

# 抜毛症（ぼつもうしょう）ってご存知ですか？

今急増している抜毛症を理解するための資料です。

一般社団法人 日本抜毛症改善協会監修

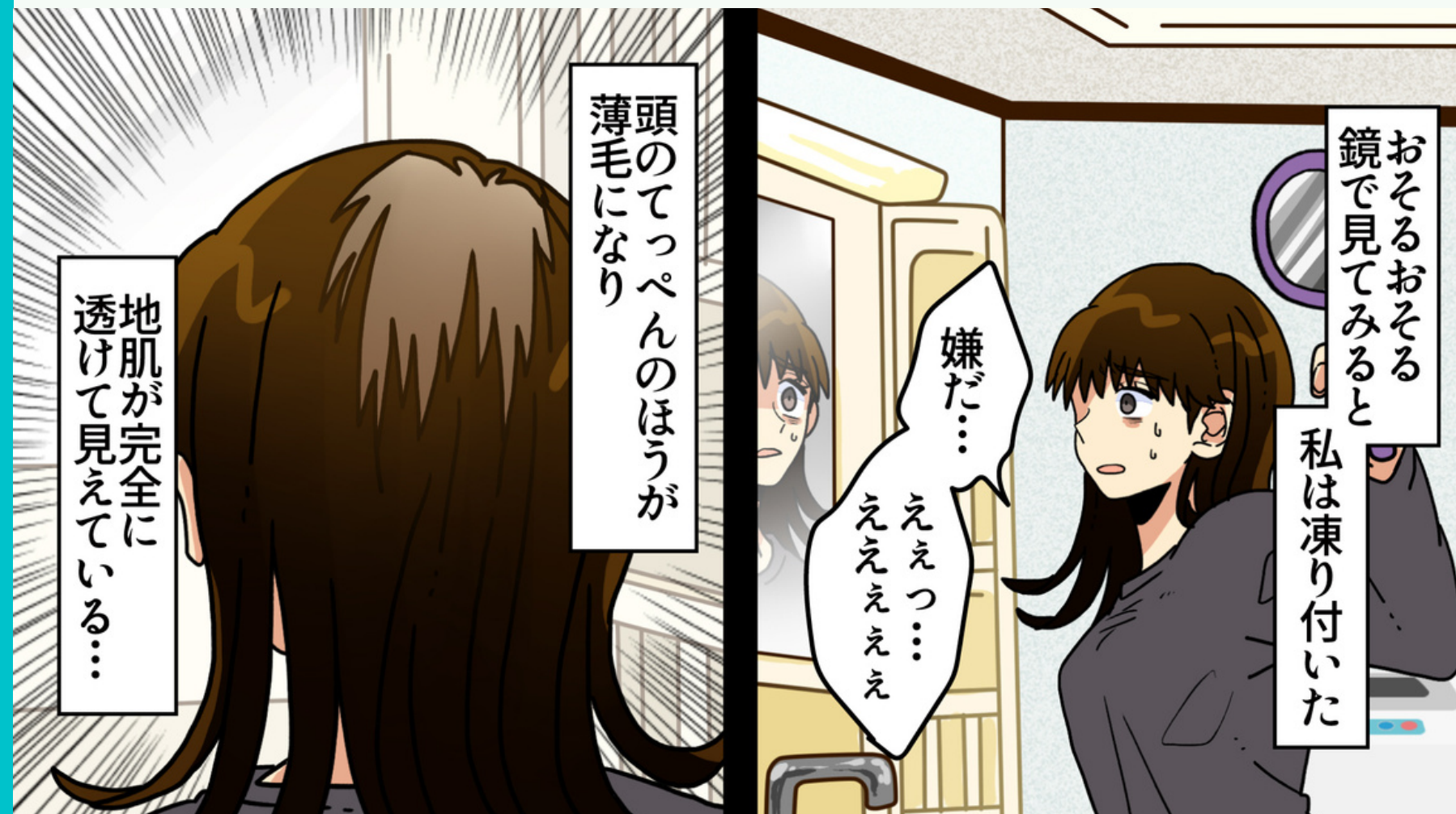


一般社団法人 日本抜毛症改善協会

JTIA



協会ホームページ



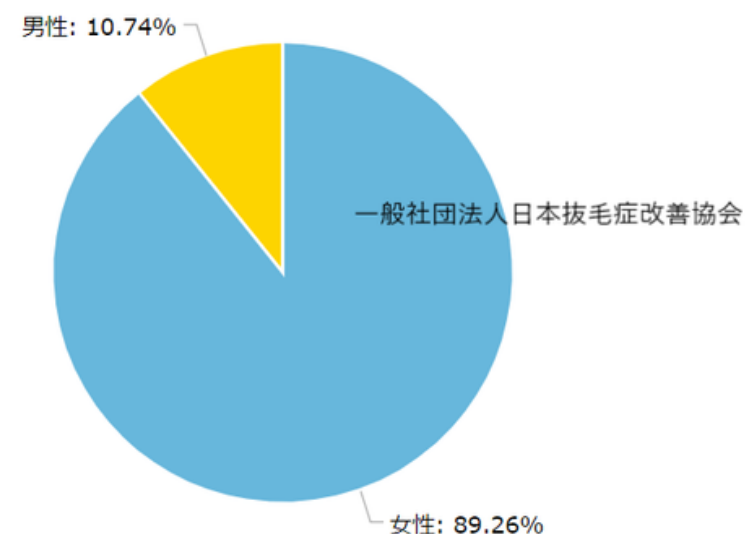


## ダメだとわかっていても髪を抜いてしまっ強烈な衝動（クセ）

あなたの周りでもずう～っと髪を引っ張っている人、ブチブチと引きちぎっている人、不自然にハゲた部分のある人を見かけた事があるかもしれません。

それこそが抜毛症（ばつもうしょう）と言います。特に10代女性に多く存在し、日本全国に250～300万人もいると言われています。学校に例えると各教室に1～2名くらいはいる感じです。新型コロナウイルスの世界的まん延によりその数は今も尚増加していると言われています。

|    |        |     |
|----|--------|-----|
