

「女性の“若々しさ”に対する意識調査結果」

もくじ

「若々しさ」の自己認識

年齢が上がるほど「若々しい」と評価する人が増加	3
精神面に比べ、目・耳・歯・胃腸に自信ありは少数派	3

女性としての魅力への自己評価

一番魅力的だったのは28.2才。現在の魅力度は55.5%	4
------------------------------------	---

若々しさを保つためのお金の使い方

500円から3万円、金額に応じた使い道が明確にある	5
---------------------------------	---

「老けた」と感じさせるポイント

物忘れや、おばさんくささ、ずうずうしくなるといった行動も「老化」の判断になる	6
努力はしたいが、なかなかできないのがホンネ?!	6

外見の若さと内側の若さの重視度

7割以上がからだの内側の若さが、本当の若さに結びつくと回答	7
「若々しい」と毎日楽しく過ごせる 50代では7割	7

若々しいと思う有名人

女性は黒木 瞳さん、男性は郷ひろみさんが若々しい人第一位	8
------------------------------------	---

自分のからだの健康のバロメーター

「肌の状態(化粧のノリ)」で健康状態を判断している女性が6割を超える	9
--	---

調査対象	10
------------	----

対象者プロフィール	10
-----------------	----

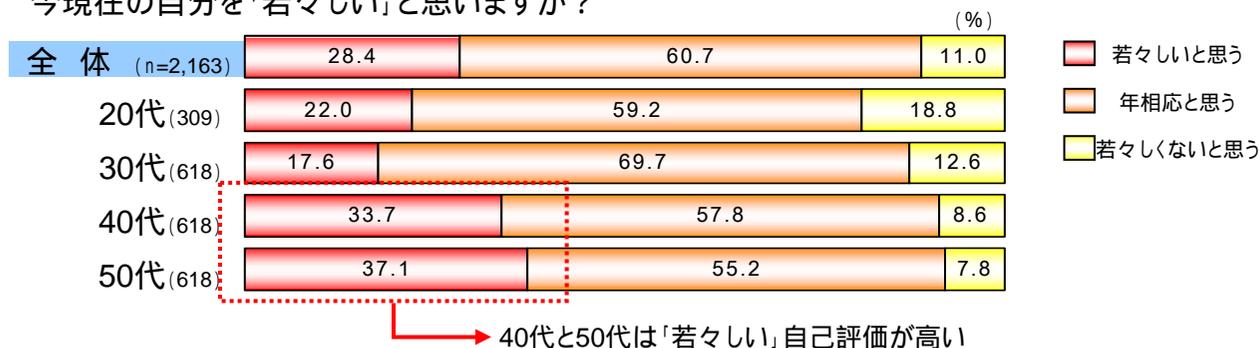
統計処理上、単数選択データの合計が100%にならない場合があります。
設問ごとに回答者人数が異なります。

「若々しさ」の自己認識

年齢が上がるほど「若々しい」と評価する人が増加

今現在の自分が「若々しい」と思うか、という問いに、全体(25~59才)の平均値では約6割が年相応と答えました。各世代の特徴として20代では「若々しくないと思う(18.8%)」が他の世代に比べて多く、30代では「若々しいと思う」が(17.6%)と低くなり、「年相応」が(69.7%)に達しています。それとは逆に40代と50代では「年相応」と答えた人が減り、「若々しいと思う」が40代では(33.7%)、50代では(37.1%)と高くなると同時に「若々しくないと思う」が若い年代に比べ低くなっています。40代以上にとって「若々しくない」と自己認識することは、すなわち自ら「古い」を認めることにつながるため、年齢的な若さから遠ざかるほど、「若々しさ」にこだわる人が増えていると推察できます。

