2026年11 月
株式会社グラフィコ

News Release

【2026 年末大掃除調査】「する派」「しない派」を徹底比較
「する派」は幸福度 15.3点高く、友人 6人以上の割合は約 2倍！
一方「しない派」は忘れたいことが「特にない」が約　1.5倍

「する派」は漬け置き洗いを選ぶ傾向、「しない派」の約3割は「短時間なら」大掃除を検討

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～69歳の男女879人を対象に、「2026年末大掃除」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。



■調査サマリー

1. **大掃除する人は幸せ？ 幸福度15.3点差、20代では27.3点差に**
2. **世帯年収が同じでも幸福度に差！ 大掃除する派は全所得層で高い傾向**
3. **大掃除する派は友人6人以上が42.1%！ しない派20.4%の約2倍に**
4. **大掃除する派の87.1%に趣味あり！ しない派と22.6ポイント差、趣味に使えるお金はほぼ同じ**
5. **2026年、キレイさっぱり忘れたいことは？　大掃除する派は『仕事・人間関係・お金の失敗』がしない派を上回る**
6. **1年以上洗っていない・掃除していないものランキング！　大掃除する派でも「網戸」30.5%、「カーテン」27.6%**
7. **大掃除しない派の30.7%が「短時間で終わるなら」実施を検討！面倒・時間不足がハードルに**
8. **頑固な汚れへの対処法に違い！　大掃除する派の48.0%が「漬け置き洗い」、しない派の 38.2%が「買い替える」**

■調査背景

年末の大掃除は、新年を気持ちよく迎えるための習慣として親しまれてきました。一方、近年は家事の時短や効率化が重視され、年末にまとめて掃除をする人もいれば、日頃から少しずつ掃除をする人など、大掃除への向き合い方はさまざまです。そこで、 2026年の年末に大掃除を**「する予定の人」と「しない予定の人」を対象に、幸福度や生活の充実度、世帯年収、趣味、交友関係などを比較**する意識調査を実施しました。

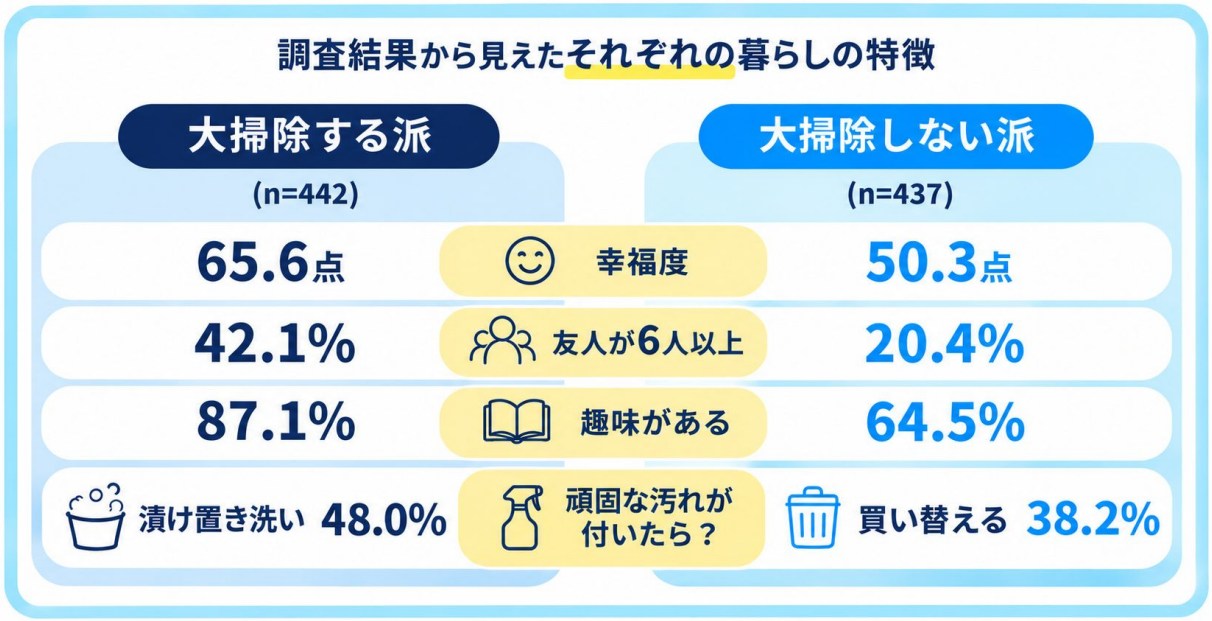
さらに、2026年に忘れたい出来事や、普段見落としがちな掃除場所、頑固な汚れへの対処方法なども調査。大掃除への意識と暮らしの関係を多角的に探りました。

■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】2026年末に大掃除をする予定の人、しない予定の人　20歳～69歳の男女
【サンプル数】879人（大掃除する予定 442人／しない予定 437人）
【調査期間】2026年10月16日(金)～10月19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、
①「オキシクリーン調べ」である旨
② オキシクリーンブランドサイト（https://www.oxicleanjapan.jp/）へのリンク
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。

