ヘアケア商品の評価基準・ランキングの根拠

2026年11月版　最終更新：2026年11月16日
ヘアケアトーク　／　監修：長崎弘幸（美容師）

評価のもとになる情報について
編集部で実際に使って確かめた商品と、成分表示・メーカーの公開情報・寄せられた口コミをもとに評価した商品があります。発売されたばかりの商品など、まだ編集部で試せていないものは後者です。

ランキング記事の根拠・おすすめ商品を選ぶ基準【評価・比較方法】

ヘアケアトークでは下記6項目を評価軸として**シャンプー＆トリートメントの評価・レビュー**を行っています。

シャンプー＆トリートメント選びに悩む方の助けになる情報を提供するため、ヘアケアトークでは成分や公式サイトの情報だけでなく実際の**使用感**と**口コミ評価**を中心とした下記6項目での順位付けを行っております。

比較検証①
一般モニターでの体験評価

ヘアケアトークでは専門的な目線だけでなく一般の使用者が感じた使用感も大切にするため、合計10名の一般モニターを対象にシャンプー＆トリートメントの使用感の評価を行っています。

使用感の評価項目は一般モニターに「シャンプー」「洗い流すトリートメントの場合」と「洗い流さないトリートメントの場合」に分けて、下記4項目を聞き取り調査を行っています。

- **シャンプー**
- **洗い流すトリートメント**
- **洗い流さないトリートメント**

1. 洗いあがりの質感
2. ドライ後の質感
3. まとまりの持続性
4. パサつきを抑える効果

1. ウェット時の馴染みやすさ
2. ドライ後の質感・潤い効果
3. まとまり・保湿効果の持続性
4. うねり・パサつきを抑える効果

1. ツヤ感・枝毛（切れ毛）を抑える効果

2. ドライ後の質感・潤い効果
3. 時間経過でパサつきが出ないか
4. うねり・パサつきを抑える効果

モニターから聞き取り調査した各種シャンプー＆トリートメント使用感の評価を商品の個別詳細で「補修力」「保湿力」の項目で反映しています。

評価項目をそれぞれ保湿力、補修力として、体験したモニターに聞き取り調査した内容から5段階評価しています。

モニター評価で数値の高かったトリートメントを基にランキングの根拠としています。

<参考情報>
・ヒト毛髪内部浸透成分解析、及び、ヘアトリートメント効果評価
・洗髪用化粧品評価技術｜株式会社資生堂

比較検証②
髪馴染み・泡質

トリートメントの場合どれだけ補修効果の高い成分を配合していたり、内容の良いものであっても毎日継続して使い続けれる為には使い心地の良さも譲れません。

その為、毎日あわただしい毎日を送る女性でも「簡単に、髪を綺麗に維持するヘアケアができるか」を基準にモニターに下記3点の質問を行っております。

- テクスチャは髪馴染みが良いか
- 容器（パッケージ）は使いやすいか
- 継続使用が容易な使い方か

上記3点を使い心地の項目として体験したモニターに聞き取り調査を行い評価してもらっています。

<参考情報>
・洗髪用化粧品評価技術｜株式会社資生堂

シャンプーの場合は泡立てネットで30回泡立てた後の泡立ち量、キメの細かさを評価しています。

キメの細かい濃密な泡は皮膚や髪の細やかな部分まで泡が行き渡り、ゴシゴシ擦らなくても汚れ落ちが良いです。泡が沢山になることでお肌や髪への負担を和らげる効果もあり非常に重要です。

髪へのやさしさを考慮して最終的におすすめ度として反映しています。

<参考情報>
・花王の顔｜「泡立て洗顔」が大切な「本当の」理由
・泡の化学｜慶應義塾大学理工学部小 山 内 州 一

比較検証③

体験者の口コミ

ヘアケアトークではインターネット調査での**独自口コミ調査**とレビュー記事内にてシャンプー＆トリートメントの口コミ募集を行っております。

それぞれの評価段階は下記の通り。

口コミ評価＆体験談の評価段階

- 大満足：(星評価5)
- 満　足：(星評価4)
- 普　通：(星評価3)
- 不　満：(星評価2)
- 大不満：(星評価1)