| 性別 |        |     |
| 女性 | 89.3 % | 590 |
| 男性 | 10.7 % | 71  |



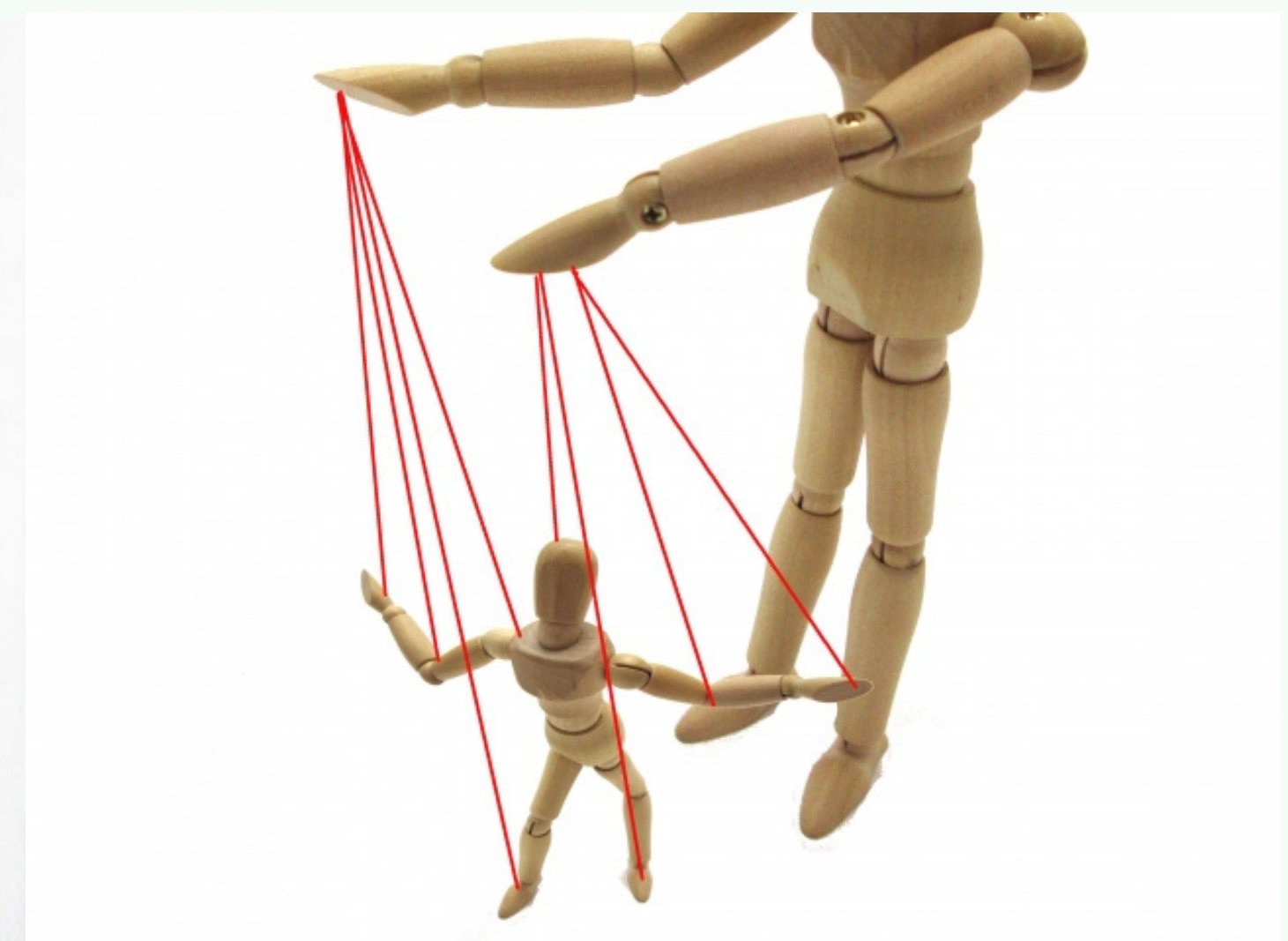
|        |        |     |
|--------|--------|-----|
| 年齢     |        |     |
| 10-14才 | 19.8 % | 131 |
| 20-24才 | 17.1 % | 113 |
| 15-19才 | 15.7 % | 104 |
| 25-29才 | 11.0 % | 73  |
| 30-34才 | 9.8 %  | 65  |
| 35-39才 | 8.9 %  | 59  |
| 40-44才 | 6.2 %  | 41  |
| 09才以下  | 5.0 %  | 33  |
| 45-49才 | 4.7 %  | 31  |
| 50-54才 | 1.2 %  | 8   |
| 55-59才 | 0.5 %  |     |