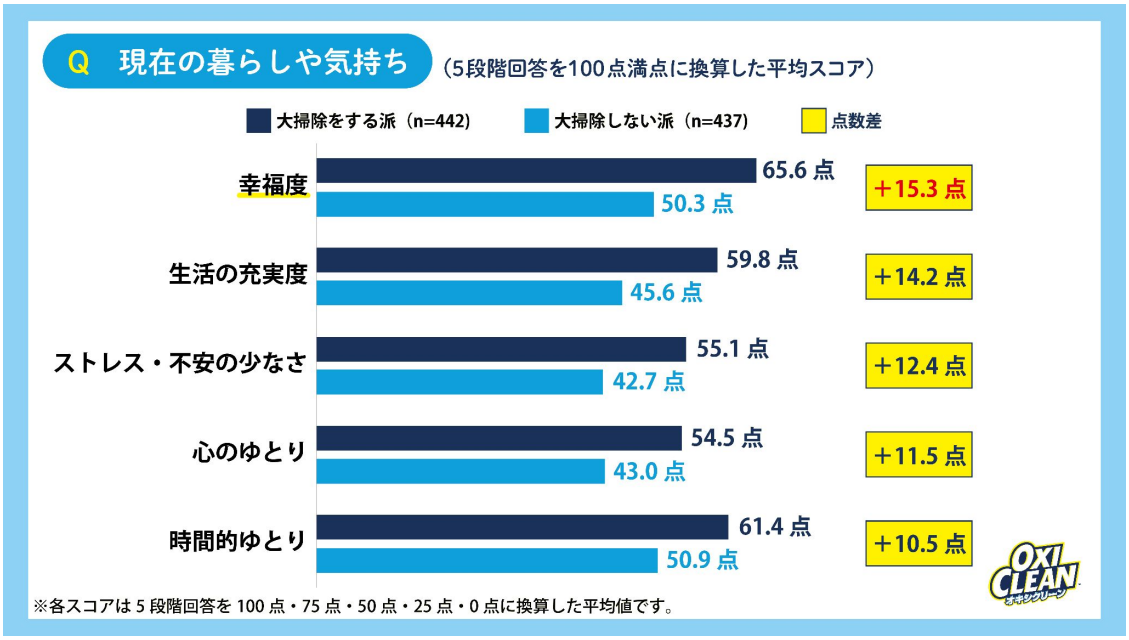
■調査結果から見えた、 2026年末大掃除する派／しない派、それぞれの暮らしの特徴



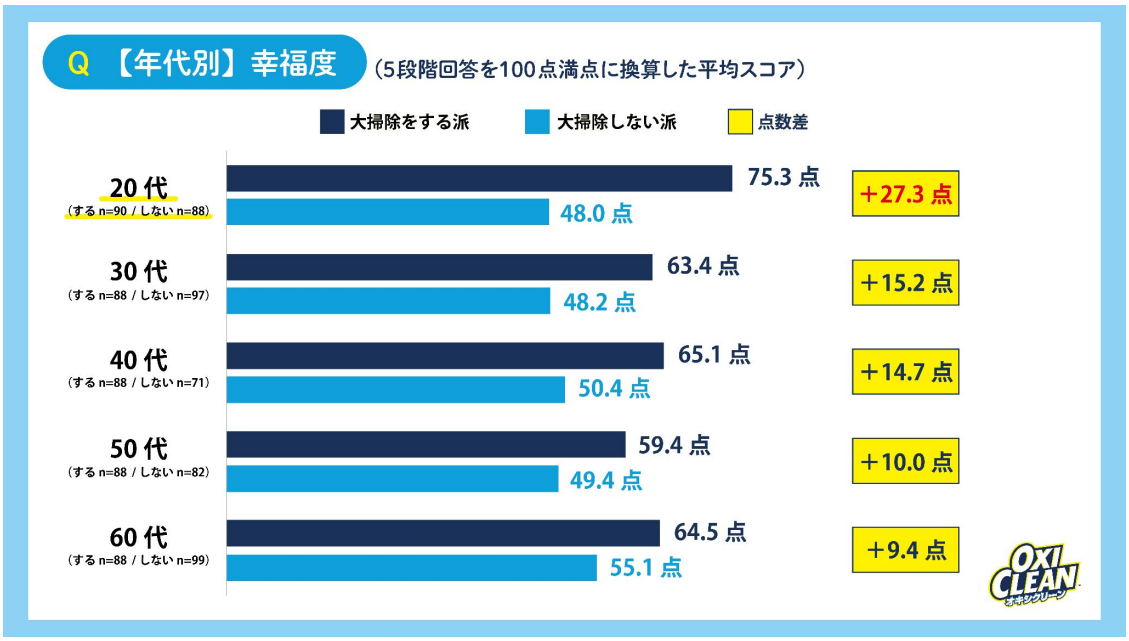
※大掃除の実施予定別に回答傾向を整理したもの。幸福度は5段階回答を100点満点に換算した平均スコアです。

大掃除をする派としない派では、幸福度や趣味、交友関係、汚れへの対処方法などに違いが見られました。今回の調査では、それぞれの特徴を詳しく見ていきます。

1、 大掃除する人は幸せ？　幸福度 15.3点差、20代では 27.3点差に



現在の幸福度や生活の充実度、心のゆとりなど 5項目をたずね、回答を 100点満点のスコアに換算して比較しました。その結果、**大掃除する派の幸福度は 65.6点、しない派は 50.3点となり、15.3点の差** が見られました。生活の充実度は 14.2点差、ストレス・不安の少なさは 12.4点差、心のゆとりは 11.5点差、時間的ゆとりは 10.5点差となり、**すべての項目で大掃除する派のスコアが高い** 結果となりました。

