

からだ、いい気持ち。

'82秋ワコール報道用資料

資料編・調査編

ご挨拶

ひとりひとりの個性、ひとりひとりの価値感がたいせつにされる現代。自分自身とのかかわりのなかで、快適さや満足感を重視する女性たちがふえています。

このような女性たちの意識の変化は、ファッションにも敏感に表われています。女性たちは、自分の満足のために装い、リラックスして、着ることを楽しむようになってきました。現代は、自分の気持ちで着る時代なのです。

こうした背景を踏まえて、ワコールは、82年秋〈からだ、いい気持ち〉を提案します。

着るものに対して自分自身にとっての楽しさ、心地よさを追求してほしいと考えます。また、からだをいい気持ちにさせるには、自分自身をしっかり把握することも必要であり、自分の感性も当然問われてきます。

‘いい気持ち’を感じるのは、からだではなく自分自身です。知的で、かわいらしく、セクシーな現代女性へ、感性豊かに自己を表現してほしいと考え、ワコールは82年、こころとからだのシェイプアップを強く訴えていきます。

この資料集では、‘いい気持ち’をさまざまな角度からとらえ、著名人の考える‘いい気持ち’や人間工学的にみた‘いい気持ち’、さらに現代OLに聞く‘いい気持ち’の意識調査など、幅広い分析をこころみました。

当資料が、報道関係のみなさまの、お役に立てば幸いと存じます。

株式会社ワコール 宣伝部

からだ、いい気持ち。《目次》

“いい気持ち”を探る	1
“いい気持ち”科学考	2
衣服と“いい気持ち”	3
感覚と“いい気持ち”	5
気候と“いい気持ち”	5
気分と“いい気持ち”	7
アンケート調査集 現代 OL の“いい気持ち”意識調査	8
調査企画の概要	9
調査結果の概要	10
調査結果	11
1. 1日をいい気持ちで過ごす条件は「天気が良い」	11
2. 休日は約5割の人が「スポーツ」をしていい気持ちになっている	12
3. いい気持ちの音楽をきかせてくれるベスト3	13
4. 歩いて気持ちのいい場所は	13
5. いい気持ちのプロポーション	14
6. いい気持ちのプロポーションをしている有名人は	17
7. 97%が着るものによって気分が変わる	18
8. いい気持ちになる下着の要素は	19
9. 「目」「頭・認識」「味」を通していい気持ちだと感じている	20
10. 「視覚」を大切にして、いい気持ちを過ごしたいと思っている	20
11. 3人に2人が「いい気持ちで生きている」と回答	21
12. 気分が落ち込む時は	23
13. 落ち込んだ気分からいい気持ちになるきっかけは	24
14. いい気持ちで生きる必要条件是	25
15. 現代女性が結婚について願っていること	26
16. いい気持ちで生きている有名人	27

“いい気持ち”を探る

『いい気持ち』科学考

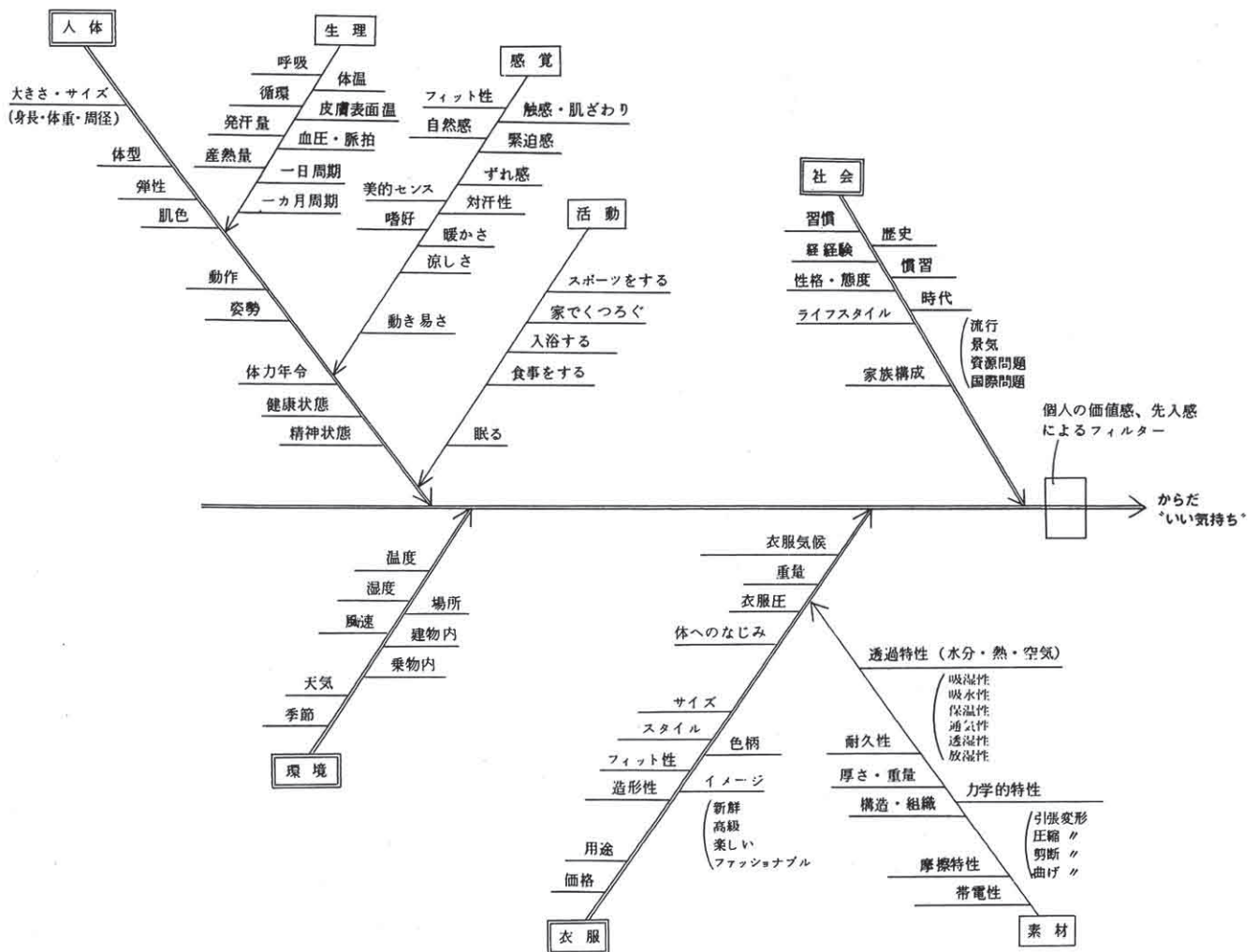
株式会社ワコール 中央研究所

『いい気持ち』——それは人間ひとりひとりの持つさまざまな条件(年齢、体型、体質、健康、精神状態、嗜好、行動など)と、その人間を取り巻く諸条件(衣服、自然環境、人間関係、社会環境など)との、相対的な関係から

生じてくるものだということができます。そこで、人間が『いい気持ち』であるための要因を、いくつかに分類し、探ってみました。

「衣服」との関わりから見た『いい気持ち』の要因

ワコール中央研究所開発研究グループ



衣服と『いい気持ち』

着心地の良さとは？

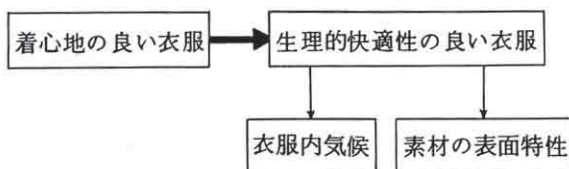
私たちはよく、「この服は着心地が良いから、好き」という表現をします。その時の「着心地の良さ」とは、どういうことなのでしょう。

衣服の素材面から見た場合、一般に快適性の要因としては、

- ① 水分の輸送性
- ② 熱の輸送性
- ③ 運動機能性
- ④ 人体拘束性
- ⑤ 風合い

以上の5つが上げられます。これらは、繊維の持つ特性やデザインなど、さまざまな条件が複合されて生じる特性です。

これらの要因を総合的に考えてみますと、着心地の良い服とは、まず、生理的快適性の良い服ということが出来ます。生理的快適性、つまり気持ち良く衣服を着るための構成要因は、大きく分けると2つあります。それは、衣服内気候と素材の表面特性です。



衣服内気候とは、皮膚と肌着との間の小気候のことで、重ね着をしている場合には2層め、3層め……と異なった気候が生じますが、一般によく測定されるのは、もっとも内側——つまり、人の皮膚と最内側の肌着との間の状態です。

この衣服内気候を構成する要素には、温度、湿度、気流などが上げられますが、人が快適さを感じる範囲（快

適域)は、

- 温度 32 ± 1℃
- 湿度 50 ± 10% RH
- 気流 25 ± 15cm/秒

とされています。この内、気流は人の皮膚にはほとんど感じられないものですが、衣服との間の空気層ではたえず換気作用が行われていることを示しています。

また、生理的快適性を保つもうひとつの要因である素材の表面特性には、

- ソフトな表面タッチ
 - 夏は涼しく、冬は暖かいタッチ
- の2点が上げられます。

下着が快適であるためには

人の皮膚にもっとも近い衣服、それはもちろん下着です。下着はそれだけ、快適性と密接なつながりがあります。

一般に、下着に要求される品質としては、夏用は「吸湿・吸汗性があり、かつ透湿性があるもの」、冬用は「軽くて、保温断熱性があるもの」ということが出来ます。これらの性質をさらに整理しますと、

