

20代・30代の女性に聞く

“気分”とライフスタイル
に関する調査

昭和63年4月

株式会社ワコール

20代・30代の女性に聞く “気分”とライフスタイルに関する調査 《目次》

調査企画	1
調査結果の内容	3
1. 気分の変わりやすさ	3
2. 気分が変わる原因	5
3. 自分の気分で決めてしまうこと	7
4. 気分を変えたい時にすること	9
5. 曜日ごとの気分をみると	11
6. 行動・気分にあてはまる曜日	15
7. 曜日ごとの最も気分の良い時間帯と最も気分の良くない時間帯	18
8. 日常生活で最も気分がいい時	21
9. 気分にあふさわしい色	22
10. 気分にあふさわしい服装・下着	24
11. “現在の時代の気分”がよく表われている最近の流行	26
12. 気分で下着を着替えること	27

調 査 企 画

1. 調 査 目 的

この調査は、現代女性の“気分”と日常生活の関連を、行動面での変化、曜日による変化などの観点から明らかにすることを目的に実施しました。

2. 調 査 対 象

首都圏に居住する20代～30代の未婚OL、既婚OL、専業主婦を対象としました。

3. 調査対象の抽出方法

- ・未婚OL、既婚OL-----都内の一流企業を無作為に抽出し、その企業に勤務する20代～30代の女性を調査対象として抽出しました。
- ・専業主婦-----調査地点を無作為に抽出し、地点内に居住する20代～30代の既婚女性を調査対象とするエリアサンプリングによりました。

4. 標 本 構 成

有効回収300名（独身OL、既婚OL、専業主婦 各100名）の標本構成は次の通りです。

① 年 令

（上段：サンプル数、下段：％）

		サ ン プ ル 数	20	25	30	35
			歳	歳	歳	歳
全	体	300 100.0	58 19.3	107 35.7	83 27.7	52 17.3

② 血液型

		サ ン プ ル 数	A	B	A B	O	無 回 答
			型	型	型	型	
全	体	300 100.0	106 35.3	68 22.7	35 11.7	89 29.7	2 0.7

③ 最終学歴

	サ ン プ ル 数	中 学	高 校	専 門 学 校	短 大	大 学	そ の 他
全 体	300 100.0	7 2.3	141 47.0	41 13.7	83 27.7	28 9.3	

④ 体型

	サ ン プ ル 数	や せ 気 味	ス マ ー ト	ふ つ う	太 り 気 味	無 回 答
全 体	300 100.0	33 11.0	102 34.0	106 35.3	38 12.7	21 7.0

5. 調査方法

調査票による自記式留置法によりました。

6. 調査期間

昭和62年11月26日～12月7日

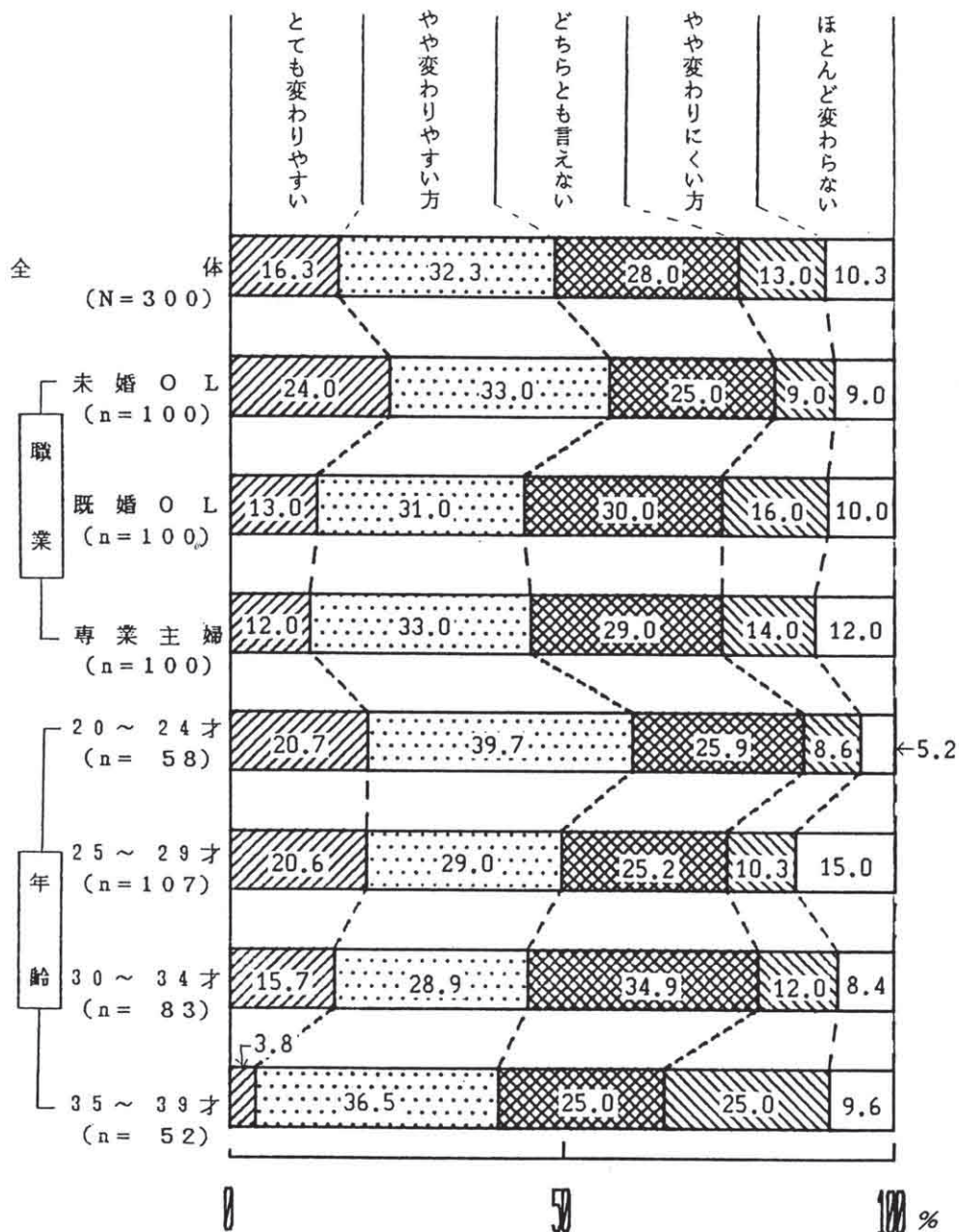
調査結果の内容

1. 気分の変わりやすさ

2人に1人(48.6%)が「変わりやすい」

20代前半では5人に3人の割合(60.4%)と若い人ほど「変わりやすい」

<図-1>気分は変わりやすい方か



まず、自分自身で気分がわりやすい方だと思っているか、自己診断をしてもらいました。その結果、「とても変わりやすい」という人は16.3%とそれ程多くありませんが、3人に1人(32.3%)が「やや変わりやすい方」と答えており、合わせて半数(48.6%)が

「変わりやすい」、すなわち自分自身を“気分屋”とみています。

一方、「ほとんど変わらない」が10.3%、「やや変わりにくい方」が13.0%と、4人に1人(23.3%)は「変わらない方」とみています。また、3割弱(28.0%)が「どちらとも言えない」と答えています。

職業別にみると、未婚OLでは6割弱(57.0%)が「変わりやすい」と答えており、既婚OL(44.0%)や専業主婦(45.0%)に比べて“気分屋”が若干多くなっています。

年齢別でみると、若い人ほど「変わりやすい」という割合が高く、20代前半では5人に3人(60.4%)の割合を示していますが、30代後半では4割(40.3%)とかなり減少し、3人に1人(34.6%)は「変わらない方」と答えています。

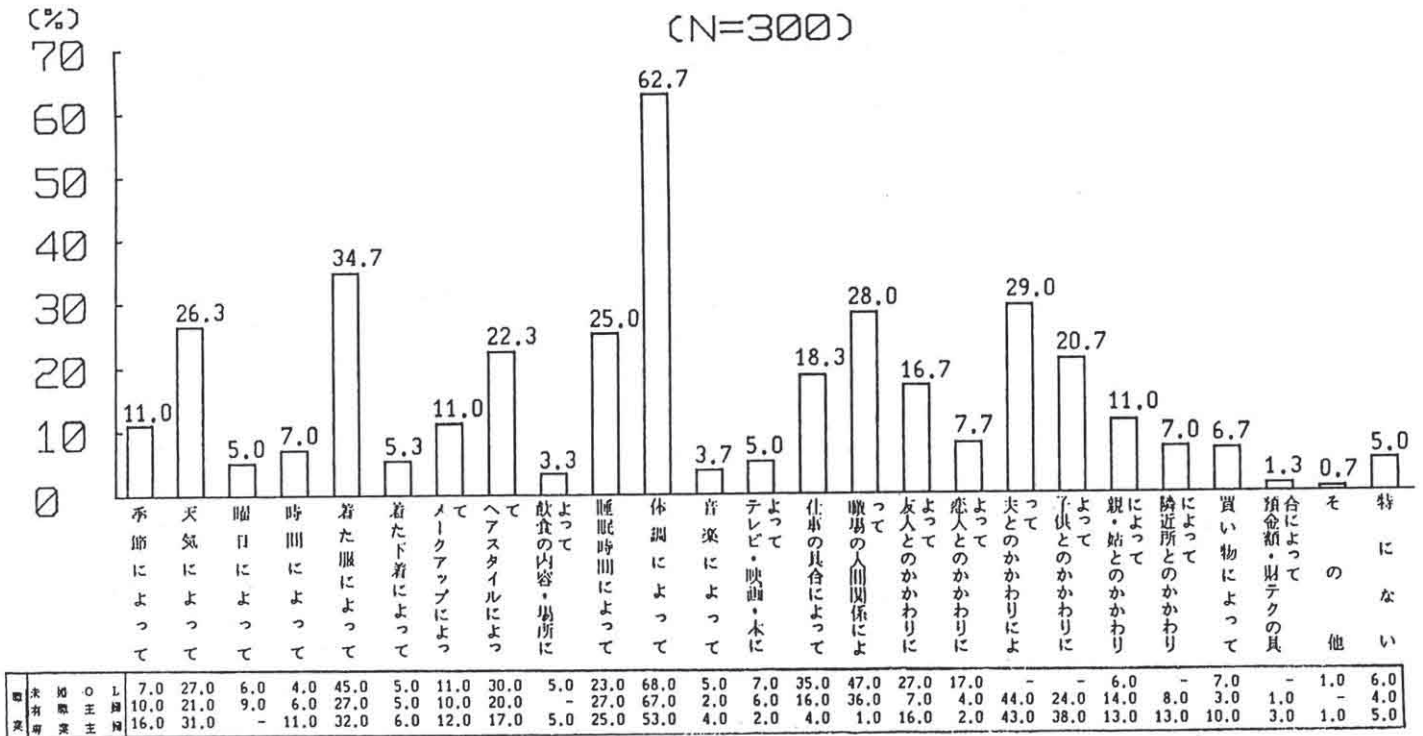
なお、血液型別では、O型(55.0%)やA型(53.8%)に「変わりやすい」という人が多くなっています。また、B型では「変わらない方」(38.2%)という人が他より多く、「変わりやすい」(36.8%)と同程度を示しています。