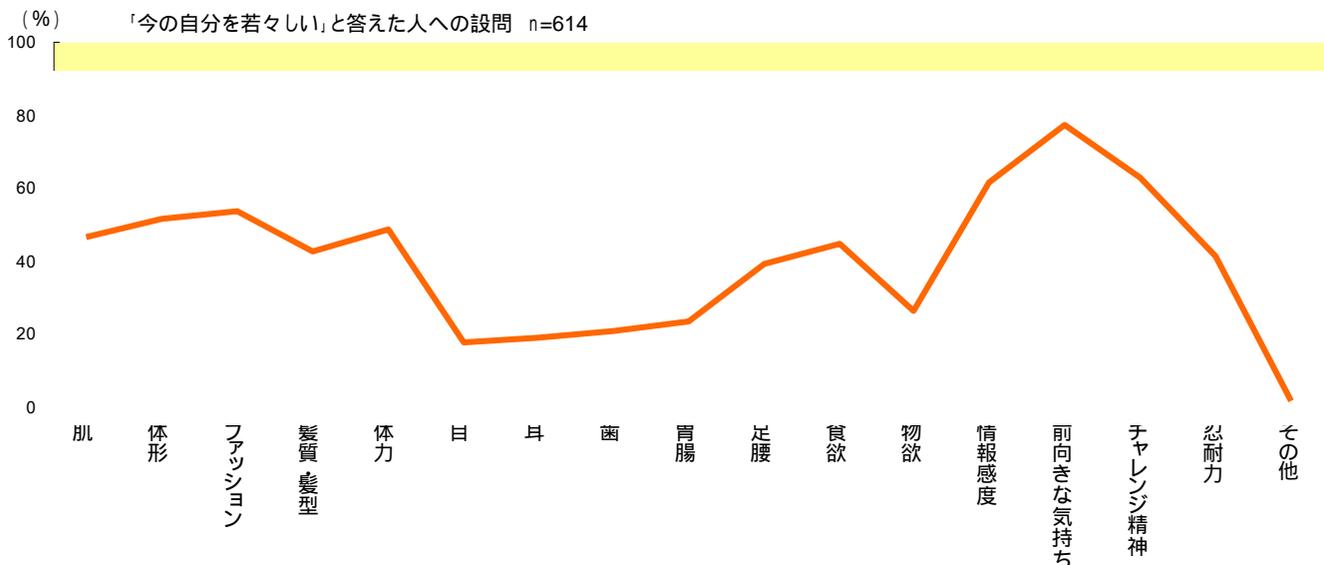
今現在の自分を「若々しい」と思いますか？



精神面に比べ、目・耳・歯・胃腸に自信ありは少数派

今の自分を「若々しい」と評価した614名に、若々しさに自信があるところをたずねてみました(選択式・複数回答)。その結果、第一位は「前向きな気持ち(73.3%)」、以下「ファッション(60.4%)」、「情報感度(57.0%)」、「チャレンジ精神(55.7%)」と続きます。どちらかという感覚やメンタルな部分に自信がある人が多く、「肌(51.3%)」や「体形(48.5%)」、「体力(41.4%)」とからだに関わることは低くなり、さらに「目(19.9%)」や「耳(23.0%)」、「歯(20.5%)」、「胃腸(21.3%)」などに自信のある人は2割程度という傾向です。体力やメンタルな部分への自信度は50代が最も高く、この世代の「元気さ」加減がうかがえます。

自分の若々しさに自信があるところ



女性としての魅力への自己評価

一番魅力的だったのは28.2才。現在の自分の魅力度は55.5%

自分自身が女性として魅力的である(あった)年齢をたずねると、全体では(28.2才 全世代平均値)となりました。40代までが20代の頃が一番魅力的だったと答え、50代でも(32.7才)と若い頃へのこだわりがうかがえます。

一方、現在の自分自身の女性としての魅力度は、自分が一番魅力的である(あった)年齢を100とすると、現在は(55.5% 全世代平均値)。一番魅力的であった年齢に近いはずの20代ですら、60%に満たない辛口の評価となっています。

	自分が一番魅力的である(あった)年齢 (平均値)	現在の魅力度自己評価 (平均値)
全体 (n=2,163)	28.2才	55.5%
20代(309)	23.6才	59.3%
30代(618)	25.6才	55.7%
40代(618)	28.8才	55.4%
50代(618)	32.7才	53.5%

次に、自分自身が現在感じている評価年齢(実年齢ではない)とこうありたいと思う理想年齢について「1.見た目(顔・肌)」、「2.気持ち(精神)年齢」、「3.からだ(健康面)」、「4.おしゃれ(ファッション)」の4項目について調査しました。その結果、1~4の各項目の理想年齢は33歳前後であるのに対し、評価年齢は「2.気持ち(37.8才)」、「4.おしゃれ(40.1才)」、「1.見た目(40.2才)」、「3.からだ(43.0才)」の順に高くなっています。

