

女性の身体意識と生活スタイルに関する調査

～ 女性のエイジングと下着の心理学的研究 ～

株式会社ワコール / 聖心女子大学文学部 菅原健介教授

東京未来大学こども心理学部 鈴木公啓助教 共同研究

2010年 11月

株式会社ワコール

contents

■女性の身体意識と生活スタイルに関する調査

<1> 調査の実施概要	4
<2> 対象者属性	5
<3> 調査結果のまとめ	
1. 理想の身体像	7
2. 理想体型のメリット	8
3. 理想体型のイメージ	9
4. 一番きれいだった年齢	10
5. 身体変化意識	11
6. 身体変化に対する行動	12
7. 容姿に関して意識する視線	13
8. 外見のエイジングに対する考え方	14
<補足データ>	15
9. 「何歳に感じているか」(実感年齢)	16
10. 「何歳に見て欲しいか」	17
11. 「何歳に戻りたいか」	18
12. 生活価値観	19
13. 健康・美容のための行動	20
14. 生活習慣	21
15. 被服(アウターウェア)に対する考え方	22
16. 「お気に入りの下着」の有無とその品種	23
17. 「お気に入りの下着」の心理的効果	24
18. 「お気に入りの下着」の着用場面	25
19. 下着の選び方	26
20. ブラジャーに対する不満	27
21. 体型補整下着の着用頻度	28
<4> 実感年齢「マイナス5歳」にみる、エイジング等に対する考え方や行動の違い	30
下着に関するエピソード (40~60代の自由回答より)	34
<5> 理想体型によるクラスター化 5つのタイプへの分類	36
<6> 共同研究者コメント	40

女性の身体意識と生活スタイルに関する調査

～ 女性のエイジングと下着の心理学的研究 ～

1. 調査の実施概要

◇調査名称

女性の身体意識と生活スタイルに関する調査 ～ 女性のエイジングと下着の心理学的研究 ～

◇調査目的

今回の調査は、下記の3点を検証することを目的に実施しました。

1. 自分の身体的年齢の自覚と心理学的年齢の関連性

2008年3月に発表した「女性の下着へのこだわりと身体意識に関する調査」で明らかとなった年齢意識に関する、＜若さ志向の軸＞と＜外見-内面重視軸＞を意識しながら、身体の老化尺度を明確化する。

2. 自分が理想とする体型の類型化

女性一人一人が理想とする体型を明らかにし、理想のイメージがどのようなカテゴリーに分類されるのかを明らかにする。さらに、各カテゴリーに属する女性の特徴を生活行動全般や下着との関わりから導き出す。

3. 「肥満」「たるみ」「疲れ」という老化の因子と下着選びの関連性

ワコール人間科学研究所が2010年4月に発表した加齢による体型変化と下着選びの関連性を検証する。加齢による体型変化があまり見られない場合のライフスタイルの特徴、下着を選ぶ際のポイントを抽出する。

◇調査対象

20歳から74歳の女性個人

居住地：首都圏（東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県）

◇サンプル数

合計 1,123サンプル(人)

◇調査方法

Web調査(インターネット調査)

◇調査実施時期

2010年8月23日(月)～24日(火)

◇調査実施機関

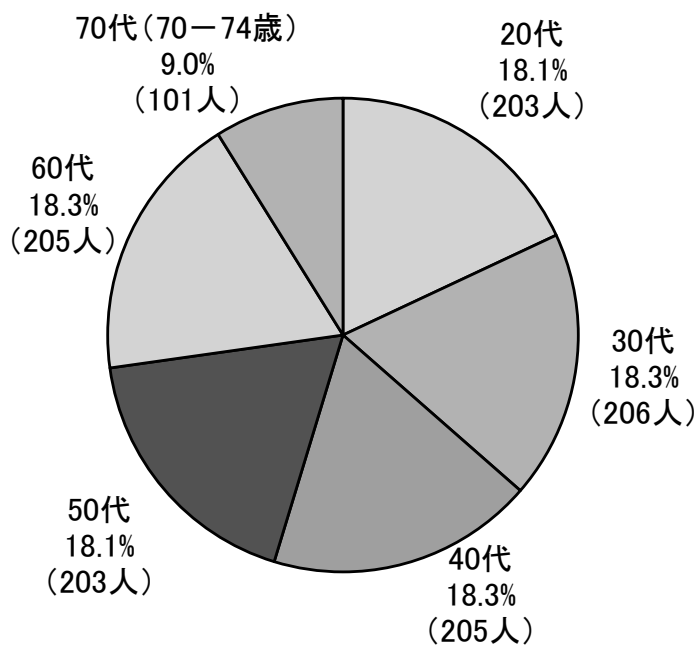
株式会社マクロミル

(注)本調査は、株式会社ワコール 広報・宣伝部 広報課(cocoros)が、
聖心女子大学文学部 菅原健介教授と東京未来大学こども心理学部 鈴木公啓助教との
共同研究として実施したものです。

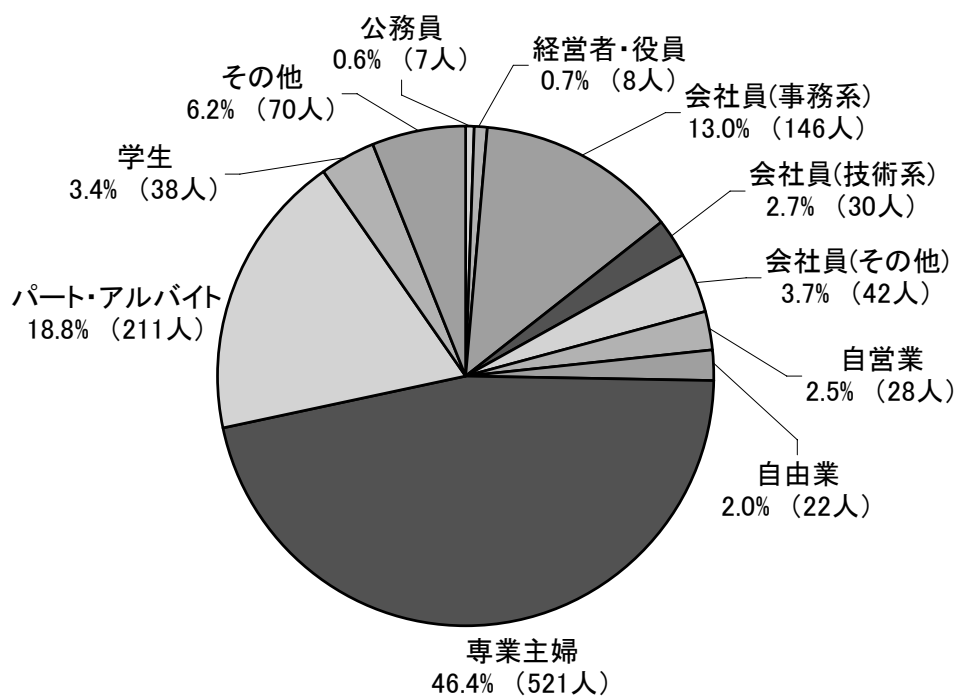
2. 対象者属性

●年齢

サンプル数:1123人



●職業

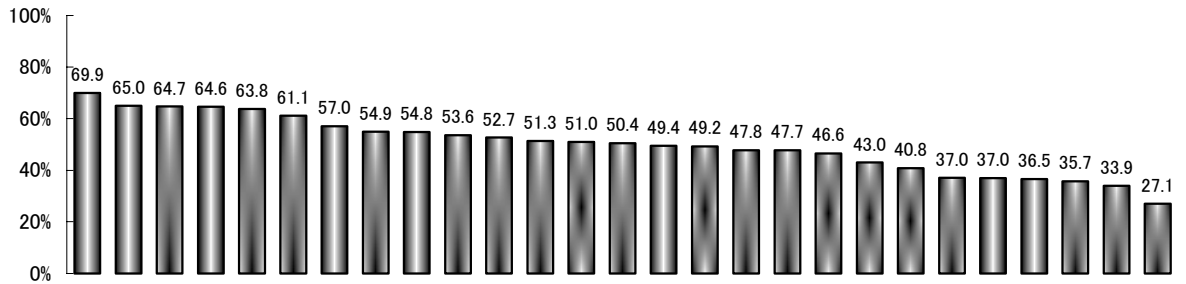


3. 調査結果のまとめ

1. 理想の身体像

●理想の体型として、「からだ全体に女性的なまらみがある」がトップ

- ・女性全体をみると、「からだ全体に女性的なまらみがある」(69.9%)が最も高いのに対して「筋肉質で、からだ全体がしっかりしている」(27.1%)が最も低く、体型に“女性的な丸み”が重要視されています。また20代で高い「顔が小さい」「鎖骨が出ている」「頬にたるみがない」「細身である」は70代にかけて20%前後減少して、高齢化とともに理想像から遠ざかっていく傾向がみられ、加齢による現実の体型変化を受け入れる心理がうかがわれます。一方、「足首が締まっている」は50代以上においても70%近くを保っており、体型のチェックポイントとして、年齢を問わず関心が高いと考えられます。
- ・理想の体型としては、20代で特にスコアの高い項目が多く、「鎖骨が出ている」「くびれがある」「頬にたるみがない」など女性全体のスコアを10ポイント以上上回るものが増えてきています。
- ・その他の年代の特徴としては、30代で「鎖骨が出ている」、50代で「足首が締まっている」「脚が長い」といった項目で女性全体のスコアをやや上回っています。
- ・70代では、「からだ全体に女性的なまらみがある」「顔が小さい」など女性全体より10ポイント以上スコアが低いものが目立っています。



	n=	理想の体型																											
		からだ全体に女性的なまらみがある	くびれがある	足首が締まっている	顔が小さい	鎖骨が出ている	頬にたるみがない	細身である	ウエストが細い	腕が細い	脚が長い	肩の線がきれい	脚が細い	お腹が締まっている	メリハリがある	バスト・ウエスト・ヒップに	ヒップが引き締まっている	お腹がべたんこ	からだ全体が引き締まっている	背が高い	腕が長い	胸が大きい	ヒップが小さい	肉づきがよい	ぼつちやりしている	きやしやである	ボンキユボン	胸が小さい	からだ全体がしっかりしている
女性全体	(1,123)	69.9	65.0	64.7	64.6	63.8	61.1	57.0	54.9	54.8	53.6	52.7	51.3	51.0	50.4	49.4	49.2	47.8	47.7	46.6	43.0	40.8	37.0	37.0	36.5	35.7	33.9	27.1	
(10年代別)																													
20代	(203)	74.9	76.4	63.1	70.0	77.3	74.4	70.4	64.0	66.5	57.6	54.2	58.6	55.7	55.2	51.7	57.1	46.8	43.3	50.2	54.2	45.8	35.0	32.0	47.3	41.4	33.5	21.2	
30代	(206)	69.4	61.2	58.3	59.7	71.4	61.7	54.4	48.1	57.3	46.1	49.5	48.1	43.7	43.2	41.7	44.7	41.7	44.2	42.2	44.7	32.5	40.8	39.8	38.3	32.0	34.0	26.7	
40代	(205)	71.2	66.3	63.4	66.3	68.3	61.0	54.6	54.6	54.6	55.6	54.1	51.7	53.2	52.2	52.2	50.7	49.8	53.2	47.3	42.4	42.4	39.0	39.0	38.0	36.1	37.1	26.8	
50代	(203)	70.0	61.1	70.0	68.0	59.6	56.7	56.7	58.6	56.2	61.1	54.7	55.7	56.2	52.2	52.7	51.2	52.7	57.6	54.7	37.4	43.8	28.6	33.5	34.5	35.5	31.5	24.6	
60代	(205)	69.3	61.5	67.8	64.9	52.2	56.1	52.7	50.7	47.3	50.7	54.1	46.8	48.3	49.8	48.8	45.4	47.3	42.9	43.4	41.5	39.0	41.0	41.0	27.8	36.1	29.8	29.8	
70代(70-74歳)	(101)	59.4	62.4	67.3	52.5	43.6	52.5	49.5	52.5	38.6	47.5	46.5	42.6	47.5	49.5	49.5	43.6	49.5	42.6	36.6	32.7	41.6	38.6	35.6	29.7	30.7	41.6	39.6	

全体を10%以上上回る

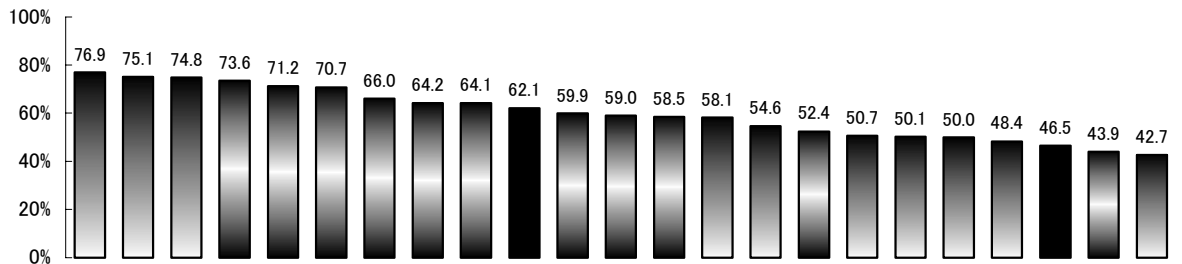
全体を5%以上上回る

※本項の設問:あなたが理想と考える体型として、以下の項目はどの程度あてはまりますか。あてはまる程度を選んでください。(単一回答)
 選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの低い順にグラフに表記した。

2. 理想体型のメリット

●理想体型は、「好きな服を着れる」「明るい気分でいられる」「服を着こなせる」がメリット

- ・「男性の目を引く」「男性にもてる」等、異性(男性)を意識した項目と「女性からうらやましがられる」「女性から憧れられる」と、同性を意識した項目は、いずれも20代から年齢が高まるにつれて20%程度減少する傾向にあり、若い世代ほど、体型に関して異性や同姓の視線を意識していることがうかがわれます。対して「明るい気分でいられる」「前向きになれる」は40代を超えても70%以上をキープし、理想の体型を持つことで自分自身の気持ちや生活行動がより積極的になることが、年齢を問わず期待されています。
- ・20代では、「好きな服を着れる」「街に出て行きたくなる」「自信が持てる」など、女性全体より高めの項目が多くなっています。
- ・30代では、「前向きになれる」「明るい気分でいられる」「服を選ぶのに困らない」などのスコアが女性全体より低いものが散見されます。
- ・60代では、「明るい気分でいられる」「前向きになれる」「人に対して積極的になれる」は、女性全体よりやや高めのスコアとなっています。
- ・70代では、「自信が持てる」「体型がはっきり出る服が着られる」などで、女性全体よりスコアが低い項目が多くなっています。



		n=	好きな服を着れる	明るい気分でいられる	服を着こなせる	服が似合う	前向きになれる	服を選ぶのに困らない	街に出て行きたくなる	積極的になれる	人に対して	自信が持てる	人前に出るのが	水着が着られる	うらやましがられる	女性から	体型がはっきり出る服	コンプレックスがなく	女性から憧れられる	肌が露出した服が	周囲にやさしくされる	男性の目を引く	周囲にかわいがられる	女性に一目おかれる	男性にもてる	周囲に守ってもらえる	男性に誘われる
女性全体		(1,123)	76.9	75.1	74.8	73.6	71.2	70.7	66.0	64.2	64.1	62.1	59.9	59.0	58.5	58.1	54.6	52.4	50.7	50.1	50.0	48.4	46.5	43.9	42.7		
(10年代別)	20代	(203)	84.7	76.8	78.8	76.4	74.9	75.4	75.4	71.4	73.9	71.9	69.5	69.0	69.5	63.1	66.5	65.0	59.1	62.1	65.0	57.1	60.1	50.7	56.2		
	30代	(206)	73.8	65.5	72.3	69.4	61.2	65.5	64.6	56.3	59.7	56.8	59.7	58.3	58.3	54.4	54.9	51.0	51.0	51.9	51.0	42.2	48.1	44.7	44.2		
	40代	(205)	74.1	74.1	71.7	70.7	71.7	71.2	63.9	62.4	65.4	59.0	57.6	57.1	59.0	59.0	50.7	52.2	47.3	52.2	46.3	47.8	48.3	37.6	44.9		
	50代	(203)	76.4	73.9	76.4	75.4	70.0	72.9	63.5	65.0	62.6	61.1	58.1	60.1	56.2	60.1	53.7	52.2	47.8	47.3	46.3	48.8	41.4	40.9	40.9		
	60代	(205)	78.0	83.9	76.1	78.0	78.0	69.8	66.3	70.2	64.4	65.9	58.0	55.1	55.1	55.6	52.2	46.3	49.3	43.4	45.9	47.3	40.0	44.4	33.7		
	70代(70-74歳)	(101)	72.3	77.2	72.3	69.3	72.3	68.3	58.4	55.4	53.5	53.5	53.5	53.5	50.5	47.5	55.4	44.6	43.6	48.5	37.6	40.6	45.5	35.6	46.5	29.7	