2. 気分が変わる原因

第一に「体調によって」(62.7%)

3人に1人前後が「着た服」(34.7%)、「夫とのかかわり」(29.0%)、「職場の人間関係」(28.0%)でも変わる

<図-2>気分が変わる原因(5つまで回答)



では、どんなことが原因で気分が変わることが多いのかをみると、「体調によって」という人が62.7%と断然多くなっています。以下はやや低率になり、「着た服によって」(34.7%)、「夫とのかかわりによって」(29.0%)、「職場の人間関係によって」(28.0%)、「天気によって」(26.3%)、「睡眠時間によって」(25.0%)、「ヘアスタイルによって」(22.3%)などが続いています。

また、少数派としては「預貯金・財テクの具合によって」、「飲食の内容・場所によって」、「テレビ・映画・本によって」、「着た下着によって」などがあげられています。

職業別にみても、いずれも「体調によって」がトップになっています。以下、未婚OLでは「職場の人間関係によって」(47.0%)、「着た服によって」(45.0%)、「仕事の具合によって」(35.0%)などが上位にあげられています。既婚OLになると、「職場の人間関係によって」(36.0%)や「着た服によって」(27.0%)なども多いものの

第2位に「夫とのかかわりによって」（44.0%）、第6位に「子供とのかかわりによって」（24.0%）などの原因がプラスされてきます。また、専業主婦では第2位に「夫とのかかわりによって」（43.0%）、第3位に「子供とのかかわりによって」（38.0%）と、家族とのかかわりが中心になっています。

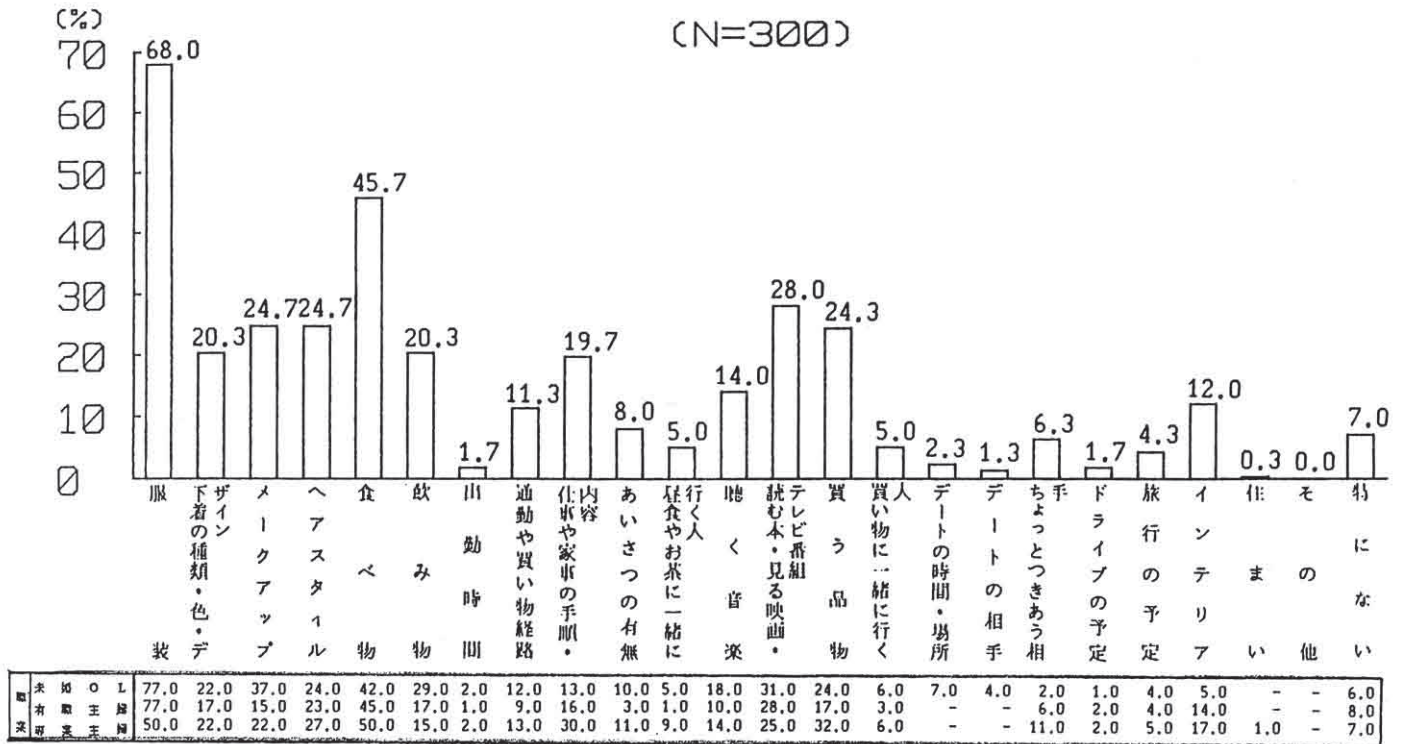
年齢別にみても、いずれも「体調によって」が第一の原因ですが、若い人ほど「職場の人間関係によって」、「着た服によって」、「ヘアスタイルによって」、「友人とのかかわりによって」などをあげる割合が高くなっています。反対に、「睡眠時間によって」は年齢が上の人ほど高くなっています。なお、「夫」や「子供」など家族とのかかわりをあげる割合は30代前半がピークになっています。

血液型別でも、いずれも「体調によって」がトップで上位の項目は変わりませんが、AB型の人では「着た服によって」、「夫とのかかわりによって」、「子供とのかかわりによって」、「友人とのかかわりによって」を原因にあげる割合が他に比べてかなり低率なのが目につきます。

3. 自分の気分で決めてしまうこと

「服装」(68.0%)、「食べ物」(45.7%)、「読む本・見る映画・テレビ番組」(28.0%)がベストスリー

<図-3>自分の気分で決めてしまうこと(複数回答)



次に、日頃自分の気分で決めてしまうことが多い事柄はどんなことか聞いてみたところ、「服装」という人が68.0%と最も多くなっています。以下半数近くの人が「食べ物」(45.7%)、4人に1人前後が「読む本・見る映画・テレビ番組」(28.0%)、「メイクアップ」、「ヘアスタイル」(各24.7%)、「買う品物」(24.3%)、5人に1人前後が「下着の種類・色・デザイン」、「飲み物」(各20.3%)、「仕事や家事の手順・内容」(19.7%)などをあげています。

職業別にみると、未婚OLや既婚OLでは「服装」が8割弱(各77.0%)でトップですが、専業主婦では5割(50.0%)に下がり、「食べ物」と同率トップになっています。

また、未婚OLで「メイクアップ」(37.0%)や「飲み物」(29.0%)、専業主婦で「仕事や家事の手順・内容」(30.0%)や「買う品物」(32.0%)をあげる割合が他の層に比べて高くなっています。

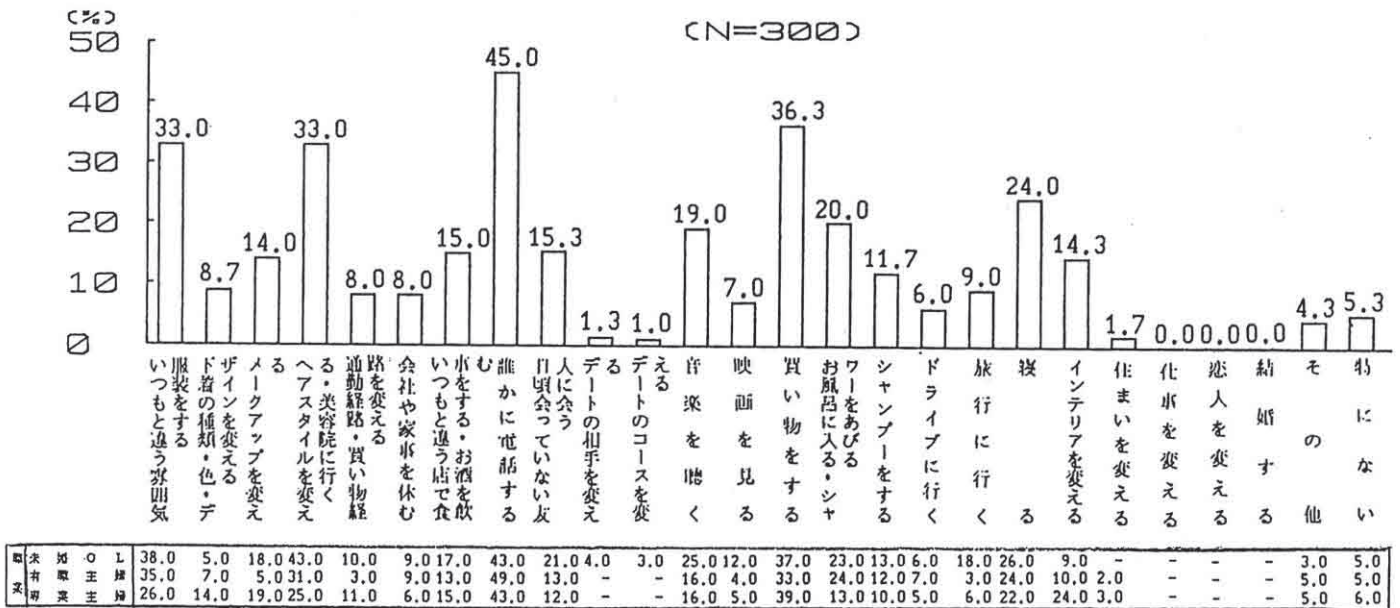
年齢別でも、いずれもトップが「服装」、第2位が「食べ物」になっています。「読む本・見る映画・テレビ番組」、「聴く音楽」などは若い人の方が気分で決めてしまうことが多いようです。年齢が上になると「仕事や家事の手順・内容」が多くなっています。なお、「服装」、「下着の種類・色・デザイン」、「メイクアップ」、「ヘアスタイル」を気分で決めてしまう割合はいずれも30代前半が最も高くなっています。

