸成されていく中で、貴族の女性が垂髪（すいはつ）となっていった。『源氏物語』などの古典文学の中では身の丈に余る黒髪の美しさが表現され、ウェーブのない直毛がよしとされる美意識が、実に千年も続くことになるのである。鎌倉時代の成立とされる《男衾三郎絵巻》は、ウェーブヘアを描いた珍しい例である。しかし、激しく動く必要のない相当高位の女性でない限り、長い垂髪は働く際には邪魔になる。そこで労働階級の女性達には、髪を後頭部の低い位置で束ねたり丸く括ったりするなど、実用優先のあしらいが採用され、長く続いた。単純な髪型に変化の兆しが現れるのが安土桃山時代。そしていわゆる日本髪が華やかに展開したのが江戸時代である。細かい形の差を数えると、江戸時代に結われた女性の髪型は数百にものぼるといわれ、時期や地域、身分のほかに、未婚の島田髷（しまだまげ）、既婚の丸髷（まるまげ）のようにライフステージによっても結い分けが行われた。

[1] 本稿は、パーマネントの戦中史とその後. 図書. 第 920 号. 2025-8, 岩波書店, p.22-25.を再掲したものである。

3. 西洋化の波

明治の開国によって、服装の欧米化が進む。ドレスを着用したのはごく一部の外交に関係のある上層部の女性たちのみ、完全な洋装化は昭和に入ってからである。ドレスに合う髪型として束髪（そくはつ）が考案され、日本髪と比較して簡単に結えることができ、手入れも簡単で和装にも似合ったことから次第に普及していった。明治時代の終わり頃に庇髪（ひさしがみ）や二〇三高地髷（にひゃくさんこうちまげ）など、一時期日本髪同様に付け毛や入れ毛を使った技巧的な髪型も登場したが、次第に地毛だけで結う髪型に落ち着いていった。

長い間直毛をよしとしてきた日本に、これまでにない美意識による髪型が登場した。曲線の美しさ、ウェーブヘアである。はじめは炭などの火力で熱した金属製のヘアアイロンで髪に波形のくせを一時的につけるだけだったものが、次第に電気を使った大がかりな機械が登場し、ウェーブを定着させる薬剤の改良が進み、パーマネント（長持ちする）ウェーブをつけたスタイルは、20世紀前半を象徴する髪型となった。

4. パーマネント到来

パーマネントウェーブが日本に導入されたのは、大正時代末とされる。当初は輸入品の機械を使い、施術を行う美容院も少なかったが、昭和 10 年代に入ると、手軽さを求める当時の化粧法とも合致し普及が進んだ。しかし戦時下にあって生活全般に贅沢品を規制する動きがおこり、パーマネントにもその矛先が向けられた。国産のパーマネント機の開発が進んだとはいえ、施術料は決して安いものではなかったし、華やかな印象は時局柄ふさわしくないとされた。

政府の圧力がかかり始めるのは、国民精神総動員委員会が昭和 14 年（1939）に発表した「公私生活を刷新し戦時体制化するの基本政策」[2]からとしてよいだろう。美容業界では管轄の警視庁から自粛を求められ、美容家の談話やパーマネント是非論などが新聞紙面に取り上げられている。業界では生活刷新案を受けて自粛事項を申し合わせ、華美ではない実用的なパーマネントの髪型を提案して対応しようとした。生活刷新案に法的な拘束力はなく、「要は自粛の精神で（中略）反非常色を抹殺して自粛したものなら[3]」許されるという程度のものであった。実際、婦人雑誌や新聞紙上の髪型の提案でパーマネントが姿を消すことはなく、昭和 15 年（1940）には再び警視庁からの自粛指導が美容業界に対して行われ、業界団体ではパーマネントお断りのチラシを配る街頭運動なども実施した。ポーラ文化研究所が行ったアンケート調査[4]では、当時の化粧の思い出としてパーマに関するものが多く、炭などを熱源にした代用パーマが行われ続けていたことがわかる。新聞記事などパーマネントを批判する声は、終戦間際の昭和 20 年（1945）の春をすぎても散見される。

---

[2] 生活刷新案。「婦女子の『パーマネントウエーヴ』其の他浮華なる化粧服装の廃止」は、礼服の着用規定、男性学生生徒の長髪禁止とともに決定された

[3] 1 実行されなかったら…泣いても泣ききれぬと竹原女史. 東京朝日新聞, 1939-6-25, p.11.

[4] 大正から昭和初期生まれの女性の初化粧アンケートから［中間報告］. Maquiller. No.1. ポーラ文化研究所, 1990, p.3.

5. 強まる圧力、そして終戦

当初は表向きの規制にとどまっていたパーマネントだが、昭和 18 年（1943）の増税で、美容サービスの領域では、1 円以上の施術に対して 3 割の課税が決まった[5]。さらに婦人団体がパーマネント廃止運動を実施、美容家は当局からの委嘱でパーマネントヘアに代わる髪型の提案を行った[6]。そして同年、パーマネント用電力供給が全面停止、金属製のパーマネント機は金属回収の対象となり、美容院の施術としてパーマネントは存続困難な状態に陥った。次第に戦況も苦しく戦時色が一層濃くなると、社会全体が軍需へと傾いていった。雑誌からは美容記事や化粧品の広告が姿を消し、店を閉める美容院も相次ぐ。美容業界にはパーマネントのみを廃止して美容業を続ける企業整理が行われ、昭和 19 年（1944）、その保証金をもとに東京の主だった美容家が加盟する東京婦人理容組合は軍需物資工場「東美電機工業株式会社」を設立[7]、業界の解体を避け生き残りを図ろうとした。この工場も空襲で罹災、美容院は疎開するもの、焼け出されるもの、もはや営業どころではなくなっていった。そして迎えた昭和 20 年（1945）8 月 15 日の終戦。10 日後の 8 月 24 日付の新聞には早くも「電力制限撤廃」を報じる記事が掲載された。「最も制限され一部は禁止されてゐた（中略）パーマネント用等電熱器」もすべて規制解除となる。やがて迎える戦後の美容院全盛時代へ向けての歩き始めの小さな一歩だった。

6. 欧米をお手本に

美容業界は平和産業との位置づけや、人々のよそおいへの渇望感から比較的復興が早かったが、社会全体の物資不足はいかんともしがたく、客のニーズに応えることが難しかったという美容師の証言も多い。戦後すぐに流行した髪型で、マンガやアニメーションでおなじみの「サザエさん」のスタイルに似たものに欧米の女性の髪型をまねた「ロール」「ワンロール」「ロールカラー」といった髪型がある。「サザエさん」の連載が始まった昭和 21 年頃は、コールドパーマ（現代と同じ方法で行うパーマ）ではなく戦前からの電気パーマで、機械などの物資も不足していたと考えられ、手ぐしやあり合わせの器具を使っていた可能性が高い。戦時中に華美なものが制限されていたことへの反動から、外巻きや内巻きにカールした髪に入れ毛でボリュームを出す髪型が好まれたようだ。また、美容器具や器材。化粧品が不足する中、比較的簡単にスタイリングができたことも、流行のひとつと考えられる。サザエさんは 20 歳代前半という設定であり、現代からすると不思議な形に描かれた髪型は、当時の最新流行を取り入れたものだったようだ。コールドパーマは PX[8]となった銀座・松屋呉服店などに入店していた美容院が発信拠点となったとされる。国産のパーマ液の生産もはじまり、昭和 30 年中頃には、コールドパーマが主流となっていったようだ。そして、昭和 40 年代に入るころには、新聞などに自分で行うホームパーマも紹介されている。

---

[5] 当時のパーマネント施術料は 5〜10 円

[6] 決戦型結髪 五分で結ひ上がる．朝日新聞, 1943-10-30, p.4.

[7] 電髪から銀翼へ 女ばかりの生活設計．朝日新聞, 1944-2-19, p.3.

[8] Post Exchange の略。アメリカ軍隊内の売店。酒保

7. 絶え間ない変化、そして現代へ

昭和 20 年代後半からは欧米の影響を受けながら次々と新しい髪型が展開される時代に入った。ワンロールなどの大きなカールやウェーブの髪型の後に、昭和 20 年代中ごろから 30 年代前半にかけて、フェザーカット、ヘップバーンカット、セシールカットなどのショートヘアが注目を集めた。日本人の硬い直毛では欧米で流行した髪型のように、頭にぴったりと沿わせることが難しかったことが、当時の新聞の美容記事や美容師の回顧録に残り、誰もが挑戦できる髪型ではなかったようだ。同時期に流行したボブヘアなども合わせ、パーマをかけることによってセット＝整髪しやすくすることを目指した。ウェーブで動きを表現したが、揺れ動く髪が登場するのは昭和 40 年代に入ってからである。ミニスカートファッションと当時に登場したヴィダル・サスーンによるジオメトリックカットを皮切りに、ヒッピースタイルのロングヘア、ボリュームのあるトップと対照的に軽く梳いた襟足のウルフカット、大きな外はねカールが印象的なファラフォセットヘア、サーファーカット、そして一世を風靡した聖子ちゃんカットなど、昭和末にかけて揺れ動く髪が定着していった。これに伴い美容院での施術の仕上げメニューの大きな変化が昭和 40 年代頃を境に、セットからブローへと変化した。そして平成の「ゆるふわ」ヘアを経た現代、髪はもはや型だけでなく色までも自由になって、グレイヘアやカラフルな髪色が当たり前になってきている。最近のヘアカタログは髪型の人気投票サイトを見ると、ジェンダーも飛び越えた個性を表現する手段になっている。化粧や髪型など粧（よそお）いの文化は、変化の明確な要因を指摘することは難しいが、世相を反映して移り変わる。戦争という物理的にも精神的にも制限のある時代におこった「パーマネントはやめましょう」という出来事を記憶にとどめておきたい。

主要参考文献

美容現代史. 日本理美容教育センター, 1970-7.

石川準吉. 国家総動員史. 国家総動員史刊行会, 1975-1987.

［論考］

化粧文化からみたウェルビーイング試論

富澤 洋子／ポーラ文化研究所

はじめに

現在、化粧や美容の領域が拡大し、「生きる・生活する」ことと「よそおう」ことが近接、重なり合うようになってきている。美しさと健康を横断した商品やサービスには、化粧・美容の業界でも注目が集まっている[1]。明治期に西洋式の化粧・美容法が導入され、健康美が美しさの基準の一つに加わった。しかし現代における「美」と「健康」は、情報技術や科学の発展により可能になった、詳細で入念な身体検査ではじき出された数値に基づき、かつてのような身体から滲み出るはつらつとした美しさといった雰囲気論だけでは語れなくなっているように感じる。そして、日進月歩で進化する技術は、まだ顕在化していない将来の美・健康に関わる数値までもはじき出し、リスクの予防策の提案までを可能にしつつある。

不透明で不確かな時代といわれる現代、価値観がこれまで以上に多様化するなか、人びとが化粧や美容で求める「美」は、外見だけでは語りきれなくなっている。心身の健やかさや社会的な充足感に満たされた状態がより大切にされるようになっている 2026 年、設立 50 周年を迎えるにあたり、ポーラ文化研究所では“「美」とは何か”を問い直すテーマとして「化粧文化×ウェルビーイング」を定め、探索を行った。

本稿ではまず、近年の健康意識の高まりの源流を江戸時代に求め、「養生」を取り上げた。江戸後期に成立した、佐山半七丸著の『都風俗化粧伝』にも触れてみたい。次に、現代にも脈々と息づく化粧における「ナチュラル」志向の形成の過程を整理した。そして最後に、社会のあらゆる領域で注目を集める「ウェルビーイング」を、化粧文化の視点で論じることを試みている。

1. ウェルビーイングはいつから

1.1 はじめに

健康維持はいつでも、人びとの最大の関心事といってよいだろう。特に近年の健康意識の高まりには、いくつかの要因が指摘されている。第一に 2019 年 12 月に報告された新型コロナウイルスのパンデミックが挙げられる。マスクの常時着用、手洗いやアルコール消毒の徹底、ソーシャルディスタンス（社会的距離確保）、不要不急の外出の制限のためのリモートワーク・ステイホームの徹底、密集・密接回避による公共交通利用回避・分散化、接触記録アプリも登場し、健康を守るために行動変容も厭わないといった強い外的要因だった。外出制限や、ステイホームによる運動不足も精神的なストレスになっている。今回のコロナ禍は、自分の健康を守るのは自分である

[1] 美しさと健康が一体となったビューティーウェルネス. 週刊粧業. 第 3433 号, 2025-4-14, 週刊粧業, p.1.