全体を10%以上上回る

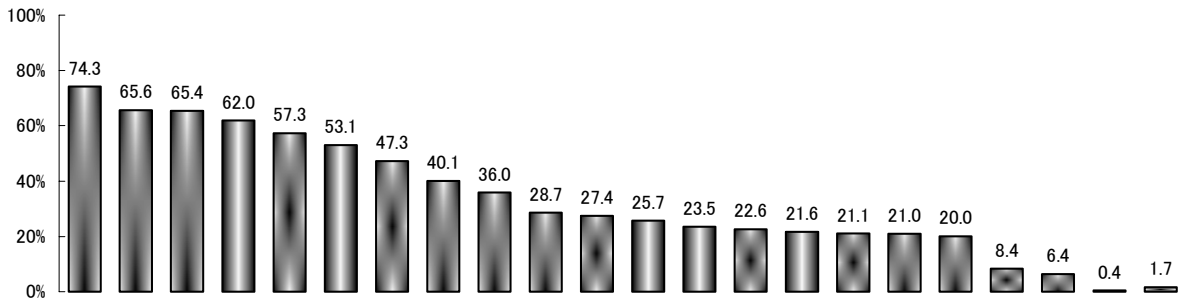
全体を5%以上上回る

※本項の設問: そのような体型のメリット(利点)として、以下の項目はどの程度あてはまりますか、あてはまる程度を選んでください。(単一回答)
 選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

3. 理想体型のイメージ

●理想体型のイメージは、「健康的」「姿勢がよい」「品がある」が上位にあがる

- ・女性全体をみて、「色っぽい」「セクシー」といった性的な魅力や、「かわいらしい」「愛らしい」といった他者からの好意を期待する項目は全般に低くなっています。「きれい」「美しい」が20代で高く、70代にかけて30%程度減少する反面、「健康的」「品がある」は全年代で高ポイントである上、年齢の高まりとともに上昇傾向がみられます。また「姿勢がよい」も全般に高く、特に50代で関心の高さがみられます。
- ・20代は「美しい」「きれい」といったイメージのスコアが高い一方で、「健康的」「姿勢がよい」など女性全体で上位となっているイメージは低くなっています。
- ・30代は、20代同様「美しい」「きれい」といったイメージがやや高い傾向として見られます。
- ・50代は「姿勢が良い」「理知的」というイメージが女性全体のスコアと比較して高い結果となっています。
- ・60代・70代は「きれい」「色っぽい」など、20代ではスコアの高いイメージが低い傾向として見られます。70代は「品がある」「清楚」「理知的」「活動的」など、20代の理想の体型とは明らかに異なるイメージが高くなっています。



		n=	健康的	姿勢がよい	品がある	美しい	きれい	かつこいい	清楚	理知的	活動的	チャーミング	のびやか	エネルギーッシュ	色っぽい	おおらか	セクシー	かわいらしい	愛らしい	ほがらか	妖艶な	中性的	その他	特にない
女性全体		(1,123)	74.3	65.6	65.4	62.0	57.3	53.1	47.3	40.1	36.0	28.7	27.4	25.7	23.5	22.6	21.6	21.1	21.0	20.0	8.4	6.4	0.4	1.7
(10年代刻別)	20代	(203)	61.1	53.7	60.6	72.9	77.3	48.8	46.3	25.1	24.1	27.6	17.2	26.1	45.8	14.8	38.9	36.0	29.6	14.8	17.2	3.9	0.5	1.5
	30代	(206)	74.3	60.2	62.1	71.8	66.5	54.9	43.7	30.6	31.1	24.3	20.9	25.2	30.1	16.5	25.2	21.8	21.8	16.5	10.2	6.8	0.5	1.5
	40代	(205)	72.2	67.3	64.9	60.0	60.5	58.0	41.0	37.6	35.1	25.9	28.3	27.3	20.5	22.4	21.5	15.6	21.5	20.5	8.8	7.8	0.5	1.5
	50代	(203)	76.8	75.9	65.5	56.2	47.8	53.7	45.3	51.7	44.3	29.1	33.0	26.1	16.3	21.7	13.8	15.3	19.2	19.7	4.9	7.4	0.0	1.5
	60代	(205)	82.4	69.8	68.3	58.5	42.0	49.3	52.7	46.3	37.6	34.6	29.8	19.5	10.2	32.2	12.2	18.5	13.7	23.9	2.9	4.4	0.5	2.0
	70代(70-74歳)	(101)	83.2	68.3	77.2	42.6	42.6	54.5	62.4	58.4	51.5	32.7	43.6	34.7	12.9	33.7	14.9	17.8	19.8	29.7	4.0	9.9	1.0	3.0

全体を10%以上上回る

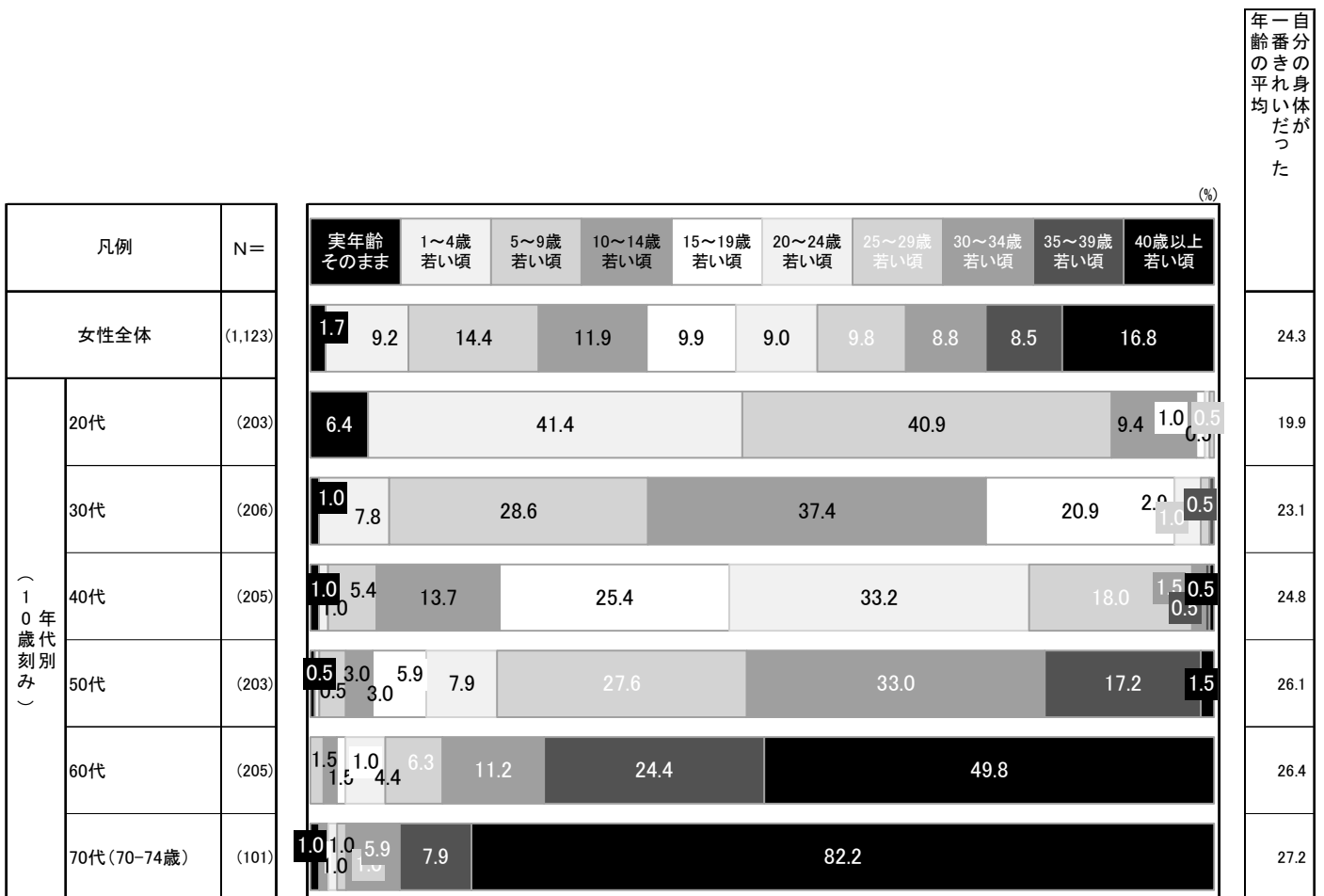
全体を5%以上上回る

※本項の設問:理想の体型について、あなたはどんなイメージをお持ちですか。あてはまるものをいくつも選んでください。(複数回答)
回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

4. 一番きれいだった年齢

●「自分の体型が一番きれいだった」のは、いずれも20代の自分をあげている

・20代は「1～4歳若い頃」「5～9歳若い頃」、30代は「5～9歳若い頃」「10～14歳若い頃」「15～19歳若い頃」というように、年代を問わず、10代～20代の頃が一番きれいだったとする回答が多い結果となっています。

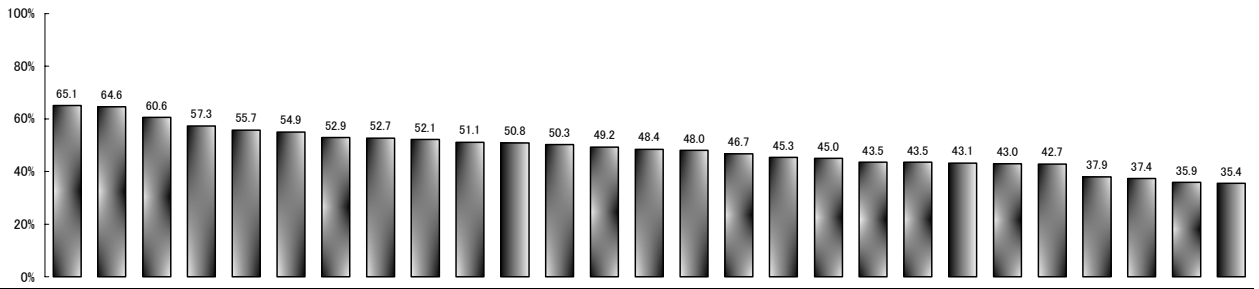


※本項の設問：現在まで、「自分の身体が一番きれいだった」と思う年齢は何歳頃ですか？【〇〇歳くらい】(数値回答)
上記の質問で得られた回答(「自分の身体が一番きれいだった年齢」)から「実年齢」を差し引いた数値をカテゴリ化し、グラフに表記した。

5. 身体変化意識

●20歳前後と比較して体型の変化が著しいのは「下腹部」と「ウエスト」・「ヒップ」・

- ・「自分の体は若々しさを失ってきた」「自分の体は美しさを失ってきた」のいずれも年齢とともに高まり、特に40代で著しく増加して、加齢を強く意識しています。しかし「自分の体はセクシーさを失ってきた」は、40代から60代にかけてほぼ50%で横ばいであり、女性としての魅力を維持しているとする意識がうかがわれます。
- ・20代は(20～24歳は2～3年前との比較)女性全体同様「下腹部が出てきた」「ウエストが太くなってきた」が上位となっていますが、いずれも4割台とスコアとしては女性全体を大きく下回っています。その他の項目も、ほとんど全てが女性全体を大きく下回る結果となっています。
- ・40代は、各年代中スコアが高い項目が多く、特に「下腹部が出てきた」「身体全体のバランスが崩れてきた」「二の腕が太くなってきた」「脚が太くなってきた」など、体の変化が顕著に気になってきている様子がうかがえます。
- ・50代、60代、70代の特徴としては、共通して「バストの張りがなくなってきた」「バストが垂れてきた」といったバストに関する変化が顕著にあらわれています。



	n=	下腹部が出てきた	疲れやすくなってきた	自分の体は若々しさを失ってきた	ウエストが太くなってきた	やせにくくなってきた	身体全体のバランスが崩れてきた	ヒップが垂れてきた	二の腕が太くなってきた	自分の体は美しさを失ってきた	バストの張りがなくなってきた	脂肪が付いてきた	ウエストとヒップの間にウエストのくびれがなくなってきた	肩こりしやすくなった	背中(肩甲骨からウエスト)に脂肪がついてきた	ウエストの肉質が柔らかくなった	バストが垂れてきた	脚が太くなってきた	自分の体はセクシーさを失ってきた	身体全体の肉質が柔らかくなってきた	汗をかきやすくなった	腰痛が起こりやすくなった	バストの脇に脂肪がついてきた	バストが柔らかくなってきた	肌が乾燥しやすくなった	体調が安定しなくなってきた	下半身よりも上半身(腹・腕・背中など)に脂肪がついてきた	姿勢が悪くなってきた
女性全体	(1,123)	65.1	64.6	60.6	57.3	55.7	54.9	52.9	52.7	52.1	51.1	50.8	50.3	49.2	48.4	48.0	46.7	45.3	45.0	43.5	43.5	43.1	43.0	42.7	37.9	37.4	35.9	35.4
20代	(203)	47.3	58.1	34.0	43.3	44.8	35.0	36.0	35.0	30.0	18.7	33.0	33.0	50.2	33.0	29.1	17.7	41.4	27.1	24.6	36.9	40.9	20.2	22.2	37.9	32.0	31.6	31.5
30代	(206)	61.7	68.4	52.9	53.9	60.7	50.0	49.5	46.6	45.1	41.7	51.9	48.5	50.0	44.7	44.2	34.0	45.1	38.8	37.4	33.0	38.8	39.8	32.0	38.8	34.0	31.6	29.1
40代	(205)	77.1	77.1	69.3	63.4	67.8	67.8	61.0	63.9	57.6	52.2	59.5	58.0	58.5	54.6	53.7	50.2	60.5	50.2	47.3	48.3	52.7	50.2	38.0	44.4	45.4	45.9	31.2
50代	(203)	68.0	67.0	70.0	61.6	56.2	62.1	60.6	57.1	59.6	67.0	54.7	53.7	54.7	53.7	55.2	58.1	47.8	50.2	51.7	47.8	43.8	49.3	52.2	39.4	41.4	39.9	43.3
60代	(205)	69.8	55.1	70.2	62.0	52.7	57.6	55.1	60.0	62.4	68.3	55.6	56.6	39.5	54.1	54.1	64.4	37.1	50.7	51.7	48.8	40.0	51.7	59.5	32.2	33.7	38.0	39.0
70代(70-74歳)	(101)	68.3	58.4	73.3	61.4	47.5	59.4	57.4	54.5	63.4	66.3	48.5	53.5	35.6	52.5	55.4	64.4	34.7	60.4	53.5	49.5	41.6	50.5	62.4	31.7	38.6	34.7	41.8

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問:20歳前後の時期のあなた自身と比べて、次のようなことをどの程度感じていますか?あてはまる程度を選んでください。

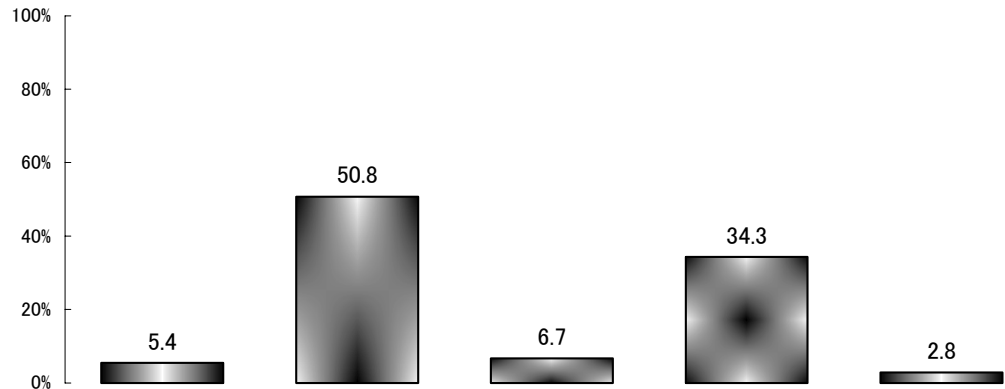
※現在20～24歳の方は、2～3年前のあなたと比べてお答えください。(単一回答)

選択肢「非常に強く感じる」「強く感じる」「やや感じる」「感じない」から、「非常に強く感じる」「強く感じる」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

6. 身体変化に対する行動

●現在の体型を、「改善したいと思うが、具体的な予定を立てていない」が最も高い

- ・60代のみ「改善したいと思うが、具体的な予定を立てていない」と「改善するために、多少の努力をしている」がいずれも4割台と同じ割合となっていますが、20代～50代、70代のいずれも「改善したいと思うが、具体的な予定を立てていない」の割合が最も高い結果となっています。
- ・70代は「特に改善しようとは思わない」とする割合が2割弱と女性全体と比べて特に高く、体型改善の意識は70歳を過ぎると急激に衰えてくる様子がうかがえます。



		n=	特に改善しようとは思わない	改善したいと思うが、具体的な予定を立てていない	改善したいと思う、予定を立てていない	改善するために、多少の努力をしている	改善するために、かなりの努力をしている
女性全体		(1,123)	5.4	50.8	6.7	34.3	2.8
(10年代刻別)	20代	(203)	2.5	52.7	13.3	28.1	3.4
	30代	(206)	2.9	50.5	8.3	36.9	1.5
	40代	(205)	2.4	57.6	6.8	29.3	3.9
	50代	(203)	3.4	55.7	5.4	34.0	1.5
	60代	(205)	9.8	43.4	0.5	43.4	2.9
	70代(70-74歳)	(101)	17.8	38.6	5.0	33.7	5.0