なお、おしゃれの関心度別でみると、関心度の高い人ほど「服装」、「下着の種類・色・デザイン」、「メイクアップ」、「ヘアスタイル」などを気分で決めていきます。

4. 気分を変えたい時にすること

まず「誰かに電話する」（45.0%）。そして3人に1人は「買い物をする」（36.3%）、「いつもと違う雰囲気・ファッションの服装をする」、「ヘアスタイルを変える・美容院に行く」（各33.0%）で気分転換

<図-4>気分を変えたい時にすること（複数回答）



気分を変えたいと思った時、どんなことをするか聞いてみたところ、「誰かに電話する」という人が45.0%と最も多くなっています。以下「買い物をする」（36.3%）、「いつもと違う雰囲気・ファッションの服装をする」、「ヘアスタイルを変える・美容院に行く」（各33.0%）、「寝る」（24.0%）、「お風呂に入る・シャワーをあびる」（20.0%）などが続いています。

職業別にみても、いずれも「誰かに電話する」が4割台で最も多くなっていますが、未婚OLでは「ヘアスタイルを変える・美容院に行く」（43.0%）が他の層に比べて多く同率トップになっています。また、未婚OLでは「音楽を聴く」（25.0%）、「日頃会っていない友人に会う」（21.0%）、「旅行に行く」（18.0%）なども多くなっています。

なお、専業主婦では「インテリアを変える」（24.0%）が他の層に比べて多くなっています。

年齢別にみると、20代及び30代後半では「誰かに電話する」がトップですが、30代前

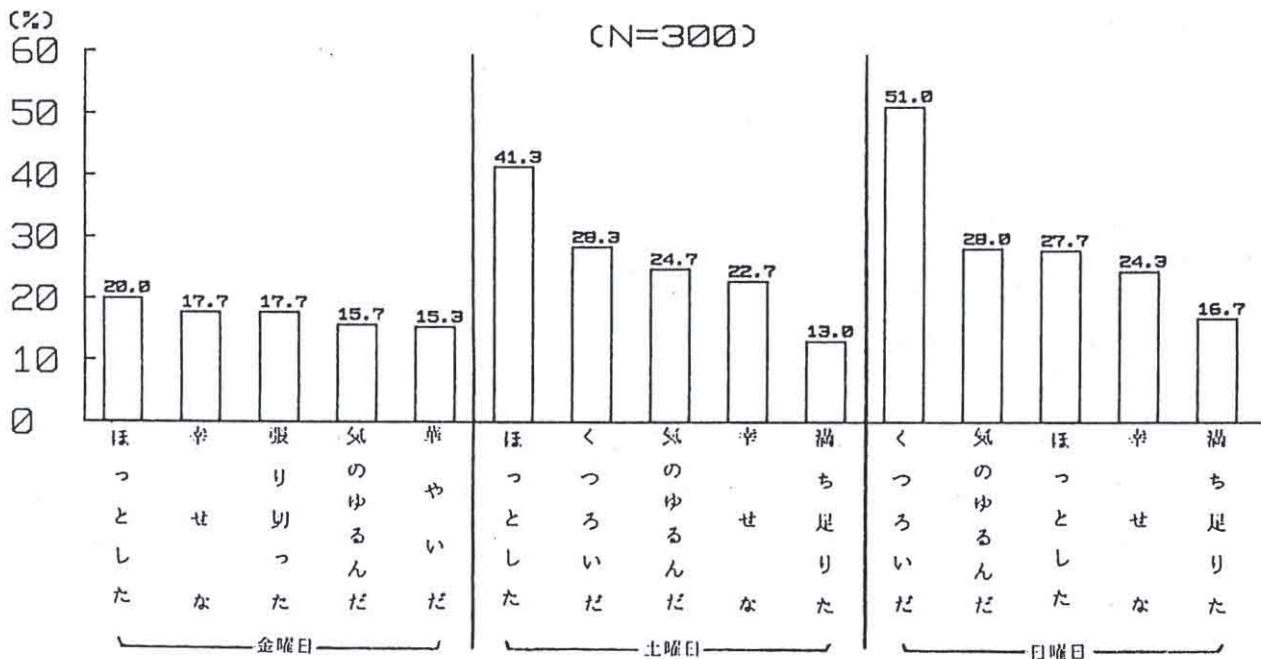
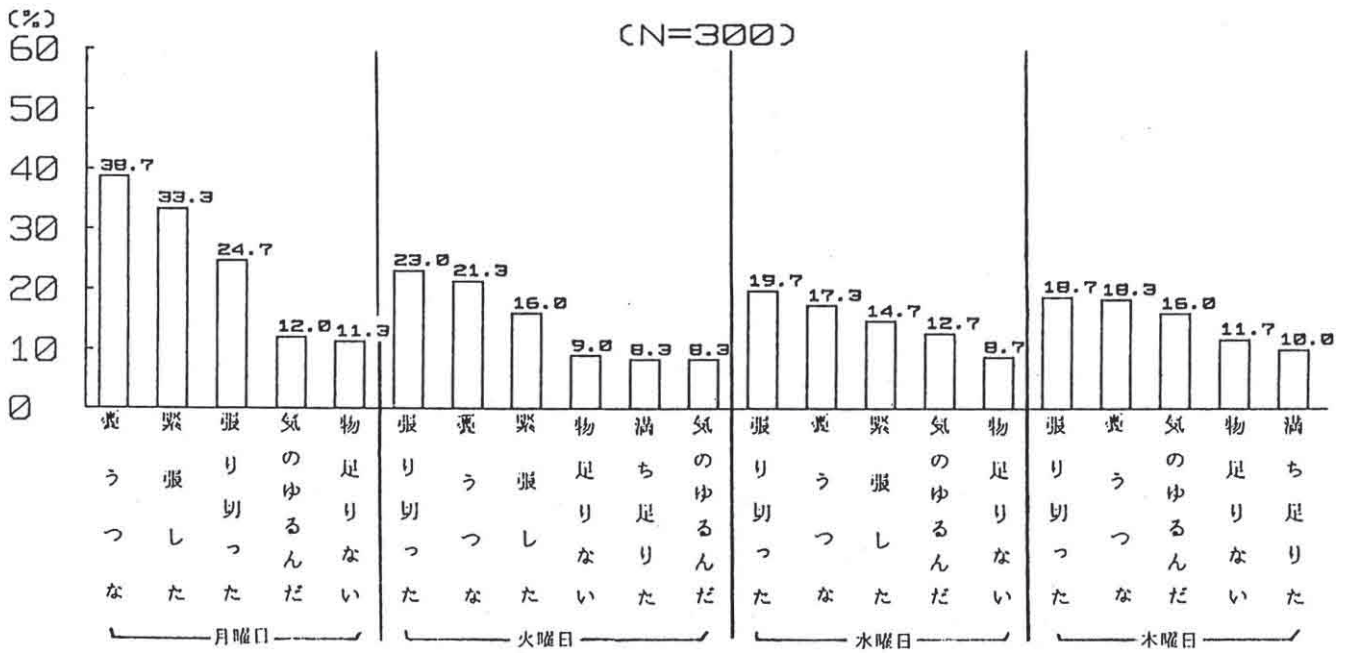
半のみは「いつもと違う雰囲気のを服装をする」（43.4%）が第一です。また、30代前半は「下着の種類・色・デザインを変える」（19.3%）が他の層に比べて多くなっているのが目につきます。

血液型別で見ると、A型（50.0%）、B型（45.6%）の人では「誰かに電話する」、AB型では「ヘアスタイルを変える・美容院に行く」（42.9%）、O型では「買い物をする」（42.7%）がそれぞれトップです。

5. 曜日ごとの気分をみると

一週間のスタートである月曜日は「憂うつな」(38.7%)気分、反面「緊張した」(33.3%)、「張り切った」(24.7%)気分も。
週末になるにつれ「気のゆるんだ」、「幸せな」気分が増し、金曜日は「ほっとした」(20.0%)気分。土曜日はより「ほっとした」(41.3%)気分で、「くつろいだ」(51.0%)気分の日曜日へ

<図-5> 曜日ごとの気分—ベスト5— (各々3つまで回答)



ここでは、月曜日から日曜日までのそれぞれの曜日について、どんな気分のことが多いか聞いてみました。

一週間のスタートである月曜日についてみると、「憂うつな」という人が38.7%と最も多くなっていますが、“この一週間も頑張ろう”という気持ちの表われでしょうか、「緊張した」(33.3%)、「張り切った」(24.7%)という人も多くみられます。

職業別でみると、未婚OLでは「憂うつな」が55.0%と断然多くなっていますが、既婚OLになると「憂うつな」(44.0%)気分がある半面、「緊張した」(50.0%)気分も強くなっています。しかし、専業主婦では「憂うつな」(17.0%)気分は少なく、「張り切った」(35.0%)、「緊張した」(29.0%)気分のようです。また、前日の日曜日が夫や子供の休日なのでかえって平日より忙しかったのでしょうか、「ほっとした」という人も2割強(21.0%)います。

火曜日になると「憂うつな」(21.3%)や「緊張した」(16.0%)気分は月曜日に比べてかなり減少し、「張り切った」(23.0%)気分が月曜日と同程度を示しています。しかし、職業別でみると、未婚OLでは依然「憂うつな」(32.0%)が、既婚OLと専業主婦では「張り切った」がともに27.0%でトップです。