とりわけ、「3.からだ」では、20代の評価年齢(31.5才)が実年齢よりも高くなっており、他の世代でも実年齢に近い評価となっています。このことから、「からだの若々しさ」を求めているものの、なんらかの原因により若々しさを保てていないという事情が推察されます。

自分自身で感じている年齢(評価年齢)と こうありたいと思う年齢(理想年齢)のギャップ

	1. 見た目(顔・肌)年齢 (才)(平均値)		
	評価年齢	理想年齢	ギャップ
全体(n=2,163)	40.2	33.3	6.9
20代(309)	28.2	23.4	4.8
30代(618)	34.1	28.1	6.0
40代(618)	41.2	34.7	6.5
50代(618)	50.6	41.9	8.7

	2. 気持ち(精神)年齢 (才)(平均値)		
	評価年齢	理想年齢	ギャップ
全体(n=2,163)	37.8	33.7	4.1
20代(309)	28.3	25.7	2.8
30代(618)	32.8	29.8	3.0
40代(618)	39.2	34.8	4.4
50代(618)	46.3	40.4	5.9

	3. からだ(健康面)年齢 (才)(平均値)		
	評価年齢	理想年齢	ギャップ
全体(n=2,163)	43.0	31.3	11.7
20代(309)	31.5	22.4	9.1
30代(618)	37.2	26.5	10.7
40代(618)	44.8	32.7	12.1
50代(618)	52.7	39.2	13.5

	4. おしゃれ(ファッション)年齢 (才)(平均値)		
	評価年齢	理想年齢	ギャップ
全体(n=2,163)	40.1	33.9	6.2
20代(309)	28.7	24.9	5.7
30代(618)	34.8	29.1	5.7
40代(618)	41.6	35.3	6.3
50代(618)	49.5	41.8	7.7

若々しさを保つためのお金の使い方

500円から3万円、金額に応じた使い道が明確にある

下記に示す金額のお金を「若々しさを保つ(向上させる)ため」に自由に使えるとしたら、どのようなことをするかについてたずねました(選択式)。

その結果、500円では「おしゃれの参考になる雑誌を買う(29.3%)」、「乳酸菌が含まれた商品を買う(20.9%)」が多く、1,000円では「肌や髪、からだによいと思う食べ物を買う(20.9%)」のほか、「食事に行く(13.3%)」が4位に入り、「食べ物」に使いやすい金額のようです。5,000円では「美容院に行く(22.4%)」、「食事に行く(20.4%)」が多く、10,000円では5,000円と同様に「美容院に行く(35.2%)」がダントツです。30,000円では「温泉に行く(32.2%)」、「エステに行く(24.4%)」が過半数を占める一方で、「若々しさのために使いたいと思わない(18.8%)」と「そこまでお金をかけなくても…」派も多く見られます。

「若々しさ」のためにお金を自由に使えるなら、何に使う？ <上位5位>

500円

おしゃれの参考になる雑誌を買う	29.3%
乳酸菌が含まれた商品を買う	20.9%
若々しさのために使いたいと思わない	15.0%
肌や髪、体によいと思う食べ物を買う	10.7%
サプリメントを買う	9.3%

1,000円

肌や髪、体によいと思う食べ物を買う	20.9%
おしゃれの参考になる雑誌を買う	16.4%
サプリメントを買う	13.9%
食事に行く	13.3%
若々しさのために使いたいと思わない	10.1%

5,000円

美容院に行く	22.4%
食事に行く	20.4%
サプリメントを買う	8.6%
肌や髪、体によいと思う食べ物を買う	7.4%
フィットネスジムに行く	6.4%

10,000円

美容院に行く	35.2%
エステに行く	11.4%
温泉へ出かける	9.2%
若々しさのために使いたいと思わない	8.2%
食事に行く	7.8%

30,000円

温泉へ出かける	32.2%
エステに行く	24.8%
若々しさのために使いたいと思わない	18.8%
健康食品や健康(または美容)器具を買う	5.4%
その他	5.3%