全体を10%以上上回る

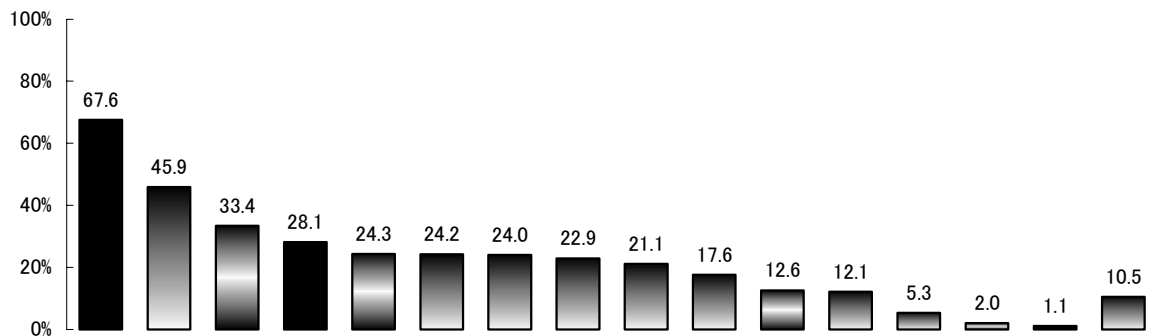
全体を5%以上上回る

※本項の設問:あなたは、現在の自分の体型について、改善する努力をしていますか?以下の項目から一つ選んでください。(単一回答)回答したパーセンテージを、選択肢順にグラフに表記した。

7. 容姿に関して意識する視線

●容姿について意識する人は、「同性の友人」が最も高く、次いで「自分自身(自己満足)」

- ・20代は「同性の友人」を筆頭に「恋人・好きな異性」「自分自身」「異性の友人」「街ですれ違う他人(異性・同姓とも)」「職場・学校の人たち」と、意識する人が多岐に渡り、かつ、他の年代の人よりも高くなっています。これらの項目のうち「自分自身」を除いていずれも年齢が高まるに従って低下する傾向にあります。ただし「自分自身」は、やや低下するとはいえ、50代以上でも40%前後を保ち、「同性の友人」に並んで全年代にわたって意識されています。
- ・30代は「同性の友人」に次いで「夫」の割合が約5割と特に高い傾向となっているのが特徴で、「夫」は30代をピークに以降は少なくなっていくます。
- ・50代で「娘」の割合が特に高くなります。
- ・60代・70代は「同性の友人」が最も高くなっていますが、スコアは5割台と女性全体の中では低い結果になっています。一方、「近所の人たち」「誰のことも意識しない」は年齢の高まりとともに増加し、70代で最も高くなります。



		n=	同性の友人	自分自身(自己満足)	夫	街ですれ違う他人(同性)	職場・学校の人たち	異性の友人	恋人・好きな異性	近所の人たち	街ですれ違う他人(異性)	娘	自分の兄弟・姉妹	息子	母親	父親	その他	誰のことも意識しない
女性全体		(1,123)	67.6	45.9	33.4	28.1	24.3	24.2	24.0	22.9	21.1	17.6	12.6	12.1	5.3	2.0	1.1	10.5
(10年代刻み)	20代	(203)	78.8	54.2	25.1	44.3	40.9	46.8	59.6	13.3	41.9	3.4	9.9	3.0	10.3	3.9	0.5	2.5
	30代	(206)	73.8	45.1	49.0	30.6	29.1	26.7	33.5	15.5	25.7	9.2	12.1	8.7	7.3	3.4	1.0	5.3
	40代	(205)	68.3	48.8	33.7	24.4	31.7	23.4	18.0	21.0	20.0	19.5	12.7	13.2	6.3	2.9	2.4	5.9
	50代	(203)	66.5	45.3	34.5	27.6	22.2	15.8	12.8	27.6	19.2	29.1	11.8	16.3	3.4	0.5	1.0	12.8
	60代	(205)	57.6	38.5	28.3	16.6	7.8	11.7	4.9	29.3	4.9	23.9	13.7	16.1	1.5	0.5	0.5	19.0
	70代(70-74歳)	(101)	53.5	41.6	25.7	22.8	4.0	17.8	6.9	38.6	8.9	23.8	18.8	18.8	1.0	0.0	1.0	24.8

全体を10%以上上回る

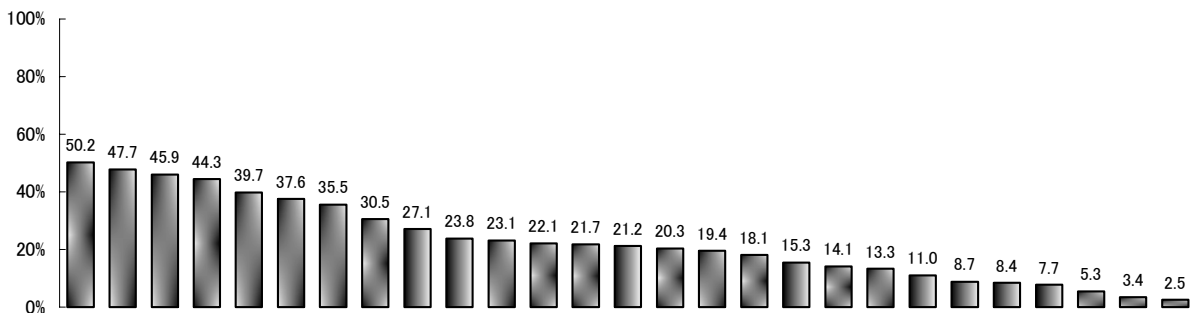
全体を5%以上上回る

※本項の設問: あなたは自分の容姿について、どのような人の目を意識しますか? あてはまるものをいくつでも選んでください。(複数回答)
回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

8. 外見のエージングに対する考え方

●年齢に対する考え方については、「年をとっても見た目は老けたくない」がトップ

- ・20代、30代は全般的にスコアの高い項目が多く、特に20代では「年をとっても見た目は老けたくない」「年を重ねても、若々しい外見を保ちたい」「同年代のなかでは若い方でいたい」「若い頃の体型をできるだけ維持したい」「できるだけ実年齢よりも若く見られたい」といった「外見の若さ」を維持しようとする意識を強く感じられています。これらの項目は年齢が高まるとともにいずれも減少しますが、60代以上では「若い頃の体型をできるだけ維持したい」の他は30%程度の人が「あてはまる」と答えており、外見の若さにこだわる人が相当数いることがうかがわれます。
- ・40代を境に、全般的にスコアの低い項目が多くなりますが、60代以上でも「外見はともかく、考え方はいつまでも若くありたい」「年をとるのは仕方ないが、内面的には輝いていたい」「たとえ容姿は衰えても、若い情熱は失いたくない」といった、内面的な心の若さを意識する人が50代以下の若い層よりも多くなっています。年をとるほどに“気持ちの若さ”を重視する傾向がみられます。



	n=	年をとっても見た目は老けたくない	年を重ねても、若々しい外見を保ちたい	同年代のなかでは若い方でいたい	若い頃の実年齢よりも若く見られたい	内面的には輝いていたい	女性には終わりにしなくなったら、年をとるのは仕方ないが、内面的には輝いていたい	見た目を気にしなくなったら、若い頃の体型をできるだけ維持したい	考え方はいつまでも若くありたい	外見はともかく、年をとるのはいつまでも若くありたい	美しさもあるからこそ出せる年齢を重ねたからこそ出せる	見た目が老けても、若い情熱は失いたくない	たとえ容姿は衰えても、若い情熱は失いたくない	見た目は年相応でも、中身は若くありたい	若作りをするのは痛々しい	ありたい	外見も内面もありのままの自然体で	年相応な年のとりの方をした	若作りはしたくない	心の若さの方が重要だと思う	外見の若さよりも、自分が老いてゆく姿は見たくない	若さを失うのが怖い	若さを保つために様々な施術をするのは無駄だ	年齢のことは考えたくない	いくつになっても、信じておきたい	容姿の衰えを放置する人は、衰えてゆくものだ	若い姿を保てるならば何でもする	老化に抗うのは無駄なことだ	若さを取り戻すためなら、お金は惜しまない	若さなどにこだわるのは無意味だ
女性全体	(1,123)	50.2	47.7	45.9	44.3	39.7	37.6	35.5	30.5	27.1	23.8	23.1	22.1	21.7	21.2	20.3	19.4	18.1	15.3	14.1	13.3	11.0	8.7	8.4	7.7	5.3	3.4	2.5		
(10年代別)																														
20代	(203)	67.5	62.6	62.1	57.1	39.4	48.8	60.6	23.6	34.5	21.2	20.2	25.6	23.6	30.5	25.6	19.7	14.3	26.6	27.6	10.3	15.8	16.3	6.9	14.3	6.4	7.4	3.4		
30代	(206)	55.3	54.4	51.5	49.5	37.4	43.2	44.2	19.4	33.5	20.4	15.0	19.9	22.3	23.3	22.3	16.5	13.6	17.0	16.0	8.7	8.3	10.7	5.3	8.7	2.9	3.4	1.9		
40代	(205)	53.7	48.8	49.8	49.8	34.6	38.5	37.1	18.5	21.0	18.5	16.1	16.6	20.5	14.6	12.7	18.5	11.2	14.1	14.1	13.2	11.2	8.8	5.9	5.9	2.4	1.0	1.5		
50代	(203)	45.3	40.9	41.9	40.9	38.4	29.6	26.1	34.5	19.7	26.1	27.1	22.2	19.2	18.7	19.7	14.3	19.7	12.8	9.9	9.9	11.3	7.9	11.3	6.9	5.9	3.9	2.5		
60代	(205)	38.5	40.0	31.2	31.2	42.9	30.7	19.0	45.4	27.8	28.3	29.8	22.9	24.4	18.5	20.0	26.3	22.4	9.3	4.9	20.0	8.3	2.4	9.3	3.9	5.9	2.4	2.9		
70代(70-74歳)	(101)	31.7	31.7	32.7	30.7	51.5	31.7	16.8	53.5	24.8	32.7	37.6	28.7	18.8	21.8	22.8	22.8	36.6	8.9	9.9	21.8	10.9	4.0	14.9	5.0	11.9	1.0	3.0		

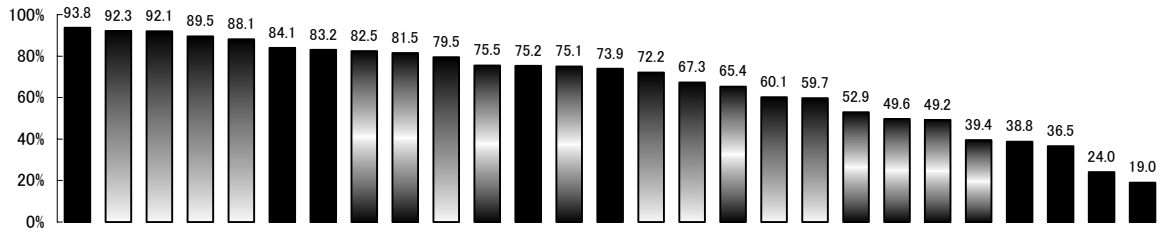
全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問: あなたの年齢に対する考え方についてお聞きします。以下の項目はあなたの考え方への程度あてはまりますか? あてはまる程度を選んでください。(単一回答) 選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。「あてはまる」+「ややあてはまる」の合計数値は、次ページに「補足データ」として掲載。

＜補足データ＞ 外見のエージングに対する考え方の補足データ

(「あてはまる+ややあてはまる」のスコア)



		n=	年をとっても見た目は老けたくない	年をとるのは仕方ないが、内面的には輝いていた	年を重ねても、若々しい外見を保ちたい	同年代のなかでは若い方ではない	できるだけ実年齢よりも若く見られたい	見た目を気にしなくなったら、女性は終わりだ	年齢を重ねたからこそ出せる美しさもある	若い頃の体型をできるだけ維持したい	外見はともかく、考え方はいつまでも若くありたい	見た目は年相応でも、中身は若くありたいと思う	外見も内面もありのままの自然体でありたい	見た目が老けても、心が老けるのは許せない	たとえ容姿は衰えても、若い情熱は失いたくない	外見の若さよりも、心の若さの方が重要だと思う	年相応な年のとり方をしたい	若作りをするのは痛々しい	若作りはしたくない	しよせん、外見や活力は年とともに衰えてゆくものだ	自分が老いてゆく姿は見たくない	若さを失うのが怖い	若さを保つために様々な施術をするのは無駄だ	いくつになつたとか、年齢のことは考えたくない	老化に抗うのは無駄なことだ	容姿の衰えを放置する人は信じられない	若い姿を保てるならば何でもする	若さなどにこだわるのは無意味だ	若さを取り戻すためなら、お金は惜しまない
女性全体		(1,123)	93.8	92.3	92.1	89.5	88.1	84.1	83.2	82.5	81.5	79.5	75.5	75.2	75.1	73.9	72.2	67.3	65.4	60.1	59.7	52.9	49.6	49.2	39.4	38.8	36.5	24.0	19.0
(10年代別)	20代	(203)	97.0	92.6	94.6	91.1	86.2	85.7	84.2	90.6	70.9	74.9	81.8	73.4	67.0	64.0	72.4	64.0	56.7	44.3	65.0	64.5	42.4	49.8	26.6	53.2	49.3	18.7	28.1
	30代	(206)	96.1	90.3	95.1	92.7	91.3	88.3	86.9	90.8	75.2	75.7	82.0	70.4	73.8	70.4	74.3	66.0	65.5	55.3	65.0	61.2	41.7	49.5	36.9	40.3	41.7	23.3	18.0
	40代	(205)	96.1	91.2	95.1	92.2	94.6	84.4	81.0	89.3	76.1	76.1	71.7	74.1	69.3	72.2	72.7	72.7	68.3	61.5	62.9	56.6	43.9	51.2	36.6	36.1	37.1	22.9	16.6
	50代	(203)	94.1	92.1	91.6	91.1	88.7	84.2	80.3	82.8	88.2	83.3	73.4	78.3	79.8	76.8	68.5	65.0	63.5	67.0	58.1	52.2	48.8	50.2	41.4	39.9	34.5	25.6	20.7
	60代	(205)	88.3	94.6	89.3	83.9	82.4	78.5	86.8	67.8	91.2	84.9	71.7	77.6	81.5	80.5	73.7	67.3	70.2	66.8	47.3	36.6	62.0	41.5	50.7	30.2	24.9	24.9	16.1
	70代(70-74歳)	(101)	88.1	93.1	81.2	82.2	82.2	82.2	76.2	64.4	93.1	85.1	69.3	80.2	83.2	85.1	71.3	70.3	70.3	71.3	59.4	39.6	68.3	57.4	49.5	27.7	26.7	33.7	9.9

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問:あなたの年齢に対する考え方についてお聞きします。以下の項目はあなたの考え方どの程度あてはまりますか?あてはまる程度を選んでください。(単一回答)
 選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの低い順にグラフに表記した。

9. 「何歳に感じているか」(実感年齢)

●「自分を何歳に感じているか」は、実際よりも「1～4歳」若いという割合が最も高い・

- ・20代は「実年齢そのまま」「1～4歳若く感じている」、30代は「1～4歳」と「5～9歳」、60代・70代は「5～9歳」という割合が多くなっています。
- ・体型の変化を特に意識する40代から上は、実年齢に対して、平均して概ね5歳若く感じています。「マイナス5歳」というのが、実年齢に対する“実感年齢”の平均的な目安であると考えられます。

凡例		N=	実感年齢						“年 齢 の 平 均 的 な 年 齢 感 じ て い る ”
			実年齢より上	実年齢そのまま	1～4歳 若く感じている	5～9歳 若く感じている	10～14歳 若く感じている	15歳以上 若く感じている	
女性全体		(1,123)	11.3	19.2	34.1	24.9	7.4	3.0	43.4
10 年 代 別 み	20代	(203)	28.6		34.0	34.5		3.0	25.1
	30代	(206)	11.7	25.2	48.5		13.1	0.5	32.8
	40代	(205)	7.3	17.6	36.1	32.7		5.4	40.7
	50代	(203)	8.4	12.8	29.6	31.5		11.3	49.3
	60代	(205)	5.4	9.8	29.3	38.0		12.2	58.7
	70代(70-74歳)	(101)	2.0	12.9	18.8	37.6		21.8	64.8

※本項の設問: あなたは、自分で自分を何歳くらいに感じていますか?【〇〇歳くらい】(数値回答)
上記の質問で得られた回答(「何歳に感じているか」)から「実年齢」を差し引いた数値をカテゴリ化し、グラフに表記した。