水曜日、木曜日では、「張り切った」と「憂うつな」気分が2割弱で同程度になっており、「緊張した」は水曜日で14.7%、木曜日で9.7%と曜日とともに減る傾向にあります。

職業別でみると、未婚OLは水曜日でも「憂うつな」(23.0%)がトップですが、木曜日になると「気のゆるんだ」(24.0%)がトップになっています。既婚OLは水曜日は「張り切った」(28.0%)がトップですが、木曜日になると「憂うつな」(26.0%)がトップです。専業主婦は水曜日、木曜日とも「張り切った」がトップです。

金曜日になると、一週間も終りに近づき、「ほっとした」が20.0%と最も多くなっています。次いで「張り切った」(17.7%)が火曜日～木曜日と同程度で第2位になっていますが、「幸せな」気分が増えて、同率2位になっています。また、月曜日～木曜日まではごく少数であった「華やいだ」(15.3%)気分も増えてきています。なお、月曜日～木曜日の間2割前後を示していた「憂うつな」気分は1割弱(8.3%)と少なくなっています。

職業別でみると、未婚OLでは「ほっとした」(28.0%)や「華やいだ」(25.0%)が他の層に比べて高くなっています。専業主婦では「幸せな」(23.0%)がトップです。

また、休日のタイプ別(有職者のみ)に見ると、完全週休二日のひとはいわゆる“ハナ金”なのでしょう、「ほっとした」(31.5%)、「華やいだ」(23.3%)気分が多くなっています。

土曜日は「ほっとした」が41.3%と最も多く、以下「くつろいだ」(28.3%)、「気のゆるんだ」(24.7%)、「幸せな」(22.7%)などが続いています。

職業別にみても、いずれも「ほっとした」が最も多くなっていますが、専業主婦では夫や子供の休日(日曜日)を控えているためでしょうか、その割合が31.0%と最も低くなっています。

日曜日は「くつろいだ」が51.0%と断然多くなっています。以下「気のゆるんだ」(28.0%)、「ほっとした」(27.7%)、「幸せな」(24.3%)などが続いています。

職業別にみても、いずれも「くつろいだ」が5割前後で最も多くなっています。

曜日ごとの気分を、職業別にトップをひろってみると、未婚OLの週日は「憂うつな」気分が続き、週末が近づくと「気のゆるんだ」になり、“ハナ金”には「ほっとした」と同時に「華やいだ」気分、そして「ほっとした」、「くつろいだ」週末へと、一週間は週末を目指してすごしていることがうかがえます。

既婚OLは「緊張した」、「張り切った」週前半の後、「憂うつな」あるいは「気のゆるんだ」状態になり、やはり「ほっとした」、「くつろいだ」週末へ。

そして専業主婦の週日は「張り切った」気分と「幸せな」気分の波に乗ってというところで……

週末以外は曜日ごとの気分といっても職業別で大分異っているようです。

<表-1>曜日ごとの気分(全体)

	心配な	ほっとした	物足りない	満ち足りた	悲しい	幸せな	気だのゆるん	張り切った	緊張した	くつろいだ	爽快な	憂うつな	冒険的な	慎重な	華やいだ	くすんだ	その他
月曜日	5.3	9.7	11.3	4.3	6.3	5.0	12.0	24.7	33.3	3.7	4.3	38.7	1.7	11.0	1.3	6.0	5.0
火曜日	2.0	5.0	9.0	8.3	2.0	7.0	8.3	23.0	16.0	7.0	5.3	21.3	1.3	8.0	1.7	7.0	9.3
水曜日	3.0	7.7	8.7	8.3	1.7	7.7	12.7	19.7	14.7	8.3	6.7	17.3	0.3	5.7	1.3	4.7	10.3
木曜日	2.0	7.0	11.7	10.0	2.0	9.0	16.0	18.7	9.7	9.0	5.7	18.3	2.0	5.7	0.7	6.7	9.7
金曜日	2.7	20.0	6.3	9.7	1.0	17.7	15.7	17.7	7.0	7.7	7.0	8.3	3.3	7.0	15.3	2.0	8.3
土曜日	1.3	41.3	6.0	13.0	1.7	22.7	24.7	9.0	2.3	28.3	10.0	5.0	5.3	1.0	12.7	1.3	5.7
日曜日	2.7	27.7	9.7	16.7	1.3	24.3	28.0	8.0	2.3	51.0	6.7	7.7	1.7	1.0	5.0	1.7	4.3

曜日ごとの気分（職業別・トップ回答）

	未婚OL	既婚OL	専業主婦
月曜日	憂うつな 55.0	緊張した 50.0	張り切った 35.0
火曜日	憂うつな 32.0	張り切った 27.0	張り切った 27.0
水曜日	憂うつな 23.0	張り切った 28.0	張り切った、 幸せな 各 16.0
木曜日	気のゆるんだ 24.0	憂うつな 26.0	張り切った 20.0
金曜日	ほっとした 28.0 華やいだ 25.0	ほっとした、気の ゆるんだ、張り切 った 各20.0	幸せな 23.0
土曜日	ほっとした 40.0	ほっとした 53.0	ほっとした 31.0
日曜日	くつろいだ 48.0	くつろいだ 56.0	くつろいだ 49.0

6. 行動・気分にあてはまる曜日

- ・『仕事（家事）の、のりがいい』のは「月曜日」（20.0%）がピークで、「木曜日」（9.7%）が“ドン底”。しかし、未婚OLや既婚OLでは「月曜日」は『仕事（家事）の気分がのらない』
- ・『おけいこ事・教室に通う』のは「火曜日」～「金曜日」、また、「金曜日」は『気のおけない友人と盛り上がる』（15.0%）
- ・「土曜日」や「日曜日」は『ショッピング（日常品以外の）をする』、『友人と会ったり、一緒に出かける』、『よくスポーツをする』、『よくドライブに行く』、『ちょっと豪華な夕食を楽しむ』。また、「日曜日」は『よく寝坊をしてしまう』（41.0%）

ここでは、15項目の行動・気分についてあてはまる曜日を聞いてみました。

『最も下着に気を使う』、『最もファッションに気を使う』『ハイヒールをはきたい気分になる』などのファッションに関する事柄は土曜日を中心とした週末がやや高いものの、特に集中する曜日はありません。言うならば、曜日に関係なくファッションや下着に気を使っているということでしょうか。

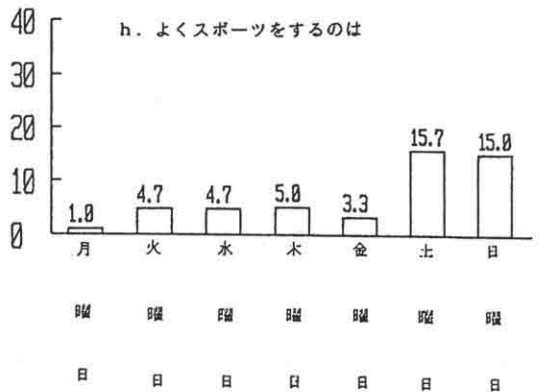
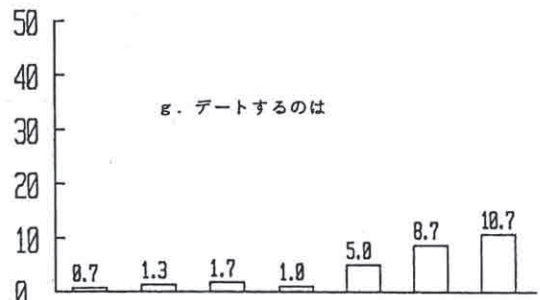
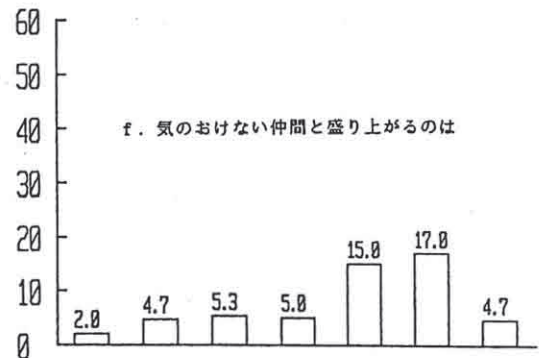
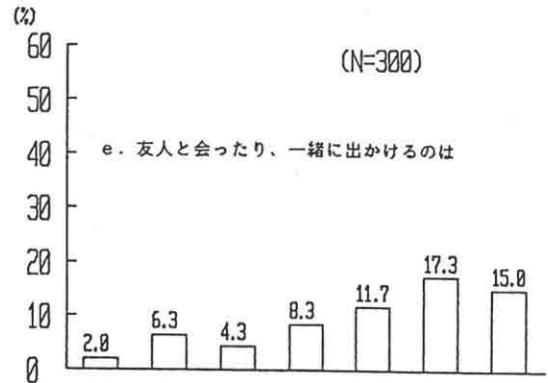
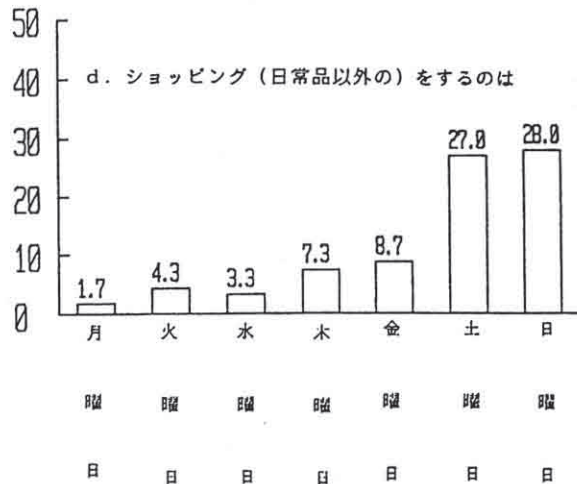
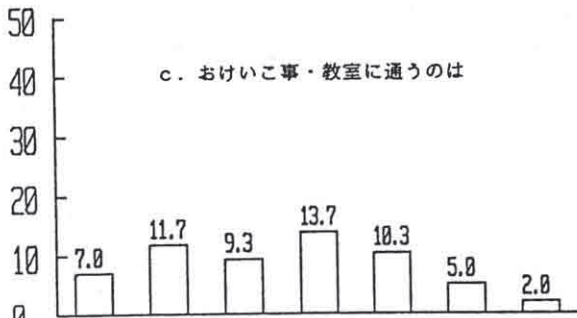
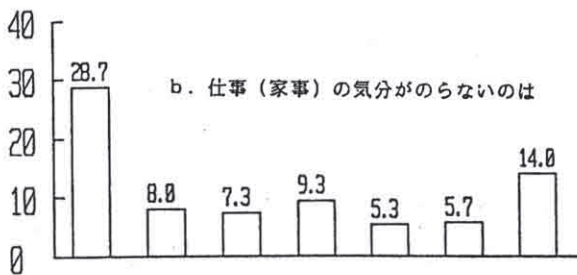
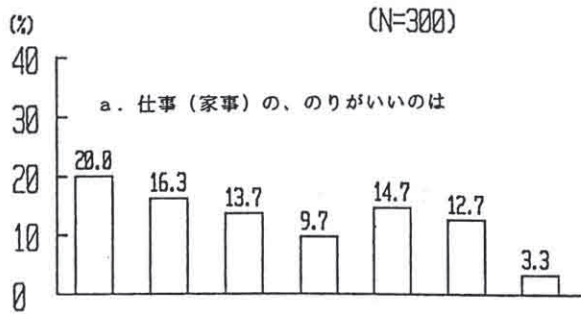
仕事や家事に関しての項目をみると、『仕事（家事）の、のりがいい』曜日は全体では「月曜日」が20.0%と最も多く、曜日とともにその割合は低くなり、「木曜日」（9.7%）が最低となっています。しかし、職業別にみるとかなり意識の違いがみられ、「月曜日」と答えている割合は専業主婦だけが4割（40.0%）と高く、未婚OLや既婚OLでは1割前後と少なく、「月曜日」は『仕事（家事）の気分がのらない』曜日でトップになっています。