ということを、改めて意識させることとなった。歴史を振り返ると、18 世紀を通じておもにアジア、ヨーロッパ、北米を襲ったコレラの世界的な流行では、その影響は日本にまで及び、開国間もない日本の公衆衛生意識の向上に寄与することとなった。

次に、高齢化と「健康寿命」への注目の高まりが挙げられる。日本は世界有数の長寿国であり、平均寿命と健康寿命の差が課題となってきている。厚生労働省の「簡易生命表（令和 6 年）」によると、2024 年（令和 6）の日本人の平均寿命は男性が 81.09 歳、女性が 87.13 歳[2]。2000 年（平成 12）に WHO（世界保健機関）が健康寿命を提唱し[3]、高齢化社会が進む中で医療費や介護負担の増加を背景に、国や企業が「健康寿命の延伸」を政策・経営の重要課題となっている[4]。寿命を伸ばすだけでなくいかに健康に生活できる期間を伸ばすかは、人びとの身近な関心事になっている。実際、「ロンジェビティ（Longevity）」をキーワードに、目先の変化ではなく、人生というトータルでどうだったか、という価値観が Z 世代に広がっているという報告もある[5]。

このほかにも、ライフワークバランスの重視や Z 世代以降の若い世代を中心とした心の健康（メンタルヘルス）を重視する考え方の広がりや、スマート機器やウェアラブル端末の普及によって、健康状態の見える化が個人レベルで進み、食生活改善や運動習慣、睡眠の質向上といった生活変容の動機づけともなっている。実際、今や生活必需品ともなっているスマートフォンには歩数計などのヘルスケア系のアプリケーションが標準搭載されており、身体に関する「数値」に触れる機会は格段に増えている。

ここで、改めて「健康」ということについて考えてみたい。1948 年に採択された WHO 憲章の前文では、次のように定義されている。「健康とは、完全な肉体的、精神的および社会的福祉の状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない[6]」。健康という言葉は、辞書によれば、明治初年以降に登場したと考えられる[7]。その後、第二次世界大戦後に平和と安全保障の基盤として提唱され、人種、宗教、政治的信念、経済的・社会的条件に関係なく、すべての人が享有すべき基本的権利とされている。一方、ウェルビーイングは時代や地域あるいは、分野によって定義が変化する概念である。20 世紀後半以降、寿命延伸・慢性疾患の増加・生活の質への関心などから、病気がないだけでは健康とは言えず、身体的・精神的・社会的な側面がすべて満たされている

---

[2] “ひと目でわかる生活設計情報 リスクに備えるための生活設計「日本人の平均寿命はどれくらい？」”. 公益財団法人生命保険文化センター. https://www.jili.or.jp/lifeplan/lifesecurity/1043.html, （2025-12-9 アクセス）

[3] “栄養政策等の社会保障費抑制効果の評価に向けた医療経済学的な基礎研究「健康寿命」”. 栄養政策等の社会保障費抑制効果の評価に関する医療経済学的な基礎研究. https://www.nibn.go.jp/eiken/kouroukaken_health_economics/yougo_kenkojumyou.html “Healthy life expectancy (HALE) at birth (years)”. World Health Organization. https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-ghe-hale-healthy-life-expectancy-at-birth（いずれも 2025-12-17 アクセス）

[4] “令和 2 年版厚生労働白書「令和時代の社会保障と働き方を考える」” 厚生労働省. https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/19/（2025-12-17 アクセス）

[5] “WWD BEAUTY「健康長寿に投資する消費者が増加 研究開発のキーワードは“ロンジェビティ”」”. INFAS パブリケーションズ. https://www.wwdjapan.com/articles/2106044（2025-12-17 アクセス）

[6] 英語原文：Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

[7] "けん‐こう［‥カウ］【健康】". 日本国語大辞典. JapanKnowledge. https://japanknowledge.com/psnl/display/?lid=20020162c5310K42wEX2 (2026-3-11 アクセス)

状態が望まれるようになり、まさに心身の健康はウェルビーイングとイコールであるといえるのではないだろうか。そして、健康は人種、宗教、政治的信念、経済的・社会的条件に関係なく、すべての人が享有すべき基本的権利とされている。
健康を守ろうとすると、自ずから予防へと意識が向く。医学的な方法では、ワクチン接種や生活習慣の改善によって病気の発症を防ぐ一次予防、健康診断・がん検診などで病気の早期発見・早期治療を目指す二次予防、リハビリや生活指導により再発防止・重症化予防を目指す三次予防が挙げられる[8]。では、日本で体系だった予防が庶民に広がるのは、いつなのだろうか。本稿では、江戸時代に刊行された『養生訓』を起点として考えてみたい。

1.2 『養生訓』と健康志向、養生訓が広まった背景

正徳 2 年（1712)、『養生訓』が刊行された[9]。著者は江戸時代前期～中期の儒者、本草家、教育家として知られる貝原益軒（1630-1714)。心身の養生法を説いた江戸時代の著作としては、最も著名とされる。現在「～の養生訓」「養生訓に学ぶ～」といった情報は、出版物をはじめインターネットなどにあふれており、耳なじみのある言葉となっている。
「養生・養性」という言葉は、『日本国語大辞典』（小学館）によれば、

① 生命を養うこと。健康を維持し、その増進に努めること。摂生（せっせい)。
② 病気の手当てをすること。保養。
③ 土木・建築用語

とあり、「漢語の『養性』は本性を立派に育てあげる、自然のままの本性を養うなどの意味を持つ別語であるが、日本では両者が混用された」と補注されている。日本では①、②いずれも平安時代末、12 世紀の古典に登場しており、語源は中国の荘子『養生主篇』「文恵君曰、善哉、吾聞庖丁之言、得養生焉」とされている[10]。現代私たちが考える健康維持法といった意味で「養生」が最初に用いられたのは、嵇康（けいこう・223～262 年）の「養生論」(『文選』巻五十三）とされている[11]。ここで語られる「精神の混乱は、肉体を損なう」という心の平安あってこその健康という考え方は、益軒の「心を平（たいらか）にして気を和（なごやか）にする。これ身を養い徳を養う工夫なり」に通じる。
江戸時代中頃には健康や医療に関する書籍が複数刊行されているが、『養生訓』が特に知名度を得

---

[8] 谷本奈穂, 飯塚理恵. きれいはいまもゆれている. 晃洋書房, 2025, p.69. 原文はカッツとアリによる以下の論文を参照のこと https://www.researchgate.net/profile/Ather-Ali/publication/237429179_Preventive_medicine_integrative_medicine_and_the_health_of_the_public/links/5460d69a0cf295b561637cd2/Preventive-medicine-integrative-medicine-and-the-health-of-the-public.pdf（2026-1-30 アクセス）
[9] 正徳 2 年（1712）に初版が刊行された後、翌正徳 3 年に再版されている。これが広く流布したため、普及年をもって刊行とする説もあるが、本稿では初版の刊行年を公刊年として採用した。
[10] "よう‐じょう［ヤウジャウ］【養生・養性】". 日本国語大辞典. JapanKnowledge. https://japanknowledge.com/psnl/display/?lid=2002044ecfddCAx2imh6（2026-1-30 アクセス）
[11] 布目潮渢. 中国茶と養生. is. 70. 1995-12, ポーラ文化研究所, p.36-39.

た理由がいくつか指摘されている。一つは85歳と長寿だった益軒[12]の日々の実践に基づく内容の啓蒙書であったこと、当時の類書が食事や服薬、生活態度などを中心に構成されていたことに比べ[13]、心と身体一体の「養生」を説いたこと、そしてそれが平易な漢字仮名交じり文であったこと、これらのことで多くの読者層を得たとされている。江戸時代が戦のない、いわゆる太平の世であったことも要素の一つと考えられ、生きることにゆとりが出ることで、健康が「気になる」人が増えていった（健康な人が増えたのではない）ことも指摘されている[14]。

1.3 江戸時代の女子の教養

ところで、江戸時代の化粧について話をする際に「庶民に拡がった」「一般化した」という言葉を使うことが多い。この「庶民」や「一般」は、いったい誰を指しているのだろうか。近世日本の識字率は、同時代の海外と比べ高いとされるが、統計的な数字はないというのが実際のところのようだ[15]。国文学の専門家によるアドバイスでは、購読（書物を買い、読書する）層は長屋の大家の内儀あたりを「庶民」とするとよいのではとのことだった。ただし、長屋の店子たちは大家宅から本を借りて目にする、読む機会があったことは大いに推測され、もちろん都市部や農村など地域差がありつつも、結果下々まで「普及」することとなったのが、江戸時代であった[16]。
平安時代から明治初期まで使われた初歩的な教科書に、往来物（おうらいもの）がある。もとは往復一対の手紙の例文集だったことに由来し、江戸時代には寺子屋でも用いられていた。手紙の書き方をはじめ、道徳や戒めなどの教訓書、習字の手本など多様な使い方をしていた。四季折々の挨拶や催事への招待、見舞いなどのほか、髪置きや歯黒染めなど女性の通過儀礼のための例文も多く収録している。女性向けに書かれた女子往来には、よそおいに関する内容も含まれている。また、家事のヒントや暮らしの知恵を集めた生活百科といった女性向けの実用書の刊行も江戸時代後期にかけて盛んになる[17]。たとえば、文政11年（1828）成立の『日用珍術万宝智恵海（ばんぽうちえのうみ）』は、日常起こるであろう事柄への対策がいろは順に掲載されており、健康に関すること、よそおいに関することも含んでいる。「三、色黒き人を白くなす術」、「六、瘊子（いぼ）黒點（ほくろ）くすりの妙法」など、『都風俗化粧伝』に通じる対処法が紹介されている。このほか、『養生訓』の流れを汲む内容を盛り込んだ指南書も多く、美容に縁遠く『都風俗化粧伝』を手

---

[12] 当時の平均寿命は30〜40歳代とする説が多い。これは乳幼児の死亡率が非常に高かったことで、平均寿命（＝出生時平均余命）が大きく押し下げられていたことに由来し、成人してしまえば、60〜70歳代まで生きる例もあったとされている

[13] 小泉吉永解題．「江戸庶民」の生活を知る．江戸時代庶民文庫 別巻「解題・索引」．大空社, 2016, を参照。養生書は『江戸時代庶民文庫』17、18巻に収録

[14] 澤田節子．貝原益軒の『養生訓』にみる健康術 セルフケアをめぐって．東邦学誌．第40巻第1号, 2011-6, 愛知東邦大学, p.87-100.

[15] 斉藤泰雄．識字能力・識字率の歴史的推移―日本の経験．国際教育協力論集, 第15巻第1号, 2012, 広島大学教育開発国際協力研究センター, p.52.