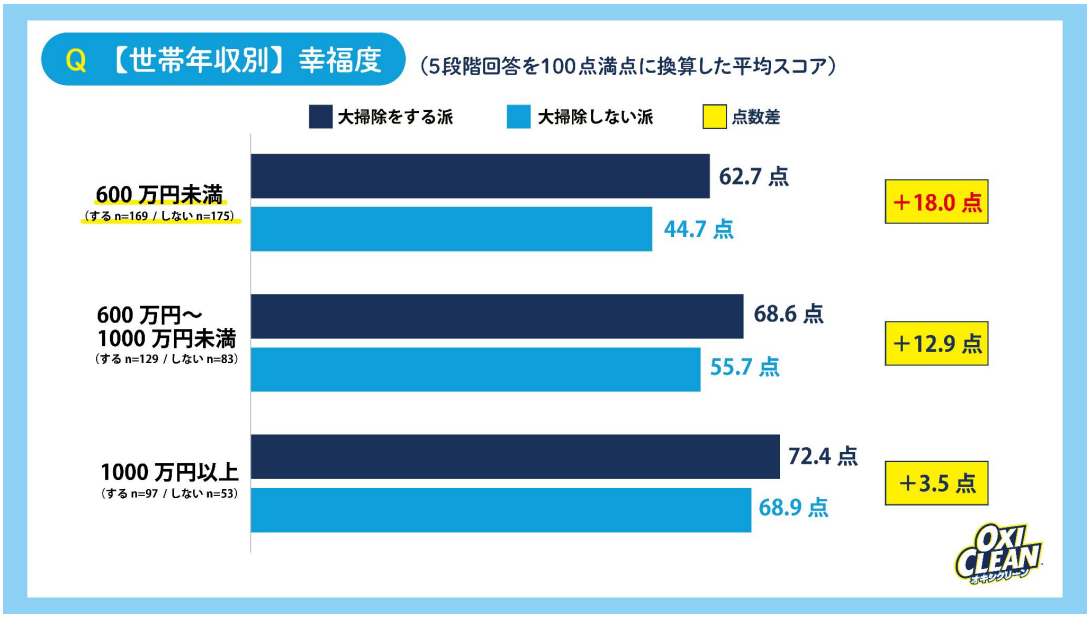


さらに幸福度を年代別に比較すると、20代から60代以上まで、すべての年代で大掃除する派のスコアが高いことが分かりました。**最も差が大きかったのは 20代で、大掃除する派 75.3点、しない派 48.0点と27.3点差** でした。30代は15.2点差、40代は14.7点差、50代は10.0点差、60代以上は9.4点差となり、20代の開きが際立っています。

大掃除をする派の人は、しない派の人と比べて、暮らしに関する自己評価が高い傾向 が見られました。

※大掃除をすることによって幸福度が高まることを示す結果ではありません。

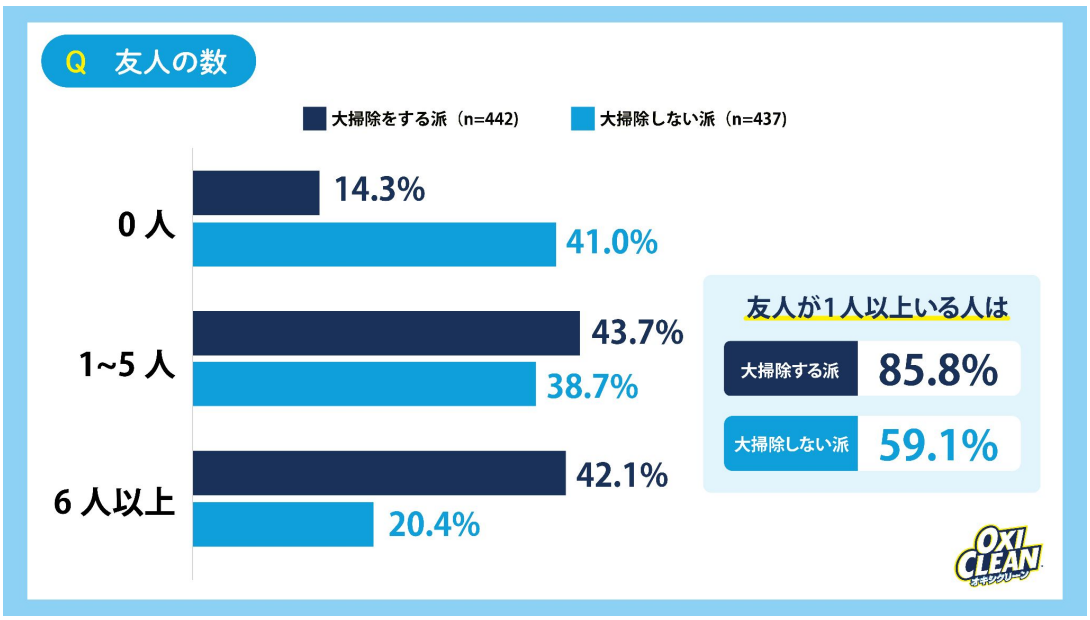
2、 世帯年収別でも幸福度に差！大掃除する派は全所得層で幸福度が高い傾向



幸福度を世帯年収別に比較したところ、調査で区分したすべての所得層で、大掃除する派のスコアがしない派を上回りました。世帯年収 600万円未満では、大掃除する派 62.7点、しない派44.7点となり、**18.0点の差** が見られました。600万円以上1,000万円未満では68.6点と55.7点で12.9点差、1,000万円以上では72.4点と68.9点で3.5点差となっています。

世帯年収が同じ区分に属する回答者同士でも、**大掃除の実施予定によって幸福度に違いが見られ、特に、世帯年収 600万円未満の層で差が大きい** 結果となりました。