- ① 吸湿性（衣服内や空気中の湿気を吸収する性質で、夏物衣料に重要）
- ② 吸水・吸汗性（水を吸う性質で、人体からの発汗による水分を適度に吸収するものが快適。主に夏物に要求される）
- ③ 保温性（衣服内の熱の放散を表わす性質で、冬物に要求される）
- ④ 通気性（素材が空気を通す性質で、人の皮膚から放散される汗や新陳代謝のためのガスを外界へ出して、快適性を保つもの。夏物には通気性が大きく、冬物には逆に小さなものが適している）
- ⑤ 透湿性（素材が水蒸気を透過させる性質で、汗を拡散蒸発させるものが快適。特に夏物に必要）

⑥ 放湿性（衣服内の発汗による水分やしっけを外界に放散する早さをいい、発汗・蒸発をくり返す下着には重要）

ということになり、「いい気持ち」であるためには、下着の素材との関連性も高いこととなります。

素材との関連は

前記の5つの性質を、素材との関連から見直してみますと、次のようになります。

- 吸湿性 — 繊維の種類により規定され、組織での影響は少ない。但し、吸湿速度は、組織、密度、撚りが密なものほど遅くなる。
- 吸水・吸汗性 — 繊維の種類、組織、密度、撚り、織度との関連で吸水性が左右される。また仕上加工剤の影響も大きい。
- 保温性 — 保温力は繊維材料の熱伝導率にもよるが、それにもまして材料の含気量の大小に左右される。含気量はまた、原料の種類、糸の太さ、撚り方、密度、厚さ、加工方法によって異なってくる。
- 通気性 — 繊維の組織、密度、集合状態、仕上加工法により、大小が生じる。
- 透湿性 — 繊維自体の性質よりも、厚さ、密度、気孔量、糸の加工が影響する。
- 放湿性 — 繊維の種類、組織が影響する。

以上のような関連性のほかに、衣服の表面形状も着心地の良し悪しに影響する場合があります。例えば、表面に凹凸のあるクレープは、べたつきにくいというように。

ファンデーションの場合の着心地の良さのポイントとなる「きつさ」

着心地を決める大きなポイントのひとつに、「きつさ」があります。「きつさ」は、おなかやヒップに対する衣服の圧力(衣服圧)に影響されますが、きつめの着心地を

良しとする人もあれば、ゆるめを良しとする人もあって、一概にはどちらが良いかを決めつけるわけにはいきません。

また、衣服の機能性の問題も大切となります。例えば、スポーツブラジャーのように、始めからある程度の「きつさ」が製品の機能として盛り込まれているようなケースがあります。スポーツブラジャーは、「きつさ」と「運動性」のバランスを考えて作られていますので、着用テストの結果を見ても、

全体のきつさ に対する感じ	きつい	38%
	普通	62%
	ゆるい	0%

ゆるい、と感じる人はまったくありませんが、その代り、ずれない(98%)、肩ひもが落ちない(100%)、パストが揺れない(86%)、肌ざわりが良い(74%)など、運動機能上の快適さでは抜群の成果が上がっていることが分かります。

しかし、こうした機能上の特別な条件を除くと、例えばショート・ガードルにおける衣服圧と「きつさ」の関連についてワコールが行った調査では、一般に「ゆるいほうが着心地が良い」と判断している人が多くなっています。したがって、着心地は仮に次のような式で表わすことができます。

$$\text{着心地} = 0.24 \times (\text{ヒップの衣服圧}) + 0.23 \times (\text{おなかの衣服圧}) - 0.14 \times (\text{裾周り寸法}) + 79.1$$

この結果を点数評価すると、

- < 10 > 非常に着心地が良い。
- < 20 > 着心地が良い。
- < 30 > やや着心地が良い。
- < 40 > どちらでもない。
- < 50 > やや着心地が悪い。
- < 60 > 着心地が悪い。
- < 70 > 非常に着心地が悪い。

つまり、衣服圧が低くなれば点数が下がり、「きつさ」

も減少して着心地が良くなるわけです。シェイプライナーをはじめとした今秋のワコールの感覚商品が、「からだ、いい気持ち」であるのは、こうした考え方に基づいて開発されているからだといえます。

感覚と「いい気持ち」

衣更えはからだ^{ころもが}が命令する

季節の変わり目になると、誰もが衣更えをします。日本のように四季の変化が激しい国では、「いい気持ち」で過ごすためには欠くことのできない行事となっていますが、ひとくちに衣更えといっても、その時期やペースは日本各地でもずいぶん異なっています。これは、さまざまな環境条件によって人のからだを感じる「温度感覚」が、各地で違っているからなのです。

オーストラリアのダグラス・リー博士たちは、第2次世界大戦中に、各地の気温をもとにして世界中の被服地図を作成しました。気温と被服の関係から、その季節に必要な被服の層を地図の上に示したものです。その後、日本でも被服地図が作成されていますが、南北に長く、暖流寒流にはさまれ、高低差もかなりあるわが国では、被服地図の内容もかなり複雑になっています。地域によって、衣更えの時期に相当のズレがあるのも当然といえるでしょう。

温度感覚は、気温、湿度、気流、輻射などさまざまな環境条件が、人の体に作用して生じるものです。知覚神経の末端である温点や冷点が皮膚の上であり、外界から温かさや冷たさの刺激を受けると、それを脳に伝え、人は温度感覚を持ちます。その温度感覚にしたがって、人は衣更えをしているのです。

寒さに一番敏感なところは？

私たちの温度感覚は、前述したようにさまざまな環境条件によって生じてきますが、これは自然環境に限らず、エアコンのあるような人工的な環境においても、もちろん反応を起こします。例えばエアコンのあるビル内では、夏は湿気を除いて涼しくし、冬は暖かくと、人間にとって快適な環境をほぼ一年中つくっていることとなります。ところが、たまたま冷房と暖房のきれめの季節（例えば11月）にエアコンが止めてあたりすると、多くの人はその月が一年中でもっとも寒く思えたりするのです。

また人の体は、各部分によって温度に対する感じ方も異なっています。例えば、冷たさに一番敏感なところは、おなかです。その次は、背・上膊・太腿・腰、そして比較的寒さに強いのは、下腿・前膊・胸・足背・手背となっています。

気候と「いい気持ち」

湿度は動物を変える

私たちが「いい気持ち」で生活していく上で、忘れることのできないものに気候があります。中でも、温度と湿度との関係は、人間にいろいろな影響を与えますが、その快・不快度を数値で表わしたものが、よく知られている「不快指数」です。

$$\text{不快指数} = (\text{乾球温度} + \text{湿球温度}) \times 0.72 + 40.6$$

70以下	快適
75以下	半数のものが不快
80以上	全員が不快
86以上	耐えがたい

とりわけ、湿度の影響は大きく、人間ばかりでなく犬や牛は、大気中に湿度が増加していくと、敏感にからだで感じとり、目立ってイライラし始めるといわれますし、ノミですら高湿度になると動きが鈍くなる — つまり、やる気が起こらなくなるのです。

また、湿度は人間に思わぬ病気ももたらします。例えば胃潰瘍について見ますと、湿度も気温も高い時に、胃にあく穴(穿孔)の数も増加すること。これもイライラの心理的重圧がもたらすものです。

湿気の多い時でも、できるだけ“いい気持ち”で過ごすには、エアコンを控えめに使うこと、ゆったりした衣類を身につけること、そして、自分がいま気候のせいで不快なのだということを自覚すること。メンタルな要素が多分にあるので、気候を自覚しているだけでも、ずっと“いい気持ち”に近づくことができるのです。

低気圧の接近を「偏頭痛」が教える

気候の変化の中でも、低気圧は人間にさまざまな不快の原因をもたらします。「関節が痛み始めたから、そろそろ天気が怪しくなるよ」というお年寄りの天気予報の適中率は抜群とか。こうした関節の痛みと並んで、低気圧接近によって、偏頭痛に悩まされる人も少なくありません。

偏頭痛は血管性頭痛ともいわれ、こめかみ付近の血管が収縮し、ついで拡張してくることによって起こるもので、何故か低気圧の接近とも関係が深いのです。そこで天気予報に注意を払い、今日は頭痛が起こりそうだと思う時には、偏頭痛用の薬を用意しておくことも一案。あらかじめ偏頭痛への対処ができていえるだけで、気持ちはずっと落ち着くものです。

そのほか、気候の変化や天候の不順が私たちに及ぼす症状は、一般的にいても20以上あるそうです。一度、自分なりの「心とからだの天気図」を作ってみることも、いいかも知れません。

気分と“いい気持ち”