[16]庶民の読書環境については、今田洋三．貸本屋の成り立ち．江戸の本屋さん 近世文化史の側面．平凡社, 2009, p.189．も参照。

[17] 大空社から1994年から1998年にかけて刊行された『江戸時代女性文庫』参照

にすることが出来なかった層にも、養生も含む総合的な生活の知恵と一緒によそおいの知識が浸透していったと考えられる。

1.4 『養生訓』と『都風俗化粧伝』、ケアとキュア

佐山半七丸による『都風俗化粧伝』が刊行されたのは、文化 10 年（1813）。貝原益軒の『養生訓』のほぼ 100 年後にあたる。繰り返しになるが、益軒は健康を維持するために日々の生活習慣を整え、健康を損ねないように予防することの重要性を説いた。食事、運動、休養、呼吸、精神まで、日常生活に心を配り、健康を損なわないよう未然に防ぐことを重視している。夜更かしを避け早寝早起きの奨励など、現代に生きるわれわれが励行すべき健康法は、使う道具や方法こそ違えど、その精神はほぼ合致、それが今日でも読み継がれる理由なのだろう。『都風俗化粧伝』はおもに上巻「顔面の部」で顔に関するケアを説くが、予防というよりは起きてしまったトラブルの対処に重点を置いている。現代の化粧品は「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律（薬機法）」によって、製造販売、製造、販売などが厳しく規制されているが、江戸時代の化粧（とくにスキンケア）がキュア（治療）に近い考え方だったことには、注目しておきたい。一方、『養生訓』に追従して刊行された江戸後期以降の養生書では、健康に良いことを時に応じてあえて行うのではなく、日常生活のルーチンとして行うことを推奨している[18]。

『養生訓』成立の 3 年前の宝永 7 年（1710）、益軒は『楽訓』を著している。「楽」は楽しみをあらわし、心の楽しみ、精神の豊かさを説いた教訓書として知られている。「楽」を人の心にもともとある（感性）（内の楽）と、自然の景物や四季の変化といった外界からの刺激（外の楽）に分け、外の楽が内を刺激して、楽しみを増幅させると考えていた。この思想の根底には、益軒の多くの旅行体験の中での自然の触れ合いが指摘されているが[19]、現代よりもはるかに自然が身近にあった江戸時代は、より心の豊かさを増幅しやすかったということになるのだろうか。

以上のように、心身の調和を基盤とする養生の思想は、現代のウェルビーイングにも通じる長い歴史をもっている。そして人びとは、その価値観を、日々のよそおいにも反映させてきた。なかでも「自然」や「ナチュラル」を求める感覚は、美容や化粧の領域に脈々とも受け継がれている。次章では、化粧文化におけるナチュラル志向の広がりとその背景について、おもに第二次世界大戦後に的を絞って考察する。

2. ナチュラルな化粧

2.1 はじめに

「ナチュラル、自然 」という言葉から、何を連想するだろうか。統計的な数字を調べたことはないが、人は「ナチュラル」「自然」あるいは「ナチュラル」という言葉が好き、少なくとも嫌いではないだろうという意見には、多くの賛成が得られるのではないだろうか。近年は地球温暖化に

---

[18] 小野芳朗. 2 養生書の時代. 〈清潔〉の近代 「衛生唱歌」から「抗菌グッズ」へ. 講談社, 1997, p.13-22.

[19] 八木清治. 江戸の養生 『養生訓』の思想. is. 70. 1995-12, ポーラ文化研究所, p.48-51.

よる夏の猛暑や豪雨などの激甚災害が増加しているが[20]、これまでは概ね比較的温暖な気候、豊かな自然と変化に富む四季など、日本における自然は生存のために対峙するものではなく、生活に寄り添うものであったといえるだろう。「自然＝安全、そして安心、健康」という図式や「自然は優しい＝ソフト、マイルド」といったイメージは、生活者に受け入れられやすいとメーカーでも「ナチュラル、自然」を訴求した商品が 1970 年代以降次々と発売されている[21]。本稿では、「ナチュラル（natural)」という単語が本来形容詞であり、「自然」が名詞であるという違いを踏まえつつ、化粧文化について議論を進めるうえでのわかりやすさを優先し、両者をまとめて「ナチュラル／自然」として扱う。
文学の領域で自然というとリアリズム文学を指し、近年ではライフスタイルの領域で「ロハス」や「スローライフ」と紐付いて語られることが多いようだが、化粧文化で「ナチュラル、自然」は何を指し示しているのだろうか。ポーラ文化研究所で行った調査では、昭和時代化粧におけるナチュラルの変遷を概略するとは以下のようであった[22]。

・1970 年代後半：自然素材を訴求した化粧品が登場。
・1970 年代後半：ポイントメークは、誇張しないで自然な形に行う。
・1980 年代前半：肌が本来持っている自然な働きを引き出すスキンケアを行い、ベースメークで素肌感を作り込む。
・1980 年代後半：化粧しているようには見えないように技巧を凝らしたナチュラルメークを行う

時代によって、ナチュラルを訴求する対象が異なっている。本稿ではとくに、素材へのこだわりとメークの 2 点について論を進めたい。

2.2 ナチュラル／自然な素材

「ナチュラル」や「自然・自然派」は、化粧品のキャッチコピーとして人気である。日本の化粧文化史を振り返ってみると、明治期に欧米式の化粧品が輸入されるまで、日本の化粧品は自然から手に入れる素材をそのまま、あるいは熱を加えるとか熟成といった、若干の加工を加える方法で作られていた。動植物や鉱物が主原料である。この流れが変化するのが、近代以降と考えられる。18 世紀後半から欧米で発展した、合成や精製といった高度な化学技術が化粧品製造にも導入されたことにより、ナチュラル／自然ではない化学的な原料が使われることになった。植物は加工無しで安全という初期のナチュラル信仰としては、鉱物系のクリームは顔につける化粧品としては不適当、砂塵の多い日本ではクリームは無脂肪性であるべきとして明治 42 年（1909）に平

---

[20] “令和 4 年版情報通信白書「第 1 部　特集 情報通信白書刊行から 50 年～ICT とデジタル経済の変遷～第 1 節 今後の日本社会における ICT の役割に関する展望、(3) 災害の頻発化・激甚化」”. 内閣府.
https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r04/html/nd121130.html （2026-1-20 アクセス）
[21] 岡部慎也, 星崎貞夫. 基礎化粧品：最近 10 年の進歩と発展. Fragrance Journal 10 周年特集号. 第 11 巻第 4 号通巻 61 号. 1983-7, フレグランスジャーナル社, p.50-55.
[22] 昭和時代のナチュラル化粧の発達（未公表資料）. 調査はおもに新聞・雑誌、およびマーケティング調査など印刷媒体を中心に行った

尾賛平商店から発売されたクレームレートをはじめ、鉱物油（ミネラルオイル）不使用をうたった香油の宣伝がすでに大正期頃からみられる[23]。

2.3 自然化粧品

昭和 54 年（1979）、香粧品研究開発の専門誌『Fragrance Journal』が植物成分を特集した[24]。『Fragrance Journal』では、1970 年代後半から 80 年代にかけて何度か自然化粧品（自然派化粧品）や植物原料を特集している。化粧品業界のこの潮流の背景の一つには、都市化や工業化に伴う公害や環境破壊から、自然由来の原料を使うことで化粧品に安全性を求める意識の高まりがある。日本政府は、昭和 46 年（1971）7 月 1 日に環境庁を発足し、公害防止に加えて自然環境保全まで射程を広げた統合的環境行政を開始した[25]。環境保全に関して、社会の企業に対する責任の目も厳しくなる。ここでいう「自然」は植物を示している[26]。この潮流を受けて、1970 年頃から、ヨーロッパの植物由来原料に関する情報増加が増えたことにより、化粧品業界内では「自然化粧品」の再分類が試みられるようになった。

先に挙げた『Fragrance Journal』1975 年 7 月号で、ポーラ化成工業の堀溶生は、「商品の打ち出しが成分そのものなのか雰囲気や理念といったイメージ重視なのか」、「訴求内容の中心が食品か薬草か化粧品か」という 2 つの観点 で、自然化粧品の分類を試みている[27]。以下は堀の分類をまとめたもので、「～型」の名称は堀による。

① 天然物型（食品型）

にんにく、米ぬか、へちま、麦芽糖、蜂蜜、オリーブ油、椿油など自然栽培の野菜・果物、またはその抽出物そのものを化粧品として販売。食品のイメージを強く打ち出し、食品売り場で販売されることも多い。

② 疑似天然物型（食物型）

野菜や植物から抽出した成分を使用。色、香り、時には味まで似せて天然物らしさを強く演出。

③ 天然成分イメージ型（薬草型）

効能が期待される薬草・植物エッセンスを前面に打ち出して販売。「天然成分が入っていること」を商品名やパッケージデザイン、広告などで訴求し、配合成分や期待される効果をパンフレットなどで細かく説明。配合成分を統一などでシリーズ化しやすい。

④ 自然イメージ型（化粧品型）

成分だけでなく、香り・パッケージ・安全性・使用感などすべてを「自然」という抽象的・理念

---

[23] 平尾太郎．クレームレート．平尾賛平商店五十年史．平尾賛平商店, 1929, p.121.,デジタル年表：近・現代化粧文化史」．ポーラ文化研究所, 2016. に収録の発売事項等を参照

[24] 特集（1）自然化粧品とその原料添加剤について. Fragrance Journal : research & development for cosmetics, toiletries & allied industries（以下 Fragrance Journal）. 第 3 巻第 4 号通巻 13 号. 1975-7, フレグランスジャーナル社, p.4-51.

[25] “昭和 46 年版公害白書「第 1 節 環境庁の設置」” 環境省. https://www.env.go.jp/policy/hakusyo/s46/11992.html （2026-3-12 アクセス）

[26] 時評 自然化粧品の安全性について. Fragrance Journal. 第 10 巻 3 号通巻第 54 号. 1982-5, フレグランスジャーナル社, p.1.

[27] 堀溶生. 自然化粧品の将来. フレグランスジャーナル. 第 3 巻第 4 号通巻 13 号. 1975-7, フレグランスジャーナル社, p.9-13.

的なコンセプトで統一。
第一に天然物型（食品型）を挙げているのは、食品として体内に取り込むものは、肌に塗っても安全という一般のイメージに基づくものと考えられる[28]。1980 年代には黒皮症など化粧品と皮膚障害の関係が注目されるなど、化粧品の原料についての消費者の関心も高まり、1990 年代にはより原料の有機栽培などにもこだわったオーガニック化粧品の流行など、一ジャンルを形成している。

2.4 ナチュラルメーク前史

日本人の素肌美信仰は強いということがよく言われる[29]。歴史的に見ると、べったり白塗りと考えられことが多い白粉を使った江戸時代のベースメークも、江戸時代後期の総合美容書『都風俗化粧伝』では、「いかにも細やかに、濃き淡（うす）きは、我が顔に似合うように施し、耳の根、はえ際に、むらなくおとなしくつくりなすは、誠に自然の風流と見ゆるこそ、好もしものなり」[30]と、「ナチュラル／自然」なメークが求められていたことがわかる。
現代行われているメークは、明治期以降欧米から輸入された西洋由来の化粧法である。明治 40 年代を過ぎると、白一色の白粉で行うベースメークに対して、雑誌記事などで疑問の声が複数上がり「兎にも角にも、此やうな不自然な化粧法は晩かれ早かれ廃れる時期が来るに違ひはありません」[31]と確信する意見も出ている。色付き白粉の日本での販売が始まったのも、ちょうどこの頃だった[32]。明治 41 年(1908)『婦人世界』5 月号（実業之日本社）では、小説家柳川春葉の美人観「女は如何にしすれば美しく見えるか」掲載。白粉の厚塗りは人形の美しさであり、最近流行りつつある肉色白粉の活き活きとした美しさについて、これからは「ますます複雑した化粧法」が行われるだろうとコメントしている[33]。

2.5 ナチュラルとすっぴん 第二次世界大戦後のナチュラルメーク

本格的な現代メークが導入されるのは、ファンデーションなど油性のベースメークが普及する第二次世界大戦後と考えてよいだろう。油性ベースメークは戦前から販売店の広告や雑誌広告などで商品の存在を確認できるが、化粧法が広まるのは昭和 20 年代半ばと考えられる[34]。ポーラ文化