実際にシャンプー＆トリートメントを使用した方の体験談は同じような髪悩み・頭皮悩みを持つ方にとって大変参考になり貴重です。

その為、商品の体験者から寄せられた1次情報評価を基に、編集部が集計し評価の項目としています。

比較検証④

頭皮状態/before after

成分での評価も重要ですが、ヘアケアトークでは**実際にシャンプーやトリートメントを体験した方**が**どのような評価**をしているかを**重要視**しています。

トリートメントを体験したモニターにビフォーアフターの仕上がりを撮影してもらいご自身でどれくらいの効果を体感できたのか評価してもらっています。

またシャンプーにおいては頭皮への影響も大きいためモニターの頭皮環境についても共有いただいています。

洗髪後の頭皮状態を一般モニターに1週間体験してもらい皮脂やフケが毛穴を塞いでいないか、乾燥していないか、洗髪後の頭皮のハリ、キメをチェックもらい評価しています。

毛穴の汚れ落ちを洗浄成分と加味して洗浄力として5段階評価しています。

比較検証⑤

シャンプー・トリートメント成分解析

シャンプーとトリートメントの成分は上記のように「水性成分」「油性成分」「界面活性剤」「その他」の成分に分けることができます。

チェックポイント

- 配合量の多い成分が髪や頭皮への負担の少ないものか
- 髪の悩みをサポートする油性成分にはどのような効果が期待できるか

女性の髪には「ダメージ」「くせ毛」「広がり」など特有の悩みもあるためそれらをサポートする油性成分や補修成分の配合もチェックしています。

<参考情報>
・化粧品成分ガイド第6版
・美肌成分事典｜作成者: かずのすけ、 白野実 · 2019

各ヘアケア商品の評点方法

ランキング内容にもとづくユーザーの知りたい各商品の効果、特徴を評価項目として、総合評価を算出し、5点満点でスコア化しています。

各項目について分析、情報収集、検証を行い最終的なスコアをもとに、ランキングを作成しています。

評価内容の判断基準

総合点は、基本的な評価内容に加え、ランキング内容に沿った項目を設定し、専門家の分析、サイト内に寄せられる口コミやインターネット調査、編集部での検証などで得られる評価を加算して算出されます。

基本的な評価内容と点数の目安は以下の通りです。

（アイテムによって編集部で評価する項目を決定します。）

スクロールできます

	評価内容
成分	・刺激の強すぎる成分が含まれていないか・髪をいたわる成分の種類や分量・浸透補修成分や外的ダメージのケアをする成分は入っているか・頭皮トラブルを防ぐ保湿成分は充分か
機能性	・複数の効果があるか・香りはどうか・髪質の悩みに合った仕様になっているか
扱いやすさ	・テクスチャー・髪なじみはどうか
仕上がり	・ツヤ、手触り・悩みの改善につながっているか・頭皮に違和感はないか
価格/入手のしやすさ	・コスパはどうか・割引があるか・市販されているか、ネット販売か

成分の評点基準

ヘアケア用品は、毎日使用する場合が多いため配合されている成分を確認することはとても大切です。

- 刺激の強すぎる成分が含まれていないか
    - 商品によっては、洗浄力が高すぎるシャンプーや、頭皮や髪に残りやすい成分が配合されたトリートメントがあり、髪や頭皮の健康のために重視しているポイントです。
- 髪をいたわる成分の種類や分量

    - 浸透補修成分や外的ダメージから髪を守る成分を分析しています。成分の種類が多岐に渡るため、商品に向いている髪質の人におすすめする必要があります。
- 髪質を改善する成分の種類や分量
    - しっとりサラサラな美しい髪質に改善される成分が配合されていることは、とても重要です。