まじめ人間ほど“いい気持ち”から遠ざかる？

ストレスという言葉は、もうすっかり一般化してしまいましたが、ストレスに陥る人の数は決して減ってはいないそうです。特に多いのはサラリーマン。それも、仕事一途で融通性がないといわれるくらいの、まじめ人間に限ってストレスがたまるというのですから、皮肉なものです。もっとも、同じように仕事一途でも、その仕事を楽しんでやっている人にはストレスは少ないとか。ストレスが、いかにメンタルな要素の強いものか、よく分かります。ひとくちにまじめ人間といっても、ただまじめなだけという人は“いい気持ち”から遠ざかり、まじめに楽しんでいる人は“いい気持ち”でいるわけです。

ストレスがたまると、いろいろな不快感がからだにも起こりますが、例えば肩こりなども、そのひとつ。肩こりの原因が、実は心理的なものというケースも少なくないのです。こういう肩こりは、マッサージをしたり、お風呂に入っても、またすぐ起こってきて、いやな気分させられます。しつこい肩こりの場合、まず気持ちをリラックスさせて、自分の心に目を向けてみることも必要です。

からだを動かすと気分も晴れる

私たちの心とからだは、常に密接な関係を保っていて、そのどちらかがバランスを失うと、“いい気持ち”とは呼べません。その典型ともいえるもののひとつに、不眠症があります。不眠症の原因はいくつかありますが、中でも多いのは、頭とからだの疲労度の差から起こるものです。つまり、デスクワークで頭ばかり酷使し、反対にからだは座りっぱなしも同然 — そのままベッドにもぐり込んでも、快眠に結びつかないのは当然です。

あるいは、これといった理由も思い当たらないのに、何となくイライラしてしょうがない時があります。そんな時も、やはり心とからだのバランスを失っていることが多いです。

不眠症やイライラの解消法のひとつは、からだを動か

すこと。軽いスポーツなどをやって、うっすらと汗をかくくらい、からだを使ってやることです。すると嘘のように気分が晴れて、“いい気持ち”になることが多いのです。

参考資料・文献

- 「革新的機能繊維に関するテクノロジー・アセスメント報告書」
（日本産業技術振興協会）
- 「被服と人体」
（日本人間工学会・衣服部会編）
㈱日本出版サービス
- 「衣服衛生と着装」
（渡辺ミチ著） 同文書院
- 「こころの管理」
（箱崎総一著） ㈱ぎょうせい
- 「天候とからだ」
（ジュリアス・ファスト著）
（西丸震哉 訳）
㈱三笠書房

アンケート調査集

現代OLの“いい気持ち”
意識調査

調査企画の概要

1. 調査目的

この調査は、一流企業に勤務する独身OLを対象に、「1日をいい気持ちで過ごすための条件」や「いい気持ちの音楽、街、プロポーション」などを聞き、現代OLがいい気持ちで生きているかどうかをとらえ、現代OL像を浮き彫りにすることを目的としました。

2. 調査対象

一流企業に勤務する首都圏在住の18才～25才の独身OL 300名(有効サンプル)。

3. 調査方法

一・二部上場企業の中から無作為抽出のうえ、留置法により調査しました。

4. 調査期間

昭和57年 6月15日～6月25日

5. 標本構成

有効回収300名の標本構成は、下記の通りです。

(上段: サンプル数, 下段: パーセント)

	サンプル数	年 令								社 歴				体 型				
		18才	19才	20才	21才	22才	23才	24才	25才	1年未満	2～3年未満	4～5年未満	5年以上	やせ型	標準型	肥満型	無回答	
全体	300	9 3.0	20 6.7	45 15.0	40 13.3	58 19.3	52 17.3	33 11.0	43 14.3	76 25.3	138 46.0	43 14.3	43 14.3	97 32.3	152 50.7	15 5.0	36 12.0	(名) (%)

(注) 体型 = $\frac{\text{体重}}{\text{身長} - 105} \times 100$ → $\begin{cases} 110 \text{ 以上} & \text{肥満型} \\ 90 \sim 110 \text{ 未満} & \text{標準型} \\ 90 \text{ 未満} & \text{やせ型} \end{cases}$

調査結果の概要

1. 1日をいい気持ちで過ごす条件は「天気が良い」。
2. 休日は約5割の人が「スポーツ」をしていい気持ちになっている。
3. 「オフコース」「山下達郎」「松任谷由美」がいい気持ちの音楽をきかせてくれるベストスリー。
4. 歩いて気持ちのいい場所は横浜の「山下公園」がトップ。
5. 身長161cm、体重48kg、B83cm、W59cm、H86cmがいい気持ちのプロポーション。
6. いい気持ちのプロポーションをしている有名人は、「郷ひろみ」「浅野ゆう子」。
7. 97%が着るものによって気分が変わる。
8. いい気持ちになる下着の要素は「肌ざわりがよく」「着ごちが軽い」「体にフィットしている」が上位。
9. 「目」「頭・認識」「味」を通していい気持ちだと感じている。
10. 「視覚」を大切にして、いい気持ちで過ごしたいと思っている。
11. 3人に2人が「いい気持ちで生きている」と回答。—「友人とうまくいっている」のがその理由—
12. 気分が落ちこむ時は「体調がよくない」「仕事でミスした」時。
13. 落ち込んだ気分から「いい気持ち」になるきっかけは、「気の合う人とおしゃべりする」。
14. いい気持ちで生きる必要条件は「心を開ける友人がいる」こと。この中で自分にそなわっているものも同じく「心を開ける友人がいる」こと。
15. 現代女性は結婚について「同じ価値感・目的を持った人と結ばれたい」と願っている。
16. 「沢田研二」「山口百恵」がいい気持ちで生きている有名人。

調査結果

1. 1日をいい気持ちで過ごす条件は「天気が良い」。

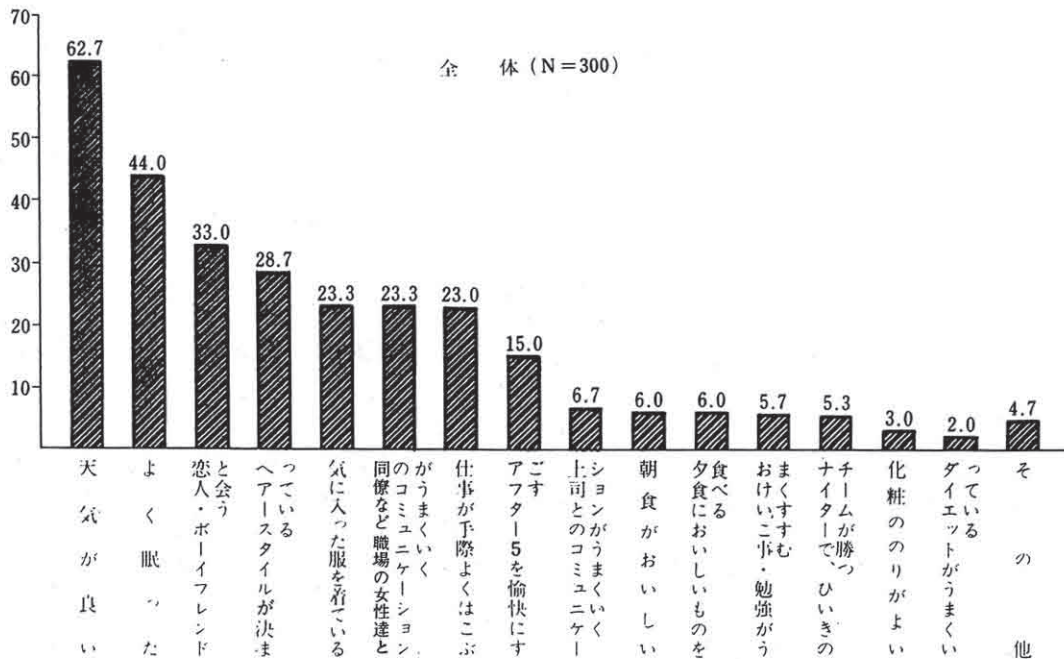
Q1. 1日をいい気持ちで過ごすには、どんな条件が必要ですか。

1日をいい気持ちで過ごす条件は、「天気が良い」が6割強(62.7%)でトップ、次いで「よく眠った」(44.0%)、「恋人・ボーイフレンドと会う」(33.0%)が、ベストストーリーとなりました。以下「ヘア・スタイルが決まっている」(28.7%)、「気に入った服を着ている」(23.3%)、「同僚