---

[28] 実際には植物、動物の原料は成分として不安定なものも多く、またアレルゲンになるなど決して安全とは言えないが、「自然」の持つイメージが先行している
[29] 10 年後のライフインダストリー 18 年の業界調査からの大胆な予測. Fuji M.R マーケティング・レポート. 医薬化粧品シリーズ. 通巻 500 号. 1981-11-20, 富士経済, p.17.等参照
[30] 佐山半七丸[著], 速水春暁齋画図. 都風俗化粧. 河南喜兵衛他. 1813, 中ノ十八.（化粧之部 頭書. 都風俗化粧伝. 平凡社, 1982. p154.-155）
[31] 婦人世界編輯局編纂, 村井弦斎校閲. （一）婦人は何の為めに化粧すべきか. 婦人世界臨時増刊 化粧かゞみ. 第 2 巻第 5 号. 1907-4-10, 実業之日本社, p.1-4.
[32] 色白粉の導入については、以下にまとめている 富澤洋子. 色白粉-近代のナチュラルベースメーク. ビューティサイエンス. 第 5 号. 2017, ビューティサイエンス学会, p.99-102.
[33] 柳川春葉. 女は如何にすれば美しく見えるか. 婦人世界. 第 3 巻第 5 号. 1908-05-01, 実業之日本社, p.55-66.
[34] 「パンケーキ化粧法」は『現代用語の基礎知識』（自由国民社）に 1950 年版から収録されている。

研究所では、2022 年に化粧品メーカーの社史や新聞広告、新聞記事などを中心に昭和戦後の化粧の変遷を調査したが、その際に浮かび上がってきたのが「ナチュラル／自然」というキーワードだった。ベースメークを中心にまとめると以下のようになる[35]。

① 昭和 20 年代：ナチュラルメークの萌芽
戦前から使われていたバニシングクリームに変わって、油性のコールドクリームに粉白粉というベースメークに移行。ファンデーション・クリームを化粧下地に使うなど、新しいアイテムも登場する[36]。当時の剤型ではかなり厚塗りのベースメークだったと考えられるが、「素肌」「透明」「自然」「皮ふとマッチ」というワードが新聞や雑誌の美容記事に登場するようになる。パリ・モードや映画女優のファッション情報が増え、若者から洋装が日常着として定着しはじめる。薄化粧が指向される兆しが見られるも、まだ、ナチュラルメークへの直接的な言及はないものの、活動的な洋装に合った化粧が提唱されるようになる。

② 昭和 30 年代前半：ナチュラルメークがスタート
メークの表現として「薄化粧」や「自然」といった言葉が出現。「薄化粧」「肌の色」「仕上がり感」への意識が持たれ「自然に見える」という志向にまとまりつつあった。一方で、黒い目張り（アイライン）に、こげ茶の眉墨で唇の輪郭を縁取る「カリプソメーク」といった、個性的なメークも話題になるといった、メーク多様化の時代に入る。

③ 昭和 30 年代後半：ナチュラルメークの習得・普及期
薄化粧意識（厚化粧にならない）は、自然に見えるという指向へ進む。ファンデーションの機能発展で、仕上がり感が選べるようになり、「ナチュラル／自然」な仕上がりも提唱されるようになる。欧米人をまねたメークから、日本人の顔に合った、メークが志向されるようになった。また個性の表現としてポイントメーク、とくにアイメークが社会的に認められていった。

④ 昭和 40 年代前半：ナチュラルメークの進展
「すき透る」「化粧を感じさせない」「軽やか」など、薄づき化粧の質感を目指す、一見ノーメークのよう見える「作り込んだ」ナチュラルメークの概念が形成され始める。ファンデーションの剤形が多様になり、質感が向上。化粧の厚みを感じさせない「透明感のある仕上がり」が肌作りのトレンドになっていく。昭和 42 年（1967）に来日したモデルのツイッギーの、つけまつ毛やアイラインで目元を強調したメークで注目を集めたが、世代を超えて一世を風靡したのがミニスカート・ファッションだった。続くパンタロンやジーンズといったカジュアルファッションの流行、『anan』や『non-no』といった女性雑誌の登場で、若者が流行の中心に躍り出た。

⑤ 昭和 40 年代後半：「ナチュラルメーク」という仕上がり
薄づきでつやのあるナチュラルメークというコンセプトが浸透。きめ細かく柔らかな「日本女性の肌質を生かした」というナチュラルメークイメージが具体化。欧米メークの単なる模倣から、日本人に合った、日本人らしいメークへ分岐。

---

[35] 注 22 参照
[36] 富澤洋子. 油性メーク料 ファンデーション. Maquiller. No.34. 2014, ポーラ文化研究所, p.8-9.

⑥ 昭和 50 年代前半：メークの高度化
ベース・ポイントメーク全体に自然感が提唱され、自然さを表現するテクニックを駆使する。「健康的」という概念が、自然な美しさに加わる。

⑦ 昭和 50 年代後半：安全なメーク
この時代、女性のライフスタイルは細分化され、その中で意識は、自分の生き方や価値観、センスを表現したファッションが大きな流れとなった。見せる服から着たい服を着る意識への変化でもあった。メークも自分の肌にあった質感、自分の素顔になじんだ色味で素肌感を目指すナチュラルメークが大きなトレンドになっていった。ナチュラルメークの基本要素は、素肌感と健康的という認識が定着。さらに「皮膚の本来の機能を妨げない」安全性という思想が新たにプラスされた。

⑧ 昭和 60 年代：ナチュラルメークを自己プロデュース
素肌感覚・自然の肌感・健康感に仕上げるナチュラルメークが基本のメークに。ベースメーク、ポイントメークのテクニックで素肌感・健康感を演出し、きちんとメークして、化粧を感じさせない「ナチュラルメーク」という概念が完成した。

2.6 「ナチュラル」であること

令和 7 年（2025）は、昭和が始まってから 100 年であると同時に、第二次世界大戦終戦から 80 年の節目の年だった。戦後、化粧における「ナチュラル／自然」は素材や化粧品、テクニックといった複数の側面で、時代ごとの価値観を映し出しながら変容してきた。環境問題に起因する自然素材をめぐる安全性への期待、日本人の美意識から生まれた素肌感を演出する商品やテクニック、これらはいずれも社会情勢を背景に持ちつつも、単なる流行を超えて「どのように見られたいか」「どのようにありたいか」という、「自分らしさ」の形成と密接に結びついて、戦後の化粧文化を形成してきた。言い換えれば、「ナチュラル」は外面的な化粧技術にとどまらず、社会の価値観や個人の生き方の指標ともいえるのではないだろうか。次章では、この「自分らしさ」と化粧文化の関係に焦点を当て、化粧文化が現代のウェルビーイングにどのような意味を持ちうるのかを検討していきたい。

3. 化粧文化とウェルビーイング

3.1 はじめに 「化粧文化」という領域

令和 8 年（2026）5 月 15 日、ポーラ文化研究所は設立 50 周年を迎えた。研究所の設立メンバーの一人だった故村澤博人は、昭和 51 年（1976）に「化粧文化」研究の開始にあたり、アカデミックな世界からずいぶん非難されたと回想している[37]。しかし論文や雑誌記事のタイトルなど、現

[37] 村澤博人. 美術館と化粧道具. フレグランスジャーナル. 第 36 巻第 2 号通巻 331 号. 2008-2, フレグランスジャーナル社, p.80-81.

在「化粧文化」は研究の一領域としてかなり認知されてきているように感じる。ポーラ文化研究所では、令和 2 年（2020）に平成時代 30 年間の化粧・美容をまとめ、『平成美容開花』として上梓した[38]。意味や役割を変化させながら、化粧が生活者に寄り添ってきた、その変遷を女性雑誌から採取したが、その編集作業では「化粧文化」に対する関心の高まりや領域の拡張が、年々加速度的に高まっていることを改めて実感した。
ポーラ文化研究所では化粧文化を考える上で、化粧の目的や意味を以下の 4 つに分類している[39]。

① 本能（快感本能や美的本能）、性的欲求の表出
② 実用保温・保湿など皮膚、毛髪の保護
③ 信仰祈りや呪術といった祭祀儀礼の表現
④ 表示所属する集団やアイデンティティの表示

これらの目的や意味を 1 つ、あるいは複数もちながら、人は古くから化粧を行ってきたと考えている。化粧行為はおもに、

① 塗布　　顔や身体への塗布
② 着装　　衣服や装身具類の着装
③ 身体変工　　瘢痕、入墨、抜歯、ピアッシングなど身体への加工
④ 施術　　美容を目的とした顔・身体への施術
⑤ ウェルネス　　健康維持や回復のために身体をケアする行為

以上 5 つに分けられると考えており、とくに⑤に関する医療衛生分野との近接、融合が顕著になってきていることは、本稿の冒頭にも書いた通りである。
では、化粧・美容行為などで変えることができる外見は、人の自己認識にどのように作用するのだろうか。

3.2 外見と自己認識

村澤は 2000 年代に見た目に対する社会の意識の変化を指摘して、「日本においては外見については軽視されてきたために、（中略）欧米のように社会性を持って社会の表面に見えるようになったのは、ごく最近である。それに対して、欧米では外見すなわち肌の色を中心とした人種差別、『女らしさの神話』（1963）『フェイスヴァリュー、美の政治学』（1984）『美の神話』（1991）などに代表される性や美醜による差別など、以前から外見と差別という社会的な問題は存在し、議論されてきている。」と記している[40]。そして近年、社会学の視点での論考が増えていることを考えると、コミュニケーションに関わるツールとして見た目に関わる化粧・美容の重要性が増している

[38] 西原妙子他. 平成美容開花 平成から令和へ、美容の軌跡 30 年. ポーラ文化研究所, 2020.
[39] 化粧の意味や目的には、諸説がある。一例として、深作光貞. 化粧の文化的・社会的役割. Fragrance Journal. 第 12 巻第 1 号通巻 64 号. 1984-1, フレグランスジャーナル社, p.10-14. 等も参照
[40] 村澤博人. 外見に対する意識の変化がもとめるこれからの社会 2. 外見も大事に、そして外見と社会性. Fragrance Journal. 第 31 巻第 1 号通巻 267 号. 2003-3, フレグランスジャーナル社, p. 50.