10. 「何歳に見て欲しいか」

●他人からは、実際よりも「5～9歳」若く見てほしいという割合が最も高い・

・20代は「1～4歳」、30代は「1～4歳」「5～9歳」、40代・50代・60代は「5～9歳」、70代は「10～14歳」若く見て欲しいという人が多く、年齢が高くなるにつれて“若く見られたい”年齢差が増えていきます。年をとることで、エイジング(加齢)に逆らって、若く見られたいという傾向がかえって強まっていくと考えられます。また、「見て欲しい」年齢の平均は、前項目の「実感年齢」よりもさらに2～3歳若く、外見の若さに対するこだわりの強さもうかがわれます。

凡例		N=	年齢別						“年齢見て欲しい”
			実年齢より上	実年齢そのまま	1～4歳若く見てほしい	5～9歳若く見てほしい	10～14歳若く見てほしい	15歳以上若く見てほしい	
女性全体		(1,123)	1.3	10.1	28.7	38.6	16.3	5.1	40.8
(10年代別)	20代	(203)	6.9	27.1	61.6	4.4			23.4
	30代	(206)	6.3	49.0	43.7	1.0			30.0
	40代	(205)	4.9	14.1	59.0	19.0	2.9		37.3
	50代	(203)	6.4	14.8	46.8	26.6	5.4		46.8
	60代	(205)	0.5	7.3	10.7	42.9	25.9	12.7	55.9
	70代(70-74歳)	(101)	6.9	14.9	29.7	34.7	13.9		62.5

※本項の設問: あなたは、他人には何歳くらいに見てもらいたいと思いますか?【〇〇歳くらい】(数値回答)
上記の質問で得られた回答(「何歳に見て欲しいか」)から「実年齢」を差し引いた数値をカテゴリ化し、グラフに表記した。

11. 「何歳に戻りたいか」

●「何歳に戻りたいか」は、今よりも「5～9歳若い頃」という割合が最も高い

・20代は「1～4歳若い頃」「5～9歳若い頃」、30代は「5～9歳若い頃」「10～14歳若い頃」、と
 いうように、40代までは20歳代以下の年齢に戻りたいという人が過半数です。50代以上になると、
 戻りたい年齢にばらつきが見られるようになり、70代では「40歳以上若い頃」に戻りたい人が
 26.7%と、年齢が高まるとともに、実年齢と、戻りたい年齢の差が大きくなります。一方、「実年齢
 そのまま」で満足している人は20代でも4.4%にとどまり、エイジング(加齢)に対する抵抗感と、
 若くありたいという願望の強さが全世代にわたっていることがうかがわれます。

“年
 齢戻
 りた
 い
 均
 い”

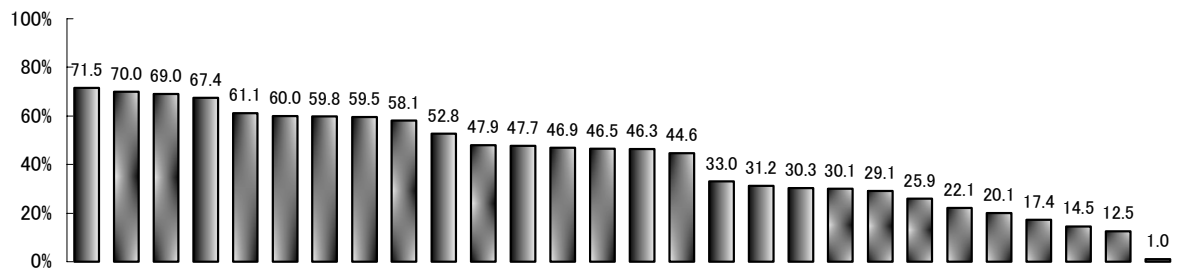
凡例	N=	実年齢 そのまま	1～4歳 若い頃	5～9歳 若い頃	10～14歳 若い頃	15～19歳 若い頃	20～24歳 若い頃	25～29歳 若い頃	30～34歳 若い頃	35～39歳 若い頃	40歳以上 若い頃		
女性全体	(1,123)	2.5	9.1	20.0	17.1	16.6	11.8	7.4	5.7	4.1	5.8	29.9	
(10年代別 み)	20代	(203)	4.4	41.4			46.3				6.4	0.5	19.6
	30代	(206)	3.4	5.8	39.8		28.2		17.5		1.5	0.5	23.7
	40代	(205)	2.4	9.8	24.9		31.7		13.2	9.3	4.4	0.5	27.2
	50代	(203)	1.0	9.4	15.3	16.7	18.7	17.2	9.9	10.3	1.0		32.8
	60代	(205)	1.5	3.4	12.7	19.0	18.5	10.7	8.8	7.3	17.1		39.4
	70代(70-74歳)	(101)	2.0	3.0	12.9	9.9	22.8	4.0	14.9	3.0	26.7		43.7
				1.0									

※本項の設問: 可能ならば、何歳くらいに戻りたいですか?【〇〇歳くらい】(数値回答)
 上記の質問で得られた回答(「何歳に戻りたいか」)から「実年齢」を差し引いた数値をカテゴリ化し、グラフに表記した。

12. 生活価値観

●「年に一度は、国内旅行・海外旅行をしたい」と考える人が最も多い

・20代では「仕事や遊びにも積極的でありたい」「レジャー、趣味など自分の時間を多く持ちたい」というアクティブな考え方が高くなっています。それに対して、「安心して安全な食品を食べるようにしたい」「節水や節電をいつも心がけたい」「ゴミの分別やペットボトルのリサイクルは必ず行うべきだ」など、生活に密着したエコロジーへの行動は、20代が50%台であるのに対して、60代以上では70~80台と関心の高さが目立ちます。また、「いつまでも何かにときめいていたい」が20代で54.7%に対して70代で46.5%、「いつになっても恋心を持ちたい」が20代で49.8%に対して70代で13.9%あり、ロマンティックな心の感性を年齢を超えて保ち続けている人の存在が見えてきます。



世代別	n	生活価値観																											
		年に一度は、国内旅行・海外旅行をしたい	節水や節電をいつも心がけたい	安心して安全な食品を食べるようにしたい	ゴミの分別やペットボトルのリサイクルは必ず行うべきだ	他人と争うことなどできるだけ避けたい	身の丈にあった暮らしをしたい	友人や知人と一緒に食事をするのが好きだ	映画、観劇、コンサートなどが好きだ	レジャー、趣味など自分の時間を多くもちたい	自分自身の生活を何よりも大切にしたい	いつまでも何かにときめいていたい	美術館や博物館などに行きたい	買物の際には、必ずエコバックを持っていくべきだ	仕事や遊びにも積極的でありたい	地球環境を考えた生活を送りたい	食材の産地や鮮度にこだわりたい	生活の中のオンとオフは明確に分けたい	陶芸、絵画、華道、茶道などに関心がある	いくつになっても恋心を持ちたい	自分磨きのための講座やセミナーに参加したい	昔ながらの「素食」中心の食生活を大切にしたい	新たな資格をとるための勉強をしたい	女性は、仕事にやりがいや充実感を求めるべきだと思う	自然に囲まれたスローライフを送りたい	人、社会、地域のために活動したい	地域活動やボランティア活動には積極的に参加したい	結婚や出産をしても、あくまでも自分のキャリアを追求したい	あてはまるものはない
女性全体	(1,123)	71.5	70.0	69.0	67.4	61.1	60.0	59.8	59.5	58.1	52.8	47.9	47.7	46.9	46.5	46.3	44.6	33.0	31.2	30.3	30.1	29.1	25.9	22.1	20.1	17.4	14.5	12.5	1.0
20代	(203)	75.4	57.6	53.7	46.8	57.1	46.3	69.5	60.6	68.0	49.3	54.7	40.9	32.0	61.6	33.5	31.5	40.9	32.0	49.8	35.5	20.7	45.8	34.0	18.7	14.8	12.8	22.7	3.0
30代	(206)	70.9	68.4	70.4	63.1	62.1	56.3	61.7	65.0	61.2	54.9	45.6	46.6	45.1	54.9	41.7	42.2	32.0	29.6	37.4	35.4	25.7	36.9	26.7	23.8	18.4	11.7	21.8	0.5
40代	(205)	69.3	70.2	63.4	69.3	61.0	58.5	62.4	59.5	57.1	54.1	50.2	46.8	39.0	47.8	40.0	36.1	39.5	34.6	35.1	27.8	26.8	30.2	19.0	17.6	15.6	9.3	5.9	0.5
50代	(203)	67.5	74.4	68.5	74.9	59.6	59.6	52.2	63.1	48.8	53.7	44.8	50.7	55.7	39.9	50.2	48.8	31.5	28.6	25.6	29.6	27.1	17.2	17.7	15.3	15.8	11.8	7.4	0.5
60代	(205)	74.6	72.7	80.0	75.6	59.5	69.8	56.6	51.7	56.6	52.7	44.9	50.7	55.1	36.1	57.1	57.1	23.9	30.7	11.7	25.4	37.1	8.8	13.2	22.4	21.0	22.4	6.3	0.5
70代(70-74歳)	(101)	71.3	83.2	87.1	82.2	73.3	79.2	52.5	54.5	55.4	51.5	46.5	53.5	62.4	30.7	64.4	59.4	27.7	31.7	13.9	23.8	45.5	6.9	21.8	25.7	19.8	23.8	8.9	1.0

全体を10%以上上回る

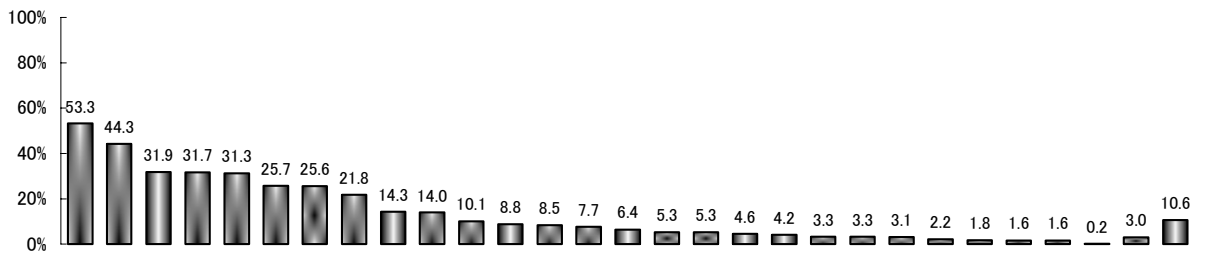
全体を5%以上上回る

※本項の設問：日々の生活の中で、あなたご自身の行動や考え方にあてはまるものを、下記の中からいくつでもお選びください。(複数回答)
回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

13. 健康・美容のための行動

●健康や美容のために、「水分の摂取」「十分な睡眠」を実践している人が多い

- ・20代は「低カロリー食品の選択」「マッサージ」の割合が女性全体の中ではやや高めとなっています。
- ・60代および70代になると、健康の基本的要素である「水分の摂取」「十分な睡眠」が20～30代に比べてもやや高く、「ウォーキング・ジョギング」といった運動に関しては20代～40代の2割台に対して4割台を示し、「スイミング・水中ウォーキング」も高くなっています。年齢を経てエイジングが進んだ世代ほど、健康だけにとどまらず、日々の運動も関心が高く実行している人が多いという結果になりました。
- ・70代では「生活の中での意識的な運動」「低カロリー食品の選択」といった運動・食事に関する項目もやや高めとなっています。



	n=	水分の摂取	十分な睡眠	ストレッチ	ウォーキング・ジョギング	サプリメント・健康食品の摂取	食べ物の量や種類を制限	生活の中での意識的な運動	低カロリー食品の選択	マッサージ	腹筋・スクワットなどのトレーニング	ヨガ・ピラティス	整体・鍼灸	スイミング・水中ウォーキング	スポーツ（ゴルフやテニスなど）	スパ・サウナ・岩盤浴	（家庭内の器具、乗馬マシンなど）を使った運動	エステティックサロン	スチーム美顔器の使用	ダンス・舞踊	エアロビクス	デトックス（からだの中をきれいにする）	ネイルサロン	トレッキング・山登り	美容クリニック	太極拳・気功	審美歯科	加圧トレーニング	その他	特になし
		女性全体	(1,123)	53.3	44.3	31.9	31.7	31.3	25.7	25.6	21.8	14.3	14.0	10.1	8.8	8.5	7.7	6.4	5.3	5.3	4.6	4.2	3.3	3.3	3.1	2.2	1.8	1.6	1.6	0.2
20代	(203)	50.7	41.9	35.5	24.1	26.6	29.6	23.6	27.1	24.1	16.3	9.4	6.9	7.4	6.9	5.9	4.9	6.4	7.4	4.4	1.5	3.9	6.9	1.0	2.5	0.0	2.0	0.0	3.0	14.8
30代	(206)	47.1	44.7	32.0	25.2	32.5	26.2	23.3	17.5	15.5	15.0	15.0	9.7	3.9	7.3	4.4	4.4	4.9	4.9	1.9	2.9	1.9	5.8	1.5	2.4	1.0	3.4	1.0	2.4	10.2
40代	(205)	47.8	38.5	32.2	23.9	32.7	20.0	23.9	16.1	12.7	11.2	11.7	10.2	5.9	6.3	9.3	5.9	9.3	5.9	4.4	3.9	4.4	3.9	1.0	2.4	1.0	2.0	0.0	3.9	13.7
50代	(203)	54.2	38.4	31.5	34.0	32.5	26.1	24.1	20.2	11.8	12.8	7.4	11.3	7.4	10.3	7.4	4.9	3.4	4.4	3.9	3.4	2.5	0.5	3.9	1.5	1.5	0.5	0.0	2.5	7.9
60代	(205)	58.5	50.7	29.3	43.9	32.7	25.4	29.8	23.9	8.8	13.7	8.3	7.8	13.7	7.8	6.8	4.4	4.4	2.4	5.9	4.4	3.9	0.0	2.9	0.5	3.4	0.5	0.0	2.0	7.8
70代(70-74歳)	(101)	69.3	58.4	29.7	46.5	29.7	28.7	32.7	30.7	11.9	15.8	6.9	5.0	16.8	7.9	3.0	9.9	2.0	1.0	5.0	4.0	3.0	0.0	4.0	1.0	4.0	1.0	0.0	5.9	7.9

全体を10%以上上回る

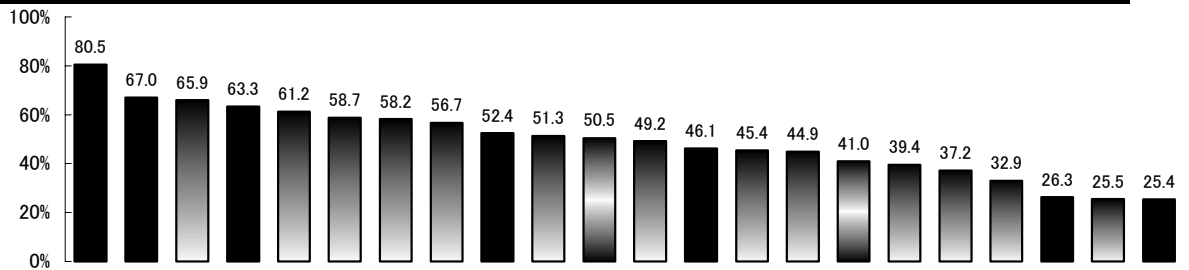
全体を5%以上上回る

※本項の設問：健康や美容のためにあなたが自身が行っていることを下記の中からいくつでもお選びください。（複数回答）
回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

14. 生活習慣

●『「美しさ」と「健康」、両方』よりも、『やっぱり、「健康」が大事』という人が最も多い

- ・20代では「自分を磨くための情報や方法は、どんどん取り入れようとしている」「ボディの肌ケアをしている」といった自己投資に関する項目については、特にスコアが高くなっています。
- ・30代では「早めに寝る生活をしている」という項目がやや高く、睡眠への関心がうかがわれます。
- ・60代以上では「しんどい思いをしてまで、体型維持したいとは思わない」が60～80%台と高くなる反面、「普段の生活の中で歩き方・姿勢を正すようにしている」「質の良い食生活をするようにしている」「普段の生活の中で、運動量を増やすようにしている」「疲れやすくなったので、体力維持のためにできることをしている」が50代以下よりも高く、「あまりゴロゴロ・ゆっくりしていることはない」は20代の19.7%に対して70代は60.4%もあり、高齢になるほどに健康的な生活習慣を心がけ、実行している様子が見えます。



	n=	80.5	67.0	65.9	63.3	61.2	58.7	58.2	56.7	52.4	51.3	50.5	49.2	46.1	45.4	44.9	41.0	39.4	37.2	32.9	26.3	25.5	25.4
女性全体	(1,123)	80.5	67.0	65.9	63.3	61.2	58.7	58.2	56.7	52.4	51.3	50.5	49.2	46.1	45.4	44.9	41.0	39.4	37.2	32.9	26.3	25.5	25.4
20代	(203)	61.1	60.1	54.7	47.8	50.7	47.3	46.3	58.6	52.7	48.8	42.9	42.9	41.4	36.0	55.7	42.4	40.4	19.7	51.2	23.2	30.5	32.5
30代	(206)	74.3	62.6	60.7	64.6	57.3	50.5	54.9	60.7	51.9	48.5	46.1	43.2	41.7	36.4	49.5	37.9	50.5	29.6	41.7	23.8	26.2	31.6
40代	(205)	80.5	72.7	62.9	62.0	58.0	61.5	43.9	52.2	55.1	40.5	53.2	49.3	37.1	41.0	38.5	35.6	35.1	35.1	31.7	28.8	21.0	32.7
50代	(203)	88.7	69.0	67.5	66.0	64.5	57.1	64.5	52.2	47.3	50.7	57.1	53.2	46.8	49.8	46.3	42.4	35.0	37.4	29.6	19.2	20.7	22.2
60代	(205)	91.7	70.7	75.6	71.7	69.3	66.3	72.2	61.5	52.2	61.5	56.1	58.0	54.1	53.2	38.0	41.0	39.5	52.7	17.6	38.5	22.9	15.1
70代(70-74歳)	(101)	93.1	66.3	82.2	72.3	73.3	80.2	77.2	53.5	58.4	64.4	44.6	48.5	65.3	67.3	37.6	52.5	32.7	60.4	18.8	21.8	37.6	10.9