など職場の女性達とのコミュニケーションがうまくいく」(23.3%)が続いています。

年齢別にみると、「天気が良い」という回答は若いOLほど、反対に、「よく眠った」という回答は、年齢の高いOLほど、それぞれ回答した人が多くなっています。

〈図-1〉 いい気持ちで過ごす条件



2 休日は約5割の人が「スポーツ」をしていい気持ちになっている。

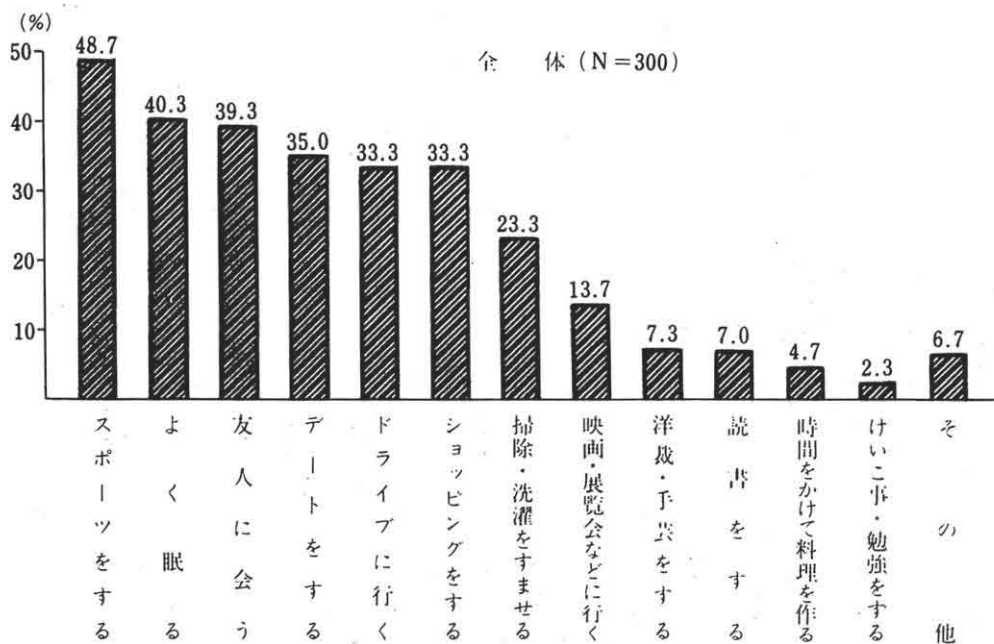
Q2. 休日は、どんな風に過ごした時がいい気持ちですか。

休日の過ごし方をみてみると、“スポーツブーム”を反映してか「スポーツをする」(48.7%)が一番いい気持ちと答えています。続いて、「よく眠る」(40.3%)、「友人に会う」(39.3%)、「デートをする」(35.0%)、「ドライブに行く」(33.3%)、「ショッピングをする」、が共に(33.3%)と上

位にあがっています。

年齢別にみると、18～20才は「友人に会う」を、21～23才は、「スポーツをする」を、24～25才は「よく眠る」、「スポーツをする」をそれぞれトップにあげています。

〈図-2〉 休日の過ごし方



3. 「オフコース」「山下達郎」「松任谷由美」がいい気持ちの音楽をきかせてくれるベストスリー。

Q3. いい気持ちの音楽を聞かせてくれるミュージシャンまたは、グループの名前をあげてください。

現在いろいろと話題の多い「オフコース」が47票を集めトップになりました。次いで「山下達郎」(38票)、「松任谷由美」(33票)がベストスリーとなっています。以下「サザンオールスターズ」(28票)、「エアサプライ」(24票)の順で続き、5位にはじめて外国人のアーティストが入りました。

〈表-1〉ミュージシャン

順位	ミュージシャン グループ	人数
1位	オフコース	47名
2位	山下達郎	38名
3位	松任谷由美	33名
4位	サザンオールスターズ	28名
5位	エアサプライ	24名
6位	大滝詠一	21名
7位	松山千春	20名
8位	サイモン&ガーファンクル	19名
9位	沢田研二	14名
9位	アリス	14名

4. 歩いて気持ちのいい場所は横浜の「山下公園」がトップ。

Q4. 東京及び東京近郊で歩いて気持ちのいい街、通り、公園はどこですか。また、そこが気持ちのいいのはどうしてですか。

歩いていて気持ちのいい街、通り、公園の1位は「山下公園」(16名)でした。2位は「銀座」(12名)、3位は「表参道」(11名)という結果になりました。次いで「代々木公園」(10名)、「渋谷」(9名)といったところが上位にあげられています。

では、そこが気持ちのいいのはどうしてかその理由をみると、「緑が多いから」という理由が最も多く18名、次いで「広々としていて緑が多い」(8名)、「近いから」(6名)、「なんとなく」(5名)といった理由をあげた人が多くなっています。

〈表-2〉街、通り、公園

順位	場所	人数
1位	山下公園	16名
2位	銀座	12名
3位	表参道	11名
4位	代々木公園	10名
5位	渋谷	9名
6位	神宮外苑	8名
6位	鎌倉倉	8名
8位	横浜	7名
9位	井の頭公園	6名
10位	日比谷公園 明神宮居り 皇青多摩川土手沿い	5名

5. 身長161cm、体重48kg、B83cm、W59cm、H86cmがいい気持ちのプロポーション。

Q5. あなたはご自分の身長、体重、バスト、ウエスト、ヒップがどのくらいだったら気持ちがいいだろうと思いますか。

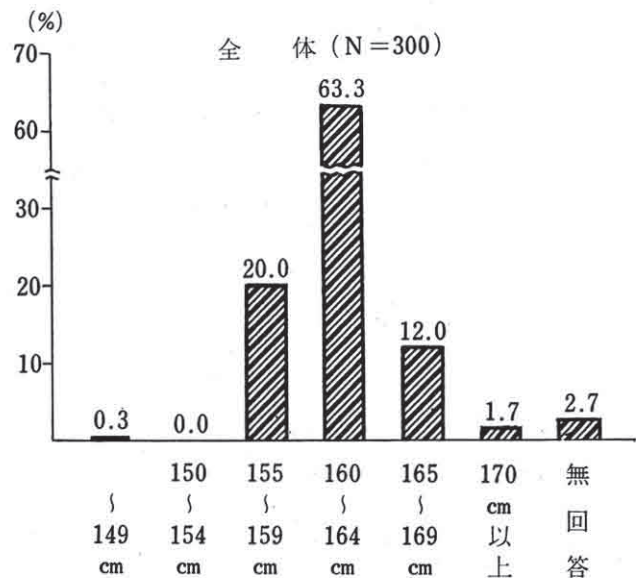
女性にとって自分自身のプロポーションは非常に気になるものです。そこでOLたちにどんなプロポーションだったら気持ちがいいか、身長、体重およびB、W、Hについて、いい気持ちと感じるサイズを聞いてみた結果、

身長、バストはプラス志向、体重、ウエスト、ヒップは、マイナス志向という回答になりました。以下項目別に見てみます。

① 身長

身長は6割強の人が「160～164cm」と答えています。平均をみると160.9cm。(アンケート解答者の現実の平均身長は158.1cm。以下の項目も同じ)。次に現実の身長と比較してみると「あと6cm以上欲しい」と回答したOLが5人に1人(20.7%)と最も多く、平均では、あと約3cm欲しいという結果になりました。

〈図-3〉 身長

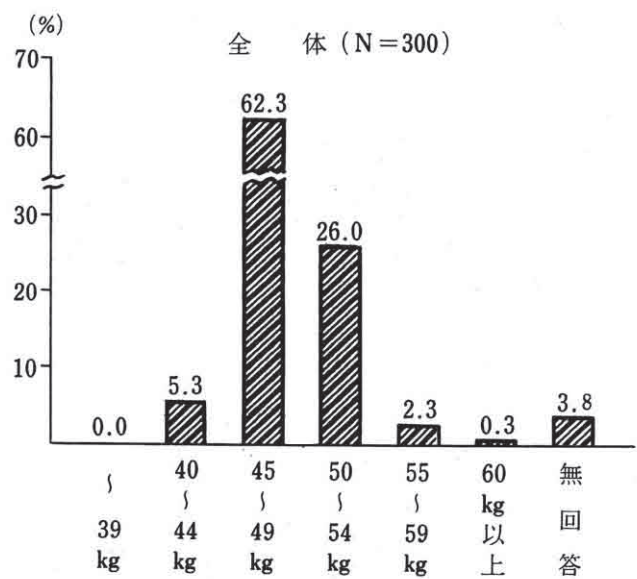


② 体重

次に体重を見てみると、「45～49kg」が62.3%でトップ、平均は47.8kgでした。（現実の平均体重は49.6kg）

現実との比較をみると今の体重より“へらしたい”というOLがやはり53.4%と多くっており、「あと5kg以上へらしたい」というOLが5人に1人と最も多くなっています。しかし、平均では「あと1.7kgほどへらしたい」という数字になりました。

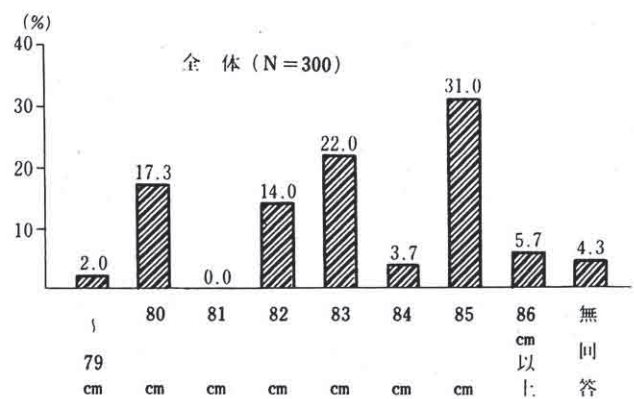
〈図-4〉 体 重



③ バスト

バストは「85cm」という回答が31.0%と最も多く、次いで「83cm」「80cm」の順。平均は83.2cm。（現実の平均は82.1cm）また、現実と比較してみると4割強がプラス志向をしており、平均は「あと約1cm欲しい」という結果でした。