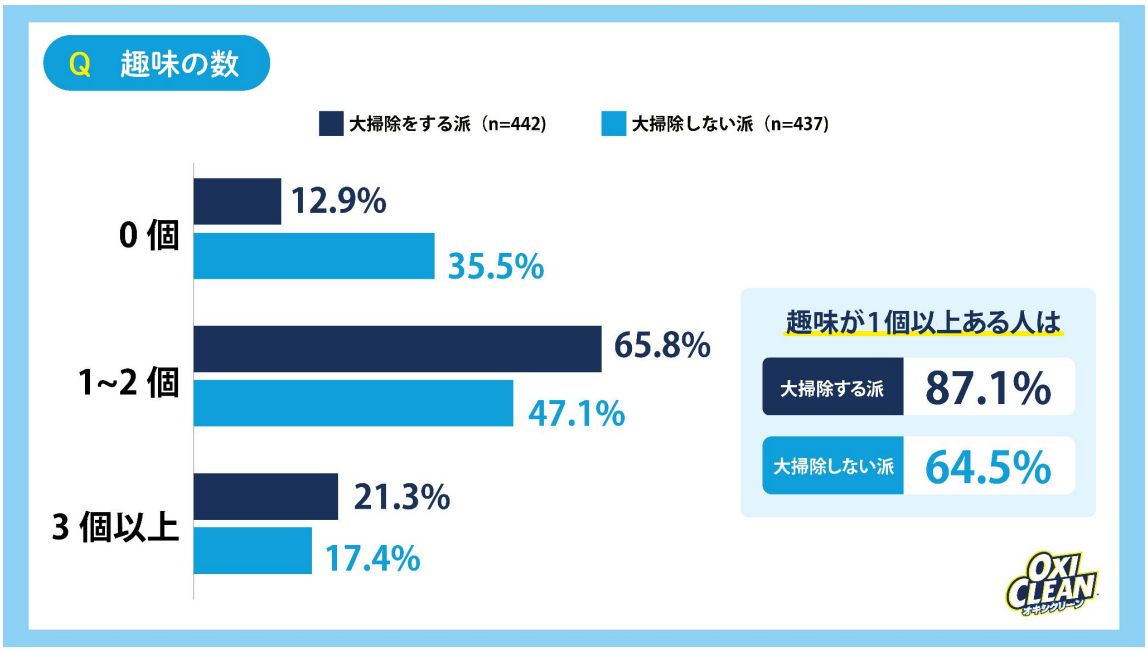
3、 大掃除する派は友人 6人以上が 42.1%！ しない派 20.4%の約 2倍に



友人の数をたずねたところ、**友人が「 6人以上」いる人は、大掃除する派 42.1%、しない派 20.4%となり、約 2倍の差** が見られました。

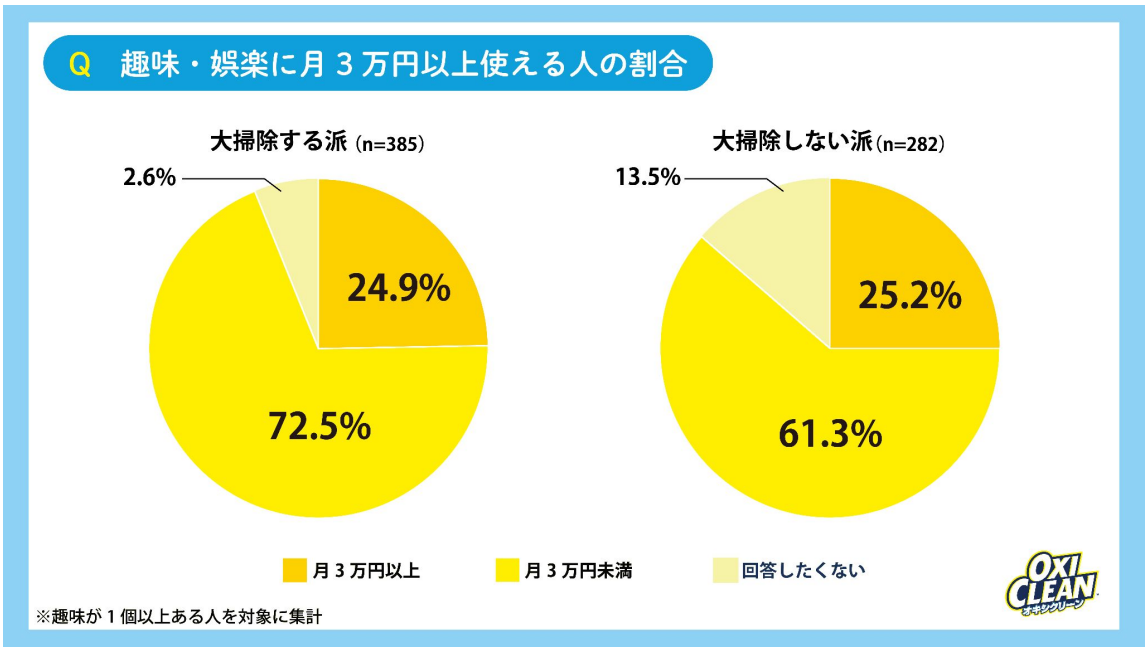
「1～5人」と回答した人は、大掃除する派 43.7%、しない派38.7%でした。一方、友人が「 0人」と回答した人は、する派 14.3%に対し、しない派 41.0%となり、26.7ポイントの開きがありました。大掃除する派の方が友人の数が多い傾向が見られました。ただし、友人の数だけで交友関係の充実度や幸福度を判断できるものではありません。