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

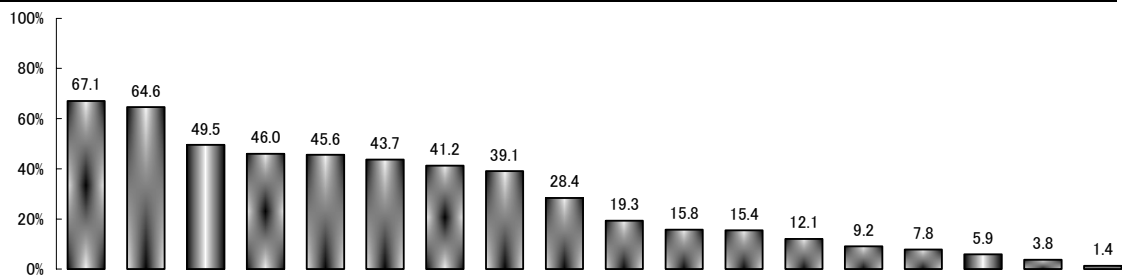
※本項の設問：以下の項目は、あなたの今までの生活習慣にどの程度あてはまりますか。あてはまる程度を選んで下さい。（単一回答）

選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの低い順にグラフに表記した。

15. 被服(アウターウェア)に対する考え方

● 装いについては、「できるだけ動きやすい服装を選んでいる」がトップ・

・女性全体をみて、「流行よりも自分の好みを優先する」が全世代で60～70%台あるのに対して、「周囲の人たちから好感を持たれる服装を心がけている」が30～40%台、「仲間内では一番個性的でいたいと思う」や「流行のファッションを常に身に着けていたい」は10%台以下となり、ファッションは他者に自己主張するよりは、自分自身の価値観を大切にするという傾向がみられます。また、「できるだけ動きやすい服装を選んでいる」「着心地のよさを最優先した服装をしている」「着ていて楽な服を選んでいる」といった機能性関連の項目は、年齢が高まるにしたがって増加し、50代以上は過半数を示しています。その反面、「ファッションは自己表現の一つだと思う」意識が全世代でおよそ4～5割を保ち、「家にいるときでもおしゃれには気を配っている」が50代までは10%以下ながら、60代で19%、70代で24.8%と増加することは、自分自身の楽しみとして、あるいは身だしなみとして、おしゃれへの関心が加齢によって衰えるものではないことがうかがわれます。



		n=	できるだけ動きやすい服装を選んでいる	流行よりも自分の好みを優先する	気をつけるべきだ	ファッションは自己表現の一つだと思う	着心地のよさを最優先した服装をしている	着ていて楽な服を選んでいる	周囲の人たちから好感をもたれる服装を心がけている	選んだり着たりするのが楽な服装を選んでいる	脱いだり着たりするのが楽な服装を思う	女性は常に女性らしい服装をする方がよい	選ぶことが多い	ファッションの流行には敏感である	家にいるときでもおしゃれには気を配っている	我慢できる	仲間内では一番個性的でいたいと思う	身につけていたい	流行のファッションを常に選んでいる	ブランドを優先して服や靴・バッグを	あてはまるものはない
女性全体		(1,123)	67.1	64.6	49.5	46.0	45.6	43.7	41.2	39.1	28.4	19.3	15.8	15.4	12.1	9.2	7.8	5.9	3.8	1.4	
(10年 歳代別 み)	20代	(203)	51.7	67.5	55.7	58.6	26.6	31.0	40.4	28.1	36.5	32.0	20.2	28.6	9.4	23.6	10.8	10.3	8.4	2.5	
	30代	(206)	68.9	62.6	49.5	45.1	40.8	38.3	33.0	36.4	27.7	19.4	21.8	17.5	8.3	9.7	6.3	10.7	5.3	1.5	
	40代	(205)	66.3	64.9	54.6	40.5	38.5	41.5	42.9	37.1	20.0	13.7	18.5	11.2	7.8	5.4	3.4	5.4	3.4	0.0	
	50代	(203)	74.4	60.1	45.3	39.9	52.2	47.8	45.3	39.9	23.6	8.9	12.8	10.8	9.9	6.9	6.4	1.5	1.5	0.5	
	60代	(205)	71.7	62.4	44.4	45.9	62.0	53.2	42.4	49.3	29.8	18.5	9.8	12.7	19.0	2.9	10.2	3.4	2.0	2.0	
70代(70-74歳)		(101)	71.3	75.2	45.5	46.5	61.4	57.4	45.5	48.5	37.6	27.7	6.9	7.9	24.8	4.0	11.9	2.0	1.0	3.0	

■ 全体を10%以上上回る

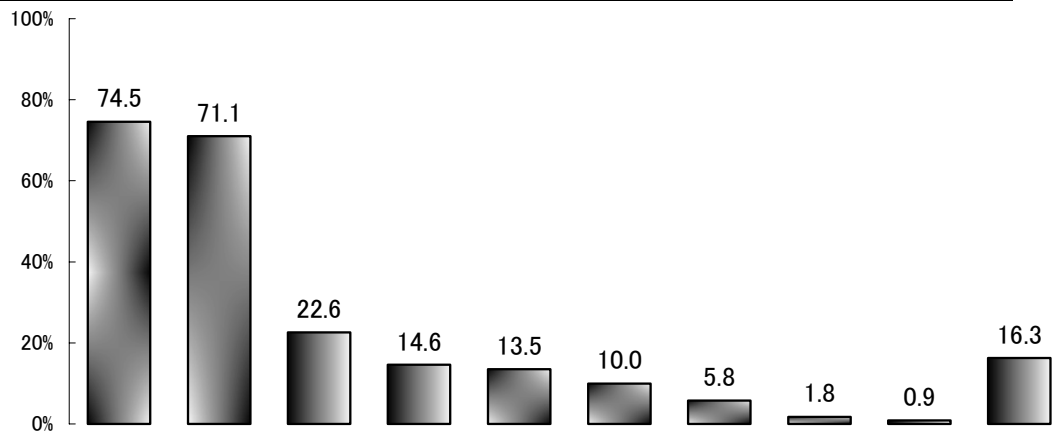
■ 全体を5%以上上回る

※本項の設問: あなたの装いに関する考え方についてお聞きします。以下の項目はあなたの考え方にあてはまりますか? あてはまるものをいくつでも選んでください。(複数回答) 回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

16. 「お気に入りの下着」の有無とその品種

●お気に入りの下着としては、7割強が「ブラジャー」と「ショーツ」をあげる

- ・全体で「お気に入りの下着がない」のは16.3%であることから、残り83.7%の人が「お気に入りの下着がある」こととなります。
- ・20代・30代のいずれも「ブラジャー」「ショーツ」をお気に入りとする割合が高く、8割台前後の高いスコアとなっています。逆に50代を過ぎると、全アイテムの中では「ブラジャー」「ショーツ」の割合が突出して高いものの、スコアとしては6割台にとどまり、20代、30代と比較すると低めとなっています。
- ・その他、年代別の特徴としては、60代で「ガードル」が、70代では「肌着シャツ」「ボディースーツ」がそれぞれ特に高いスコアとなっています。



		n=	ブラジャー	ショーツ	キャミソール	ガードル	肌着シャツ	スリッパ	ボディースーツ	ガーターベルト	その他	「お気に入りの下着」はない
女性全体		(1,123)	74.5	71.1	22.6	14.6	13.5	10.0	5.8	1.8	0.9	16.3
10年代刻み	20代	(203)	92.6	88.2	20.2	3.4	5.4	5.4	0.5	2.5	0.0	5.4
	30代	(206)	85.0	80.6	24.8	8.3	4.4	6.8	2.4	2.4	1.0	10.2
	40代	(205)	69.8	68.8	21.0	12.7	9.3	11.2	3.4	2.4	2.4	20.0
	50代	(203)	64.0	60.6	28.6	17.7	15.3	9.4	6.9	1.5	0.0	23.2
	60代	(205)	66.3	60.0	22.0	28.8	22.9	15.1	10.7	1.0	1.0	21.5
	70代(70-74歳)	(101)	64.4	65.3	15.8	18.8	34.7	13.9	15.8	0.0	1.0	18.8

全体を10%以上上回る

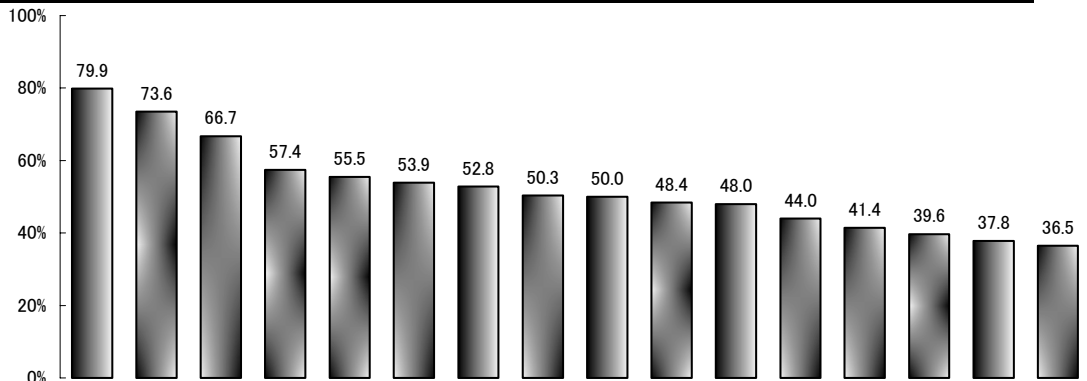
全体を5%以上上回る

※本項の設問: あなたにとって「お気に入りの下着」とは、以下のどのようなアイテムが含まれますか? あてはまるものをいくつでも選んでください。(複数回答)
回答のあったパーセンテージを、スコアの低い順にグラフに表記した。

17. 「お気に入りの下着」の心理的効果

●「お気に入りの下着」の着用で、「見えなくても、おしゃれをしている気がする」人が8割

- ・20代、および30代は「女っぷりを上げてくれる」「好きな異性に下着姿をほめられるとうれしい」「気合が入る」「恋愛気分を盛り上げてくれる」など女性全体と比較して異性を意識した項目を中心にスコアの高い項目が多くなっています。
- ・50代以上になると「安心感にひたれる」「ほっとする」「リラックスできる」など精神的な安堵感を醸成する項目が高くなっている点が特徴として見受けられます。



下着の心理的効果 A: 気合い B: アピール C: 安心感	n=	効果																
		見えなくても、 おしゃれをしている気がする	安心感にひたれる	ココロが引き締まる	女っぷりを上げてくれる	気合が入る	やる気を起こしてくれる	いつもより輝いてみえる	ほっとする	好きな異性に下着姿をほめられるとうれしい	リラックスできる	ココロが癒される	恋愛気分を盛り上げてくれる	パートナー・恋人の前で下着になるのは恥ずかしくない	パートナー・恋人が喜んでくれる	異性にセクシーさをアピールできる	私を守ってくれる	
女性全体	(1,123)	79.9	73.6	66.7	57.4	55.5	53.9	52.8	50.3	50.0	48.4	48.0	44.0	41.4	39.6	37.8	36.5	
(10年代刻別み)	20代	(203)	82.8	60.1	71.4	79.8	75.9	70.0	62.6	37.4	79.3	32.0	43.8	73.9	56.2	70.4	63.5	30.5
	30代	(206)	84.0	66.5	66.5	75.7	67.0	61.2	61.2	41.3	75.2	35.9	46.1	65.0	53.4	55.8	59.7	34.5
	40代	(205)	77.6	70.7	62.4	56.1	52.2	49.8	48.3	45.4	52.7	51.7	50.2	45.9	41.5	36.6	34.6	33.2
	50代	(203)	82.3	82.3	69.0	48.8	48.8	50.7	51.7	57.1	35.5	53.7	52.2	33.0	33.5	31.0	27.6	43.8
	60代	(205)	76.1	83.9	66.8	36.1	42.0	44.9	46.3	64.9	19.5	63.9	48.3	17.1	28.3	15.6	17.1	39.0
	70代(70-74歳)	(101)	73.3	82.2	61.4	38.6	38.6	39.6	40.6	61.4	24.8	58.4	46.5	13.9	29.7	16.8	10.9	39.6

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問:「お気に入りの下着」を着用したとしたら、どんな気分や態度になると思いますか?あてはまる程度を選んでください。

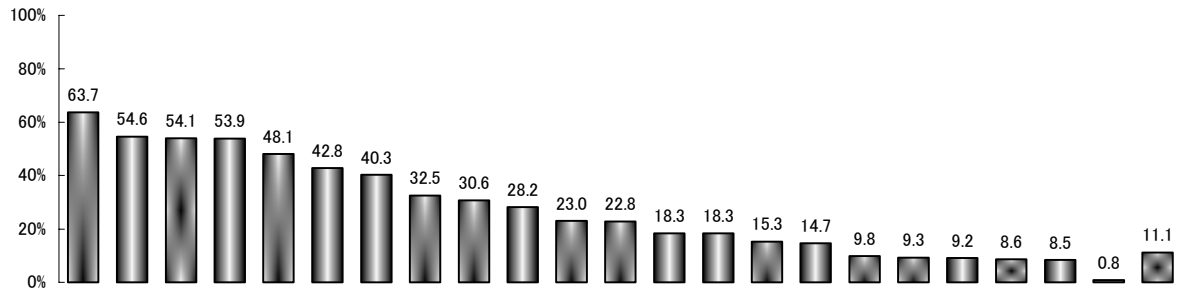
※Q20で「お気に入りの下着はない」を選んだ方は、あなたにとっての理想の下着(=お気に入りの下着)を思い浮かべて、質問にお答えください。(単一回答)

選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

18. 「お気に入りの下着」の着用場面

●「お気に入りの下着」を着用したいのは、「友人と旅行に行くとき」がトップ

- ・20代、および30代では「恋人やパートナーとデートするとき」「恋人、パートナーと旅行に行くとき」「誕生日や記念日、クリスマスなどの特別なとき」といった異性とのイベントに関する状況下で、特にお気に入りの下着をつけたいと思う傾向がうかがえます。
- ・50代は「健康診断などで病院に行くとき」「コンサートやディナーショーへ行くとき」など他人に下着をみられる可能性がある場合やディナーショーなど自分にとって特別なシチュエーションでつけたいという傾向がやや見受けられます。
- ・60代・70代は「健康診断などで病院に行くとき」という他人に下着をみられる可能性がある場合が特に高く、加えて70代では、「大勢の前でスピーチやプレゼンをするとき」など人前に立つシチュエーションでもスコアが高くなっています。



		n=	友人と旅行に行くとき	恋人やパートナーとデートするとき	恋人、パートナーと旅行に行くとき	結婚式に出席するとき	華やかなパーティーに出席するとき	同窓会などで久しぶりの友人に会うとき	格式の高いレストランで食事をするとき	特別なとき	誕生日や記念日、クリスマスなどの特別なとき	健康診断などで病院に行くとき	コンサートやディナーショーへ行くとき	大勢の前でスピーチやプレゼンをするとき	大切な試験や面接を受けるとき	TVに出演するとき	スポーツクラブやエステ、スパに行くとき	落ち込んだ気分から立ち直りたいとき	高級ブランド店に買い物に行くとき	臨むとき	仕事や地域活動などで重要な交渉に臨むとき	ツイていない出来事が続いたとき	務めるとき	自分がお客様を招く役(側)を	ストレスから解放されたいとき	行くとき	父母会や習い事など人が集まる場に行くとき	その他	思(お気に入りの下着)をつけない	
女性全体		(1,123)	63.7	54.6	54.1	53.9	48.1	42.8	40.3	32.5	30.6	28.2	23.0	22.8	18.3	18.3	15.3	14.7	9.8	9.3	9.2	8.6	8.5	0.8	11.1					
(10年代刻別)	20代	(203)	71.4	82.3	75.4	57.1	52.7	39.9	44.3	53.7	15.3	24.6	15.8	21.2	23.2	18.4	19.7	12.8	11.3	7.4	11.3	6.4	5.9	3.4	0.0	5.9				
	30代	(206)	63.6	71.4	69.4	53.9	46.6	39.3	45.6	42.7	23.8	26.2	18.0	16.5	18.4	17.0	13.1	11.7	5.8	10.2	4.9	8.3	5.3	0.5	7.8					
	40代	(205)	57.6	54.1	55.1	44.4	44.9	38.0	30.2	27.3	30.7	21.5	15.6	21.5	15.1	20.0	9.8	13.2	9.3	8.3	8.8	5.4	5.4	1.5	12.7					
	50代	(203)	62.6	46.8	49.3	53.2	51.2	44.3	44.8	23.2	36.5	34.0	28.1	27.1	22.7	20.7	16.3	22.2	10.8	8.4	8.4	12.8	13.3	0.0	11.8					
	60代	(205)	64.4	27.8	32.2	60.5	45.9	49.3	37.6	18.0	41.5	32.7	27.8	22.9	14.6	16.6	18.0	14.6	11.2	6.3	12.7	7.8	11.7	1.5	15.1					
	70代(70-74歳)	(101)	61.4	35.6	31.7	54.5	46.5	49.5	38.6	27.7	41.6	32.7	42.6	32.7	13.9	13.9	28.7	15.8	18.8	12.9	18.8	14.9	14.9	2.0	15.8					