5	質の良い成分が配合され、頭皮や髪の負担が非常に少ない。
4	質の良い成分が配合され、頭皮や髪に負担が少ない。
3	質の良い成分が配合され、頭皮や髪に負担が少なくない。
2	質の良い成分が配合され、頭皮や髪に負担が大きい。
1	質の良い成分が配合されておらず、頭皮や髪に負担が非常に大きい。

機能性の評点基準

アイテムによって求められる機能性は異なります。主な要素は以下の3点です。

- 複数の効果が期待できるか
    - ダメージリペア効果やスカルプ効果、ヒートアクティブ効果などの使用目的に応じた機能があるかは、他の商品と比較する際に大きな要素です。
- 香りはどうか
    - 使用中や髪を乾かした後も心地よい香りが続くか、お出かけ前にも使用できる香りかなど、普段生活をしている中でフィットする香りをおすすめしたいと考えています。
- ユーザーのニーズに合っているか
    - ヘアケア商品の特徴とその商品を使用したいユーザーのニーズが合致しているかを考査します。

5	複数の高い機能性が期待でき、ユーザーのニーズに合致し、心地よい香りがする。
4	高い機能性が期待でき、ユーザーのニーズに合致し、心地よい香りがする。
3	機能性が期待でき、ユーザーのニーズに合致し、匂いが気にならない。
2	機能性が期待できるが、ユーザーのニーズに合致せず、匂いが気にならない。
1	機能性が期待できず、ユーザーのニーズに合致せず、匂いが気になる。

扱いやすさの評点基準

- テクスチャー、髪なじみ
    - 濡れた手で扱ったときに程よいテクスチャーで、髪にのせたときに全体に馴染みやすい粘度があるかは、心地よい使用感を決める上でも、商品の成分の効果を活かす上でも大切な要素です。

- 容器の使いやすさ
    - ポンプ式でもボトル式でも適量がスムーズに出てくるか、最後まで使いやすい工夫がされているか、デザイン性も含めてジャッジしたいポイントです。

5	髪馴染み、容器の使いやすさ、デザインが、とても良い
4	髪馴染み、容器が使いやすさ、デザインが、良い
3	髪馴染み、容器が使いやすさ、デザインが、普通
2	髪馴染み、容器が使いやすさ、デザインが、良くない
1	髪馴染み、容器が使いやすさ、デザインが、悪い

仕上がりの評点基準

仕上がりは最も大切な要素の一つです。

- ツヤ、手触り
    - 髪が絡まらず、指通りが滑らかで、健康な髪のツヤは、仕上がりを決める大事なポイントです。
- 髪の悩みの改善につながっているか
    - 「ボリュームを出したい」や「ダメージが気になる…」など悩みは人それぞれです。実際に使用して髪がどう変わるかを検証しないと分からない部分があります。
- 頭皮に違和感はないか
    - 頭皮に違和感が出ないのが前提ではありますが、泡切れがどうか、頭皮に残りにくいかなど検証し、敏感肌の方でも使用できるか考査します。

5	健康的にツヤやかになり、悩みの改善にとてもつながっている
4	ツヤが出て、悩みの改善につながっている
3	ツヤが出て、悩みの改善に少しつながっている
2	ツヤは普通で、悩みの改善にはあまりつながらない
1	ツヤがなく、悩みの改善には全くつながらない

価格/入手のしやすさの評点基準

ヘアケア用品は継続して使用するものなので、価格や入手のしやすさは押さえておきたいポイントです。

- コスパはどうか
    - 価格が安くなくても、相応の質の高い成分が配合されていて、コストパフォーマンスの良い商品は購入をおすすめする理由になります。

- 割引があるか
    - 公式サイトからの購入で割引があるか、ネット通販サイトでお得に購入できるか、編集部で調査をしています。
- 市販されているか、ネット販売か
    - 近くのドラッグストアでさっと買える、ネットでまとめ買いができる、定期購入がある、など入手方法が多いと便利です。