といえるのではないだろうか。廣田君美は、「心理学からみた香粧品の有用性について」の中で、人は自己について、①自分で考えていえる自己、②人が自分をどう思っているかという自己、③人が自分をどう思っているかに一喜一憂している自己という、3 つの眼を持っていると指摘する[41]。①と②の乖離が大きいほど、③の「憂」が大きくなるという構図が、自己肯定感を下げる要因の一つといえるのではないだろうか。
先日、ある化粧文化の研究会で講師から「無人島に一人きりで生活する。そのときあなたは化粧をしますか？」という問いが発せられた。他者の目を気にしなくてよい状態のときに、あなたはあなたの見た目をどうしたいかという質問である。鷲田清一は『顔の百科事典』に収録されているコラム「ひとはなぜ顔を気にするのか―〈顔〉の現象学」の中で、顔はいわば個人のともいうべきもので、他人はその看板（＝顔）をみて個人を認知するが、その顔の持ち主である本人だけが顔を見ることができず、「これはあらためて考えれば怖ろしい事実である。」と述べている[42]。外見＝他者から与えられる情報は、鏡像や写真・映像で確認できるという意見もあるかもしれないが、鏡像は実態とは左右反転しており、写真や映像はレンズを通した像であり生の像ではない。外見が他者の眼を通して形づくられる一方で、社会の側から規範として求められる「らしさ」も、見た目を規定する大きな要因となってきた。

3.3 社会的規範 性別・校則と「らしさ」

ジェンダーは、もとは語学の領域で、文法で名詞や活用語の男性・女性・中性といった単語の分類を指す言葉を指していたが、1970 年代以降文化や経済の視点で議論が続いているテーマといえよう。ここでは、職業と教育現場での状況を例に挙げる。
家庭の外に職業を持つ女性、「職業婦人」が日本で注目されるようになるのは、大正時代後半以降とされている。外出の機会が増えた忙しい女性に向けてコンパクトなどの携帯用の化粧道具や、現代でいうところのタイパを意識したメークのハウツー「スピード化粧」などが登場している。この時期、進学案内と職業案内、その両方の役割を持った職業に就くためのハウツー本が出版され、高等女学校などの高等教育への進学から就職への道しるべとなった。各就職先が求める学歴などの資格、就職試験の選考方法や基準待遇などが公表されているが、職務遂行に必要なスキルのほかに「容貌は美しくなくとも、心からあらはれた品のよい人」「容貌の美（うる）はしいのを歓迎」など服装や容姿といった、現代であれば問題視されるような項目も明示していたようだ[43]。
日本の女子教養書の歴史は鎌倉時代の「乳母のふみ」に始まり、室町時代に女訓書が徐々に増加した。これらは中世特有の情緒的な躾や生活作法を重視する内容であったという。江戸時代に入ると、家父長制の確立を背景に、中国の儒教的女訓書の影響が加わり、主婦[44]としての徳目を重視

---

[41] 廣田君美. 心理学からみた香粧品の有用性について. Fragrance Journal. 第 12 巻第 1 号通巻 64 号. 1984-1,フレグランスジャーナル社, p.28.
[42] 鷲田清一. ひとはなぜ顔を気にするのか―〈顔〉の現象学. 日本顔学会編. 顔の百科事典. 丸善, 2015-9, p.332.
[43] 表 2-3「女性事務職の採用と待遇」. 金森美奈子. OL の創造 意味世界としてのジェンダー. 勁草書房. 2000, p.66-69.（原典は 諸官署・会社・銀行・商店婦人事務員の詮衡採用ぶり. 婦人世界. 20 巻第 3 号. 1925-3-1, 実業之日本社, p.33-39.）
[44] ここでの主婦は家事従事者としての現代の専業主婦ではなく、家業や家政を采配する女主人を指す。

する教育が発展する。17 世紀前期には中世的内容と儒教思想が混在した長大な女訓書が出版され、18 世紀以降は識字層の広がりに伴い「女大学」など簡潔な形式が普及した[45]。江戸時代前期の仮名草子『女訓抄』は、中世的要素を残しつつ女子の徳を体系化したことで、女訓書の代表作とされる。身だしなみにも言及している[46]。

「らしさ」とは、辞書の解説を借りれば、接尾語「らしい」の語幹に接尾語「さ」の付いた語で、名詞や形容動詞の語幹に付いて、そのものの特徴がよく出ていることを表す。「自分―」「子供―」など、人間に対して使う場合、年齢、立場や身分にふさわしいという観点でも使われるだろう。ここで教育現場の例について、ニュースなどでも話題に上る「校則とらしさ」について触れてみたい。

文部科学省が 2025 年 2-3 月に全国の公立中高 800 校を対象に行った調査では、9 割の学校が 2019 年以降に校則を見直し、特に見直しが多かったのが「服装」(89.7%)、「頭髪・化粧」(62.5%) などよそおいに関する項目だったという[47]。1980 年代から 1990 年代にかけて、頭髪の規定（丸刈りやおかっぱなど）が「教育・管理の名目で個人の自由や尊厳が侵害されているのではないか」という視点が校則を問い直す大きな転換期になった。校則とは、服装、髪型、持ち物、登下校の方法、近年ではスマートフォンの使用など、生徒の日常生活を細かく規定したもので、学校の基本的な運営方針や制度を定め、学校教育法施行規則に基づき、必ず作成し文部科学省や教育委員会に届け出る必要がある「学則」と違い、法的な拘束力はない。生徒指導のための実務的なルールで比較的変更が容易であり、地域や時代の影響を受けてきた。

日本で小中学校に向けて学校生活における規則、「校則」が作られたのは、明治 5 年（1872）の「学制」発布直後のこととされている。明治時代中頃までは県の行政規則として発令され制定手続きに生徒はもちろんのこと教師も関与していなかったという。学校独自の校則が定められていくのは、明治 30 年代頃とされている[48]。明治時代後半以降学校独自の校則が制定されるようになるが、学校生活のみならず、校外、家庭生活全般にわたって生徒の行動を規制する内容で、見た目と内面のつながりに言及するものもあったという[49]。第二次世界大戦後、校則は戦前の権力的・威圧的な表現をあらためるにとどまり、内容は従来の行動規範の中から必要最低限の項目を、踏襲したものが多かったとされている。

昭和 50 年代前後、青少年の非行が社会問題となる。生徒の行動規制のために校則が強化された。生徒の反抗や非行化防止を目的に、規則から逸脱した服装や髪型といった外見を「学業に専念す

---

[45] 天野晴子. 第一章　江戸時代における女子教育の概観　一節　江戸時代における女子教育. 女子消息型往来に関する研究 江戸時代における女子教育史の一環として. 風間書房, 1998-3. p.15-22、白倉一由. 仮名草子女訓物について. 近世文藝. 10 巻. 1964, 日本近世文学会. p.1-10. 他

[46] “女訓抄「巻中（中巻）・第五『しんたい（身体）をたもつべき事』」”. 奈良女子大学学術情報センター. https://www.nara-wu.ac.jp/aic/gdb/nwugdb/josei/edo-j/html/j015/ （2026-3-12 アクセス）

[47] “公立中学校・高等学校における「校則等の見直し状況調査」の結果”. 文部科学省. https://www.mext.go.jp/content/20250702-mxt_jidou01-000043523_1.pdf（2026-01-07 アクセス）

[48] 校則の歴史概観. 栃木県弁護士会人権公害委員会編. 校則と子どもの権利. 栃木県弁護士会, 1996, p.24.

[49] たとえば山形県の小学校の内規では、「髪を長く伸ばすことは怠けた精神を表し、活発な気風を失わせ、だらしない習慣をつくる。また、坊主頭は身だしなみを損なう」といった内容の記載もあったとされている。注 48、p.24.

べき生徒らしくない」として厳しく取り締まったのである。昭和時代の終わりになると、校則違反の髪型や服装をした生徒の授業参加を認めない、卒業アルバムに写真を掲載しないなどの事例[50]が報道されるようになると、校則の見直しを求める世論が沸き上がってきた。とくに注目を集めたのが男子生徒の丸刈りである。頭髪については、髪の毛は生徒の身体の一部であり、どのような髪型にするか、頭髪の自由は人格的自立権の内容として憲法 13 条の保証の範囲であるという。さらに、頭髪が伸びる速さは 1 か月に 1〜2cm 程度といわれており、生徒は一定期間、かなり長期にわたって、その髪型と付き合うことになる。
教育の場で外見の「生徒らしさ」を求めた結果、本来自由であると教えるはずの個人の自由や人権がないがしろにされるという実態に、校則見直しの声が高まった。そして、文部科学省は 2022 年 12 月に改訂・公表した「生徒指導提要（改訂版）」の中で、「校則の運用に当たっては、児童生徒がその意義を理解し、主体的に遵守することができるよう、学校のホームページ等で校則を公開することが望ましい。」としている[51]。
こうした社会規範による外見の枠組みは、現代のコミュニケーション環境の変化とともに、その意味を大きく変えつつある。

3.4 つながりの変化

多田道太郎は「居眠り」というエッセイの中で、日本人が車中で居眠りする理由について「―私が思うに、日本人は大衆（公衆）の中で安心しきっているのである。知り合いと一しょだと決して居眠りしない。面識集団の中でこそ私たちは緊張する。それに反し、見知らぬ人びとにかこまれると、つい緊張がゆるむ。」と記している[52]。現代に生きる私たちは、知り合いよりも他人との接触が多い状況で生活している。例えば通勤電車の中で、ちょっと目に留まる、気になるということがあっても、自分との関りを持つことのないその他大勢の中で生活している。もともと関りのない人なのだから、他人という鏡に自分がどのように映ろうかそれほど気にすることはないのではないだろうか。 他人の中では「私」に求められるのは、米山俊直の論を借りれば、「ミニマムのエチケット」であったり、「それさえ守っていれば、かなりドライにふるまってゆける。しかし、仲間との人間関係のほうは、いろいろなわずらわしさがつきまとう[53]」ことになり、ときにはコミュニケーションによる疲弊も発生するかもしれない。

近年では、職場・地方・友人グループなどの地域コミュニティを次々と移動する「コミュニティ・

---

[50] 事例は注 47 栃木県弁護士会の書籍に依った。なお、卒業アルバムに関する国会答弁は「第 112 回国会 参議院 法務委員会 第 2 号 昭和 63 年 3 月 31 日」で確認。https://kokkai.ndl.go.jp/#/detail?minId=111215206X00219880331（2026-03012 アクセス）

[51] “生徒指導提要（改訂版）「第 I 部 第 1 章『生徒指導の基礎』」“. 文部科学省. 2022-12. https://www.mext.go.jp/content/20230220-mxt_jidou01-000024699-201-1.pdf （2026-3-12 アクセス）

[52] 多田道太郎. 居眠り. 日本人の美意識 多田道太郎著作集 4. 筑摩書房, 1994, p.335-336.（初出：カートピア. 1976-11. 後に『物くさ太郎の空想力』に収録』）

[53] 米山俊直. “仲間”のマキシマムな掟. 日本人の仲間意識. 講談社, 1976, p.30.

ホッパー」というライフスタイルも生まれている。細いながらもたくさんのつながりを、自発的に持つことができる。20 世紀末からの IT の発達により、対面が前提だったかつてのコミュニケーションとは大きく様変わりし、コミュニティの形成されかた、ありかたが激変し続けている。インターネット上では、いつでもどこで誰とでもつながりを持つことが可能になった。文字、画像、音、映像で、さらには VR（仮想現実）や AR（拡張現実）の技術により、臨場感のあるコミュニケーションが可能になっている。そして誰ともわからない、もしかしたら、実態のない AI かもしれない相手と交流を持っている。インターネット・サービスプロバイダーのニフティが行った調査では、生まれた時からスマートフォンやタブレット、高速ネットワークが当たり前の小中学生は、完全なデジタルネイティブ、α 世代だが、彼らの約 75%はネットワーク上の友だち「ネッ友」がいるという調査結果が示された[54]。サンプルはニフティユーザーに限られるが、ネッ友がいる小中学生の 89%は、実際にネッ友と会ったことはなく、実際には「会いたくない」「会いたいけど怖い」という回答が合わせて約 60%、「会いたいけどおうちの人に禁止されている」という選択肢が用意されていることを考えると、「見た目」という属性情報の提供を避けていることも考えられる。このようにデジタル化によって他者とのつながり方が多様化するなか、「自分らしさ」をどう形成しどう保つかという問題は、より複雑さを増している。

3.5 自分らしさとウェルビーイング

では、自分らしさとはあるがままの状態なのだろうか、それとも社会からの要請に応じて意識的、無意識的に作って（演じて）いるものなのだろうか。近年、ステレオタイプや自己が求める「らしさ」 と 社会的期待との乖離による「らしさ疲れ」も指摘されている。

「私らしさ」という言葉を商用データベースで雑誌記事検索をすると、約 3000 の記事がヒットする[55]。「私」という一人称で検索したためか、おおよそだが 8 割ほどが女性によるあるいは、女性に関する言説であった[56]。検索語を「自分らしさ、自分らしい、私らしさ、私らしい」などいくつか試すと、記事の内容はおおよそ以下のような変遷があり、社会状況によって「自分らしさ」も変化してきたことがわかる。