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問: もし、あなたが以下のような状況におかれたとしたら、「お気に入りの下着」をつけたいと思いますか? あてはまるものをいくつでも選んでください。

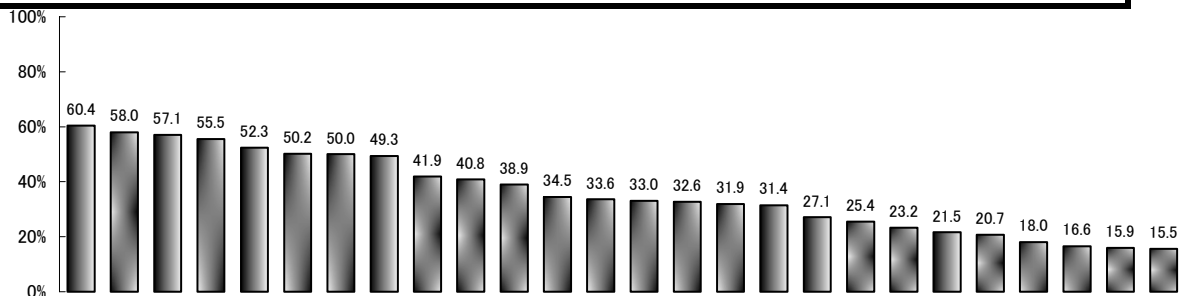
※Q20で「お気に入りの下着はない」を選んだ方は、あなたにとっての理想の下着(=お気に入りの下着)を思い浮かべて、質問にお答えください。(単一回答)

選択肢「あてはまる」「ややあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」から、「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

19. 下着の選び方

●下着を選ぶ条件としては、「体を、無理なく包むような下着を選んでいる」が最も高い

- ・20代は「ガードルは着用したことがない」は50代以上が20%台であるのに対して20代は61.1%と、体型補整機能の高い下着になじみが少ないことを示しています。また、「下着は機能性よりもデザインで選んでいる」「下着は機能性よりも値段で選んでいる」「下着は着ている気分が嬉しくなるものを選んでいる」が20代では50%前後あるものの、年齢が高まるにつれて減少する傾向にあり、機能よりも見た目や値段の影響が若い世代ほど大きいと考えられます。
- ・60代以上では「長時間着けても苦しくならないガードルを選ぶ」「着けていても苦しくなく、かつ自分の体を補整してくれる下着を選んでいる」「自分の年齢に合った下着をつけるようにしている」といった項目が高く、楽な着け心地を求めながらも、体型補整機能との兼ね合いを考慮し、年齢とのマッチングを意識して選んでいる様子がうかがえます。
- ・その一方、「下着は試着して買う」「下着は販売員に相談して買う」「自分に合った下着を選ぶため、身体のサイズを売場で測っている」はどの年代でも30%台以下にとどまり、自分の体型をあらかじめ正確に把握して下着を選んでいる人は限られています。



	n=	体を、無理なく包むような下着を選んでいる	着続けて楽になった下着を好んで着用している	持っている下着が自分の身体に合わなくなったら着用をやめている	着け心地が楽なブラジャーを選んでいる	長時間着けても苦しくならないガードルを選ぶ	補整してくれる下着を選んでいる	きちんとブラジャーをつけることが多い	休日に自宅でくつろぐ時も、自分の年齢に合った下着をつけるようにしている	いつも着たい同じメーカーやブランドの下着を着用している	ガードルを着用しなくなった	以前は着用していたが、ガードルを着用しなくなった	選んでいる下着は着ていて気分が嬉しくなるものを選んでいる	自分の体型をより美しく補整してくれる下着を選んでいる	ガードルは着用したことがない	下着（見えないところ）までおしゃれをしている	休みの日や外出しないときはブラジャーをつけない	柔らかなつけ心地のブラジャーを選ぶ	ノンワイヤー（ワイヤーなし）や柔らかなつけ心地のブラジャーを選ぶ	下着は機能性よりも値段で選んでいる	補整感があつた方が安心する	下着は試着して買う	体型のコンプレックスは下着でカバーしている	自分に合った下着を選ぶため、身体のサイズを自分で測っている	下着は機能性よりもデザインで選んでいる	自分のサイズを売場で測ってもらう	多い時、きちんとブラジャーをつけて眠ることが多い	眠る時も、きちんとブラジャーをつけて眠ることが多い	スポーツをするときはスポーツ用ブラジャーに替えている	下着は販売員に相談して買う	
女性全体	(1,123)	60.4	58.0	57.1	55.5	52.3	50.2	50.0	49.3	41.9	40.8	38.9	34.5	33.6	33.0	32.6	31.9	31.4	27.1	25.4	23.2	21.5	20.7	18.0	16.6	15.9	15.5				
(10年 歳代別)	20代	(203)	49.3	49.3	53.2	46.3	31.5	39.4	41.9	44.3	45.3	16.3	49.8	32.0	61.1	37.4	46.3	19.7	48.8	27.1	36.5	22.2	18.2	50.2	24.1	21.7	11.3	22.7			
	30代	(206)	55.8	56.3	54.9	54.4	47.6	47.6	40.3	44.7	36.4	39.8	43.2	34.5	32.5	34.5	35.4	22.8	37.9	26.2	30.6	17.0	20.9	24.3	24.8	15.5	20.4	19.4			
	40代	(205)	60.5	55.1	51.2	50.7	52.2	42.9	49.8	41.5	37.1	43.9	30.2	27.8	30.7	19.0	30.7	24.9	31.7	20.0	20.0	19.0	17.1	15.1	11.2	17.6	14.6	7.3			
	50代	(203)	61.1	56.7	59.1	56.2	56.7	47.3	58.6	45.3	37.4	50.2	29.6	33.0	24.6	26.1	28.6	33.0	26.1	28.6	21.2	27.1	20.2	10.3	13.3	18.7	13.8	13.3			
	60代	(205)	71.2	67.8	65.9	67.3	66.3	65.9	58.5	64.9	54.1	49.3	40.5	40.0	21.5	38.5	23.9	45.4	20.5	28.8	21.0	27.3	27.8	9.8	15.6	12.2	15.1	13.2			
	70代(70-74歳)	(101)	68.3	67.3	59.4	60.4	66.3	66.3	51.5	61.4	39.6	49.5	41.6	44.6	28.7	52.5	28.7	59.4	15.8	36.6	20.8	30.7	28.7	7.9	19.8	10.9	24.8	18.8			

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

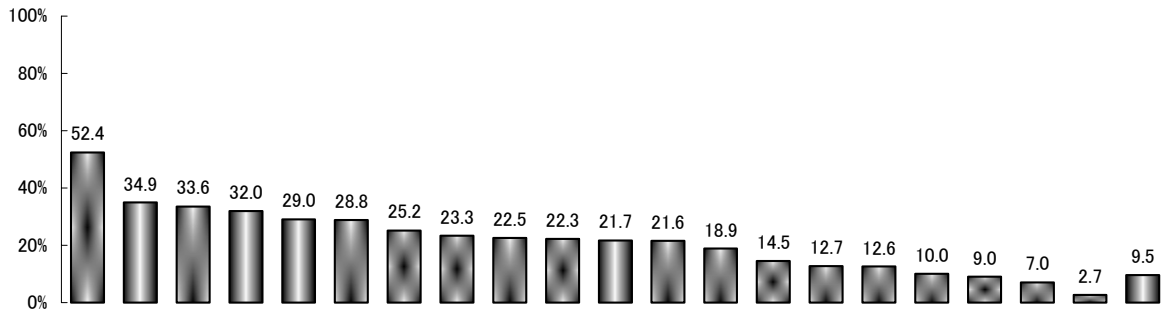
※本項の設問：以下の項目は今までのあなたにどの程度あてはまりますか？あてはまる程度を選んでください。（単一回答）

選択肢「常にそうしてきた」「大体そうしてきた」「時々そうしてきた」「そうしてこなかった」から、「常にそうしてきた」「大体そうしてきた」と回答したパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

20. ブラジャーに対する不満

●ブラジャーへの不満は、「肩ヒモが気になる」が5割と最も高い

- ・20代、30代は、共通して「服に比べて、値段が高い」「動いている間にずれてくる」「ワイヤーが気になる」「洗濯による型くずれが大きい」といった点にやや不満を持っているようです。
- ・50代は「自分にピッタリのサイズのブラジャーが見つからない」「カップの形が合わない」「締めつけなどのつけごちがきつい」「フィットするものがない」という独自の不満がやや高い傾向を見せています。他の年代に比べて「お気に入りの下着」でブラジャーを選ばなかったり、「無い」と答える人がわずかながら多かったことに関係しているかもしれません。
- ・60代以上になると、20代、30代が主に感じているような「値段」「動いている間のずれ」「ワイヤー」「洗濯による型くずれ」に関する不満は低めとなっています。



		n=	肩ヒモが気になる	自分にピッタリのサイズが見つからない	服に比べて、値段が高い	カップの形が合わない	動いている間にずれてくる	ワイヤーが気になる	フィットするものがない	望み通りのバストの形にならない	締めつけなどのつけごちがきつい	洗濯による型くずれが大きい	脇や背中にブラジャーがくい込み、段ができる	自分が入ったデザインでも自分にぴったりのサイズがない	デザインで選ぶとつけ心地が悪い	好みのつけごちのものがない	気に入ったものを再購入できない(探せない、販売終了など)	デザインのパリエーションが少ない	カラーパリエーションが少ない	補整力が足りない	肌触りが悪い	その他	特にない
女性全体		(1,123)	52.4	34.9	33.6	32.0	29.0	28.8	25.2	23.3	22.5	22.3	21.7	21.6	18.9	14.5	12.7	12.6	10.0	9.0	7.0	2.7	9.5
(10年代刻別)	20代	(203)	50.2	31.5	40.4	35.0	37.9	37.4	21.7	27.6	22.2	30.0	23.2	28.1	18.7	14.8	7.9	21.2	13.3	8.9	5.9	0.5	7.4
	30代	(206)	56.8	35.0	40.3	29.1	36.9	37.9	25.7	27.7	21.8	35.0	24.3	20.4	20.4	15.5	13.6	15.5	13.1	8.7	6.8	1.9	2.4
	40代	(205)	49.3	34.1	36.6	28.8	28.8	31.2	23.9	22.4	21.0	21.5	22.9	21.0	21.0	12.2	11.7	12.7	10.2	11.2	4.9	4.9	8.3
	50代	(203)	53.7	42.9	29.1	37.4	23.6	25.6	28.6	20.2	28.6	18.7	22.7	19.2	19.7	16.7	15.8	11.8	9.4	8.4	9.4	2.0	9.9
	60代	(205)	51.7	35.6	24.9	31.2	22.0	19.0	24.9	21.0	17.6	11.7	22.4	21.5	14.6	12.7	13.7	5.9	7.3	7.3	5.4	3.4	11.7
	70代(70-74歳)	(101)	52.5	25.7	26.7	28.7	20.8	13.9	27.7	18.8	25.7	10.9	7.9	17.8	18.8	15.8	14.9	4.0	3.0	9.9	12.9	4.0	25.7

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問:あなたのブラジャーに対する不満についてお聞きします。あてはまるものをすべて選んでください。(複数回答)
回答のあったパーセンテージを、スコアの高い順にグラフに表記した。

21. 体型補整下着の着用頻度

●<ワイヤー入りブラジャー>を「ほぼ毎日」つけるのは、約半数

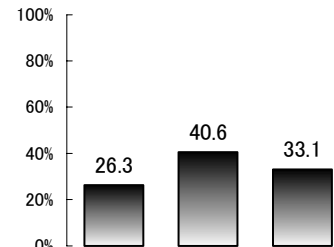
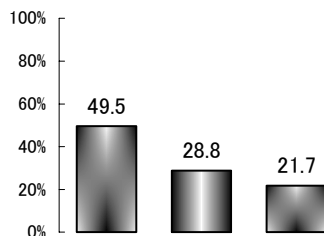
・20代は「ほぼ毎日つける」が77.3%あり、年齢が高まるとともに減少。とはいえ60代で26.8%、70代でも7.9%がつけています。

●<ワイヤーなしブラジャー>を「ほぼ毎日」つけるのは、約4人に1人

・20代は「ほぼ毎日つける」が1割、30代～50代でも2割台と着用頻度はあまり高くないものの、60代および70代になると、「ほぼ毎日つける」割合は4割前後と高くなります。

【ワイヤー入りブラジャー】

【ワイヤーなしブラジャー】



		n=	ほぼ毎日つける	時々つける	つけることがない
女性全体		(1,123)	49.5	28.8	21.7
(10年代刻別み)	20代	(203)	77.3	19.2	3.4
	30代	(206)	65.5	26.2	8.3
	40代	(205)	53.2	30.2	16.6
	50代	(203)	45.3	28.6	26.1
	60代	(205)	26.8	36.6	36.6
	70代(70-74歳)	(101)	7.9	34.7	57.4

		n=	ほぼ毎日つける	時々つける	つけることがない
女性全体		(1,123)	26.3	40.6	33.1
(10年代刻別み)	20代	(203)	10.3	44.8	44.8
	30代	(206)	21.8	35.4	42.7
	40代	(205)	24.9	41.5	33.7
	50代	(203)	26.6	42.4	31.0
	60代	(205)	39.0	39.0	22.0
	70代(70-74歳)	(101)	43.6	40.6	15.8

全体を10%以上上回る

全体を5%以上上回る

※本項の設問:以下のそれぞれの下着について、現在の着用頻度をお聞きます。以下の項目について、あてはまる程度を選んでください。(単一回答) 回答したパーセンテージを、選択肢順にグラフに表記した。

●<ガードル>を「ほぼ毎日」「時々」つけるのは、約半数

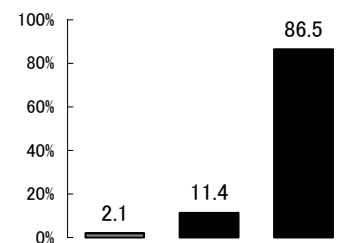
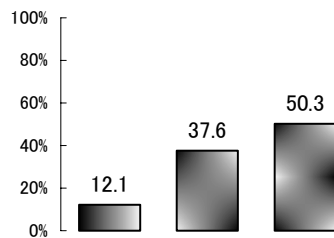
・20代では3割、30代、40代では5割、50歳以上では6割の人が、体型補整にガードルを活用しています。

●<ボディースーツ>を「ほぼ毎日」「時々」つけるのは、約1割

・20代から50代では2割未満ですが、60代、70代では2割以上の方が、体型補整にボディースーツを活用しています。

【ガードル】

【ボディースーツ】



		n=	ほぼ毎日つける	時々つける	つけることがない
女性全体		(1,123)	12.1	37.6	50.3
(10年代刻別み)	20代	(203)	4.4	26.1	69.5
	30代	(206)	5.8	40.3	53.9
	40代	(205)	10.7	40.0	49.3
	50代	(203)	14.8	39.9	45.3
	60代	(205)	20.5	39.0	40.5
	70代(70-74歳)	(101)	20.8	42.6	36.6

		n=	ほぼ毎日つける	時々つける	つけることがない
女性全体		(1,123)	2.1	11.4	86.5
(10年代刻別み)	20代	(203)	1.0	5.9	93.1
	30代	(206)	0.0	7.8	92.2
	40代	(205)	2.0	8.3	89.8
	50代	(203)	2.5	13.3	84.2
	60代	(205)	4.9	16.6	78.5
	70代(70-74歳)	(101)	3.0	21.8	75.2