4、 大掃除する派の 87.1%に趣味あり！ しない派と 22.6ポイント差
趣味に使えるお金はほぼ同じ



趣味の数をたずねたところ、**趣味が 1個以上ある人は、大掃除する派 87.1%、しない派 64.5%となり、22.6ポイントの差** が見られました。

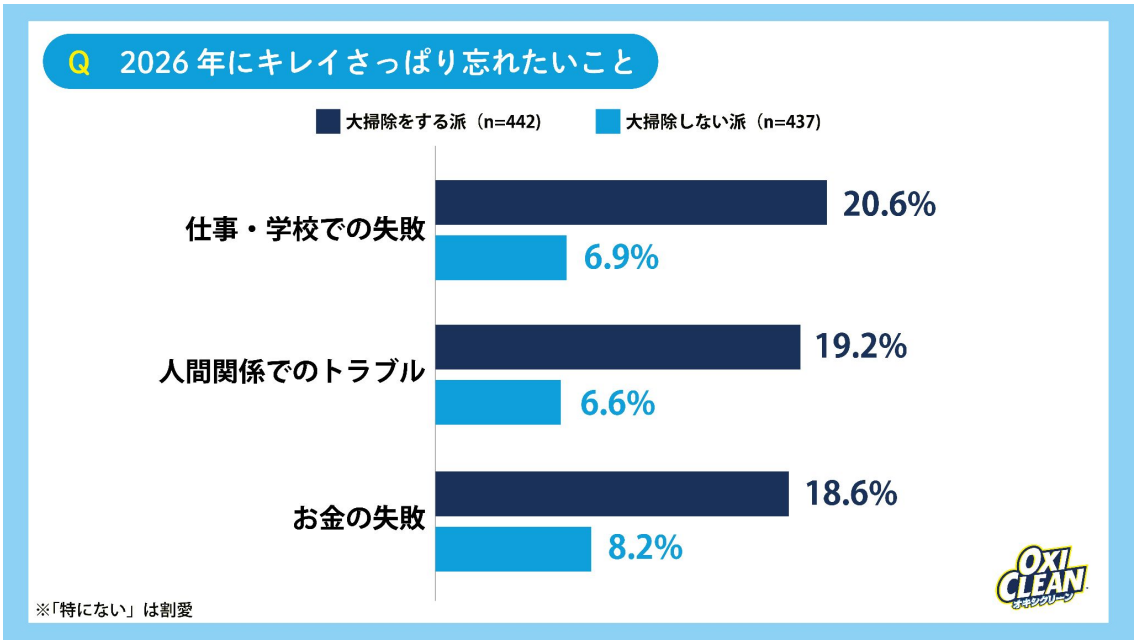
趣味が「1～2個」と回答した人は、する派 65.8%、しない派47.1%。「3個以上」は21.3%と17.4%でした。一方、趣味が「ない」と回答した人は、する派 12.9%に対し、しない派 35.5%となっています。



では、趣味・娯楽に使えるお金にも違いがあるのでしょうか。趣味が 1個以上ある人に、趣味・娯楽に月3万円以上使える人の割合を比較したところ、**大掃除する派 24.9%、しない派 25.2%**と、ほぼ同じ結果になりました。

大掃除する派では趣味を持つ人の割合が高い一方、趣味・娯楽に月 3万円以上使える人の割合には大きな違いが見られませんでした。**趣味の有無と、趣味に使える金額の違いは、必ずしも一致しない** ことがうかがえます。

5、 2026年、キレイさっぱり忘れたいことは？
大掃除する派は『仕事・人間関係・お金の失敗』がしない派を上回る



Q 具体的なエピソードを教えてください。（FA）

仕事・学校での失敗
・受験に落ちたのでリセットしたい（する派・20代男性）
・仕事の進め方が個々で違い、すり合わせができておらず衝突が起こった（する派・40代女性）
・出勤日なのに日曜日と間違えて会社に遅刻したこと（しない派・60代男性）