〈図-5〉 バスト

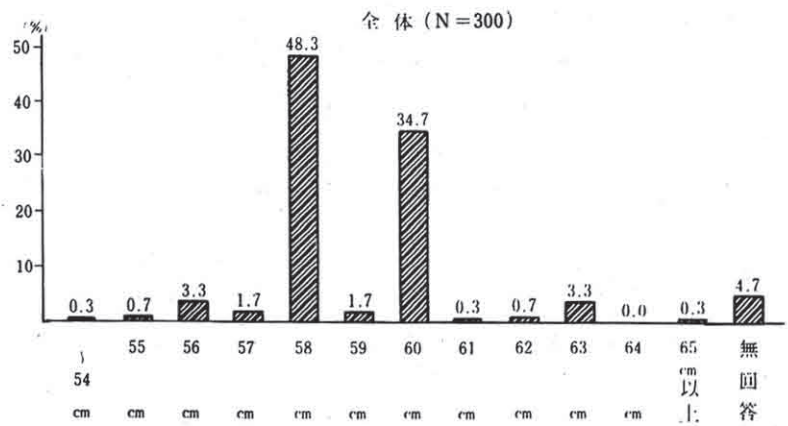


④ ウエスト

次にウエストをみると「58cm」(48.3%)、「60cm」(34.7%)が双壁で、この2つに回答が集中し、平均は58.9cmでした。(現実の平均は61.1cm)

現実との比較では6割強がマイナス志向で、「あと2cmへらしたい」というOLが約4人に1人と最も多く、平均で「あと2.2cmへらしたい」と願っています。

〈図-6〉 ウエスト

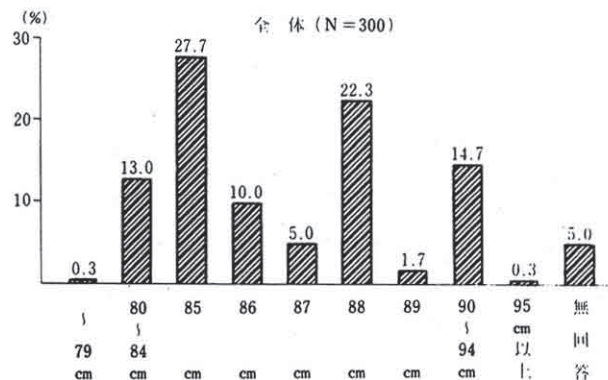


⑤ ヒップ

最後にヒップは「85cm」(27.7%)がトップ、次いで「88cm」(22.3%)、「90~94cm」(14.7%)の順となっており、平均は86.3cm。(現実の平均は87.9cm)

また、現実との比較では体重、ウエストと同様、マイナス志向が4割強と多く、平均で「あと1.6cm細くなりたい」と思っています。

〈図-7〉 ヒップ



6. いい気持ちのプロポーションをしている有名人は「郷ひろみ」「浅野ゆう子」。

Q6. いい気持ちだと感じるプロポーションをしている有名人は誰ですか。

まず男性では「郷ひろみ」が2位以下に大差をつけ、83票で断然トップ。次いで「名高達郎」が20票で第2位「草刈正雄」が7票で第3位という結果になりました。

〈表-3〉 いい気持ちだと感じる有名人(男性)

順位	人 物 名	人 数
1 位	郷 ひろ み	83名
2 位	名 高 達 郎	20名
3 位	草 刈 正 雄	7名
4 位	田 原 俊 彦 渡 哲 也	6名
6 位	沢 田 研 二 原 辰 徳 松 田 優 作 西 城 秀 樹	5名
10 位	真 田 広 之 藤 竜 也	4名

次に女性では、男性同様2位以下に大差をつけ、55票を獲得した「浅野ゆう子」がトップ、次いで「松坂慶子」(27名)、「夏目雅子」(14名)がベストスリーにあがっています。

〈表-4〉 いい気持ちだと感じる有名人(女性)

順位	人 物 名	人 数
1 位	浅 野 ゆ う 子	55名
2 位	松 坂 慶 子	27名
3 位	夏 目 雅 子	14名
4 位	ファラ・フォーセット	8名
5 位	桃 井 か お り	5名