■ 全体を10%以上上回る ■ 全体を5%以上上回る

※本項の設問:以下のそれぞれの下着について、現在の着用頻度をお聞きます。以下の項目について、あてはまる程度を選んでください。(単一回答) 回答したパーセンテージを、選択肢順にグラフに表記した。

4. 実感年齢「マイナス5歳」にみる、エイジング等に対する考え方や行動の違い

●40～60代の実感年齢は平均して「マイナス5歳」

加齢とともに、さまざまな身体の変化が気になってくるものですが、特に40代から、身体の変化を実感する人が顕著に増加する傾向にあり、女性にとって大きな関心事となってくるのがうかがわれます。ここでは40代から60代の年齢層に着目して、自分の身体や生活行動と「若さ」の意識の関係を考察します。

「若さ」の意識を考える上で、自分の実年齢に対して「何歳に感じているか」を尋ね、感覚的に実感している自分の年齢(実感年齢)を割り出しました。その結果、40～60代の女性の「実感年齢」は、実年齢に対して平均マイナス4.8歳となりました。そこで「マイナス5歳」を境に、「より若く感じている人(実感年齢若い群)」と、その逆に、「より高齢に感じている人(実感年齢高い群)」に分け、それぞれの意識や行動の違いを(1)～(5)に比較してみました。

何歳に感じているか(実感年齢)

年齢層	サンプル数	“感じている” 年齢(実感年齢) の平均	感じる年齢 (実感年齢) - 実際の年齢
20代	(203)	25.1	0
30代	(206)	32.8	-1.7
40代	(205)	40.7	-3.8
50代	(203)	49.3	-5
60代	(205)	58.7	-5.6
70代(70-74歳)	(101)	64.8	-6.5

平均マイナス
4.8歳

《参考》何歳に見て欲しいか

年齢層	“見て欲しい” 年齢の平均	見て欲しい年齢 - 実際の年齢
20代	23.4	-1.6
30代	30.0	-4.4
40代	37.3	-7
50代	46.8	-7.8
60代	55.9	-8.3
70代(70-74歳)	62.5	-9.5

(「9 何歳に感じているか(実感年齢)」「10 何歳に見て欲しいか」より)

《参考》「他人に何歳に見て欲しいか」をみると、自分が「感じている」年齢よりもさらに若く見られたいと思っ
ていることがわかりました。自分で自分の年齢をどう感じるかということ以上に、他人には若いと思われ
たいという気持ちが表れていて、「若さ」という属性が、女性にとって重要な社会的価値になっていることが
うかがえます。

(1) 身体に対する考え方

実感年齢が「マイナス5歳よりも若い群」は、「実感年齢が高い群」に比べ、身体の変化を意識する
人が少ないという結果になりました。特に、「バストの張りがなくなってきた」「バストが垂れてきた」
「ヒップが垂れてきた」「肌が乾燥しやすくなった」の項目では40～60代を通じて両群の差が10%程度
開いています。「姿勢が悪くなってきた」も、50代、60代で差が認められます。

実感年齢	年齢層	サンプル数	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
			出下 て腹 きたが	太ウ くエ なス つて が きた	崩バ れラ 体 て 全 ス 体 た がの	垂ヒ れツ プ て き が た	なバ く ス ト な つ の て 張 き り た が	垂バ れ ス ト て き が た	く肌 な つ 乾 燥 し や す	悪 く 勢 な が つ て き た
“ 若い” 群	40代	(80)	71.3	62.5	60.0	52.5	48.8	47.5	32.5	28.8
	50代	(100)	64.0	60.0	61.0	55.0	60.0	51.0	32.0	34.0
	60代	(114)	68.4	60.5	56.1	52.6	64.9	58.8	28.1	34.2
“ 高い” 群	40代	(125)	80.8	64.0	72.8	66.4	54.4	52.0	52.0	32.8
	50代	(103)	71.8	63.1	63.1	66.0	73.8	65.0	46.6	52.4
	60代	(91)	71.4	63.7	59.3	58.2	72.5	71.4	37.4	45.1

(「5 身体変化意識」より。「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージ)

▲=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を下回る。
= 一方の群の同年齢層と比較して、10%以上高い。

(2)若さに対するこだわり

実感年齢が「マイナス5歳よりも若い群」は、下記の項目において、「実感年齢が高い群」に比較して、「あてはまる」と答えた人が多という結果になりました。「同年代の中では若い方ではない」「できるだけ実年齢よりも若くみられたい」の項目では40～60代のいずれにおいても10%以上の差が開いており、若く見られることに価値を置いています。さらに、見た目や体型といった「外見」を若く保ちたいという意識も高いと考えられます。

実感年齢	年齢層	サンプル数	老をとくたくない	外見を重んじて、若々しい	同年代のなかでは若い方ではない	できるだけ実年齢よりも若く見られたい	見た目を気にしなくなり、女性に変わって	若い頃の体型を維持したい	たとえ容姿は衰えても、若い頃のような容姿を失いたくない
			▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
“若い” 実感年齢 群	40代	(80)	61.3	56.3	58.8	56.3	40.0	38.8	20.0
	50代	(100)	54.0	47.0	48.0	47.0	38.0	34.0	28.0
	60代	(114)	38.6	43.9	36.8	36.0	35.1	23.7	32.5
“高い” 実感年齢 群	40代	(125)	48.8	44.0	44.0	45.6	37.6	36.0	13.6
	50代	(103)	36.9	35.0	35.9	35.0	21.4	18.4	26.2
	60代	(91)	38.5	35.2	24.2	25.3	25.3	13.2	26.4

(「8 外見のエージングに対する意識」より。この項のみ「あてはまる」と回答したパーセンテージ)

▼=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を上回る。
 ▲ = 一方の群の同年代層と比較して、10%以上高い。

(3)生活習慣

実感年齢が「マイナス5歳よりも若い群」は、「実感年齢が高い群」に比べて、「自分自身の生活を何よりも大切にしたい」「自分を磨くための情報や方法は、どんどん取り入れようとしている」など、主体的で積極的な生活を志向する傾向が認められます。とりわけ40代では「人よりも動き(動作・歩行など)が速いほうだ」の項目があてはまる人が、実感年齢の高い群より20%程度多く、日常的な運動力の自信の高さが示されています。また70代では、「質の良い食生活をするようにしている」で13%の開きが出ていて、食生活への関心度も高いと考えられます。これに対して、「実感年齢が高い群」では、「身の丈に合った暮らしをしたい」と現状を受容しつつ、「歩いていくよりも車やタクシーで移動することが多い」と、運動を避ける傾向がみられます。

実感年齢	年齢層	サンプル数	身の丈に合った暮らしをしたい	自分よりも自身の生活を大切にしたい	積極的・遊ばず、仕事や遊びに忙しない	新しい型を維持したいとは思わない	質の良い食生活をするようにしている	人よりも動きが速いほうだ(動作・歩行など)	自分自身を磨くための情報や方法を積極的に取り入れようとしている	歩いていくよりも、車やタクシーで移動することが多い
			▲	▼	▼	▼	▼	▲		
“若い” 実感年齢 群	40代	(80)	51.3	55.0	50.0	56.3	45.0	65.0	45.0	20.0
	50代	(100)	53.0	60.0	48.0	56.0	69.0	63.0	57.0	16.0
	60代	(114)	68.4	57.0	36.8	65.8	78.1	61.4	43.9	34.2
“高い” 実感年齢 群	40代	(125)	63.2	53.6	46.4	64.8	43.2	45.6	34.4	34.4
	50代	(103)	66.0	47.6	32.0	58.3	60.2	51.5	35.9	22.3
	60代	(91)	71.4	47.3	35.2	67.0	64.8	49.5	30.8	44.0

(「12 生活価値観」、「14 生活習慣」より。「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージ)

▼=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を上回る。
 ▲=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を下回る。
 ▲ = 一方の群の同年代層と比較して、10%以上高い。

(4) 体型に関する期待感

自分が理想とする体型から得られるメリット(利点)として、実感年齢が「マイナス5歳よりも若い層」は「実感年齢が高い層」と比べて多くの項目で高い傾向が見られ、ファッションの着こなしや対人関係で積極的な傾向がみられます。特に50代と60代においては、「好きな服を着れる」「服を着こなせる」「服が似合う」といったファッション面での期待とともに、「女性に一目おかれる」「男性の目を引く」「男性にもてる」と、対同性・対異性の関係で好感を得られるという期待もみられます。また、50代において、「人に対して積極的になれる」「人前が出るのが楽しくなる」では両群に20%近くの開きがあり、実感年齢が「マイナス5歳よりも若い層」は外見的な体型の美しさが、積極的で前向きな生き方によってプラスになると考えていることがうかがわれます。

以上のように、実年齢に対して実感年齢(感じている年齢)が若くあることは、外見の若さにこだわり、実際に身体的な若さを保とうとする意志や、積極的な生活習慣や前向きな対人関係の構築に向けて、さまざまな形でプラスの要素になっていると考えられます。「もう歳だから…」と加齢と老化を受容してしまうのではなく、「私は若い!」と意識することが、実際に外見や高度の若さを維持し、自分のエイジング(加齢)と明るく向き合っていく秘訣になるのかもしれませんが。

理想体型のメリット

実感年齢	年齢層	サンプル数	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
			好きな服を着れる	い 明 ら れ る 気 分 で	服 を 着 こ な せ る	服 が 似 合 う	前 向 き に な れ る	困 ら な い 服 を 選 ぶ の に	積 極 的 に な れ る 人 に 対 し て	自 信 が 持 て る	楽 し く な る 人 前 に 出 る の が	お 女 性 に 一 目 か か れ る	男 性 の 目 を 引 く	男 性 に も て る
“若い” 実感年齢 群	40代	(80)	76.3	76.3	73.8	72.5	73.8	73.8	63.8	70.0	65.0	50.0	52.5	48.8
	50代	(100)	80.0	79.0	81.0	82.0	74.0	75.0	75.0	64.0	70.0	54.0	53.0	46.0
	60代	(114)	84.2	86.8	79.8	83.3	80.7	71.9	71.9	64.9	71.1	51.8	45.6	43.9
“高い” 実感年齢 群	40代	(125)	72.8	72.8	70.4	69.6	70.4	69.6	61.6	62.4	55.2	46.4	52.0	48.0
	50代	(103)	72.8	68.9	71.8	68.9	66.0	70.9	55.3	61.2	52.4	43.7	41.7	36.9
	60代	(91)	70.3	80.2	71.4	71.4	74.7	67.0	68.1	63.7	59.3	41.8	40.7	35.2

(「2 理想体型のメリット」より。「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージ)

▼=各年代ともマイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を上回る。
 = 一方の群の同年齢層と比較して、10%以上高い。

(5) 下着に対する考え方

全般に、下着の選び方や着用の傾向、自分の身体サイズへの関心と、実感年齢の若さとの関係性には、大きな違いが見出されませんでした。ひとつ顕著な違いが現れた項目は「自分の年齢に合った下着をつけるようにしている」です。この項目に対しては、実感年齢が「マイナス5歳よりも若い群」の方が否定的で、特に40代と50代において20%近くの開きができました。加えて「下着は機能性よりもデザインで選んでいる」人も「マイナス5歳よりも若い層」の方に多く、「もう歳だから」と自分の実年齢にとらわれるのではなく、若々しい気持ちで下着のファッションを楽しもうとする傾向がうかがわれます。これも若さへのこだわりの強さを示しているのかもしれません。

実感年齢	年齢層	サンプル数	▼	▼	▲	▼	▼	▼	▼	
			下着を、無理なく包むような	着用を合わせたくなかったら、	休日に自宅でくつろぐ時につけることが多い	自分の年齢に合った下着をつけるようにしている	デザインは機能性よりも選んでいる	下着は試着して買う	下着は販売員に相談して買う	自分に合った下着を選ばない、測ってもらおう
“若い”群 実感年齢	40代	(80)	60.0	50.0	40.0	30.0	21.3	16.3	6.3	12.5
	50代	(100)	65.0	64.0	64.0	35.0	11.0	25.0	16.0	16.0
	60代	(114)	72.8	67.5	57.9	62.3	10.5	18.4	14.0	15.8
“高い”群 実感年齢	40代	(125)	60.8	52.0	56.0	48.8	11.2	22.4	8.0	10.4
	50代	(103)	57.3	54.4	53.4	55.3	9.7	17.5	10.7	10.7
	60代	(91)	69.2	63.7	59.3	68.1	8.8	24.2	12.1	15.4

(「24 下着の選び方」より。「あてはまる」「ややあてはまる」と回答したパーセンテージ)

▼=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を上回る。

▲=各年代とも、マイナス5歳よりも実感年齢が「若い」層の回答が、「高い」層の回答を下回る。

■ = 一方の群の同年齢層と比較して、10%以上高い。

(6) まとめ

実感年齢がマイナス5歳よりも若い人たちの特徴をまとめてみると、まず、外見的な若さに対して価値を置いており、理想的な体型を獲得することのメリット意識も強いようです。そして、実際にも、年齢による体型変化を感じていません。若い外見や身体を保っているという自負は、生活面でも物事にアクティブに関わってゆく姿勢に反映されているようです。

下着に関するエピソード（40代～60代の自由回答より）

【年齢実感度がマイナス5歳よりも若い群】

- ・気に入った下着を見つけるとかなりうれしい。(40代)
- ・好きな人が出来ると、下着選びも楽しくなる。(40代)
- ・きつく締めるだけでなく、着心地が良く、かつ補正効果も高いものが良い。(40代)
- ・自分の理想に近い体型を維持している時には下着に対する関心が高くなり、体型が崩れてきていると感じた時には「今さら下着なんてどうでもいい」というような諦め感が生じる。(40代)
- ・苦しくなく、きれいに補正されるとうれしいかも。(40代)
- ・下着は体にとっても大切なものだと思います。(40代)
- ・自分にぴったり合ったブラジャー等を見つけると嬉しくなり、心がはずむ。(40代)
- ・買い物で試着するときなど、綺麗な下着でないと思わずかしい思いをすることがあるので、外出時にはきちんとしたものを着けるようにしている。(40代)
- ・デザイン重視で買ったなら体に合わずつらい思いをした。(40代)
- ・勝負下着と言いますが、私の場合は初仕事に望む時、気持ちがビシッと引き締まります。(40代)
- ・シルクのパンティがもっと販売されていたらいいと思う。(40代)
- ・年齢とともにからだの要求が変わる。からだに沿った下着をつけたい。(40代)
- ・見えてもおかしくない下着が理想です。(40代)
- ・若くて細身の体型だったときは、下着に気を使って選んでいたが、太り始めて面倒になりこだわらなくなった。(50代)
- ・どのようなシーンでも、締め付けるような下着はつけたくない。(50代)
- ・締め付け感のない下着がいいと思うが、ある程度の締め付けがあった方が補正力効果があるのかどうか悩みどころです。(50代)
- ・常に肌ざわりが良く、心が豊かになれるものを選びたい。(50代)
- ・若い頃はブラジャーとショーツは必ずお揃いの物をつけましたが、最近はバラバラに付けることが多い。(50代)
- ・下着(ブラ)も服装の一部と考えているので、カラーバリエーションがほしいです。下着は見えないおしゃれなので、レースがたくさん使われていたり、フランス製だったり、割と高級な下着を使用している。自己満足ではありますが。(50代)
- ・年を重ねていくと、なるべく楽なものを選ぼうとする。その中でもおしゃれなものが、なかなかないので、さみしい。(50代)
- ・サイズの合った下着をきちんとつけると『楽』です！(50代)
- ・いつもお洒落なものを身につけたい。(50代)
- ・いままでBカップと思っていたらAですと言われて少々ショックだったこと。(60代)
- ・常にシルクのショーツ、同じメーカーのボディスーツで生活しています。その他の肌着類身につけません。冬になると、タイツをはくだけで、終始変わらない。30代より、まったく、変わらないです。それが、自分にとって、一番快く、いられるからです。(60代)
- ・若いときは、窮屈さよりも補正することを重視してきたが、60代になってからは、ゆっくりした下着を選ぶようになった。ゆっくりした下着でも補正できるものが低価格であったらよいと思う。(60代)
- ・友人(同性)との旅行のときが、一番下着に気を遣う。(60代)
- ・6, 7年で10kg痩せましたがブラジャーのサイズは変わりません。下着はすべて手洗いで長持ちを心がけています。(60代)
- ・良い物は形が崩れる事がない。(60代)
- ・デザインよりもフィット感や着心地を大切に思います。(60代)
- ・本当に体に合った下着は洋服を綺麗に見せてくれる。(60代)
- ・下着は過度に装飾が多くて不必要だと思うことがよくある。シンプルが一番だと思う。(60代)
- ・気持ちが落ち込む日には赤っぽい下着を着けていました。(60代)
- ・気に入った下着を着た時、背筋が伸びて元気になる。(60代)
- ・いつも試着して買っているので自分にあつた物を購入出来ている。(60代)
- ・娘たちの下着を見ていると、今は色、デザイン、素材等色々あつて本当にうらやましい。(60代)