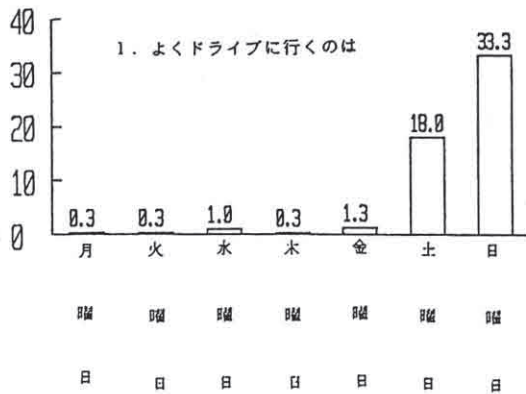
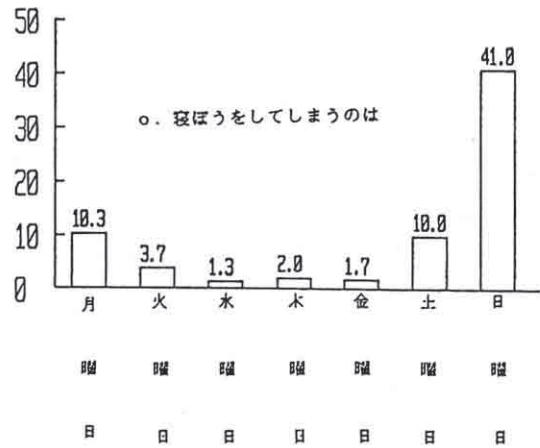
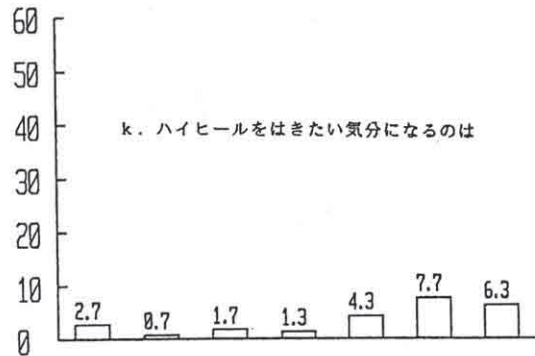
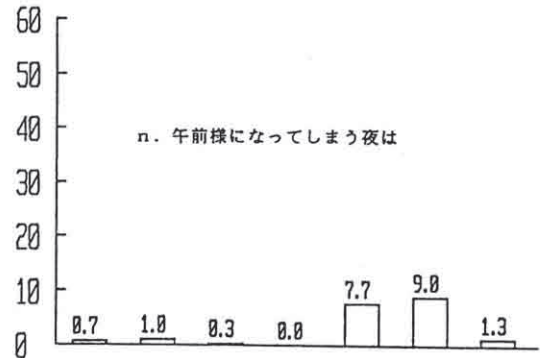
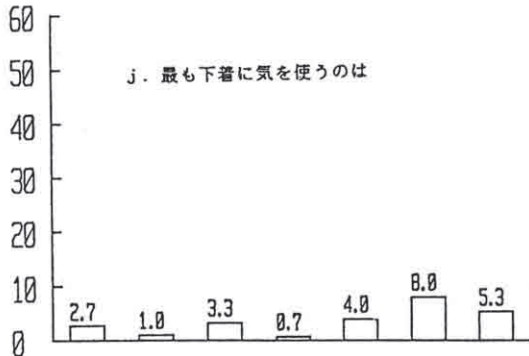
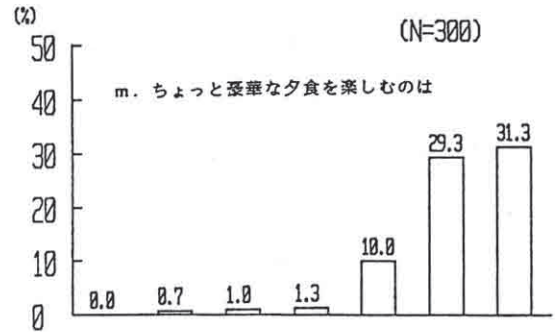
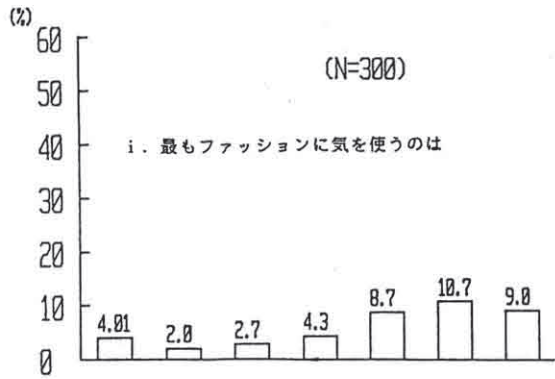
『おけいこ事・教室に通う』ことは「ない」という人が半数（49.0%）を占めていますが、通っている人では「月曜日」～「金曜日」の間にそれぞれ1割前後で分散しています。また、『気のおけない仲間と盛り上がる』のは「月曜日」～「木曜日」より「金曜日」（15.0%）や「土曜日」（17.0%）の週末の方が多くなっています。

『ショッピング（日常品以外の）をする』、『友人と会ったり、一緒に出かける』、『よくスポーツをする』、『ちょっと豪華な夕食を楽しむ』、『よくドライブに行く』などは「土曜日」と「日曜日」が多くなっています。また、『デートをする』人ではやはり「土曜日」、「日曜日」が他の曜日よりやや多くなっています。

なお、『寝坊をしてしまう』のは「日曜日」が4割強（41.0%）と断然多くなっています。また、「午前様になってしまう夜」は「金曜日」（7.7%）、「土曜日」（9.0%）に1割弱みられ、特に未婚OLでは「金曜日」が2割（19.5%）と5人に1人の割合になっているのが注目されます。