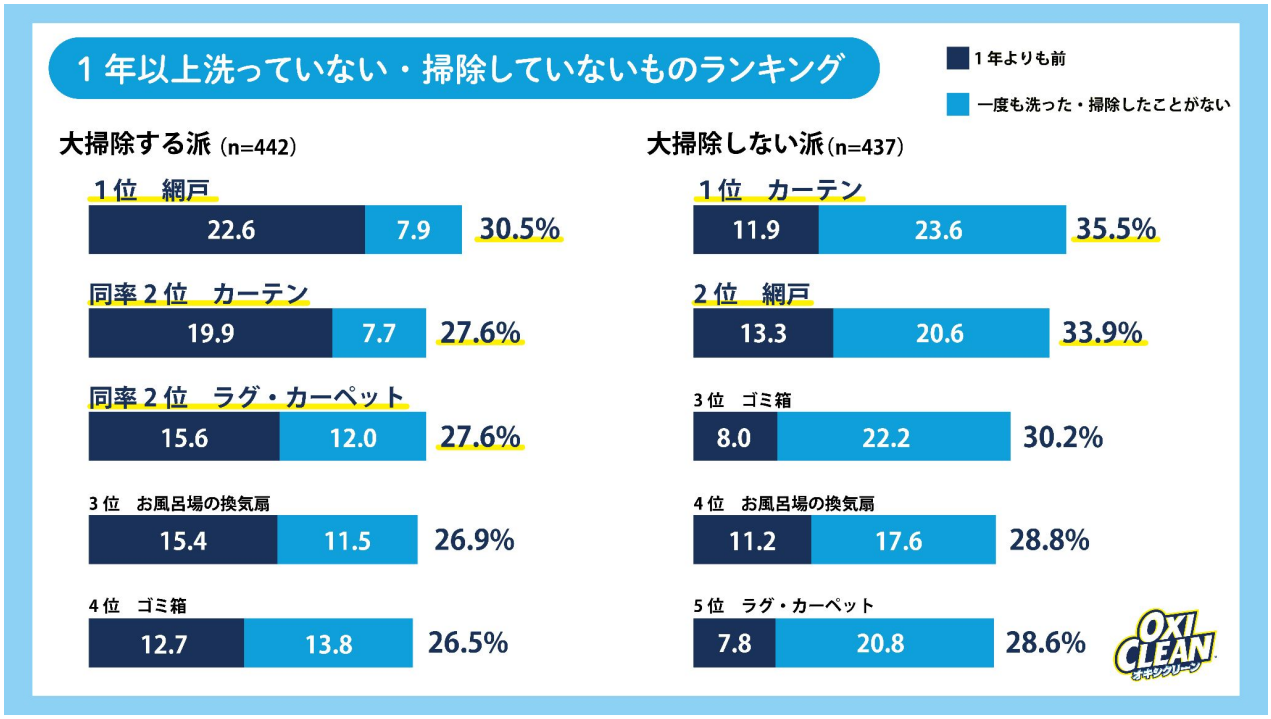
人間関係でのトラブル
・隣の家の解体作業中、業者に嫌な態度を取られた（する派・40代女性）
・SNSで推しを批判する人が後を絶たずストレスが溜まった（しない派・30代女性）
・失恋（する派・20代女性）、（しない派・20代女性）

お金の失敗
・株の売り時期を失敗して大損した（する派・60代女性）
・投資に失敗したので挽回したい（する派・20代男性）
・車をこすって余計な修理代が数万円かかってしまった（しない派・40代男性）

2026年を振り返り、「キレイさっぱり忘れたいこと」をたずねました。「仕事・学校での失敗」と回答した人は、大掃除する派 20.6%、しない派6.9%となり、13.7ポイントの差が見られました。「人間関係のトラブル」は19.2%と6.6%、「お金の失敗」は 18.6%と8.2%で、いずれも大掃除する派の回答割合が高い結果となっています。

自由回答では、仕事や学校での失敗、人間関係の悩み、思わぬ出費など、日常生活のさまざまな出来事が寄せられました。大掃除する派からは「終わりのない仕事をしていると終わりが見える掃除をやりたくなる」（30代男性）という声もありました。年末の大掃除は、住まいをきれいにするだけでなく、一年を振り返る機会にもなります。今回の調査では、**大掃除をする派の人の方が、 2026年に忘れたい出来事を挙げる割合が高い** 結果となりました。

6、 1年以上洗っていない・掃除していないものランキング！
大掃除する派でも「網戸」 30.5%、「カーテン」 27.6%

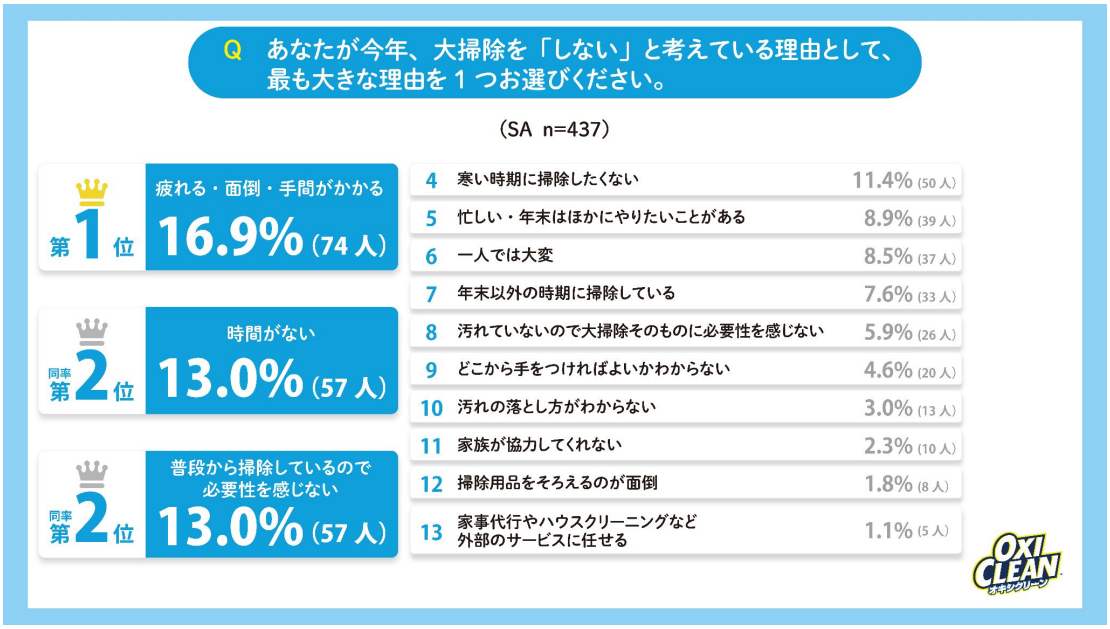


身の回りの12項目について、最後に洗った・しっかり掃除した時期をたずね、それぞれ 5位までをピックアップしました。
「1年より前」「一度も洗った・掃除したことがない」の回答を合計したところ、 **大掃除する派では「網戸」が30.5%で最多** となりました。次いで「カーテン」「ラグ・カーペット」が同率 27.6%、「お風呂場の換気扇」が26.9%、「ゴミ箱」が26.5%と続きました。