【年齢実感度がマイナス5歳よりも高い群】

- ・いつもお洒落なものを身につけたい。(40代)
- ・下着も「おしゃれの一部」だと思っているところがあるので、なるべく上下セットや同じ色合いのものを選ぶようにしている。(40代)
- ・見えないところに気を使えるようになりたい。(40代)
- ・無理に補正するような下着より、付け心地や肌触りが良く、血行を妨げたりしない体にやさしい下着がほしい。そう常々思っているが、なかなか理想の下着には巡り会えない。(40代)
- ・下着で見た目のスタイルがかわるのを知った時はびっくりして、少し考えなさねばとおもった。(40代)
- ・スポーツジムに行くことが多いので、かぶるタイプのものを愛用している。機能的には満足しているけど、もっと見た目がおしゃれなものを着けたい。(40代)
- ・自分はシンプル派ですが、旅行先などでステキな下着を綺麗につけてる人を見ると、おしゃれだなと感じます。(40代)
- ・外出するときは、何があっても(事故を含む)よいように清潔で敗れたりしていないものを身につけるようにしている。(40代)
- ・若いころはレースなどデザインを重視していたが、今はTシャツブラのような洋服に響かないなどシンプルな物の方が好きです。(40代)
- ・下着には気を使うほうだがデザインや色に偏った嗜好がありもっと色々楽しめば良いのにと思っているが結局引き出しの中は同じような色合いになっている。(50代)
- ・自分に合った下着を探すのはそうかんたんでは無い年を取るとなるべくしめつけが無いながら体型を補正してくれるものが良いと思う。(50代)
- ・着け心地の優しい、尚且つラインが綺麗に見えるものを選ぶようにしている。(50代)
- ・年齢を重ねるにつれ、着心地のよさが一番と思うようになりました。(50代)
- ・若い頃はとにかくデザインが可愛い物ばかり選んでいましたが、今は着心地が一番大事です。最近、背中に贅肉が付き出して何とかしなければと思っています。ボディースーツは長時間、着用するとどうしても股の周辺がかぶれます。(50代)
- ・若い頃はきつくしめつけても大丈夫だったが今は緩やかで付け心地の良いものを選んでいく。(50代)
- ・やはり着け心地のいいものを選んでしまうので形までは望めないところ。(50代)
- ・年齢を重ねるごとに体型も崩れてきているので補整下着が欲しいとは思うけれど、販売員に聞くのは恥ずかしいのでなんとなくそのままになっている。(50代)
- ・サイズを測ってもらったら今まで買っていたサイズと全く違って驚いた。たまに測ってから買い求めた方が良かった。(50代)
- ・体が楽で、しかもラインが綺麗に出る下着があるといいなあと思う。(50代)
- ・若いときはかわいいデザインを使用現在は自分の体型が楽なサイズをつい購入してしまう。(50代)
- ・下着は好きでとても大切に思っている。親からもいつどんなことがあるかもしれないし、下着はいつもきちんと！と教えられて育ってきたこともあるかもしれないが、おしゃれそのものが好きだし、下着のおしゃれは見えないところだけになおきちんとしたい！。(60代)
- ・素材がやわらかく楽に着られるものがよい。(60代)
- ・若い時はぴったりしているのが好きだったが、年をとると少し緩みがあるほうが楽でいい。(60代)
- ・友人と旅行をした時など 友人もきちんとしたセンスの良い下着を身につけていて 安心したことがある。(60代)
- ・気に入った下着、自分にあった下着を着けていると 安心感があり 気合が入る。特に人の目に触れる可能性のある時 には 下着のお洒落にも気を使っている。(60代)
- ・下着は着心地がよくて着ている服がかっこよく見えるものが多いと思う。(60代)
- ・おしゃれをする時はそれなりにガードルを着用するが普段はしない。(60代)
- ・年をとっても見えないところで下着のおしゃれをしたい。(60代)

5. 理想体型によるクラスター化 5つのタイプへの分類

理想的と思われる女性の体型について、27の特徴(理想の身体像に関する設問27項目・7ページ参照)に対する回答を統計的に分類してみると、5つの次元に整理できました。具体的には、「引き締まり」「スリム」「背の高さ」「肉づきのよさ」「胸の大きさ」であり、それぞれにどの程度比重を置くかには個人差がみられます。そこで5次元空間のどこに個人の理想が位置付けられているかの位置関係を解析し、似た者同士を集めて理想体型のタイプ化を行いました。その結果、「きゃしゃ型」「メリハリ型」「平均型」「ふくよか型」「グラマー型」の5つのタイプを抽出することができました。具体的な特徴は、下記の通りです。

●きゃしゃ型

肉づきやバストの大きさなどを嫌い、締まった体や手や足の細さを重視する。いわゆる、小枝(ツイーギー)のようなスリムさを追求したタイプ。

●メリハリ型

締まった体や細さに、バストの大きさも重視する。単に細いだけではなく、バスト、ウエスト、ヒップのメリハリ感を重視しているタイプ。

●平均型

他の4タイプの間中型で、それぞれの属性をほどほどに求めるタイプ。

●ふくよか型

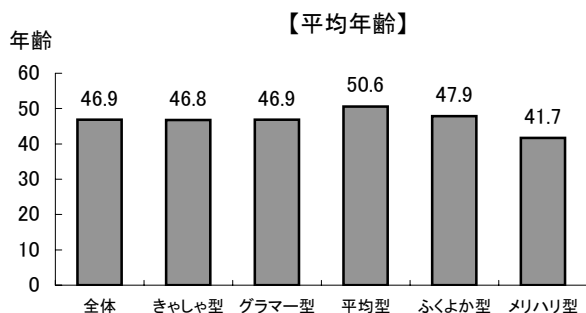
「グラマー型」と類似しているが、一点違うのはバストの大きさを求めないこと。全体に丸みを帯びた、まさにふくよかな体型を理想とするタイプ。

●グラマー型

「きゃしゃ型」の対極にある理想と言える。スリムさや締まった身体は重視せず、むしろ肉づきのよさとバストの大きさを求めているタイプ。

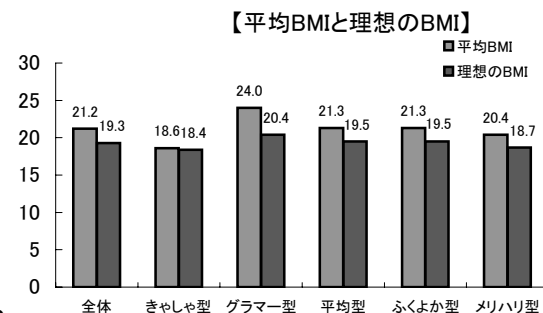
■各タイプの年齢、職業の有無、未既婚における差異

年齢については、「メリハリ型」に若い人が多く、「平均型」の年齢が比較的高めであるという以外は、大きな差はみられません。また、職業の有無や未既婚による差も同様にみられません。



■各タイプのBMIと理想のBMIについて

BMIについては、「きゃしゃ型」が最も低く、「グラマー型」が高くなっています。理想のBMIはすべてのタイプで現在のBMIよりも低い。ただし、「きゃしゃ型」では現在のBMIと理想のBMIとの差が小さい。



各タイプの特徴

【きゃしゃ型】

- 身体的・心理的特徴

自分自身のスリムな体型を理想に近いものとして強く肯定している、5つのタイプの中では最も容姿に自信がある。比較的規則正しい生活を送っており、着ていて楽な服を選ぶことが多いのが特徴。容姿については、あまり他の人の目は気にしていないものの、娘の目は気にしている。

- 下着の特徴

下着の購入時の「補正機能」へのこだわりが他の4つのタイプに比べて弱く、下着への不満も他のタイプほどにはない。

【メリハリ型】

- 身体的・心理的特徴

自信が持てたり、他者から良い評価を得られたり、服を着こなせるなどのメリットが理想の体型になることによって得られると強く思っており、健康や美容のための取組みにも一番熱心。外見の若々しさを最も強く望み流行に敏感でファッションを自己表現と考える。容姿も他者と自分の目の両方を意識。

- 下着の特徴

下着の「つけ心地」や「補正機能」へのこだわりが強く、心理的効用である「アピール」「気合い」への期待が高い。自分にぴったりのサイズのブラジャーがない点に不満を抱いている。

【ふくよか型】

- 身体的・心理的特徴

突出した特徴がみられないタイプで、年齢によって衰えていく容姿を気にすることもなく、ファッションの流行などにもどちらかといえば無関心。普段は楽な服装や扱いやすい服装を選ぶことが多く、運動をして体型を維持しようという意思も低い。

- 下着の特徴

下着の「デザイン」「色」「自分のからだに合っているか」などの点についてのこだわりが見られず、ガードルやボディスーツといった締め付ける下着の着用を好まない。

【グラマー型】

- 身体的・心理的特徴

容姿に対する自身が無い。また、スリムではないため、痩せたいという気持ちがとても強い。現実と理想の妥協として、ふくよかでありながらメリハリが利いたグラマラスな体型を理想としている。からだのラインが隠れるゆったりとした服、着ていて楽な服を選ぶことが多い。

- 下着の特徴

下着の「肌触り・素材感」や「着心地」へのこだわりが強い一方、「色」や「身体の補正機能」へのこだわりはみられない。ガードルやボディスーツといった締め付ける下着の着用を好まない。

まとめ

理想の身体像は一つに決まるものではなく、5つのタイプに分けられることが示されました。皆が一樣に理想のタイプを思い描いているのではなく、人によって求める体型は異なっているということです。今回の5つのタイプの分析から、それぞれのタイプの特徴がみえてきました。「きゃしゃ型」は現状に満足しており、衣服へのこだわりはなく、自分のペースで生活を送っているタイプです。「メリハリ型」は、外見や若さにこだわり、衣服にもこだわりが強い上に、容姿へのこだわりも強く、積極的に努力しているタイプです。「ふくよか型」は、生活へのこだわりや充実感が少なく、衣服も楽なものを選ぶ傾向にあります。「グラマー型」は、現実の延長線上に理想を設定してはいますが、衣服へのこだわりはあまりなく、楽な服装を選ぶ傾向があるタイプです。ちなみに、「平均型」は、下着を購入する時には着心地や、自分のからだにあっているかどうかを重視するタイプです。全体として、理想像は実際の自身の体型を考慮した上で設定されているようです。また、理想像には個々人の様々な意識が関係していることがうかがえました

共同研究者 東京未来大学こども心理学部 助教 鈴木公啓

共同研究者コメント

聖心女子大学文学部教授 菅原健介

6. 共同研究者コメント

「いくつになっても美しくありたい」は、女性にとっての強い願いの一つです。外見に満足すれば、自然と気持ちも明るくなって、何事にも積極的になり、人間関係も活発になるからです。外見の美しさから入り、内面を輝かせるという心のメカニズムは、人間にとって普遍的であり、多くの分野で応用されています。しかしながら、エイジング(加齢)に伴って、体型や容貌が変化するのも人間の宿命でもあります。

今回の調査は、いつまでも若々しい姿をとどめておきたいと思いつつも、年齢とともに体型が変化するという事実を、女性は心の中でどのように受け止めているのだろうか、を明らかにするために実施しました。まず、20歳から74歳までの女性に、自分自身の年齢をどのように評価しているのか調べてみると、年齢が高くなるにつれて、実年齢よりも若いと感じる人が増え、30代、40代では平均すると実年齢よりマイナス5歳、50代以降はマイナス6歳前後とその差が大きくなっており、心の中では加齢のスピードにブレーキがかかっているという印象を持ちました。

次に、他人に何歳に見てもらいたいかをみると、自分が感じている年齢よりもさらに若く見られたいと思っていることがわかりました。20代でも1歳半程、30代では4歳、50代、60代では8歳、70代では9歳程度のマイナスを望んでおり、自分で自分をどう感じるか以上に、他人には若いと思われたいという気持ちが表れています。この点からも、「若さ」という属性が、女性にとって一つの重要な社会的価値になっていることがうかがえます。

また、「もし可能なら何歳に戻りたいか」という点について聞いてみると、おおむね、20代から30代に回答が集まっていました。

次に、加齢に伴う容姿の変化を、女性たちはどのような意識でとらえているのかを調べてみました。身体のエイジングに関するさまざまな意見を27の項目に整理し、ご自身の考えにどの程度あてはまるのかを尋ね、年齢とともにどう変化していくのか、探ってみました。まず、「できるだけ実年齢より若く見られたい」「年を重ねても、若々しい外見を保ちたい」「見た目を気にしなくなったら、女性は終わりだ」などは多くの女性に共感する意見です。一方で年齢が高くなると増えてくるのが「老化に抗うのは無駄なことだ」「所詮、外見や活力は年とともに衰えてゆくものだ」という諦めの気持ちや、「若作りをするのは痛々しい」「若さを保つのに、施術をするのは無駄」などアンチエイジングに対して否定的な態度です。外見の衰えを自覚し、少しずつそれを受け入れていく様子が見えませんが、必ずしも、ただ老け込んでいくわけではないようです。年齢とともに、「年をとるのはしかたないが、内面的には輝いていた」「外見はともかく、考え方はいつまでも若くありたい」「見た目は老けても、心が老けるのは許せない」「たとえ容姿は衰えても、若い情熱は失いたくない」などの意識が次第に高まっていくからです。これらは、好奇心やポジティブ思考や積極性といった「内面的な若さ」といえるのではないのでしょうか。

今回の調査では、女性たちが理想の体型としてどのような条件を想定しているのだろうかという点も調べてみました。理想の体型の候補として27の特徴を選び、自分の「理想の体型」としてどの程度、当てはまるかを尋ねてみると、比較的多いのが「体全体に女性的な丸みがある」「くびれがある」「足首が締まっている」「鎖骨が出ている」「顔が小さい」「頬にたるみがない」などで、6割以上が理想の条件としてあげています。「足が細い」とか「細身である」といったスラリとしたイメージも多くが支持される一方で、それ以上に、「くびれ」「足首」「鎖骨」「頬」といった細かい部位が重視されている点が大変興味深いところです。これらは、贅肉が少なく引き締まっていることが象徴的に表れる部分であって、「女性的な丸み」がきちんと確保された上、締まるべきところは締まっているというのが理想的な身体の前提となっているようです。

全体としては、上記の通りですが、飛びぬけて集中する項目は見当たりませんでした。これは、理想体型の個人差が大きいことを示しています。理想とする体型は人によって違いがあるようです。そこで、理想の体型をいくつかのパターンに分けることを目的に、理想体型の27の項目を統計的に分類してみました。

結果的には、クラスター分析の項で触れた通り、「きゃしゃ型」「メリハリ型」「平均型」「ふくよか型」「グラマー型」の5つのタイプを抽出することができました。「きゃしゃ型」は、肉づきやバストの大きさなどを嫌い、締まった体や手や足の細さを重視する、いわゆる、往年のツイーギーのようなスリムさを追求したタイプ、「メリハリ型」は締まった体や細さに、バストの大きさが加わったタイプで、単に細いだけではなく、いわゆるバスト、ウエスト、ヒップのメリハリ感を重視しています。「グラマー型」は、「きゃしゃ型」の対極にある理想にあたり、スリムさや締まった身体はそれほど重視せず、むしろ肉づきのよさとバストの大きさを求めています。「ふくよか型」は「グラマー型」と類似しており、一点違うのはバストの大きさを求めない点で、全体に丸みを帯びた体型を理想としています。そして、「平均型」は、上述の4タイプの間中型で、それぞれの属性をほどほどに求めるタイプと言えます。

今回の調査では、女性がそれぞれ理想の体型のイメージを抱きながらも、加齢による体型の変化をどのように受け入れているのかについて検証してきました。対象年齢を20歳～74歳と広くとったことで、70代(70～74歳)の層においても「年を重ねても若々しい外見を保ちたい」や「見た目を気にしなくなったら女性は終わりだ」という項目に共感を示す人が8割をこえることがわかりました(※)。このことから、若い頃の自身の姿をとどめておきたいという気持ちは、現代の女性たちの共通の美意識といっても過言ではないでしょう。ただし、年齢への意識も、理想体型についても個人差が存在し、女性たちは個々人の感性や現実の状態などに応じて、それぞれのやり方で自己の身体に真剣に関わっている実態も見えてきました。

※回答の「あてはまる」と「ややあてはまる」の合計。「8. 外見のエイジングに対する考え方」補足データ(P15)より。

菅原 健介(すがわら けんすけ)

1958年東京都生まれ。横浜国立大学教育学部心理学科卒業。東京都立大学大学院人文科学研究科博士課程心理学専攻修了。文学博士。現在、聖心女子大学文学部教授。専門は社会心理学、性格心理学。研究テーマは羞恥心、対人不安、自己呈示。著書に、『人はなぜ恥ずかしかるのか』(サイエンス社)、『羞恥心はどこへ消えた?』(光文社)、『下着の社会心理学』(朝日新聞出版)、編著書に、『ひとの目に映る自己』(金子書房)などがある。

この報告書に関するお問い合わせ先

株式会社ワコール 総合企画室 広報・宣伝部 広報課

(京都) TEL 075-682-1006 FAX 075-682-1103

(東京) TEL 03-3239-1117 FAX 03-3239-1118