<図-6> 行動・気分と曜日（各々複数回答）



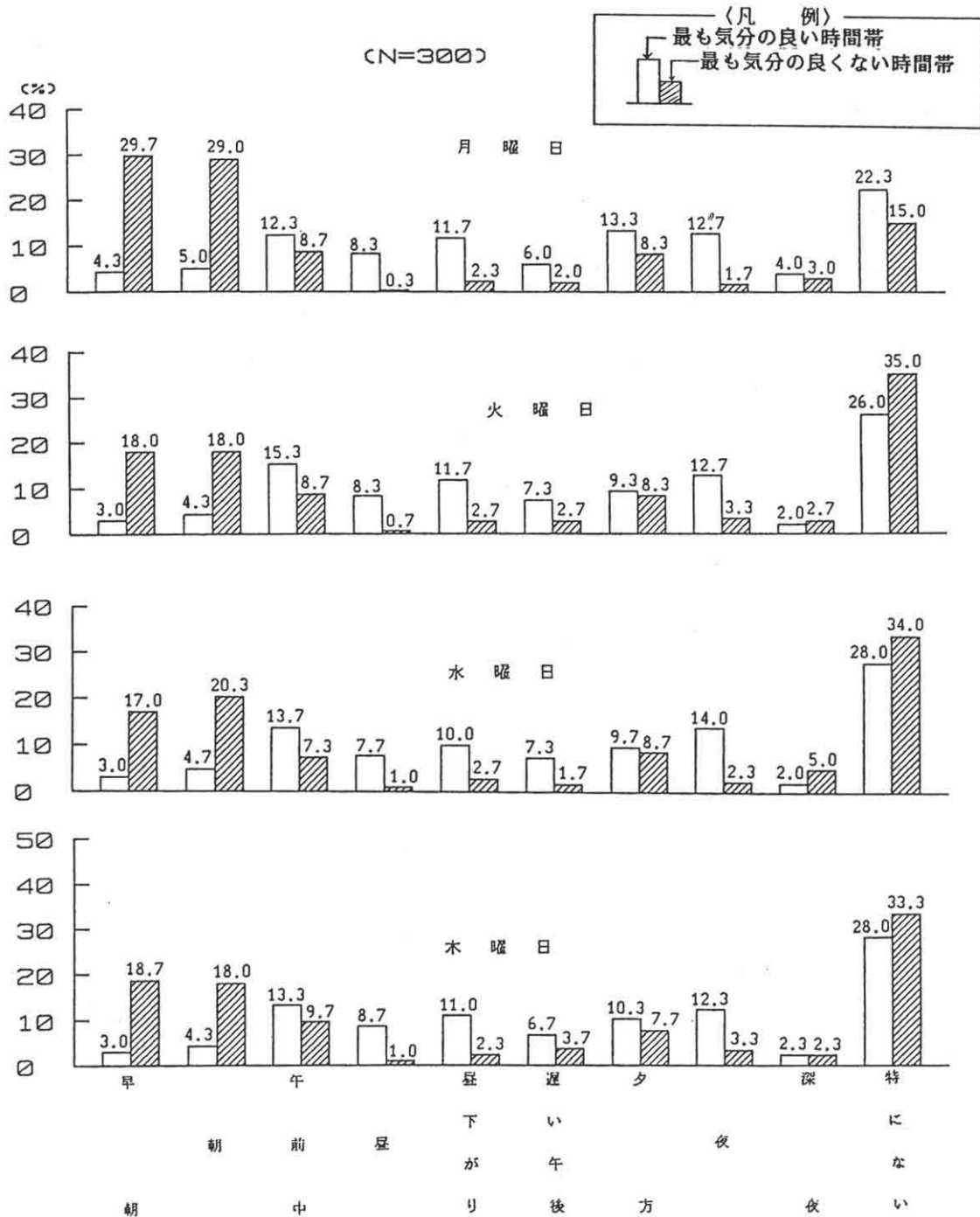


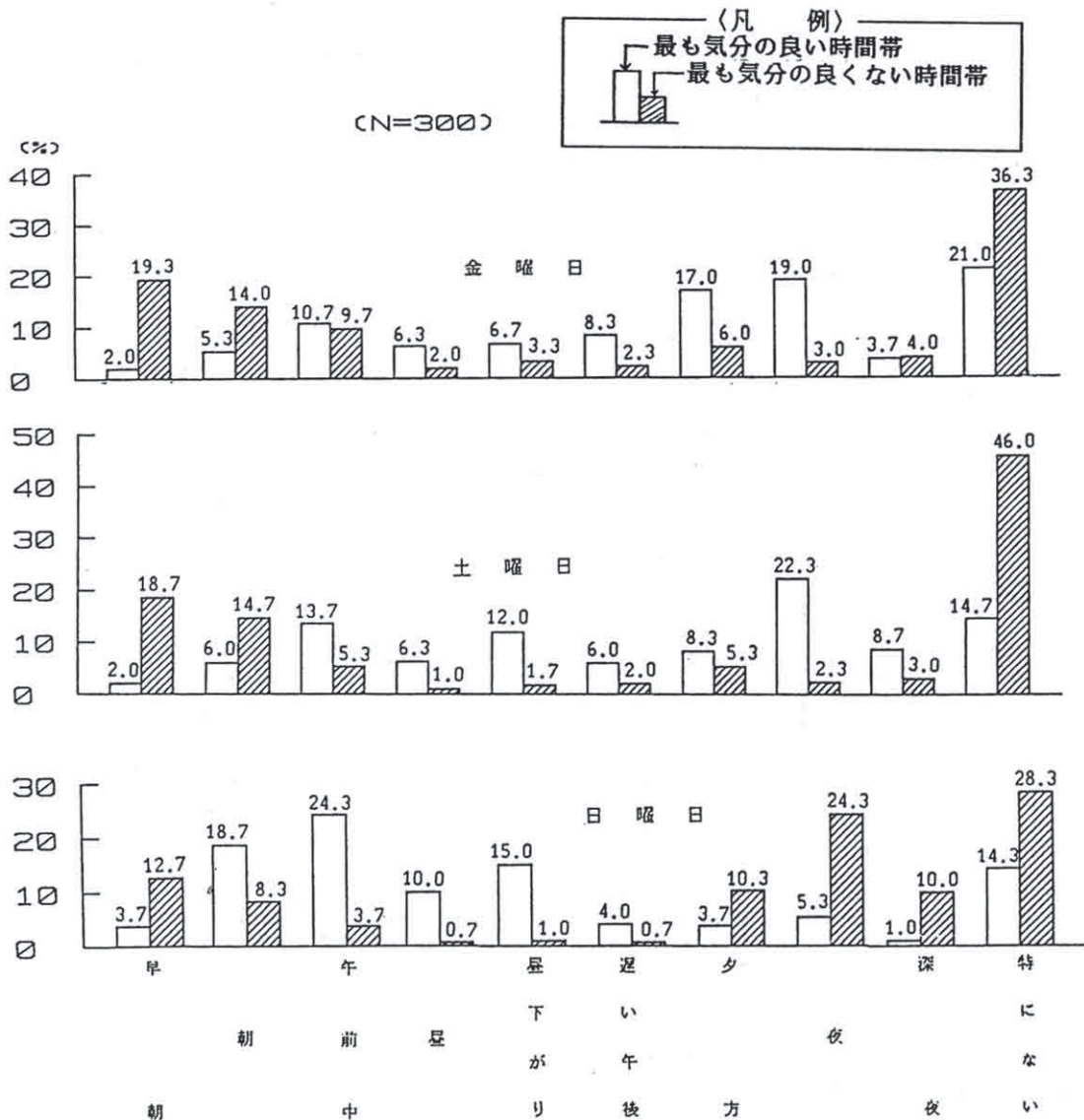
7. 曜日ごとの最も気分の良い時間帯と最も気分の良くない時間帯

『最も気分の良い時間帯』は、月曜日～土曜日までは「午前中」より「昼下がり」や「遅い午後」。金曜日は「夕方」～「夜」、土曜日は「夜」、日曜日になると「朝」～「午前中」が最良

月曜日～土曜日までは「早朝」や「朝」が『最も気分の良くない時間帯』、日曜日は「夜」が最悪

<図-7>最も気分の良い、最も気分の良くない時間帯（曜日別）





まず、最も気分の良い時間帯をみると、月曜日～金曜日の間は「特にない」という人がそれぞれ2割台いますが、月曜日が「夕方」（13.3%）、火曜日が「午前中」（15.3%）、水曜日が「夜」（14.0%）、木曜日が「午前中」（13.3%）、金曜日が「夜」（19.0%）が最も多くなっています。しかし、回答はかなり分散しており集中性がみられません。

また、土曜日は「夜」（22.3%）、日曜日は「午前中」（24.3%）が最も多くなっています。

これを「午前中」、「昼下がり」～「遅い午後」、「夕方」～「夜」の3つで比較すると、いずれの曜日も「夕方」～「夜」の時間帯が最も多く、次いで「昼下がり」～「遅い午後」の時間帯、「午前中」の時間帯の順となっています。特に、金曜日では3人に1人以上（36.0%）が、土曜日では3割（30.6%）が「夕方」～「夜」の時間帯をあげています。

職業別にみると、月曜日～土曜日の間は未婚OLと既婚OLでは「夕方」～「夜」の時間帯

をあげる割合が高くなっていますが、専業主婦では月曜日～金曜日の間は「午前中」や「昼下がり」が高くなっています。しかし、専業主婦でも土曜日は「夜」（27.0%）が最も高率です。

また、日曜日は、いずれも「朝」～「午前中」の時間帯が多くなっています。

次に、最も気分の良くない時間帯をみると、全般に「早朝」～「朝」の時間帯をあげる割合が高く、一週間のスタートである月曜日では「早朝」が29.7%、「朝」が29.0%と、ほぼ5人に3人（58.7%）がこの時間帯をあげています。特に勤めている人の場合、未婚OLで6割強（63.0%）、既婚OLで7割（69.0%）と、専業主婦（44.0%）に比べて高率です。火曜日～土曜日の間でもこの時間帯がいずれも3割台を示し、月曜日ほどではありませんが、やはり高くなっています。また、「特にない」という人は月曜日では15.0%、火曜日～金曜日の間ではいずれも3割台、土曜日では半数近く（46.0%）と、週末が近づくとつれ気分の良くない時間帯がなくなっていくます。

<表-2>最も気分の良い、最も気分の良くない時間帯
<最も気分の良い時間帯>

	早朝	朝	午前中	昼	昼下がり	遅い午後	夕方	夜	深夜
月曜日	4.3	5.0	12.3	8.3	11.7	6.0	13.3	12.7	4.0
火曜日	3.0	4.3	15.3	8.3	11.7	7.3	9.3	12.7	2.0
水曜日	3.0	4.7	13.7	7.7	10.0	7.3	9.7	14.0	2.0
木曜日	3.0	4.3	13.3	8.7	11.0	6.7	10.3	12.3	2.3
金曜日	2.0	5.3	10.7	6.3	6.7	8.3	17.0	19.0	3.7
土曜日	2.0	6.0	13.7	6.3	12.0	6.0	8.3	22.3	8.7
日曜日	3.7	18.7	24.3	10.0	15.0	4.0	3.7	5.3	1.0

<最も気分がよくない時間帯>

	早朝	朝	午前中	昼	昼下がり	遅い午後	夕方	夜	深夜
月曜日	29.7	29.0	8.7	0.3	2.3	2.0	8.3	1.7	3.0
火曜日	18.0	18.0	8.7	0.7	2.7	2.7	8.3	3.3	2.7
水曜日	17.0	20.3	7.3	1.0	2.7	1.7	8.7	2.3	5.0
木曜日	18.7	18.0	9.7	1.0	2.7	1.7	8.7	2.3	5.0
金曜日	19.3	14.0	5.3	1.0	1.7	2.0	5.3	2.3	3.0
土曜日	18.7	14.7	5.3	1.0	1.7	2.0	5.3	2.3	3.0
日曜日	12.7	8.3	3.7	0.7	1.0	0.7	10.3	24.3	10.0

8. 日常生活で最も気分がいい時

「晴れた休日」（25名）、「スポーツをしている時」（24名）、「ぼんやりしている時」、「おしゃべりをしている時」（各22名）、「食べている時」（21名）がベスト5

<表-3>気分がいい時（ベスト10） (名)

	全体	職 業		
		未婚 OL	既婚 OL	専業主婦
晴れた休日	25	10	8	7
スポーツをしている時	24	12	5	7
ぼんやりしている時	22	7	5	10
おしゃべりをしている時	22	7	5	10
食べている時	21	8	7	6
買い物をしている時	14	4	3	7
寝ている時	14	7	2	5
入浴している時	11	1	6	4
好きなことをしている時	10	2	2	6
家族が一緒の時	10	-	4	6