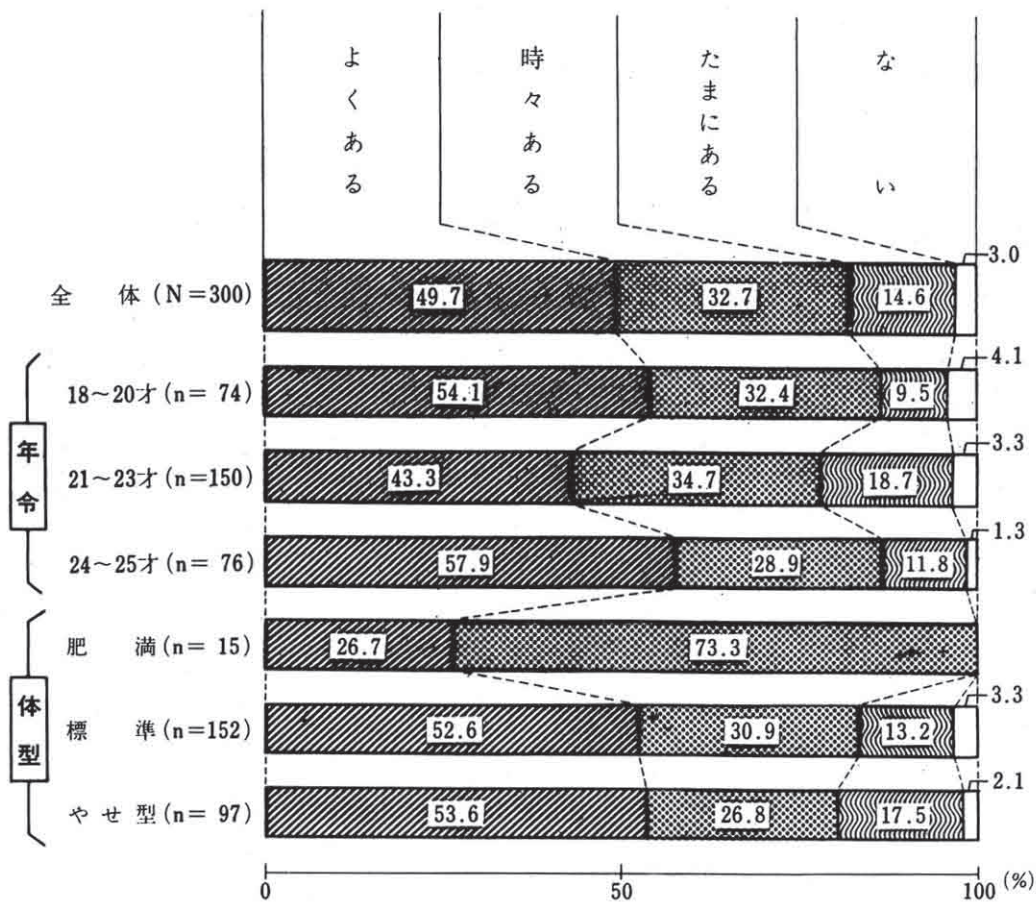
7. 97%が着るものによって気分が変わる。

Q7. 着るものによってあなたの気分が変わることがありますか。

「よくある」(49.7%)、「時々ある」(32.7%)、「たまにある」(14.6%)とほぼ全員の97.0%の人が「ある」と、回答しました。

年齢別にみると、18~20才、24~25才のOLでは「よくある」と回答した人が過半数以上であったのに対し、21~23才のOLでは、4割強と差がでています。

〈図-8〉 着るものによる気分の変化



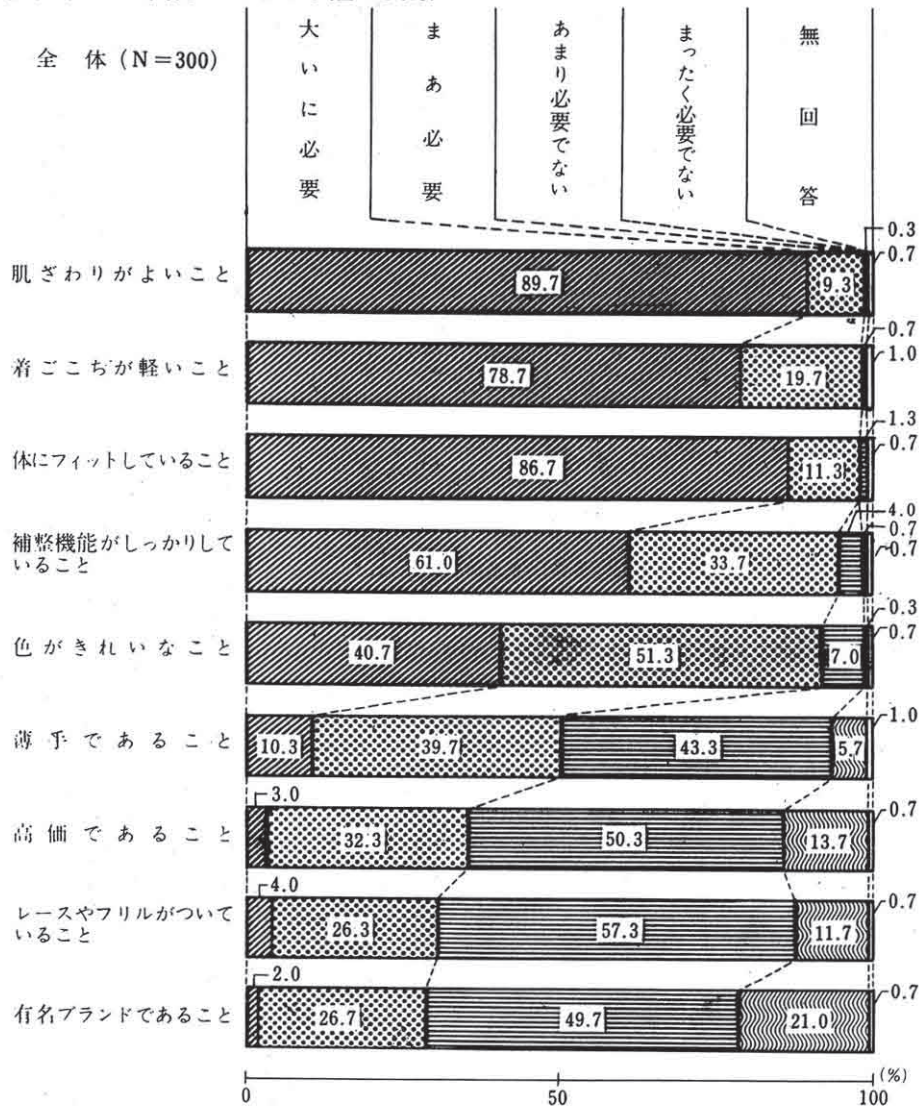
8. いい気持ちになる下着の要素は「肌ざわりがよく」「着ごちが軽い」「体にフィットしている」が上位

Q8. 着ていていい気持ちになる下着には、どんな要素が必要ですか。

着ていて、いい気持ちになる下着の要素について見たところ、必要性が高いとされた項目を見てみると、「肌ざわりがよいこと」(99.0%)、「着ごちが軽いこと」(98.4%)、「体にフィットしていること」(98.0%)などが

上位にあがりました。特に「肌ざわりがよいこと」は、9割近くのOLが、「大いに必要」と回答しています。

〈図-9〉 いい気持ちになる下着の要素

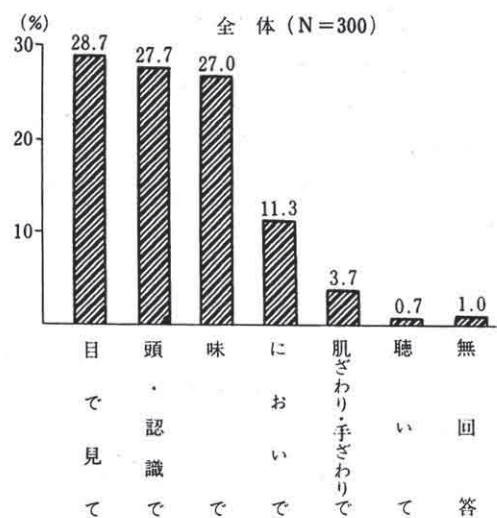


9. 「目」「頭・認識」「味」を通していい気持ちだと感じている。

Q9. あなたが日頃、いい気持ちだと感じるのは、どの感覚を通してのことが多いですか。

「目で見て」(28.7%)、「頭・認識で」(27.7%)、「味で」(27.0%)とベストスリーは、僅差となっており、意見が割れました。その他「においで」(11.3%)、「肌ざわり・手ざわりで」(3.7%)、「聴いて」(0.7%)などとなっています。

〈図-10〉 いい気持ちと感ずる感覚



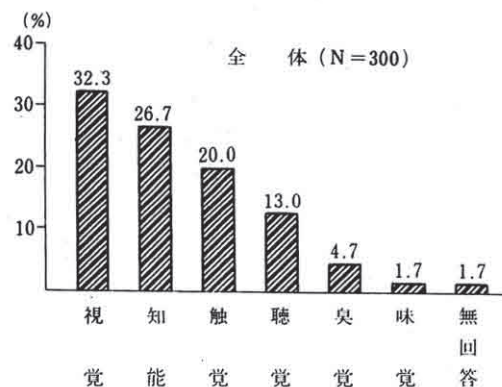
10. 「視覚」を大切に、いい気持ちで過ごしたいと思っている。

Q10. いい気持ちで過ごすために、特にどの感覚・能力を大切にしたいと思いますか。

前項で第1位だった「目で見て」すなわち「視覚」が大切にしたい感覚でも 32.3%とトップになりました。次いで「知能」(26.7%)、「触覚」(20.0%)が続いています。前項で上位にあげられた「味で」(味覚)をあげるOLが少ないのはすでに「味覚」には自信があるということでしょうか。

年齢別にみると「視覚」は若いOLほど、反対に「触覚」は年齢の高いOLほどそれぞれ回答率が高くなっています。

〈図-11〉 大切にしたい感覚・能力



11. 3人に2人が「いい気持ちで生きている」と回答。

——「友人とうまくいっている」のがその理由——

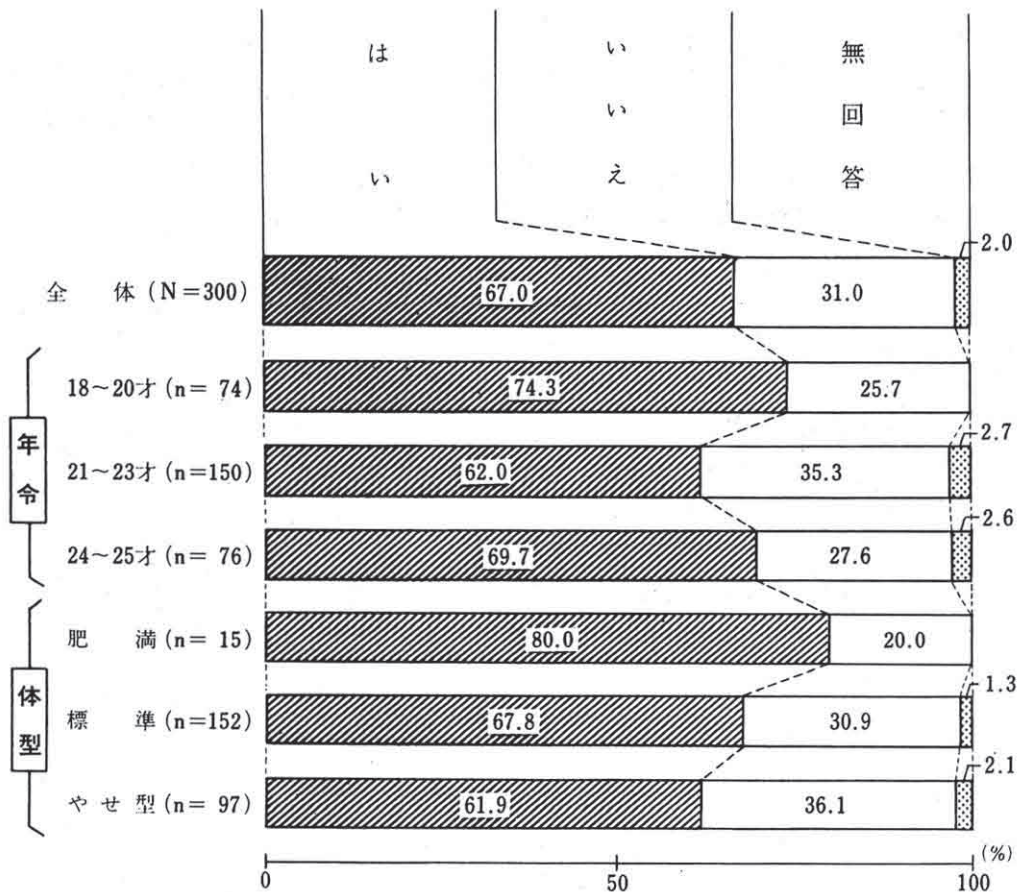
- Q11-1 あなたご自身はトータルに見て、いい気持ちで生きていますか。
 Q11-2 いい気持ちで生きている理由はどんな事ですか。
 Q11-3 いい気持ちで生きているのは何故ですか。

「いいえ」と回答したOLが3割強(31.0%)、「はい」と回答したOLが7割弱(67.0%)と、いい気持ちで生きていると自負するOLが圧倒的に多くなりました。

年齢別にみると、いい気持ちで生きているという割合が最も高かったのは18～20才のOL、反対に最も少なか

ったのは21～23才のOLで1割強の差がみられました。また、21～23才のOLの3人に1人は「いいえ」と回答しており、さしずめ、この年頃は悩める年頃といえるのでしょうか。