5	コスパがとても良く、割引き額が大きく、市販・ネットで購入が出来る。
4	コスパが良く、割引きがあり、市販・ネット購入出来る。
3	コスパが妥当で、割引きがあり、市販・ネットで購入が出来る。
2	コスパが良くない、割引きがなく、市販購入のみ。
1	コスパが悪く、割引きがなく、市販購入のみ。

評価項目の調査方法

設定した項目は、以下のような内容に適した調査・検証方法を複数取り入れ評価を行っています。

品質表示の解析

専門家の視点から、成分の種類や含有量がユーザーのニーズに応えるのに十分かどうか、品質表示、商品情報をもとに商品使用時の実効性を分析しています。

商品の検証

編集部にて実際の商品を多角的な視点で検証を行います。

専門家のアドバイスも取り入れた、ユーザーの「知りたい」情報をピックアップして、ランキング内容に沿った、ユーザー目線の検証をしています。

口コミ・モニター調査

サイト内で募集した口コミをもとに、使用した人の満足度を調査しています。単に感想だけではなく、具体的な体験談や使用感を寄せていただき、満足した点や不満な点を分析してランキングに反映させています。

モニター調査では、商品の評価すべきポイントを複数取り上げ、独自調査を行います。より実効性の高い意見や多数のモニターが体験した意見を積極的に採用しています。

インターネット調査

より多くの幅広い意見を参考にする場合や商品の一般的な印象を調査する場合、または、中・長期の使用による変化を調査する場合は、当サイトに寄せられるご意見や公式サイト及びインターネット上の体験談を参照にしています。

※インターネットによる調査例：「トリートメントで重視する効果は？」

調査対象	10代以降の女性
調査日	2023年1月
調査主体	株式会社AWA
調査方法	インターネットによる任意回答
調査人数	200人（女性200人）
調査レポート	https://a-w-a.co.jp/haircaretalk/haircare-80/

総合評価の算出方法

評価項目の設定

基本的な評価項目に加えて、ランキング内容ごとにユーザーの求める仕上がりを叶える要因は何かを精査しオプション項目を設定します。下記例の様に、多角的な視点でのバランスの取れた評価項目になるよう考慮しています。

例：アウトバストリートメント美容師おすすめランキング

スコア化の検証方法・基準を設定

成分の含有量や種類を分析し、実効性を客観的に判断し、スコア化します。

分析の詳細を評価理由として記録し、ユーザーのメリット・デメリットと共に掲載しています。

数値の計測が可能な項目であっても、平均値を基準にするのではなく、その値で満足感が得られるものかどうかをスコア化の基準としています。

加算ポイント事項を設定

ランキング内容に沿った、ユーザーが気になっている事、求められる特性を加算項目として設定し、ポイントを加算します。

より詳細な情報が発信できるように、サイト内に寄せられた口コミ、満足度を踏まえた調査や、アロマセラピストによる香りの判定、編集部での検証など項目によって検証方法を変えています。

※トリートメントの加算項目と評価設定の例

総合評価を算出

ランキング内容ごとに肝心な項目がよりスコアに反映される様に、単純なポイントの足し算による算出ではなく、比重をつけて計算します。最終的に、②でスコア化した項目に、③のポイントを加算して総合評価を算出します。

改定の記録

版	内容
2023年版	初版
2026年11月版（2026年11月16日）	評価の項目と点の付け方は変えずに、日付と版を明記。評価のもとになる情報（実際に使った商品と、成分表示・公開情報から評価した商品）を書き分け。

この文書は「ヘアケアトークのコンテンツポリシー・記事制作基準」（https://a-w-a.co.jp/haircaretalk/reviewpolicy/）の別紙です。