「老けた」と感じさせるポイント

物忘れや、おばさんくささ、ずうずうしくなるといった行動も「老化」の判断になる

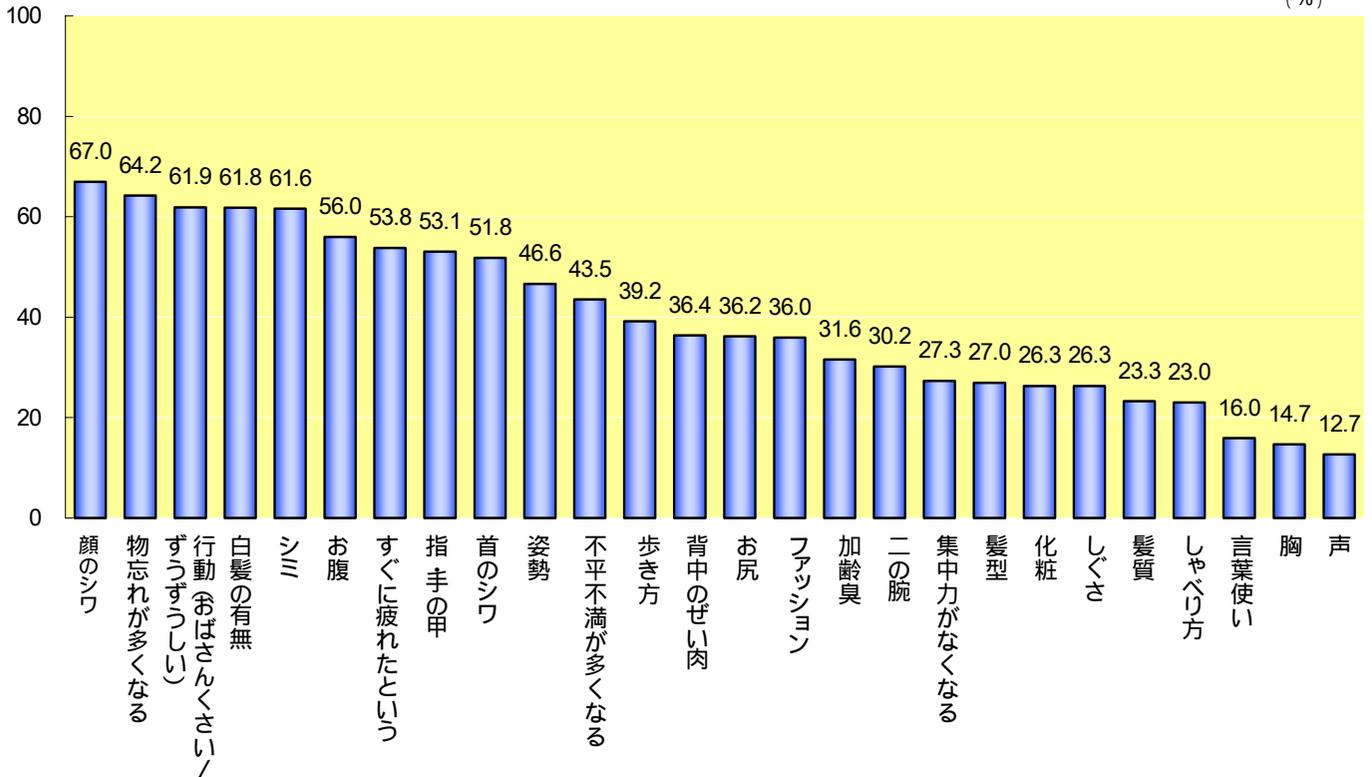
人のどこを見て「老けた」と感じるかをたずねました(選択式 複数回答)。

その結果、第一位は「顔のシワ(67.0%)」。続いて「物忘れが多くなる(64.2%)」、「行動(おばさんくさくなる/ずうずうしい)(61.9%)」、「シミ(61.6%)」と内面の変化や行動も上位に現れています。これは、「老化」が見た目のみならず、脳の働きや行動にも影響を与えることを経験的に知っているということであり、その変化は複合的に「目に見える形」で現れてくるとい事実を示唆しています。

他人のどんなところを見て「老けた」と感じることがありますか？(複数回答)