1999 年頃、「ジェンダー＝文化的な性差」という概念の浸透と、ジェンダーフリー教育
2000 年頃、自分らしくあることを社会から「迫られる」
2010 年頃、介護における自分らしさ
2013 年頃から、「自分らしさ」を認め合う
2010 年代半ば、働き方、美術などの創作で自分らしさを出す
2010 年代終わり頃、医療（がんサバイブ）と自分らしさ

---

[54] “ニフティキッズ 子どものホンネ 調査レポート「ネッ友がいる小中学生は過去最多の 74.8%。年上との交流が増える一方、対面には抵抗感も」”. ニフティ. https://kids.nifty.com/parent/research/nettomo_20251102/ （2026-3-12 アクセス）
[55] “大宅壮一文庫雑誌記事検索” 大宅壮一文庫. https://www.oya-bunko.com/ （2025-10-31 アクセス）
[56] 複数の一人称を使い分ける日本語と「らしさ」へのこだわりの関係も興味深い。日本語と性格については、宮岡真央子他編. 日本で学ぶ文化人類学. 昭和堂, 2021、金水敏. ヴァーチャル日本語 役割語の謎. 岩波書店, 2023. などを参照

2010 年代終わり頃、LGBT

櫻井龍彦は、自分らしさをテーマとした一般向けに刊行された書籍を、「自分らしさ本」と名付けその刊行数の推移とタイトル、サブタイトルの分析を通して、ファッションやジェンダー、老病死といった観点から膨大な数にのぼる自分らしさ本の内容分析を行っている[57]。また、石田かおりが 1992 年に行った調査では、約半数が素顔もメークをした顔もいずれも自分らしいと回答し、大切な人には素顔もメークをした顔も自分だと認識してほしいと回答したという[58]。さらに、ポーラ文化研究所が行った、令和の時代にメークはどのようなものであってほしいかを聞いた調査では、25 歳以上で「自然」「ナチュラル」のワードが目立ち、トップ 5 にランクインしている。自由回答の内容をみると、“厚化粧にならない、つくりこみすぎないメーク”“自分らしく、自然でいたい”という思いが強いことがみてとれる[59]。

近年、自己肯定感について取り上げた書籍は、ライトノベルから医療・看護に関する学術論文、教育、モラハラや死生観まで幅広く刊行されている。自己啓発、部下マネジメントなどビジネス分野での取り上げも多い。女性雑誌でも特集が組まれるなど[60]、近年自己肯定感を高めることへ意識が向いているようだ。承認欲求や自己肯定感が低いと感じている人の多いことの裏返しなのだろうが、「自己肯定」とは、自己批判や自己否定を重ねて到達する自分自身で認める自己のあり方であるから、そうそう簡単には手に入れることはできないのではないだろうか。そのため、他者から認められること（承認欲求）に依存する潮流も生まれている。

2023 年に策定された第 4 期教育振興基本計画では、日本社会に根ざしたウェルビーイングの向上では、日本社会における教育の目標として、ウェルビーイング（心身の健康や幸福感）を高め、個人と社会の両面での幸福を追求する方向性をコンセプトに、個人の自己実現と、社会とのつながりを両立させる教育を推進することが示された[61]。人の価値観に左右されないために、自分の行動・考え方・性格などを別の立場から見て認識するメタ認知への意識も高まっている。一例として、ポーラ文化研究所が行った近年の髪に関する調査でも、ありのままを受け入れることを良しとする層が一定数あることがわかった[62]。

---

[57] 櫻井龍彦. 「自分らしさ本」の社会学的研究に向けて 刊行数の推移とタイトル/サブタイトルの分析にもとづく論点整理. 名城大学人文紀要. 56 巻 2 号第 125 集. 2020-12, 名城大学人文研究会, p.1-15.

[58] 高野ルリ子. メーキャップの心理・生理効果 “自分らしさ”の考察を軸として. Cosmetic Stage. Vol.5 No.6. 2011-6, 技術情報協会, p.6-12.（初出は 石田かおり. おしゃれの哲学 現象学的化粧論. 理想社, 1995-12, p.26, 249-250.）

[59] “平成から令和へスキンケア・メークの行動と意識のうつりかわり「サマリー④ 現在と令和のメークへの考えの変化」” ポーラ文化研究所. 2020-11-30. p5. https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/report/pdf/201130heiseireiwa.pdf

[60] 特集 自己肯定感の高め方。. an an. No.2399 増刊. 2024-6-5. 、特集：自己肯定感も運気もあげてこ！. andGIRL. 2025 年冬号. 2024-12-6, 主婦の友社など

[61] 走井洋一. シンポジウム総括. 道徳と教育 日本道徳教育学会第 103 回（令和 6 年度春季）大会（大会テーマ：ウェルビーイングと道徳教）大会報告. 70 巻通号 344. 2025-3-31, 日本道徳教育学会. p.133.

[62]「白髪染めを続けてきた人が白髪染めをやめること」に対する考えで、「ありのままの髪色でいることは素敵」と回答した割合は、女性 10 代後半から 70 代後半では 24.1%、白髪があり、グレイヘアを楽しみたいと思う女性では、「ありのままの髪色でいることは素敵」と回答 41.3%」"グレイヘアに関する調査”. ポーラ文化研究所. 2023-12-22, https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/report/pdf/231222grayhair.pdf p6,7

内閣府が行っている「国民生活に関する世論調査」[63]では、今後の生活の仕方についての考えを調査している。令和 7 年度 8 月調査では、「物質的にある程度豊かになったので、これからは心の豊かさやゆとりのある生活をすることに重きをおきたい」とする者の割合は 52.2%、「まだまだ物質的な面で生活を豊かにすることに重きをおきたい」46.6%だった[64]。「物の豊かさ」は 1970 年代後半をピークに減少の傾向にあり、「心の豊かさ」は漸増して昭和 54 年（1979）の調査以降「物の豊かさ」を上回っている[65]。

近年の研究では、社会的つながりが健康寿命を延ばす重要な要因であることが示されており、「令和 7 年版 高齢社会白書」でも、地域での社会活動といった各自治体の取り組みが紹介されている[66]。

ウェルビーイングは、1 章に記したように、昭和 23 年（1948）に採択された WHO 憲章の前文で健康を定義した文章中に登場するが、本質的に何を指すのかは未だ定まっていない状況のようである[67]。具体的な生活の質をあらわすクオリティ・オブ・ライフに比べて、個々の人びとが感じる幸福感、生きがい、心の豊かさなど、哲学や心理学、社会の仕組みなど、さまざまな要素を含むため、抽象度が高いからだろう。人間は集団を形成することで、進化を遂げてきた。人は誰しも何らかのコミュニティに参加し（関わりを持って）生活している。集団からの孤立や孤独は命の危険もはらみ、集団の中での立場を確かなものにするために、何らかの役割（役回りを）を、好むと好まざるとに関わらず、演じることになる。アスレティックウェアブランドのルルレモンが令和 6 年（2024）9 月に公開したレポートでは、ウェルビーイングを追求するあまり、かえって健康を感じられなくなるという悪循環の発生も指摘されている。ウェルビーイングへの関心の高まりの一方で、ウェルビーイングを向上させるべきという社会的な圧力を感じ、ウェルビーイング・バーンアウト（ウェルビーイングに対する燃えつき症候群）を経験している人の増加を報告している[68]。

本章では、化粧文化をめぐる外見観、歴史的に形成されてきた「らしさ」や規範、そして現代における自分らしさや人とのつながり方、かかわり方の変化を通して、化粧とウェルビーイングの関係を見てきた。化粧の意味や役割は時代とともに大きく広がり続けている。見た目は単なる装いではなく、対人関係の基礎となる重要な要素として、本人のセルフイメージや他者からの評価

---

[63] 2000 年までは総理府

[64] 国民生活に関する世論調査 令和 7 年版. 内閣府. https://survey.gov-online.go.jp/living/202509/r07/r07-life/（2026-3-12 アクセス）

[65] 国民生活に関する世論調査 昭和 63 年 5 月調査（世論調査報告書）. 総理府内閣総理大臣官房広報室. 1988, p.70-72.

[66] “令和 7 年版高齢社会白書（全体版）（PDF 版）” 内閣府. https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2025/zenbun/07pdf_index.html （2026-3-12 アクセス）

[67] 金子迪大. 対人関係におけるウェルビーイングの低下が摂食行動につながる心理的メカニズムの検討. 京都大学博士論文. 2023-9-25. 京都大学機関リポジトリ. https://repository.kulib.kyoto-u.ac.jp/dspace/bitstream/2433/285796/1/gkyok00296.pdf（2025-12-24 アクセス）

[68] “ルルレモン、世界のウェルビーイングの状態と推進要因を探る 年次の「グローバル・ウェルビーイング・レポート」2024 年版を発表” ルルレモン. 2024-9-24, 原典は、https://corporate.lululemon.com/~/media/Files/L/Lululemon/our-impact/lululemon-2024-global-wellbeing-report.pdf （2025-12-24 アクセス）

と密接に結びついているといえるだろう。一方で、女性に求められてきた身だしなみや、学校・職場での服装規定に代表される「ふさわしい外見」は、長い時間をかけて形成されてきた社会的規範でもある。これらは人との関係性を構築し、社会生活を営む上で一定の役割を果たしてきたものの、個人の自由や尊厳を損なう側面も有する。「生徒らしさ」「女性らしさ」を例に、価値観の押しつけとして作用してきた歴史をみてきた。近年は「自分らしさ」を尊重する言説が広がる一方で、それがかえって「らしさ」を演じる負担を生み、「らしさ疲れ」につながるという、二律背反の状況も生まれている。さらに、コミュニティのあり方が大きく変容し、他者とのつながりが対面中心から、オンラインやSNSを介した非対面へと広がったことで、見た目の意味そのものも変わりつつある。外見を意識しながらも、多くの他者とは一度として顔を合わせることのないままつながることが当たり前になった現在、見た目は「身体の属性」であると同時に、「データとして加工・提示される／できる情報」という側面も持つようになった。こうした環境の変化は、他者からの評価を避ける自由を広げると同時に、新しい不安や負担を生む可能性もはらんでいる。また、社会全体が「心の豊かさ」やウェルビーイングを重視する方向へと移行する中で、「幸福であるべき」「心身を整えるべき」という意識が強まり、それ自体が新たなプレッシャーとなってウェルビーイング・バーンアウトを引き起こしているという報告もある[69]。化粧や外見のケアは、自己を整える行為として有効な一方で、社会的な“期待”としての側面を帯びると、負担として働くこともある。

おわりに

本稿では、江戸期の養生思想、近現代のナチュラル志向、そして外見・規範・つながり・自分らしさをめぐる現代の問題を通して、化粧文化とウェルビーイングの関係を考察してきた。養生にみられる心身一体の健康観は、現代のウェルビーイングとの親和性が高く、今日的な考え方として関心が高いこともうなずける。近代以降の化粧・美容における「ナチュラル」志向は、素材・技法・価値観の変化とともに意味を変え、外見を整える以上に「生き方」や「自分らしさ」を象徴する化粧・美容実践となってきた。まさに今現在、社会的規範やオンライン化によって外見の意味が揺らぎ、「らしさ疲れ」やウェルビーイング・バーンアウトといった新たな負担も生じている。こうした状況のなかで、化粧・美容は外見と内面、個人と社会の間のバランサーの一つとして、安心して自分を保つための機能を果たしているといえるのではないだろうか。
ここまでの3つの章それぞれの論拠にはまだ整理段階の資料や、研究所内で行ったディスカッションの記録も含んでいる[70]。今回文章としてまとめたことで、さらに探求を深めるべき課題も見えてきた。化粧文化は、これからも生活者に寄り添いながら、豊かなウェルビーイングの気づきとなるような研究であり続けたい。

---

[69] 注68参照

[70] 本稿はポーラ文化研究所がTOPPAN株式会社、未来予報株式会社の協力を得て2025年に行った「化粧文化における未来予測研究プロジェクト」の知見もふまえて執筆した。3者による意見交換や議論は、筆者がこれまで行ってきた文献歴史学の手法を超えて新しい気づきとなったことを、謝意をもって記しておく。