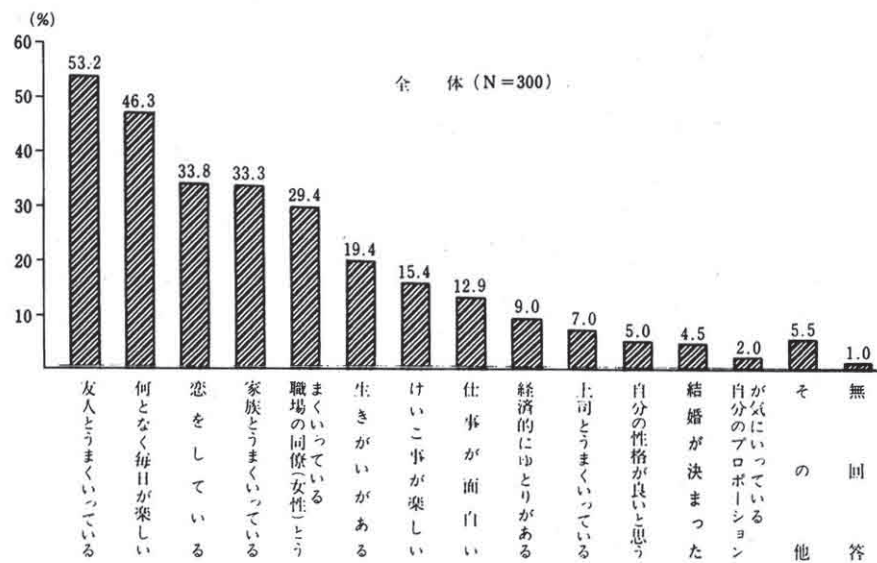
〈図-12〉 いい気持ちで生きているか



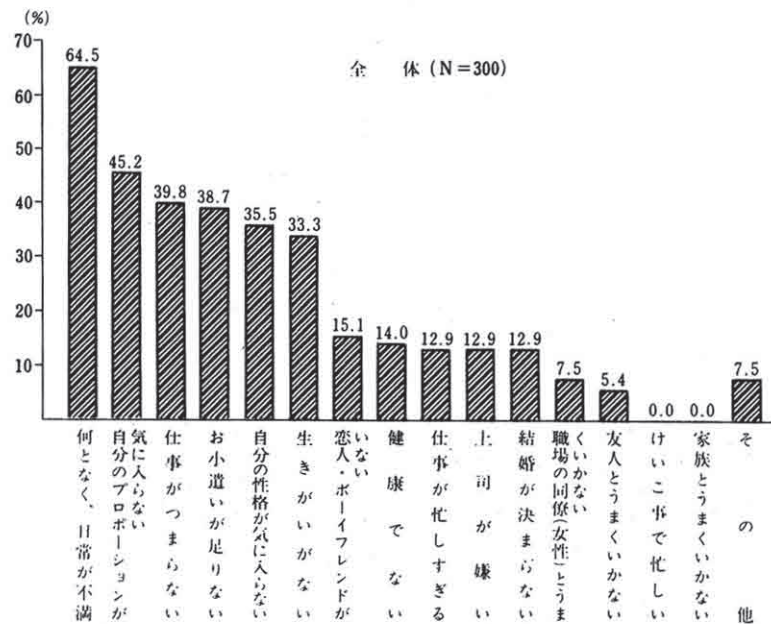
いい気持ちで生きている理由は「友人とうまくいっている」からという理由がトップで53.2%、次いで「何と

なく毎日が楽しい」(46.3%)、「恋をしている」(33.8%)が、上位にあがっています。

〈図-13〉 いい気持ちで生きている理由



〈図-14〉 いい気持ちで生きていない理由



いい気持ちで生きていない理由を聞くと、「何となく日常が不満」が64.5%、「自分のプロポーションが気に入らない」が45.2%、「仕事がつまらない」が39.8%

でベストスリー。

女性はやはりプロポーションを相当気にしているようすがうかがわれます。

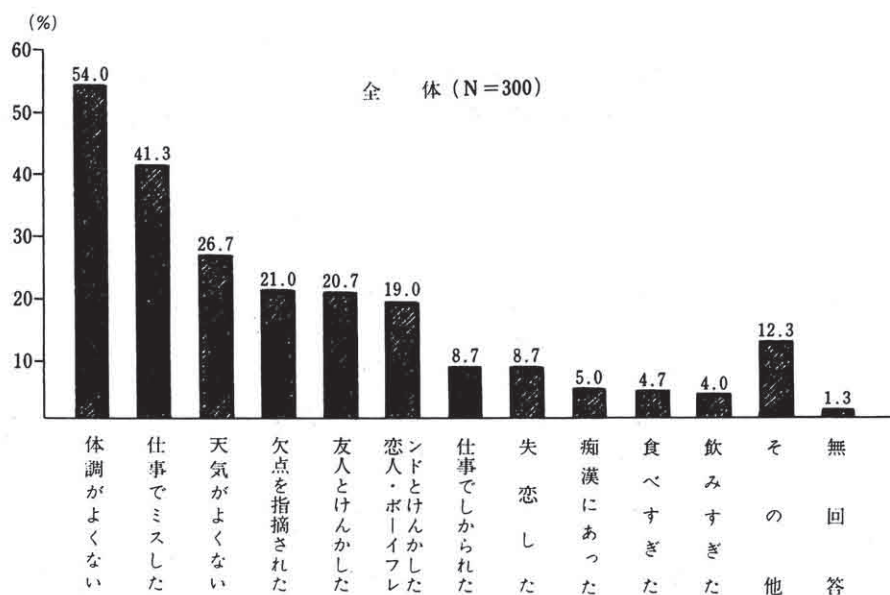
12. 気分が落ちこむ時は「体調がよくない」「仕事でミスした」時。

Q12. 気分が落ちこむ時はどんなことが原因ですか。

「体調がよくない」時、という回答が最も多く54.2%次いで「仕事でミスした」(41.5%)があがっており、現代のOLはかなり責任ある仕事をしていることがうかがわれます。

年齢別にみると、「仕事でミスした」という回答は若いOLほど、反対に「欠点を指摘された」という回答は年齢の高いOLほど、それぞれ回答率が高くなっています。

〈図-15〉 どんな時



13. 落ち込んだ気分からいい気持ちになるきっかけは「気の合う人とおしゃべりをする」。

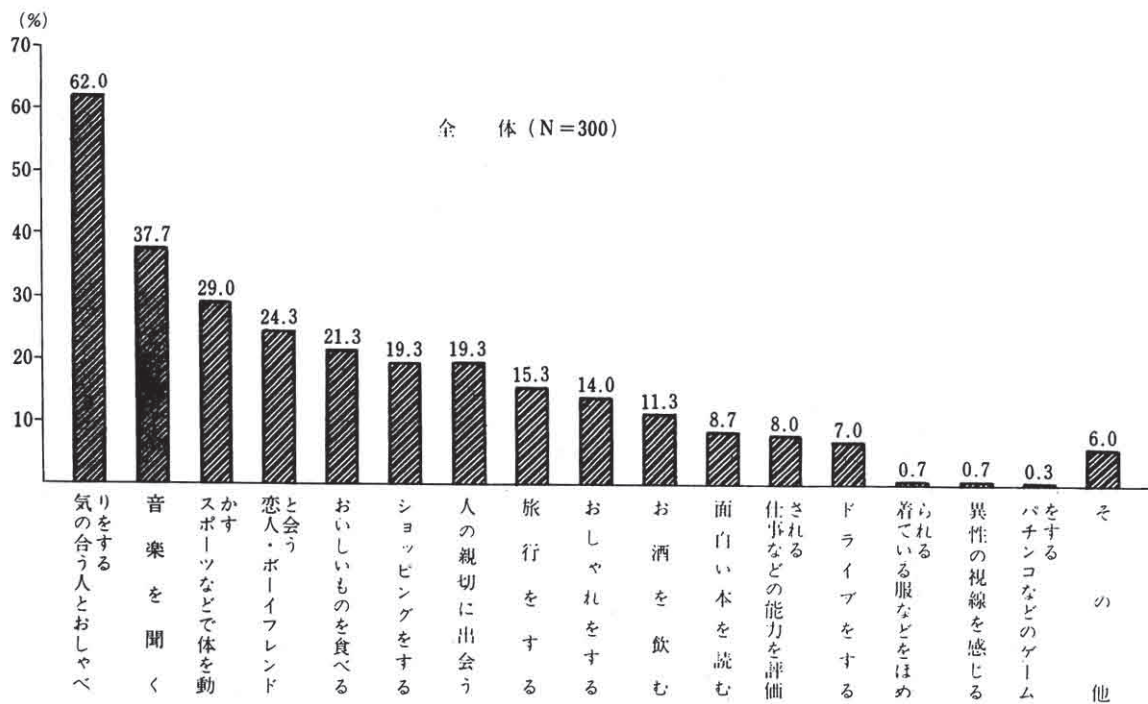
Q13. 落ち込んだ気分などから、いい気持ちになるにはどんな事がきっかけになりますか。