一般社団法人日本抜毛症改善協会

## 抜毛症は20歳未満女性が40.5%

抜毛症は20歳未満での発症が非常に多く、そのほとんどが女性であるというのが大きな特徴です。男性も近年増加傾向にあり、今年初めて男性の相談件数が10%を超えました。

10代前後で発症してから20代、30代、40代、と継続する割合が非常に高いのも特徴であり軽度の抜毛症であれば自然に改善する場合がありますが、重度の場合は非常に改善が困難なのです。にもかかわらず、正式には病気として成立しておらず薬物療法も確立していないのが大きな問題です。最近ではスクールカウンセラー、皮膚科、心療内科、精神科からのご紹介も増加傾向にあります。



## 抜毛症は累積した複合要因が原因である

抜毛症は一つの原因で発症するのではなく様々な要因が重なって我慢の限界を超えたときに心の声として表面化してくるケースが多いのです。それはまるでコップから水が溢れるようなニュアンスに例えられます。それを協会では【我慢コップ™】と表現しています。声にしてNO！と言えれば大きな問題にはならないのですが、声にして出せない場合はボディーランゲージとして表面化します。それが抜毛症なのです。

## 抜毛部が広く長さへのこだわりが強いケース



抜毛範囲が広範囲

部分ウィッグでトップ周辺をカバー

自毛と一緒に結ぶ事で自然に見せる



改善が進みウィッグを外した状態

自然に下ろせるようになった状態

髪の毛の厚みもかなり戻りました

## 不自然な髪を思いきってベリーショートへ



幸いなことに耳周りや襟足の髪がかるうじて残っていたので、全体用のウィッグを回避できた。部分用のウィッグでギリギリ対応できる状態だったので思い切って全体をお任せでショートカットにした。

抜毛範囲が全体に及んでいる。長く残っている部分は自分にとっての気休めでほとんど意味は無い。



ベリーショートにすることで、残っている部分の自毛を活かし同化させることで大幅なデザインチェンジの違和感を最小限に抑えた。これにより常に周りの視線を気にしていた生活から解放され日常的なストレスも軽減される。同時にこのヘアデザインを自毛で出来るように目標としてもらう事が重要

なんとかヘアデザインとして成立させることでモチベーションアップを行う

# 抜毛症は病院から理美容院で改善する時代へ

抜毛症は改善出来ます。2020年にクラウド型抜毛症改善カウンセリングシステムにて改善の可能性が大きく向上する事となりました。【特許番号：特許第6803054号】これに加えて抜毛部位メンタル分析やさまざまなヘアデザインのリカバリー技術やメソッドが開発されたことでこれらの専門知識を学び国家試験レベルの厳しい認定試験をクリアした抜毛症の専門家である抜毛症改善カウンセラーが全国に誕生しています。できる限り遠回りすることなく速やかに相談できる場が全国に広がってきました。現時点で全国11の都市で20名が述べにして5000名以上のカウンセリングに対応してきました。