一方、**大掃除しない派では「カーテン」が 35.5%で最多** となり、「網戸」33.9%、「ゴミ箱」30.2%、「お風呂場の換気扇」28.8%、「ラグ・カーペット」28.6%という結果でした。

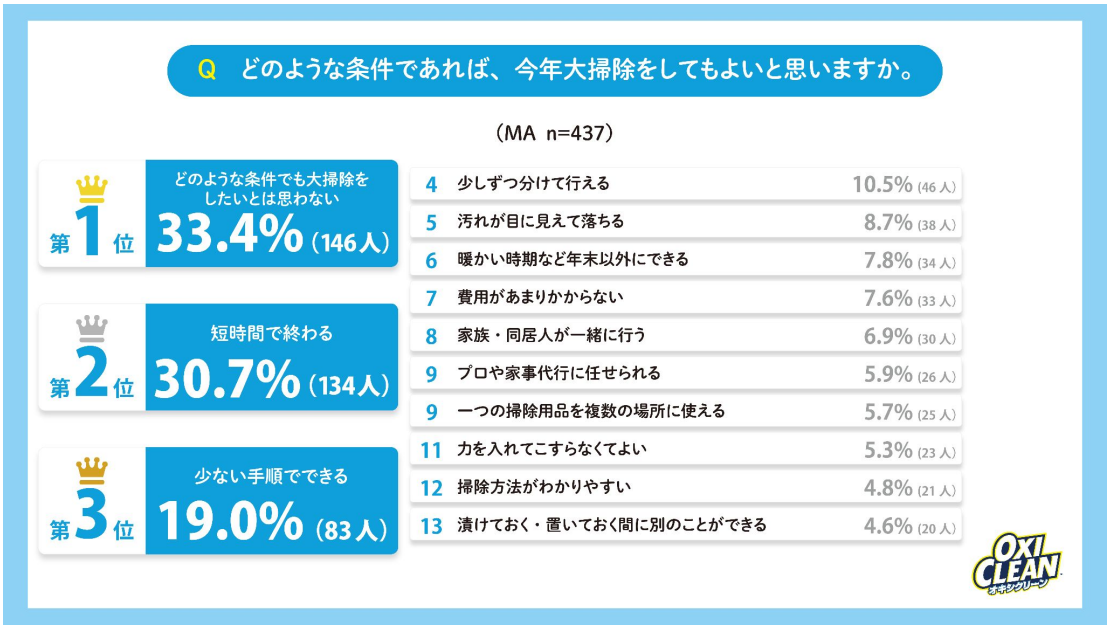
大掃除をする派でも、網戸やカーテンなど、 1年以上お手入れをしていないものがあることが分かりました。特にカーテンは、取り外しや洗濯、取り付けに手間がかかる場所です。年末の大掃除では、床や窓などの目につきやすい場所だけでなく、普段は洗う機会が少ないカーテンやラグ・カーペットなどにも目を向けてみてはいかがでしょうか。

7、 大掃除しない派の 30.7%が「短時間で終わるなら」実施を検討！ 面倒・時間不足がハードルに



大掃除しない派に、年末の大掃除をしない理由をたずねました。最も多かったのは **「疲れる・面倒・手間がかかる」で 16.9%**。次いで「普段から掃除しているので必要ない」「時間がない」が同率 13.0%、「寒い」が11.4%、「年末は忙しい」が 8.9%と続きました。

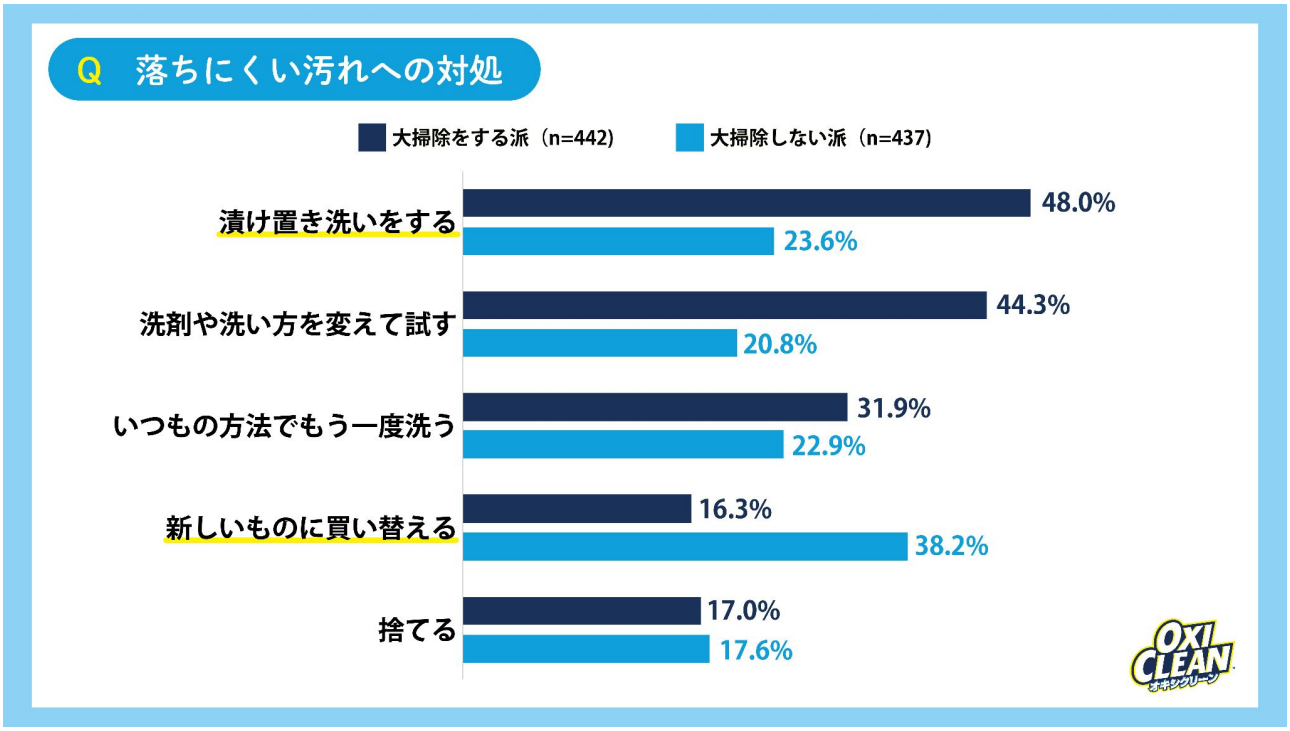
大掃除をしない背景には、掃除そのものの負担に加え、日頃の掃除で十分と考えている人や、年末に時間を確保しにくい人など、さまざまな事情があることが分かります。