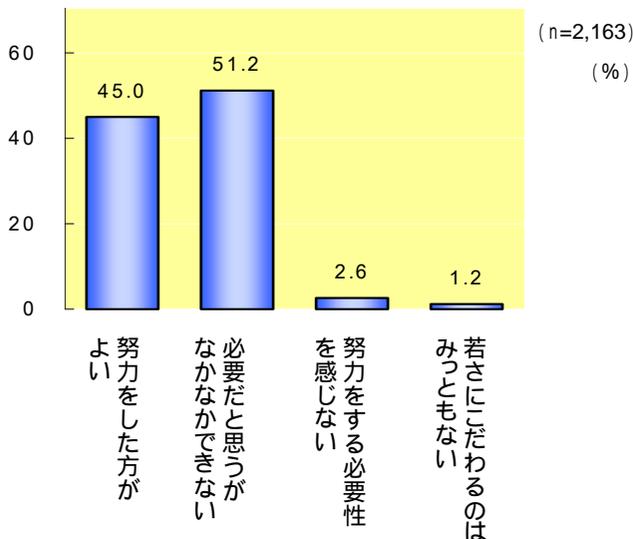
(n=2,163)

(%)



努力はしたいが、なかなかできないのがホンネ？！

若々しさを保つために努力することをどう思うか？



「必要だと思うがなかなかできない(51.2%)」、「努力をした方がよいと思う(45.0%)」が圧倒的多数を占めており、両者を合わせて9割以上となります。一方、「努力をする必要性を感じない(2.6%)」、「若さにこだわるのはみっともない(1.2%)」は僅少でした。

「若々しく」いるためになんらかの努力をした方がよい人と考えている人のほかに、努力をしたいけれどもなんらかの理由によって思うままにならないという人の存在が明らかになりました。

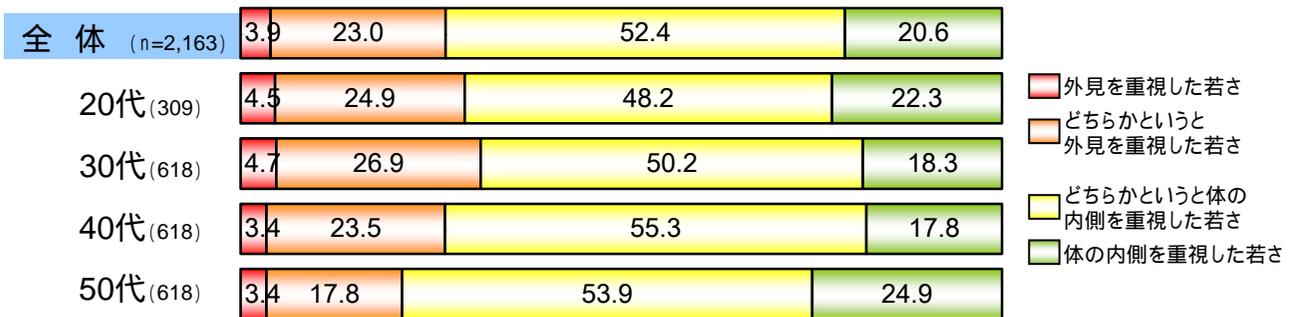
外見の若さと内側の若さの重視度

7割以上がからだの内側の若さが、本当の若さに結びつくと回答

全体では「腸をはじめ内臓の健康などの体の内側を重視した若さ(20.6%)」と「どちらかというからだの内側を重視した若さ(52.4%)」を合わせると、73%の人が“内面の若さが本当の若々しさに結びつく”と回答しています。

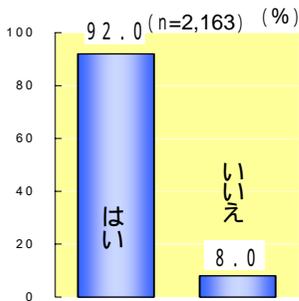
30代では外見重視派がやや多く、「エステや化粧品、ダイエットなど外見を重視した若さ(4.7%)」と「どちらかという外見を重視した若さ(26.9%)」を合わせると31.6%となっています。50代では内面重視派が多く、「内側を重視(24.9%)」「どちらかという内面重視(53.9%)」を合わせて78.8%となっています。