## カラーを楽しみたい！お洒落への執念が最大抑止力



抜毛部が広範囲に及んでおりつむじ周辺も抜いている

全体の8割以上の抜毛部はウィッグではカバー出来ない為、ご自分で用意された全体ウィッグを使用しながらとにかく「色々なヘアカラーを楽しみたい！」と言う執念と徹底したテーピングにより初回カウンセリング後から抜毛がピタリと止まりました。お洒落ごろの勝利



本来非常にお洒落心のある子に多い抜毛パターン。

今回のケースでは4ヶ月後にブリーチを必ずすると言う目標設定をし、その後も毎回カラーをチェンジして楽しみながら伸ばしていきました！最後は素敵なボブで卒業



## 協会理念：お洒落を楽しみながらみんな幸せに

抜毛症になってしまうと普通にお洒落を楽しむことが出来なくなります。

改善の為の重要な要素としていかに抜毛部位を自然にカバーして安心して日常生活がおくれるのか？どのように問題点を克服して難しい中でもお洒落を楽しむのか？という事が重要です。

お洒落を楽しむことで改善の為のモチベーションもあがり改善速度が上がります。

そして、それは本人のみならずご家族や支えてくれる方々の幸せにもつながります。

上記の2例はいずれも重度の抜毛症の状態からヘアデザインを駆使しながら改善した事例です。

このように抜毛症を改善していく上でお洒落を楽しむことは重要な要素のひとつです。

# 抜毛症を知る為の各種ご案内

対象：ご両親・抜毛症の方・学校関係者

● **基礎から学ぶ『抜毛症』うつ・不登校・引きこもりの教科書**  
抜毛症に関する基礎知識はこのメルマガで全て学べます。  
【抜毛症を理解する為の必読書】



QRickit

対象：ご両親

● **たった一つの質問であなたとお子様の関係性がわかる魔法の質問**  
約10秒で客観的に自分がどんな性質をもっているのか知る事が出来ます。



QRickit

対象：ご両親・抜毛症の方・学校関係者

● **抜毛症や子供鬱から紐解く親子の関係改善や関わり方の教科書**  
抜毛症を深く理解するためにあらゆる角度から  
学びを深めます。協会公式メルマガ



QRickit

対象：ご両親・学校関係者

● **一社）日本抜毛症改善協会副理事長 福岡恭子公式メルマガ**  
8300名以上の悩みに対応してきたベテランカウンセラー  
がお送りする（特に大人の女性）必読のメルマガ