［資料紹介］

『都風俗化粧傳』

川上 博子／ポーラ文化研究所

図 1.『都風俗化粧傳』文化 10 年（1813）

『都風俗化粧傳（みやこふうぞくけわいでん）』は、文化 10 年（1813）に出版された、江戸時代の総合美容本である。メーク、スキンケア、ヘアケア、手足などのケア、オーラルケア、髪型、姿勢など、美容に関する多様な情報が挿画付きでまとめられている。本資料以前の類書では、美容の記述は必ずしも具体的とはいえず、教訓書としての性格が強いもの、上流階級の礼法を伝えるものであったのに対し、本資料は美容情報を総合的かつ詳細に記した女性向けの実用書であった。著者の佐山半七丸の経歴は不明であるが、挿画を担当した速水春暁斎（明和 4 年（1767）-文政 6 年（1823））は京都の人であり、生家は裕福な呉服商だった[1]。「巻之上」「巻之中」「巻之下」の三巻からなり、序文や前書のほか、「顔面之部」「手足之部」「髪之部」「化粧之部」「恰好之部」「容儀（かたちつくり）之部」「身嗜之部」の 7 部で構成される。

「巻之上」の前書では、容貌が醜く、また直しがたい癖があっても、この書の方法で美人になれると謳っている。「顔面之部」においても、生まれながらにして全てを兼ね備えた美人は少ないが、化粧の仕方や顔のつくりで美人になれると説く。そして、当時の美人の第一条件を肌の白さと位置づけ、「顔貌の色を白うする薬方」「白粉をする伝」「白粉解きようの伝」といった肌を白くする方法を紹介している。このほか、「皺をのばし少女のごとくわかやぐ薬の伝」「紅を付ける伝」「鉄漿を付ける伝」「鼻の低を高ふ見する伝」「髪を洗う伝」「顔の恰好によりて髪結いようの伝」「歩行風俗（あるきぶり）の善悪（よしあし）」など、美容に関する様々な情報が収められている。ま

[1] 濱田啓介. 画本読本の作者 速水春暁斎伝攷. 国語国文. 30 巻 1 号. 臨川書店, 1961-01, p.17-31.

た、「耳だれ汁出るを治す伝」「霜やけを治する伝」「虫くい歯のいたみ治す薬の伝」など、治療を目的とする記述もあり、民間的な治療法を知る実用書としての側面も有している。
実践的な記述が多いものの、当時の女性に向けた教訓的な内容もあり、「巻之中」では、婦人の四徳（女性の守るべき四つの徳）を説き、姿と心は一体であること、外見をいかに美しく整えたとしても、心のあり方が正しくなければ意味をなさないと述べている。

図 2．挿画は「鼻の低を高ふ見する伝」

文化 10 年に三都（京都・大坂・江戸）の四書肆から共同出版（相板）された『都風俗化粧傳』は、嘉永 4 年（1851）、明治以降にも版を重ねた。途中『女子風俗化粧秘傳』と改題され、大正 11 年（1922）まで計 6 回の刊行が確認されている。なお、版木は大正 12 年（1923）の関東大震災で焼失したという。およそ 110 年にわたり刊行されたロングセラー本であったが、時代が下るにつれて、美容の実用書としての位置づけが変わっていった。
明治 24 年（1891）の『風俗画報』では、「婦人の化粧方法を書きたるものなれども其方法今の実際に適せざるもの或は迂遠なるものある」と本資料について述べている[2]。大正 3 年（1914）の『朝日新聞』では、『都風俗化粧傳』を「今日の時勢にあてはまるように増補訂正」した御園文庫（伊東胡蝶園（のちの帝人パピリオ）の PR 媒体）の刊行計画を紹介している[3]。江戸時代の総合美容本としての情報には、当時の流行や嗜好と合致しない内容があったことが読み取れる。
また、好古堂から刊行された『女子風俗化粧秘傳』においては、大正初めに雑誌広告を出している。広告では「徳川時代に於ける京阪女子の風俗を知るに足るべき好個の参考書」[4]、「浮世絵研究家の好侶伴」と謳っており[5]、美容の実用書ではなく、風俗研究資料としての価値を訴求していた。
一方、大正 3 年の『節用』では、「都風俗化粧傳は、諸の化粧の拠所となれる種々の心得を集めたるもの」と紹介し、一部を除き翻刻している[6]。昭和 12 年（1937 年）8 月 22 日の『週刊婦女新

[2] 都風俗化粧傳抄録. 風俗画報. 第 25 号. 東陽堂, 1891-2-10.
[3] 都風俗化粧傳. 朝日新聞. 1914-2-24, 朝刊, p.7.
[4] 此花：風俗絵画雑誌. 第 23 号. 此花社. 1914-8-10.
[5] 浮世絵. 第 21 号. 浮世絵社, 1917-2-1.
[6] 節用（婦人文庫;第 3 回）. 婦人文庫刊行会, 1914-6-30.

聞』では、「今日に於てもなお捨て難き節が多い」と前置きした上で、「歩行風俗の善悪」を掲載している[7]。時代の変化とともに実用書としての読まれ方は少なくなるが、限定的ながらも共感や有用性が見いだされ、長きにわたり読まれていたといえる。
『都風俗化粧傳』は江戸時代の化粧文化を今日に伝えるとともに、その受容の変遷を通じて、人々の関心や価値観の変化を知る手がかりを与えてくれる資料である。

『都風俗化粧傳』
佐山半七丸[著], 速水春曉齋画図. 都風俗化粧傳. 巻之上中下. 〈京〉河南喜兵衛,〈京〉中川藤四郎, 〈江戸〉靏屋金助,〈大阪〉秋田屋太右衛門, 文化 10 年（1813）.
3 冊 ; 25×18cm. 巻之上 : 35 丁, 巻之中 : 31 丁, 巻之下 : 34 丁.

主要参考文献

佐山半七丸,速水春暁斎画図,高橋雅夫校注. 都風俗化粧伝. 平凡社, 1982 年.
佐山半七丸、速水春暁斎画図『都風俗化粧伝』. マキエ. No.4. ポーラ文化研究所, 1991-4-10, p.6.

[7] 佐山半七の都風俗化粧伝. 週刊婦女新聞. 婦女新聞社, 1937-8-22, p24. なお、「佐山半七」は原文ママ。

［資料紹介］

携帯用化粧道具セット

立川 有理子／ポーラ文化研究所

図 1.携帯用化粧道具セット　明治時代〜大正時代

本資料はポーラ文化研究所が所蔵している明治時代末〜大正時代の携帯用化粧道具セットである。表面は織地で、赤、青、白の色彩が鮮やかな花模様が表現されている。二つ折になる仕様で、金属の留め具を外すと、内部には両面にぎっしり化粧道具が収められている。紅筆と刷毛が入った小箱、鏡、髪を整える櫛や筋立て、爪やすり、楊枝、耳かき、剃刀、鋏、さらに、近代化が進む当時のよそおいの最先端アイテムだった香水も備わっている。

携帯用化粧道具セットは、煙草入れや紙入れ、手提げ仕様の巾着袋など、当時いわゆる「袋物（ふくろもの）」と呼ばれたものの一つに該当し、小間物店などで取り扱っていた。また、女性用だけではなく、男性用もあり「男持化粧品入」などと呼ばれていた。さらに、当時の雑誌などの媒体では、携帯用化粧道具セットについて、旅の主要な携帯品として紹介されている。

明治時代は鉄道網が発達したことで、旅がより身近になった時代である。新聞付録『都の華』[1]明治 30 年 8 月 10 日の号では「避暑案内」と題し、各地の海や山、温泉地などを紹介し、「百里や二百里は隣家へ茶飲話に行くよりも手軽のやうなれど、開けゆく時勢に連れて、携帯品も却て昔より複雑となり、僅かに一蓋の編笠と一筋の竹杖とに五十三次を又に掛けるといふ単純なる出立は

[1] 『都の華』は 1884 年に、「今日新聞」として東京で創刊された「都新聞」（改題後）の付録雑誌。明治 30 年 6 月 4 日の第 1 号には発行趣意として衣食住の流行を記して読者に示すとしている。

今は稀れなり[2]」と遠方への旅が手軽な時代になったこと、携帯品が増えていることを記している。具体的には、鞄や傘、時計といった移動の必需品、旅の記録をする写真機、日記帳などと共に、携帯用化粧道具セットも詳細に掲載されている。ここで紹介されていたのは、外側は革や織物で作られ、組み上げてちょっとした手提げ鞄のようになるタイプである。鞄の中には鏡や櫛、香水、香油、歯磨きや石鹸、各種ブラシなどを収納することが掲載されている。

図 2. 留め具を外し、開いた状態

こうした当時の様子が伺える雑誌の記載とともに携帯用化粧道具セットをみると、刷毛や紅筆といった顔まわりの化粧道具だけではなく、髪型や指先を整えるもの、まとう香りまでがコンパクトに収められ、持ち運びに便利な仕様になっていることがよく伝わる。旅先でも、もちろんその他のシーンでも、細部まで身だしなみを整えていたいという当時の人々の美意識を感じとることができる資料である。

携帯用化粧道具セット
日本：明治時代末-大正時代
12.5×8.0×4.5 ㎝

主要参考文献

流行門. 風俗画報. 190 号. 東陽堂, 1889-6-10, p.26-28.

由田清一. 大阪小間物装粧品変遷史. 大阪装粧品共同組合, 1960-8-1

津田紀代. 近代の携帯化粧道具. マキエ. No.29. ポーラ文化研究所, 2009-6-30. p.11.

[2] 旅行の携帯品. 都の華. 第 3 号. 都新聞社, 1897-8-10. p.14.

［Discovery Days 活動報告］

Art＆Books ギャラリートーク

はじまりの美学

ポーラ文化研究所は 2024 年 5 月 15 日、ポーラ青山ビルに「化粧文化ギャラリー」を開設。新たな活動のリスタートから想起し、「はじまり」をテーマに展示を企画、3 期にわたって開催した。研究所設立まもない時期に収蔵した《橘唐草紋散蒔絵婚礼化粧道具》や、エジプト、ギリシアの黎明期の化粧道具、また人生のライフステージが変化するときに初めて行う化粧など、多彩な「はじまり」「起源」を紹介し、実際の作品を前に研究員が解説を行うギャラリートークを実施した。

展示「はじまりの美学」は以下を参照。
https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/gallery/artandbooks/2023/11/event001/
https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/gallery/artandbooks/2024/09/event002/
https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/gallery/artandbooks/2024/12/event003/
なお展示作品は、ポーラ文化研究所ウェブサイト「デジタルミュージアム はじまりの美学」で公開している。
https://www.cosmetic-culture.po-holdings.co.jp/digitalmuseum/beginning/

1 期 化粧文化研究のはじまり
〈Art（展示）〉ではポーラ文化研究所が設立初期に収集した《橘唐草紋散蒔絵婚礼化粧道具》の中から、お歯黒道具一式、鏡台と円鏡、刷毛や筆類などの化粧小物を取り上げた。
ポーラ文化研究所では、「化粧文化」の歴史的な探求にあたり、化粧道具や浮世絵などの絵画資料、