では、どのような条件があれば、大掃除をしてもよいと思うのでしょうか。最も多かったのは「どんな条件でも大掃除をしたいとは思わない」33.4%でした。一方、**「短時間で終わるなら」 30.7%**、次いで「少ない手順でできるなら」19.0%、「少しずつ分けてできるなら」10.5%となりました。

大掃除をしない派でも、約 3割が「短時間で終わるなら」と回答しており、掃除にかかる時間や手間を減らすことが、大掃除に取り組むきっかけの一つになる可能性がうかがえます。

8、 頑固な汚れへの対処法に違い！
大掃除する派の 48.0%が「漬け置き洗い」、しない派の　38.2%が「買い替える」



最後に頑固な汚れが落ちないときの対処方法をたずねました。その結果、「漬け置き洗いをする」と回答した人は、**大掃除する派 48.0%、しない派 23.6%**となりました。
また、「洗剤や洗い方を変えて試す」と回答した人も、する派　44.3%、しない派20.8%と、する派が23.5ポイント上回っています。

一方、**「新しいものに買い替える」と回答した人は、大掃除する派　16.3%に対し、しない派 38.2%**となり、しない派が21.9ポイント上回りました。する派では、洗い方を工夫して汚れを落とそうとする人の割合が高く、しない派では買い替えを選ぶ人の割合が高い結果となりました。

こうした頑固な汚れへの対処方法の一つが「漬け置き洗い」です。酸素系漂白剤「オキシクリーン」は、衣類や布製品をはじめ、住まいのさまざまな場所の汚れに使用できます。年末の大掃除では、洗濯表示や素材、製品の使用方法を確認しながら、気になる汚れのお手入れに取り入れてみてはいかがでしょうか。

忙しい年末だからこそ、「脱・大ゴト掃除」！



クリンネスト 1級　田邊 謙司

広告販促、広報企画などのオキシクリーンに関するコミュニケーション全般を担当。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「ほったら家事 ®」を提唱している。各地で家事に関するワークショップも開催中。

毎年、我が家では大掃除をしていますが、これといった趣味がなく、毎日が忙しなく過ぎていく自身にとって、今回の調査結果は、これからの生き方を見直すきっかけとなりそうです。さて今回は、大掃除をしない派の方でも、ちょっとやってみようかな？と思ってもらえるような “頑張らない大掃除”のコツを紹介したいと思います。

■「大掃除をしない理由」 1位　疲れる・面倒・手間がかかる



「大掃除だからしっかりキレイにしよう！」と考えてしまうと、掃除を始める前から気持ちが疲れて面倒に感じてしまうこともあるのではないでしょうか。そこで、「ある程度キレイにすればいい！」くらいに頭の中を設定してみましょう。疲れたら止めてもいいし、手間がかかる場所はやらなくたっていい。そう考えると、大掃除に対する抵抗感が驚くほど少なくなります。疲れない程度に掃除して、キレイになった結果を見る。それだけで部屋も気持ちもスッキリするはずです。

■「大掃除をしてもいい条件」 2位　短時間で終わる



「どんな条件でもしたいと思わない」方が最多ながら、短時間で終わればやってもいいという方が 3割いらっしゃいました。そんな方には、2つの【だけ掃除】がおすすめです。水に溶かしたセスキ炭酸ソーダをスプレーボトルに入れたら、ガス台やキッチン周りの油汚れに【かけるだけ】。しばらく放置したらクロスでしっかりふき取って水拭きしましょう。カーテンやソファカバーなどの大きな布物は、酸素系漂白剤をお湯に溶かして【漬けるだけ】。30分を目安に漬けおいたら、通常通り洗濯してください。どちらも【だけ】してしまえばいいので、疲れることなく、短時間で終えることができます。

■オキシクリーン（左から）

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）
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）
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）
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時間以上漬けおきした場合
　　（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999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

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）