落ち込んだ気分などから「いい気持ち」になるにはどんな事がきっかけになるかを聞いてみたところ、「気の合う人とおしゃべりをする」という女性らしい回答が断然多く、62.0%。次いで、「音楽を聴く」(37.7%)、「スポーツなどで体を動かす」(29.0%)、「恋人・ボーイフレンドと会う」(24.3%)、「おいしいものを食べる」(21.3%)、「ショッピングをする」(19.3%)、「人の親切に出会う」(19.3%)、「旅行をする」(15.3%)、「おしゃべりをする」(14.0%)、「お酒を飲む」(11.3%)、「面白い本を読む」(8.7%)、「仕事などの能力を評価される」(8.0%)、「ドライブをする」(7.0%)、「着られる服などをほめられる」(0.7%)、「異性の視線を感じる」(0.7%)、「パチンコなどのゲームをする」(0.3%)、「その他」(6.0%)。

ンドと会う」(24.3%)、「おいしいものを食べる」(21.3%)などの順となっています。

男性ではトップに予想される「お酒を飲む」は少なく11.3%。しかしながら年齢の高いOLほど多くなっている傾向にあります。

〈図-16〉 いい気持ちになるきっかけ



14. いい気持ちで生きる必要条件は「心を開ける友人がいる」こと。この中で自分にそなわっているものも同じく「心を開ける友人がいる」こと。

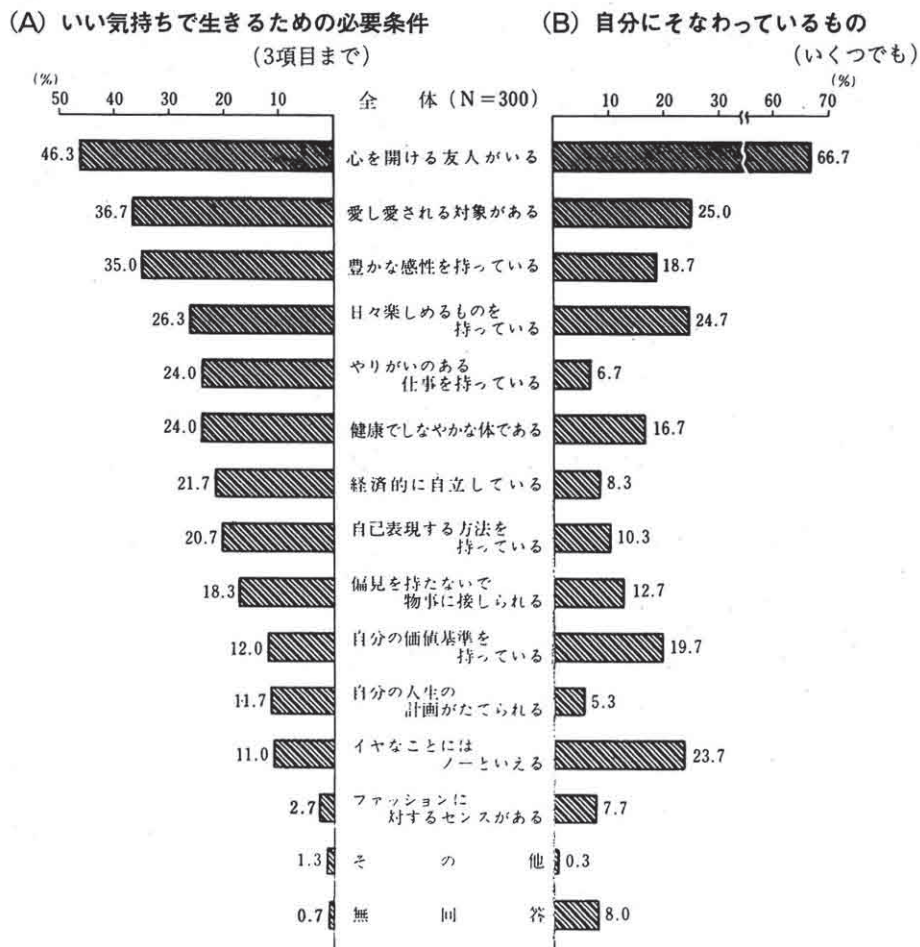
Q14. 現代の女性が(A)いい気持ちで生きるには、特にどんな条件が必要だと思いますか。
(B)すでに、ご自分にそなわっているといえるのはどれですか。

まず、**必要な条件**として3つまであげてもらいました。「心を開ける友人がいる」(46.3%)がトップ、次いで「愛し愛される対象がある」(36.7%)、「豊かな感性を持っている」(35.0%)と続いています。

では、**すでにそなわっている条件**を見てみると、必要な条件と同様にやはり「心を開ける友人がいる」が

3人に2人(66.7%)とトップで、前項の“いい気持ちで生きている”のがうなずけます。以下、「愛し愛される対象がある」(25.0%)、「日々楽しめるものを持っている」(24.7%)、「イヤなことにはノーといえる」(23.7%)、「自分の価値基準を持っている」(19.7%)などとなっています。

<図-17>



15. 現代女性は結婚について「同じ価値観・目的を持った人と結ばれたい」と願っている。

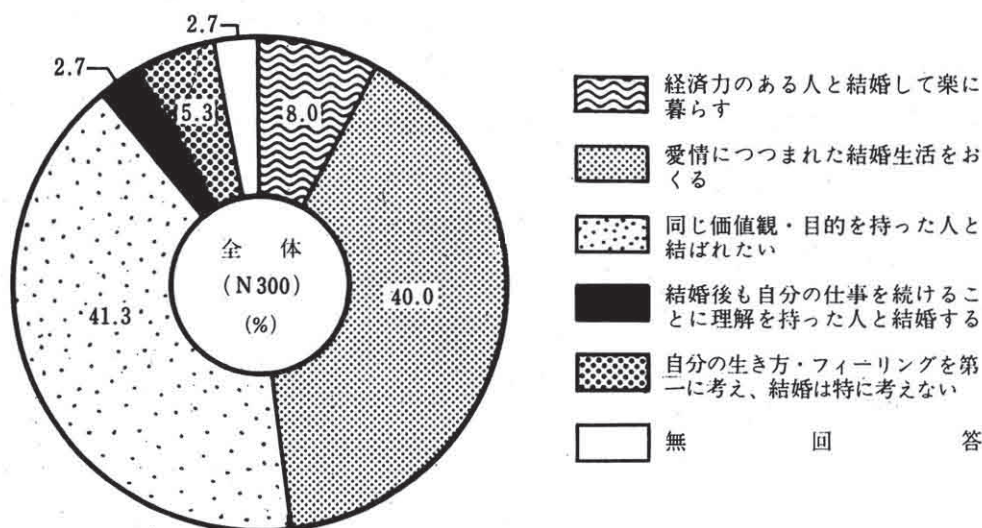
Q15. いい気持ちで生きるには、結婚についてどうありたいと思いますか。

いい気持ちで生きるには、結婚についてどうありたいと思うかを聞いてみたところ、「同じ価値観・目的を持った人と結ばれたい」(41.3%)、「愛情につつまれた結婚生活をおくる」(40.0%)が双壁でこの2つに回答が集中しました。その他の「経済力のある人と結婚して楽に暮らす」「自分の生き方・フィーリングを第一に考え、結婚は特に考えない」、「結婚後も自分の仕事を続けることに理解を持った人と結婚する」というOLは少なく、ま

た、「一生結婚しないで、独身で自由に暮らす」という回答は皆無でした。

年齢別に見ると、「愛情につつまれた結婚生活をおくる」という回答は若いOLほど、反対に「同じ価値観・目的を持った人と結ばれたい」という回答は年齢の高いOLほど、それぞれ回答率が高くなっており、年齢と共に夢から現実を見つめるようになるということでしょうか。

〈図-18〉 いい気持ちで生きるための結婚



16. 「沢田研二」「山口百恵」がいい気持ちで生きている有名人。

Q16. いい気持ちで生きているな、という感じのする有名人は誰ですか。

男性では、「沢田研二」が26名でトップ、次いで「加山雄三」(17名)、「原辰徳」(10名)、「田原俊彦」(8名)、「郷ひろみ」、「西田敏行」各々6名となっています。

次に女性では、「山口百恵」が30名で断然1位。これ

は絶対的な人気を誇っていた時に、結婚で引退したことが要因でしょうか。次いで「田中裕子」、「桃井かおり」が共に16名で2位。以下「大原麗子」(13名)、「黒柳徹子」(19名)と続いています。

〈表-5〉 いい気持ちで生きていると感じる有名人

〈男性〉

順位	人 物 名	票数
1 位	沢 田 研 二	26
2 位	加 山 雄 三	17
3 位	原 辰 徳	10
4 位	田 原 俊 彦	8
5 位	郷 ひ ろ み	6
	西 田 敏 行	6
7 位	矢 沢 永 吉	5
	三 浦 友 和	5
9 位	神 田 正 輝	4
	ポ ー ル ・ ニ ュ ー マ ン	4

〈女性〉

順位	人 物 名	票数
1 位	山 口 百 恵	30
2 位	田 中 裕 子	16
	桃 井 か お り	16
4 位	大 原 麗 子	13
5 位	黒 柳 徹 子	9
6 位	大 屋 政 子	6
	桐 島 洋 子	6
8 位	岸 本 加 世 子	5
	松 任 谷 由 美	5
	山 下 久 美 子	5