文献の収集を通じて、化粧法、化粧に向かう思いや行動の研究に着手した。今回展示した婚礼化粧道具はポーラ文化研究所を代表するコレクションのひとつで、活動開始の早い時期に収蔵した約 50 点からなる婚礼道具の一部である。さらに実際の道具とともに、江戸時代の婚礼の様子を描いた浮世絵を鑑賞しながら、当時の美のよそおいへの思いや、美の知識を深める解説を行った。
また、江戸時代に行われていた化粧は、「黒（お歯黒)」「赤（紅)」「白（白粉)」の 3 色に象徴されるが、この 3 色の化粧にちなんだ浮世絵を展示した。鉄漿（かね＝お歯黒）つけをする女性、外出先での化粧直しや鏡台を前に襟足の白粉のつき具合を確認する遊女、緑色に塗り重ねられた口紅の表現、朝の歯磨きなど、それぞれの浮世絵は、江戸時代の化粧の様子を生き生きと伝えてくれる。
〈Books（書籍)〉は、「婚礼」から連想を広げて婚礼にまつわる色や儀式、写真など 8 つのテーマで構成した。展示の直接的な関連書籍の紹介は行わずに、さらに発想を広げてほしいという意図で、その並び方は一見すると意外に思えるかもしれない。化粧文化が扱う主題は、心理学や社会学から芸術文化まで幅広い。その広さ、豊かさを〈Art〉と〈Books〉で実感いただけるように努めた。

２期「化粧のはじまり」
化粧の起源は古く、旧石器時代ともいわれている。古代の遺跡からは人々が実際に化粧をしていたことを示す痕跡や、数多くの化粧道具が発見されてきた。ポーラ文化研究所ではエジプトやギリシア、ローマなど古代文明の化粧道具を所蔵している。石や金属などで作られた化粧容器や鏡は、現代の私たちからみると素朴さ、ユーモラスさを感じるかもしれない。化粧の目的や役割、当時の化粧料を紹介しながら、現代とは違う美意識に注目する解説を行った。
古代エジプトの青銅製の鏡は、柄が人体像などを象った意匠が多いが、ポーラ文化研究所で所蔵している鏡も胸元に鳥を抱いた神像となっている。古代ギリシアのテラコッタ製のパレットには、かすかに金彩が残り、何らかの装飾が施されていたことが想像される。アラバスター（雪花石膏）製の化粧容器は器形こそ素朴だが、天然の縞柄を活かしたかのような様子は、身近な化粧道具に対する当時の美意識を感じさせる。
古い時代には、顔料を樹脂などと混ぜて化粧料としていたという記録が残る。プログラムの最後には、マラカイトやアンチモニーといった当時化粧料として使われていたとされる顔料の標本に触れる時間を設け、硬さや重さを体感する時間とした。
〈Books〉では、「起源」をキーワードに命を生み出す水、植物などの自然、祈りなどをテーマに書籍を紹介した。

３期「初化粧」
伝統的な社会の中では、成人、結婚、出産など、ライフステージが大きく変化するとき「初めて行う化粧」があった。さまざまな通過儀礼の中でも特に、江戸時代に既婚女性を象徴する化粧であった「剃り眉と丸髷」に焦点を当てて解説を行った。
国周による浮世絵《当勢三十二想　あたたまり相》は、赤ん坊をあやす母親を描いた浮世絵であ

る。そり落とした眉は「青眉（せいび）」と呼ばれ、青く描かれている。江戸時代、女性は結婚前後にお歯黒をし、出産すると眉を剃る習慣があった。婚前の娘は、剃刀で眉を整える。「眉は顔の額縁」といわれるように、顔の印象を大きく左右するため、眉を剃り落とすことには不安やためらいもあったことが想像される。
上流階級の女性たちは、儀礼にのっとって眉を剃り額高くに眉を描いた。江戸時代の礼法家・水島朴也による『化粧眉作口伝』などに、その記録が伝わる。
髪型も結婚前後で大きく変わった。未婚女性を象徴する島田髷は、髷の中ほどを元結（もとゆい）で絞るのが特徴である。なかでも襟足うしろに長く伸びた髱（たぼ）が特徴的な「春信風島田」や、左右に大きく鬢（びん）を張り出す「燈籠鬢島田髷」は、いかにも華やかで若々しい。一方、丸髷は既婚者が結った。若いうちは髪の量や張りが豊かなため、大きくふっくらとしていた髷が、年を重ねるにつれて小さくなっていった。江戸時代には、何百という髪型が生み出されたとされるが、既婚未婚や身分などによる制約も多かった。ライフステージと髪型については、楊洲周延による《時代かがみ》をパネル化し解説を行った。
〈Books〉ではよそおいの変化から発展させた「転換点」をキーワードに、さらに連想を広げて「Border」や「変態」など６つのテーマで書籍を紹介した。

（文責：富澤 洋子）

［Discovery Days 活動報告］

ワークショップ

江戸ムスメの理想肌

ポーラ文化研究所では、ポーラ・オルビスグループの知見を生かして江戸時代の白粉の感触を再現、当時の女性たちがめざした肌や仕上がりを体感するワークショップを行っている。日本における白粉の歴史についての簡単なレクチャーと、再現した白粉に触れる 2 部構成となっており、長く化粧品の研究開発を行ってきた化粧品メーカーならではのプログラムとして実施しているものである。

レクチャー 鉛白粉の禁止までの日本のベースメークの道のり

日本の白粉の記録は古く、奈良時代にまで遡ることができる。白土や胡粉などのほか、江戸時代には「玉のような」理想肌に仕上げる「鉛白粉」が広く普及していた。鉛は人体にとって有毒だが、「つき、のび、のり」といった使用感の良さから、長い間ベースメーク料として使われ続けてきた。粉末状の白粉は「白粉包（おしろいつつみ）」という紙製の袋に入れて販売された。小野小町や楊貴妃などの女性像、役者絵などが刷られたものもある。白粉は水や化粧水で溶いてリキッド状にして刷毛や手で伸ばしたり、粉のままはたいたりした。水溶きする際には白粉三段重（おしろいさんだんがさね）という 3 層の陶器製容器が使われ、最下段に水を入れ、上の 2 段をパレットとして使用したとされる

江戸～明治時代の白粉包、白粉三段重

江戸名所百人美女 柳はし 三代歌川豊国、歌川国久（こま絵）、安政 5 年（1858）（国文学研究資料館撮影）

江戸時代後期の総合美容読本『都風俗化粧伝』[1]では、白粉の塗り方に多くのページを割いており、ベースメークを大事にしていたことの表れと言えるのではないだろうか。鼻筋を濃く塗り重ねてハイライトのように使ったり目の周りを薄く塗ったり、生え際をぼかす方法は現代のメークにも通じる。

『都風俗化粧伝』より、白粉の塗り方

ポーラ文化研究所で所蔵している江戸後期の浮世絵には「美艶仙女香」という白粉の値段が描かれているものがある。江戸時代の貨幣価値は現代との比較が難しいとされるが、江戸後期のそば1杯の値段はおおよそ16文、現代のそばスタンドのかけそば1杯の値段が430円程度とすると、白粉包一袋分の価格は1300円程度だったことがわかる。

[1] 佐山半七丸[著] ,速水春暁齋画図. 都風俗化粧傳. 河南喜兵衛[ほか], 1813.

《美艶仙女香　婦じ美多意》渓斎英泉、文政頃（1818-1830 頃）（国文学研究資料館撮影）

明治時代に入っても鉛白粉の使用は続くが、医学界を中心にその毒性に警鐘を鳴らす動きも出てきた。決定的な「事件」とされるのが、明治 20 年（1887）に時の外相・井上馨邸で行われた天覧歌舞伎での出来事である。歌舞伎役者の中村福助が舞台上で発作を起こし、その原因が長年使い続けた鉛白粉とされた。同時期に、化粧品メーカーを管轄していた警視庁が、当時流通していた白粉に含まれる鉛の有無を調査し新聞に結果を公表したが、かなりの商品に鉛が含まれていた。政府は着色料として鉛の使用を禁止するが、当時の技術力では鉛白粉に勝る使用感の製品化が難しく、化粧品業界は化粧品への使用の除外を嘆願。その後、品質がよいものなら有鉛でも問題ないといった、現代からしたら考えられないような見解も出ている。明治時代の終わりに胡蝶園から無鉛白粉が発売されたのを皮切りに、徐々に無鉛をうたった商品が発売されるようになるが、最終的に化粧品への使用が禁止となったのは、昭和 10 年（1935）のことだった。

再現白粉体験

白粉の使用感は先にも述べたように、つき、のり、のびといった、フィット感で表現されるが、実際にはどのような感触だったのだろうか。レクチャーの後は、再現白粉の感触を体験してもらった。

ポーラ文化研究所ではポーラ化成工業の協力を得て、現代のベースメーク料に使われている原料を使って、鉛白粉の感触の再現を実現した。感触の比較のために白粉として用いられていた胡粉

の使用感も再現した。今回は水溶きはせずに粉末のままの体験であったが、参加者は指先で白粉をつまんだり実際に手の甲に白粉を塗ったりして感触を味わうと同時に、白粉をつかって化粧をする、江戸時代の女性たちのよそおう気持ちや化粧への思いにも想像を巡らせていた。

（文責：富澤 洋子）

［Discovery Days 活動報告］

ワークショップ

BEAUTY TRIP

株式会社 PIVOT プレスリリースより

本稿で紹介する顔はめアプリ「BEAUTY TRIP」は、歴史的な化粧を体験できるアプリを使ったワークショップツールとして開発した。観光地やテーマパークなどで顔の部分をくり抜いた等身大のボードを見かけることがある。顔をはめてボードに描かれた人物になりきって、ちょっと照れながら仲間と写真を撮りあう。旅先などでそんな楽しい時間を持ったことがある人は多いのではないだろうか。「BEAUTY TRIP」は、その体験を最新のテクノロジーでもっとスマートに、そしてポーラ文化研究所のもつ資産を生かし、「さまざまな時代の憧れの Beauty の姿へ Trip してもらう」ことを目的に、企画開発を進めてきた。本デジタルツールは、時代や地域、身分などで異なる美意識やよそおいに関するマナーやルールを知り、その中を自由に旅するように感じてほしい、なりきることで Beauty に対する思いを深く知ってほしいという願いをこめている。

顔をはめる原画は、いずれもポーラ文化研究所の所蔵品や書籍のイラストからの抜粋である。まず初めに、時代や地域、身分によって異なる美の基準についての理解を深めるために、研究員から各時代の化粧や髪型についてのレクチャーを行った。

枠となる素材は当初 5 種類でスタート 現在は 10 種類の BEAUTY TRIP を楽しめる

次に、アプリでの体験に移る。参加者は、アプリを搭載したタブレットを操作して、自分の顔を撮影、調整、画像のダウンロードへと進む。このプログラムでは、ポーラ文化研究所の研究資産を、伝える、学ぶというアクションではなく、「なりきる」という体験をとおして当時のよそおいや美意識を感じることを狙いの一つとしている。そのためには「本当になりきってもらう」ことが何より重要で、原画に描かれた時代や地域ごとのメークのポイントだけでなく、顔の向き、表情や視線などの撮影時のヒントをアプリ内に掲載した。
そして、一番のこだわりが、カメラで撮影した写真に、研究知見にもとづく「特徴的な化粧」を施すことである。アプリには、タブレットで撮影した画像に、「バラ色の頬」「つけぼくろ」「置き眉」などの独自の化粧フィルターを合成、さらには適切な肌の明るさを微調整する機能を設けている。

株式会社 PIVOT プレスリリースより

一通りの操作説明の後はタブレットで撮影に入るが、参加者は各自真剣な表情で画面を見つめ、操作を行っていた。しばらく会場が静かになった後に、出来上がったなりきり写真に思わず笑いこぼれるのが毎回のワークショップの光景である。完成した顔はめ画像は、二次元バーコードを読み取ってスマートフォンなどにダウンロードが可能で、来室のお土産にもなっている。参加者同士で写真を見せて感想を語りあったり、アドバイスを交わしたり、真剣な表情で全素材を制覇する参加者も少なくない。

2025 年末からは「BEAUTY TRIP」のアプリを搭載したタブレットは、化粧文化ギャラリーに常

設しており、フリー開室時は誰でも体験可能となっている。ぜひ多くの人に、「なりきりメーク」による美意識の変遷を体験していただきたい。

（文責：富澤 洋子）