最終的に本当の若々しさに結びつくものは何ですか？



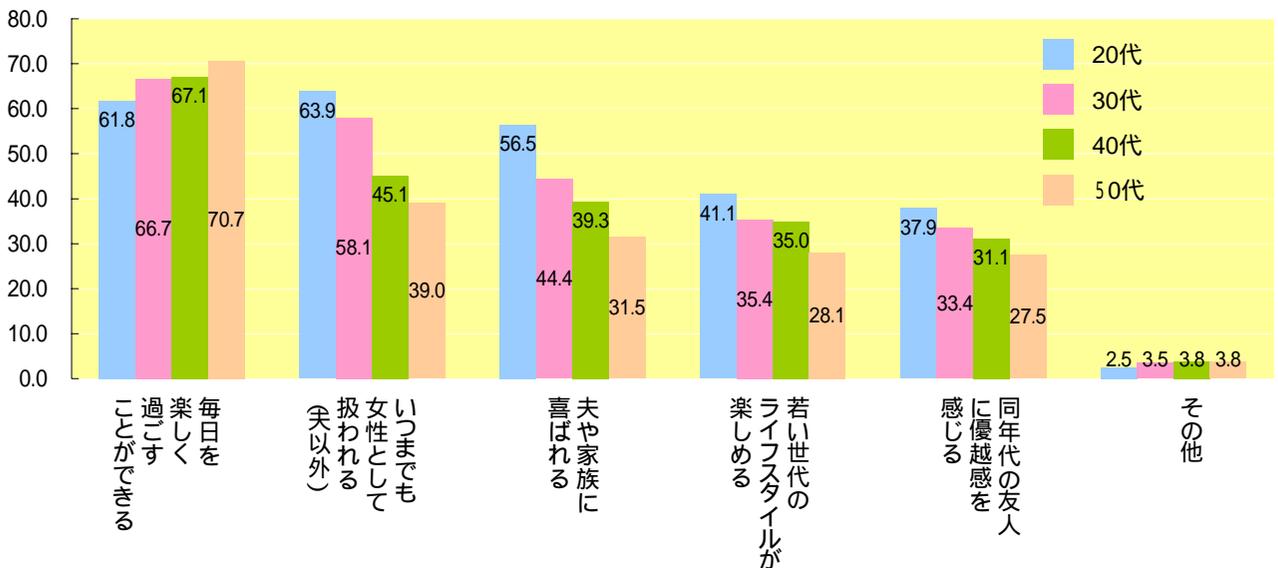
「若々しい」と毎日楽しく過ごせる - 50代では7割

外見が若く見えたほうが「得だ」と感じたことがありますか？



「外見が若く見えたほうが「得だ」と感じる」割合は92%と圧倒的多数を占めています。そのうち「はい」と答えた1,990名にその理由をたずねると(選択式・複数回答)全体では「毎日楽しく過ごすことができる(67.2%)」が最も高く、「いつもでも女性として扱われる(夫以外)(48.9%)」でも5割に達しています。以下、「夫や家族に喜ばれる(41.1%)」、「若い世代のライフスタイルを楽しむ(34.0%)」、「同年代の友人に対し優越感を感じる(31.8%)」と続きます。

その理由はなんですか？ (n=1,990) (%)



若々しいと思う有名人

女性は黒木 瞳さん、男性は郷ひろみさんが若々しい人第一位

記述式回答。女性は「きれい」、「実年齢より若い」、「肌がきれい」、「元気」などの理由が多く見られます。

男性は「年齢を感じさせない」、「元気」など。

あなたから見て「若々しい」と思う有名人を男女1名ずつあげてください。

【女性】

(n=2,163)

順位	有名人名	得票数	%	主な理由	
1	黒木瞳	409	18.9%	実年齢より若い	いつまでもきれい・美しい
2	森光子	292	13.5%	実年齢より若い	元気・現役なのがすごい
3	吉永小百合	235	10.9%	実年齢より若い	いつまでもきれい・美しい
4	松田聖子	85	3.9%	実年齢より若い	肌がきれい・しわがない
5	松嶋菜々子	44	2.0%	子供がいるように見えない	いつまでもきれい・美しい
5	藤原紀香	44	2.0%	スタイルがよくきれい	はつらつ・元気
7	夏木マリ	43	2.0%	かっこいい	元気
8	千朱幸代	39	1.8%	実年齢より若い	肌がきれい・しわがない
8	由美かおる	39	1.8%	スタイルがよい・昔から変わらない	実年齢より若い
10	山口智子	32	1.5%	実年齢より若い	いつまでもきれい・美しい
11	黒柳徹子	30	1.4%	頭の回転が速い	行動力がある
12	川島なお美	27	1.2%	実年齢より若い	きれい・この歳で結婚したから
12	桃井かおり	27	1.2%	肌がきれい	はつらつ・アクティブ
14	久本雅美	26	1.2%	実年齢より若い	元気
14	大地真央	26	1.2%	肌がきれい	実年齢より若い
16	ほしのあき	25	1.2%	実年齢より若い	肌がきれい
17	YOU	24	1.1%	かわいくおしゃれ	実年齢より若い
17	野際陽子	24	1.1%	実年齢より若い	はつらつ・元気
19	岡江久美子	16	0.7%	前向き	はつらつ・元気
20	秋吉久美子	15	0.7%	若々しい	昔から変わらない