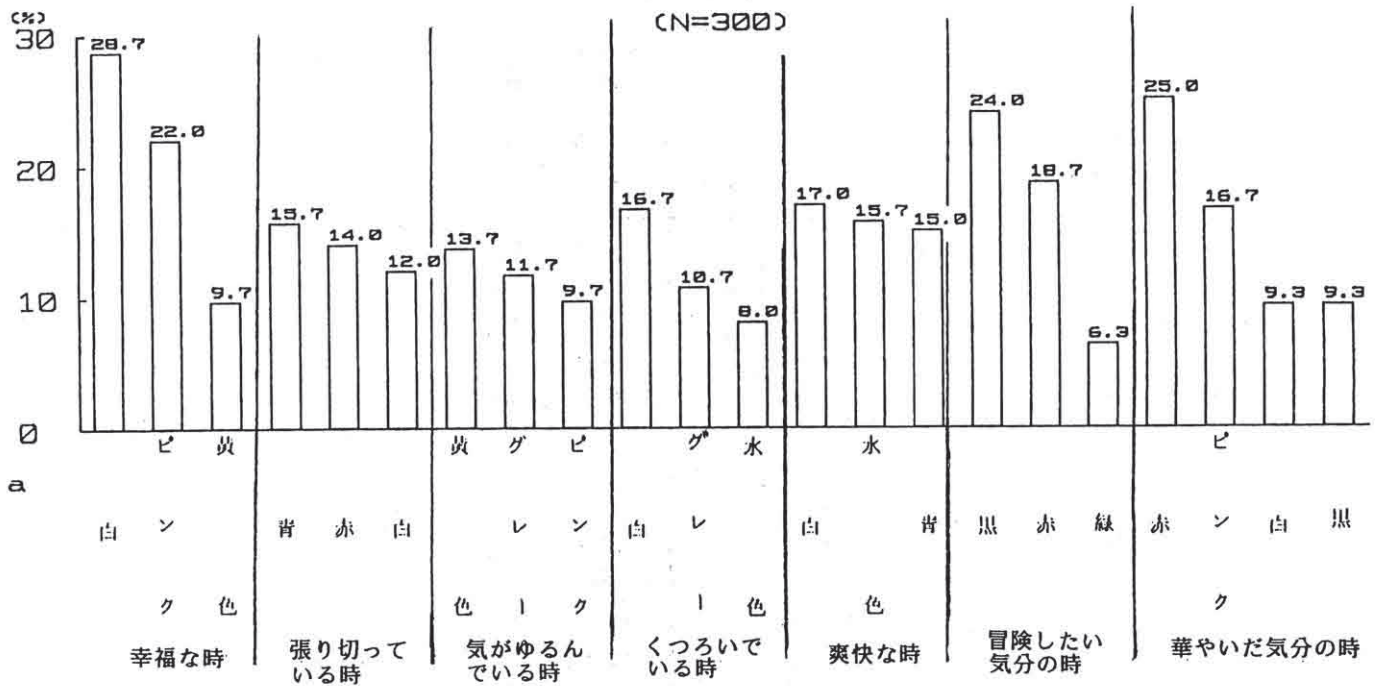
日常生活で最も気分がいいのはどんな時か、1つあげてもらったところ、「晴れた休日」という人が25名で最も多く、以下「スポーツをしている時」（24名）、「ぼんやりしている時」、「おしゃべりをしている時」（各22名）、「食べている時」（21名）が続きベスト5となっています。

職業別にみると、未婚OLでは「スポーツをしている時」（12名）、既婚OLでは「晴れた休日」（8名）、専業主婦では「ぼんやりしている時」、「おしゃべりをしている時」（各10名）がそれぞれトップです。

9. 気分 に ふ さ わ し い 色

- ・ 幸福な時-----「白」 (28.7%)
- ・ 爽やかな時-----「白」 (17.0%)
- ・ 張り切っている時----「青」 (15.7%)
- ・ 冒険したい気分の時--「黒」 (24.0%)
- ・ 気がゆるんでいる時--「黄色」 (13.7%)
- ・ 華やいだ気分の時----「赤」 (25.0%)
- ・ くつろいでいる時----「白」 (16.7%)

<図-8> 気分 に ふ さ わ し い 色 (ベストスリー)



ここでは、『幸福な時』、『張り切っている時』など7つの気分について最もふさわしいと思う色を自由にあげてもらいました。

『幸福な時』にふさわしい色は、「白」が28.7%と最も多く、次いで「ピンク」が22.0%で続き、その他の色はいずれも1割以下と多くありません。

職業別でも、いずれも「白」と「ピンク」が主です。

『張り切っている時』にふさわしい色は、「青」(15.7%)と「赤」(14.0%)が同程度で多く、次いで「白」(12.0%)、「黒」(9.7%)、「水色」(8.0%)などが続いています。

『気がゆるんでいる時』にふさわしい色は、「黄色」が13.7%と最も多く、次いで「グレー」(11.7%)、「ピンク」(9.7%)が続いています。

『くつろいでいる時』にふさわしい色は、「白」が16.7%と最も多く、次いで「グレー」(10.7%)、「水色」(8.0%)、「ピンク」(7.7%)などが続いています。

『爽快な時』にふさわしい色は、「白」(17.0%)、「水色」(15.7%)、「青」(15.0%)が同程度で続きベストスリーとなっていますが、その他の色は多くて5%と少なくなっています。

『冒険したい気分の時』にふさわしい色は、「黒」が24.0%と最も多く、次いで「赤」が18.7%で続き、その他の色はいずれも1割未満です。

『華やいだ気分の時』にふさわしい色は、「赤」が25.0%と最も多く、次いで「ピンク」が16.7%、「白」と「黒」がそれぞれ9.3%で続いています。

まとめてみると、『張り切っている』時はトリコロール、『冒険したい気分』や『華やいだ気分の時』ははっきりした「赤」や「黒」、満ち足りた『幸福な時』や『くつろいでいる時』は「白」や淡い色、『爽快な時』も「白」や海の「青」、『気がゆるんでいる時』はややくすんだ淡色ということになるでしょうか。

10. 気分 に ふ さ わ し い 服 装 ・ 下 着

- ・ 幸福な時 「ワンピース」 (74件) ・ 張り切っている時 「スーツ」 (56件)
- ・ 気がゆるんでいる時 「スウェットスーツ」 (39件)
- ・ くつろいでいる時 「スウェットスーツ」 (70件)
- ・ 爽快な時 「セーター」 (23件) ・ 冒険がしたい気分の時 「ワンピース」 (29件)
- ・ 華やいだ気分の時 「ワンピース」 (85件)

<表-4> 気分 に ふ さ わ し い 服 装 ・ 下 着 (ベスト5)

気 分	服 装 ・ 下 着	件 数
幸福な時	ワンピース	74
	スーツ	18
	セーター	14
	ブラウス	13
	スカート	11
張り切っている時	スーツ	56
	パンツ	33
	ジーンズ	23
	セーター	18
	トレーナー	14
気がゆるんでいる時	スウェットスーツ	39
	パジャマ・ねまき	34
	トレーナー	22
	セーター	21
	パンツ	12
くつろいでいる時	スウェットスーツ	70
	パジャマ	32
	トレーナー	29
	セーター	26
	パンツ	11

爽快な時	セーター	23
	パンツ	21
	ジーンズ	20
	スカート	15
	トレーナー	13
冒険したい気分の時	ワンピース	29
	パンツ	27
	ジーンズ	17
	スーツ	15
	ミニスカート	11
華やいだ気分の時	ワンピース	85
	ドレス	26
	スーツ	14
	ロングドレス	12
	着物	7

同様に、前述の7つの気分について最もふさわしいと思う服装・下着を自由回答であげてもらいました。

『幸福な時』にふさわしい服装は、「ワンピース」が74件と断然多く、その他の服装では「スーツ」(18件)、「セーター」(14件)、「ブラウス」(13件)、「スカート」(11件)などが上位にあげられ、ベーシックな服装が中心になっています。

また、下着としては「スリッパ」(8件)、「レースの下着」(7件)、「ショーツ」(5件)などがあげられています。

『張り切っている時』にふさわしい服装は、「スーツ」が56件で最も多く、以下「パンツ」(33件)、「ジーンズ」(23件)、「セーター」(18件)、「トレーナー」(14件)が続きベスト5となっています。カッコリしたオフィスウエアかスポーティな服装が連想されているようです。

下着としては、「ボディスーツ」(8件)、「ガードル」(5件)、「ショーツ」(4件)と、主に下半身を引きしめる下着があげられています。

『気がゆるんでいる時』にふさわしい服装は、「スウェットスーツ」が39件で最も多く、以下「パジャマ・ねまき」(34件)、「トレーナー」(22件)、「セーター」(21件)などが続いています。

下着としては、「ショーツ」(6件)、「ブラジャー」、「スリッパ」、「プラスリッパ」(各3件)などがあげられています。

『くつろいでいる時』にふさわしい服装は、「スウェットスーツ」が70件と断然多くなっています。以下「パジャマ」(32件)、「トレーナー」(29件)、「セーター」(26件)などが続き、ベスト5は前述の『気がゆるんでいる時』にふさわしい服装と同じです。

下着としては、「ショーツ」(3件)、「ブラジャー」、「スリッパ」(各2件)などがあげられています。

『爽快な時』にふさわしい服装は、「セーター」(23件)、「パンツ」(21件)、「ジーンズ」(20件)が同程度で続きベストスリーで、からだに合った動きやすい服装が中心になっています。下着としては「ショーツ」(5件)、「キャミソール」、「ブラジャー」(各3件)などがあげられています。

『冒険したい気分の時』にふさわしい服装は、「ワンピース」が29件と最も多く、差なく「パンツ」が27件で続いています。以下「ジーンズ」(17件)、「スーツ」(15件)、「トレーナー」(11件)などとなっています。

下着としては、「キャミソール」(8件)、「ショーツ」(5件)、「ブラジャー」、「スリッパ」、「プラスリッパ」(各2件)などがあげられています。

『華やいだ気分の時』にふさわしい服装は、「ワンピース」が85件と断然多くなっています。以下「ドレス」(26件)、「スーツ」(14件)、「ロングドレス」(12件)などが続き、他の気分の人に比べると、かなりドレスリーな装いを思い浮べるようです。