QRickit

一般社団法人 日本抜毛症改善協会

所在地：662-0075 兵庫県西宮市南越木岩町15-1 ルーブルコート苦楽園2F K'SMADAM

mail: tricho.jp@gmail.com HP: <https://tricho.jp/>



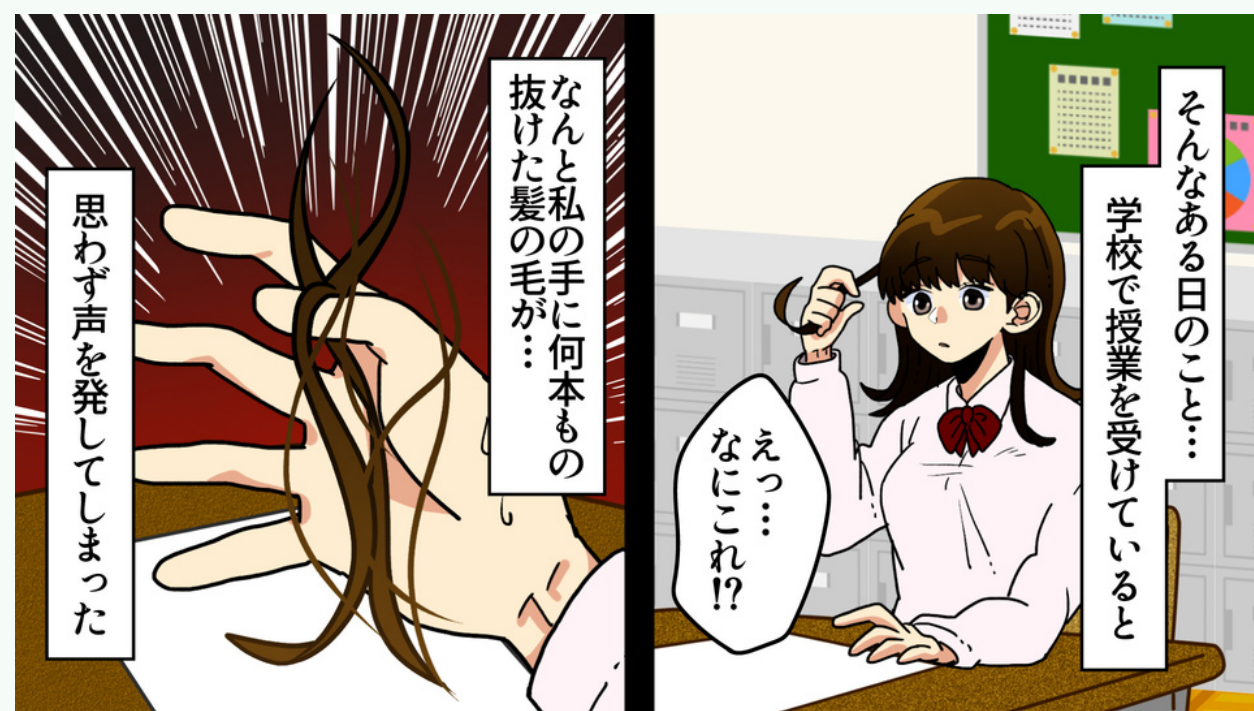
一般社団法人 日本抜毛症改善協会

JTIA

# 抜毛症を知る為の動画のごあんない

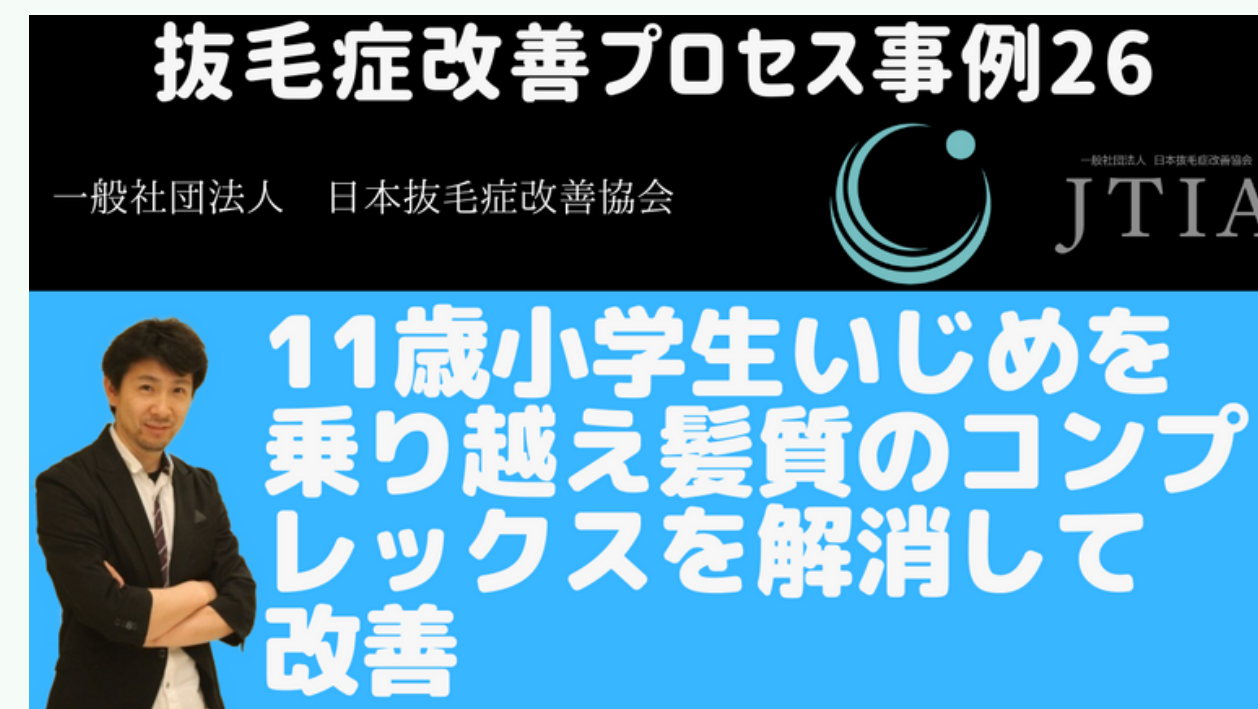
## ●アニメ動画で抜毛症を理解する

抜毛症を簡単に理解するのに役立つ動画です。



## ●抜毛症の改善事例動画

11歳小学生いじめを乗り越え髪質のコンプレックスを解消して改善した事例



一般社団法人 日本抜毛症改善協会  
所在地：662-0075 兵庫県西宮市南越木岩町15-1  
ループコート苦楽園2F K'SMADAM  
mail: [tricho.jp@gmail.com](mailto:tricho.jp@gmail.com) HP: <https://tricho.jp/>