【男性】

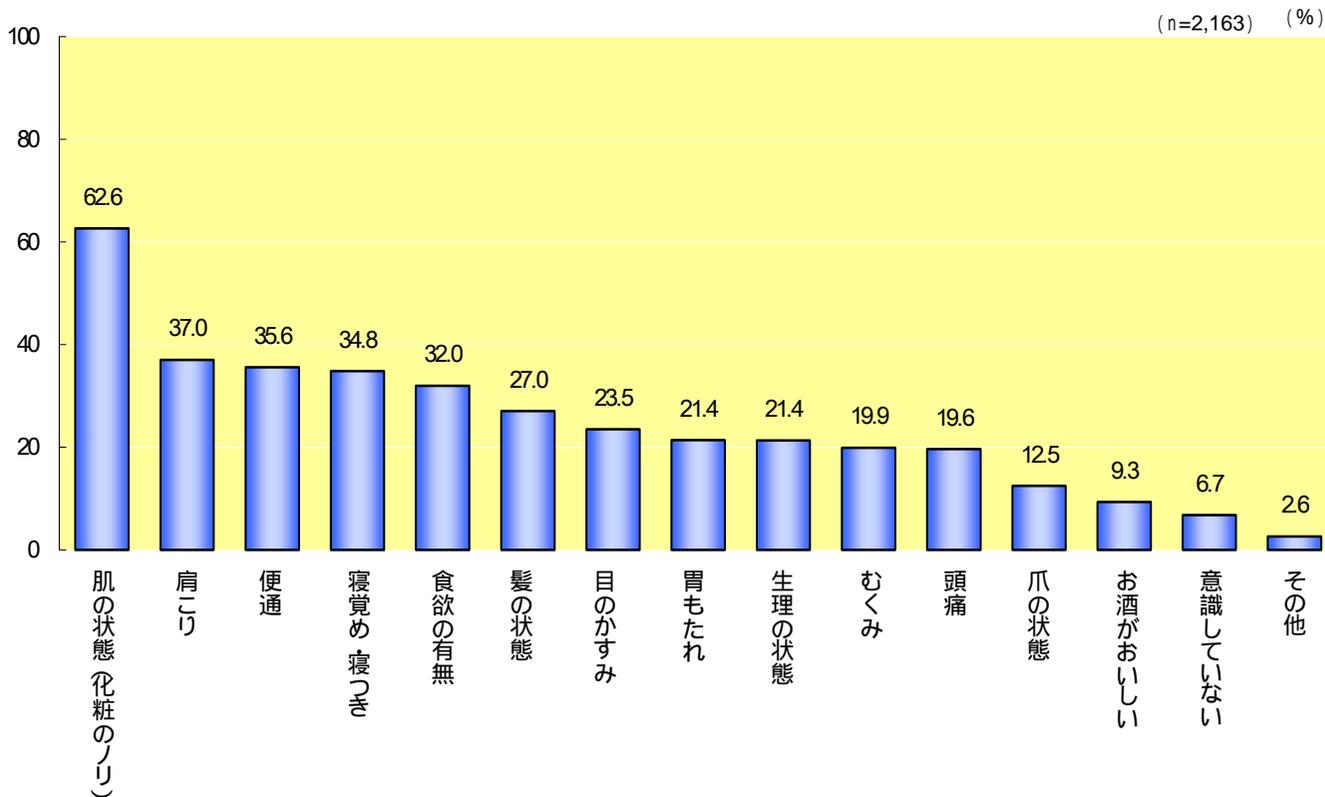
順位	有名人名	得票数	%	主な理由	
1	郷ひろみ	302	14.0%	体力もスタイルも若い	エネルギー
2	福山雅治	151	7.0%	かっこいい	年齢を感じさせない
3	加山雄三	115	5.3%	年齢を感じさせない	いろいろな事にチャレンジする
4	明石家さんま	104	4.8%	実年齢に見えない	元気
4	木村拓哉	104	4.8%	変わらずかっこいい	生活感を感じさせない
6	所ジョージ	38	1.8%	考え方が前向き	楽しんでる
7	高橋英樹	33	1.5%	肌がきれい	元気がある
8	みのもんた	32	1.5%	元気	TVによくでていて仕事をしているから
9	阿部寛	27	1.2%	年齢を感じにくい	いきいきしている
10	タモリ	25	1.2%	毎日仕事をしている	いろいろな人と会話ができるから
11	関根勤	24	1.1%	若く見える	昔と変わっていない
12	宇津井健	23	1.1%	体形が若々しい	鍛えているから
13	稲葉浩志	22	1.0%	声、スタイルが若い	トップを走っているから
14	岩城滉一	21	1.0%	チャレンジ精神がある	若く見える
15	近藤真彦	19	0.9%	昔と変わらない	いつまでもアイドル
15	高田純次	19	0.9%	楽しそう	元気そう
15	高橋克典	19	0.9%	体を鍛えている	体形維持している
18	桑田佳祐	17	0.8%	歌も感性も若い!	元気、活動的、やんちゃ
19	小栗旬	14	0.6%	いきいきしていて、勢いがある	学生服が似合う。高校生役も違和感がない
20	佐藤浩市	12	0.6%	変わらない	輝いている
20	矢沢永吉	12	0.6%	スリムでバイタリティがある	ライブがすごい