下着としては、「スリッパ」(6件)、「ボディスーツ」、「ショーツ」(各4件)などがあげられています。

11. “現在の時代の気分”がよく表われている最近の流行

「ミニスカート」(28件)、「レトロブーム」(10件)、「肩パット」(8件)がベストスリー

<表-5>時代の気分を表わす最近の流行(ベスト10)

最近の流行	件数
ミニスカート	28
レトロブーム	10
肩パット	8
芸能人のファッション	7
ビッグなオーバー	6
ビリヤード	6
黒の服	5
明石家さんま	5
モノトーン志向	5
ジーンズでラフな服装	4
カラオケ	4

最近の流行で、現在の時代の気分がよく表われていると思うものを自由にあげてもらったところ、「ミニスカート」の流行をあげる人が28名で最も多くなっています。以下「レトロブーム」(10名)、「肩パット」(8名)、「芸能人のファッション」(7名)、「ビッグなオーバー」、「ビリヤード」(各6名)などが続いています。

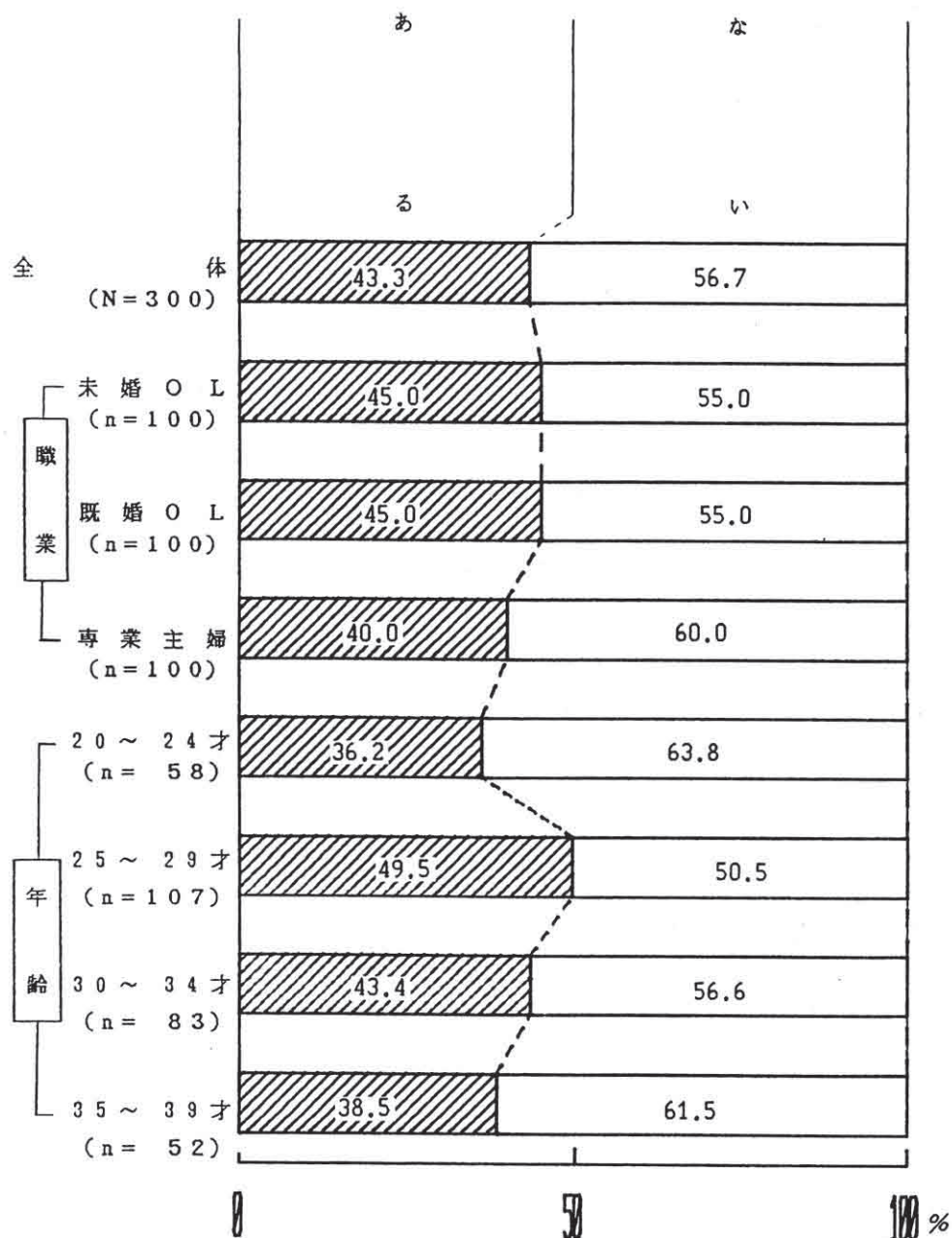
その他、次のようなものもあげられています。

- ・10代のファッション感覚の進歩
- ・激辛ブーム
- ・スケートボード
- ・金のアクセサリ
- ・財テク
- ・ダーツ
- ・普通の子がスターになる
- ・マルサ
- ・エアロビクス
- ・離婚ブーム
- ・サラダ記念日
- ・TVゲーム
- ・男女の中性化
- ・グルメブーム
- ・海外旅行

12. 気分で下着を着替えること

4割強（43.3%）が、「ブラジャー」、「ショーツ」、「スリッパ」など下着を気分によって着替えることが「ある」

<図-9> 気分で下着を着替えること



気分で下着を着替えることがあるか聞いてみたところ、「ある」という人が43.3%と、5人に2人以上の割合となっています。

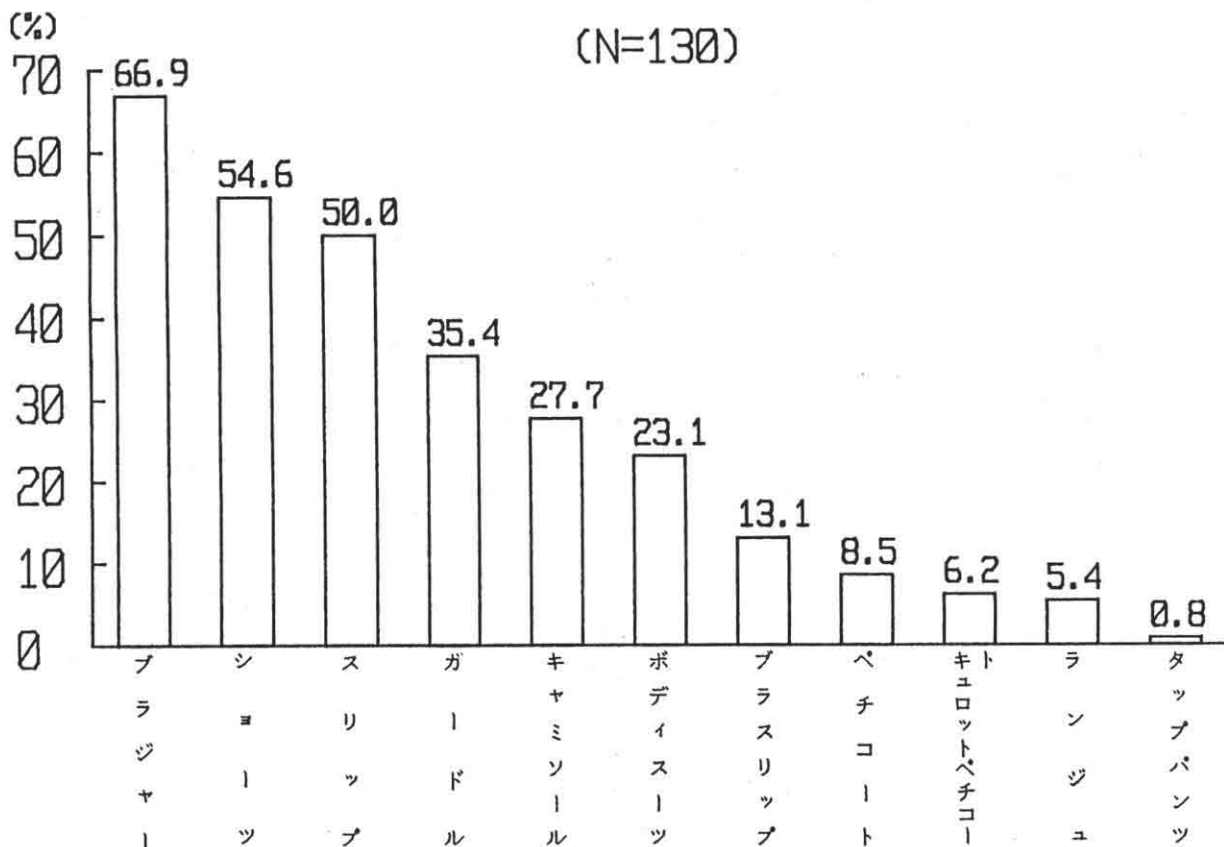
職業別でみると、未婚OLや既婚OLでは「ある」がいずれも45.0%で、専業主婦

(40.0%)よりやや多くなっています。

年齢別でみると、「ある」という割合は20代前半では3人に1人強(36.2%)の割合ですが、20代後半になると半数(49.5%)に達し、ピークとなっています。以下年齢とともにその割合は減り、30代前半で43.4%、30代後半で38.5%となっています。

血液型別でみると、いずれも「ある」割合が4割台を示していますが、O型の人が5割弱(48.3%)で最も高率です。

<図-10>気分を着替える下着の種類(複数回答)



次に、気分を着替える下着の種類をみると、「ブラジャー」が66.9%で最も多く、以下「ショーツ」(54.6%)、「スリッパ」(50.0%)、「ガードル」(35.4%)、「キャミソール」(27.7%)、「ボディースーツ」(23.1%)などが続いています。

職業別にみても、いずれも「ブラジャー」がトップですが、未婚OLでは75.6%と他の層に比べてより高率を示しています。また、「キャミソール」(37.8%)も他の層より高率ですが、「ガードル」は低くなっています。なお、既婚OLでは「スリッパ」(62.2%)の割合が高く、「ブラジャー」(64.4%)と同程度となっています。