自分のからだの健康のバロメーター

「肌の状態(化粧のノリ)」で健康状態を判断している女性が6割を超える

健康のバロメーターとして「肌の状態(化粧のノリ)」(62.6%)が突出して高く、6割を超えています。以下、「肩こり(37.0%)」、「便秘(35.6%)」、「寝覚め・寝つき(34.8%)」、「食欲の有無(32.0%)」が3割台で並んでいます。

意識している、自分の体の「健康のバロメーター」はなんですか？



調査概要

調査名称: 女性の若々しさに関する意識調査

調査目的: 女性が意識する「若々しさ」の必要条件を探り、さらに健康との関連性を浮き彫りにする。

調査対象: 25～59歳の既婚女性。エリアは全国

調査方法: Webを用いたアンケート調査

株式会社マクロミル所有の調査モニター(全国約48万人)の中から、条件対象者を抽出し回答依頼

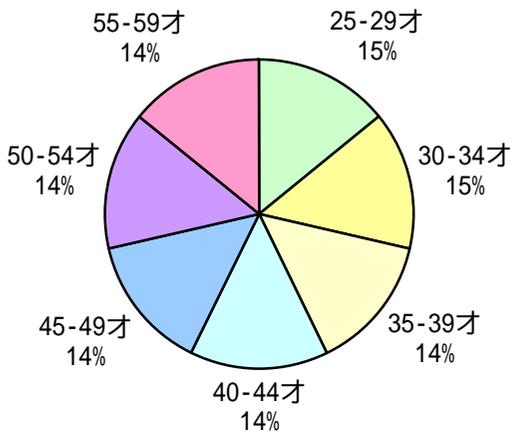
サンプルサイズ: 2,163名

調査期間: 2007年12月20日(木)～2007年12月21日(金)

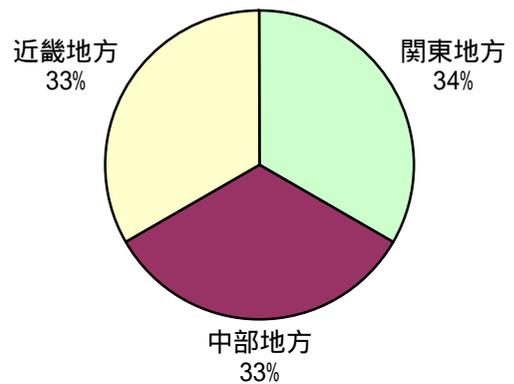
調査主体: カゴメ株式会社

対象者プロフィール

年齢



居住地域



職業

