



<理想の「見た目年齢」と他者・自己判定>

6割以上が「実年齢より下に見られる」と自己判定！

全国の既婚女性に、自分の実年齢に対して人からどのように見られることが多いか聞いたところ、全体では「実年齢より下に見られることが多い」が一番多く63.0%（グラフ①）。年代が上がるほど「実年齢より下に見られることが多い」と回答する人の割合が高くなり、60代以上では72.4%を占める結果となった。

さらに「実年齢より下に見られることが多い」と回答した人に、だいたい何歳ぐらい下に見られることが多いか尋ねたところ、全体では「マイナス5歳」が43.1%と一番多く、次いで「マイナス6歳以上」が28.5%、「マイナス1歳～4歳」が28.4%に（グラフ②）。30代より下は「マイナス1歳～4歳」が、40代より上は「マイナス5歳」が一番多く、60代以上では「マイナス5歳」が52.2%と半数を超えた。

次に自分の現在の「見た目年齢」は、実年齢に対してプラスマイナスどのぐらいだと思うか聞いてみた（グラフ③）。1位は「ちょうど実年齢」で37.5%、次いで「マイナス1歳～4歳」26.8%、「マイナス5歳」19.1%。年代別で見ると20代以下は「ちょうど実年齢」「プラス1歳～4歳」が多く、年代が上がるにつれて「マイナス5歳」が高い割合を占めていく。特に60代以上では「マイナス5歳」の割合が33.7%と全体より14ポイントも高かった。

理想の「見た目年齢」の1位は「マイナス5歳」

「こうありたい」と目指す「見た目年齢」は実年齢に対してどのぐらいかと尋ねると、全体では「マイナス5歳」が39.0%と一番多く、次いで「マイナス6歳以上」26.4%、「マイナス1歳～4歳」19.3%（グラフ④）。年代別に見ると20代以下では「マイナス1歳～4歳」が一番多く51.9%。30代以上になると「マイナス5歳」が高い割合を占めるようになる。

<回答者プロフィール>

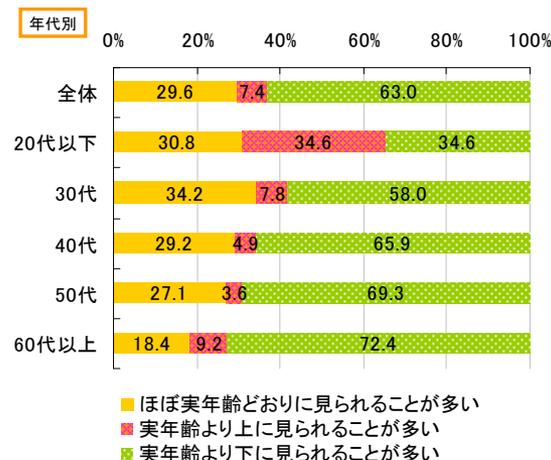
●年齢：20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
●職業：専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
●未婚：既婚 100%。
●居住地：北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1%（東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%）、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0%（大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%）、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビングくらしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

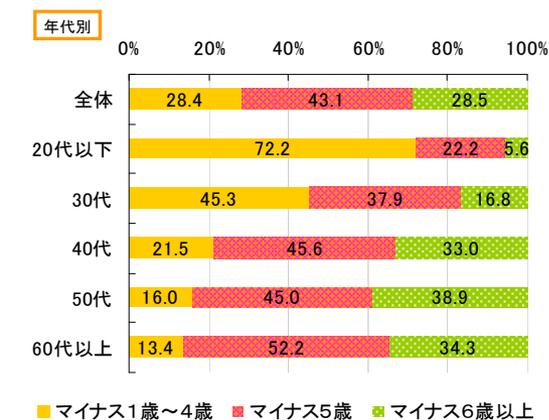
ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

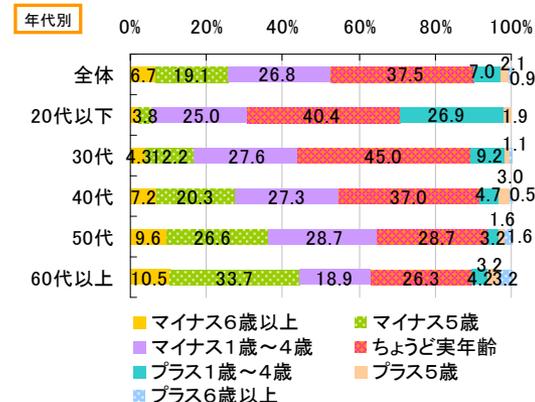
（グラフ①）あなたは自分の実年齢に対して、人からどのように見られることが多いですか？ 比較的多いものをひとつ選んでください。（n=1124）



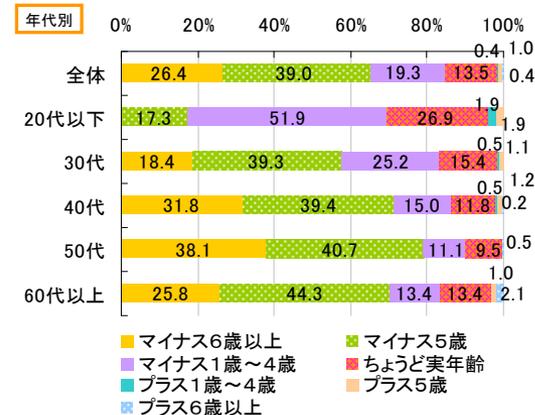
（グラフ②）「実年齢より下に見られることが多い」人にかたがた見られることが多いですか？ だいたい何歳ぐらい下に見られることが多いですか？（n=691）



（グラフ③）自分の現在の「見た目年齢」は、実年齢に対してプラスマイナスどのぐらいだと思いますか？（n=1107）

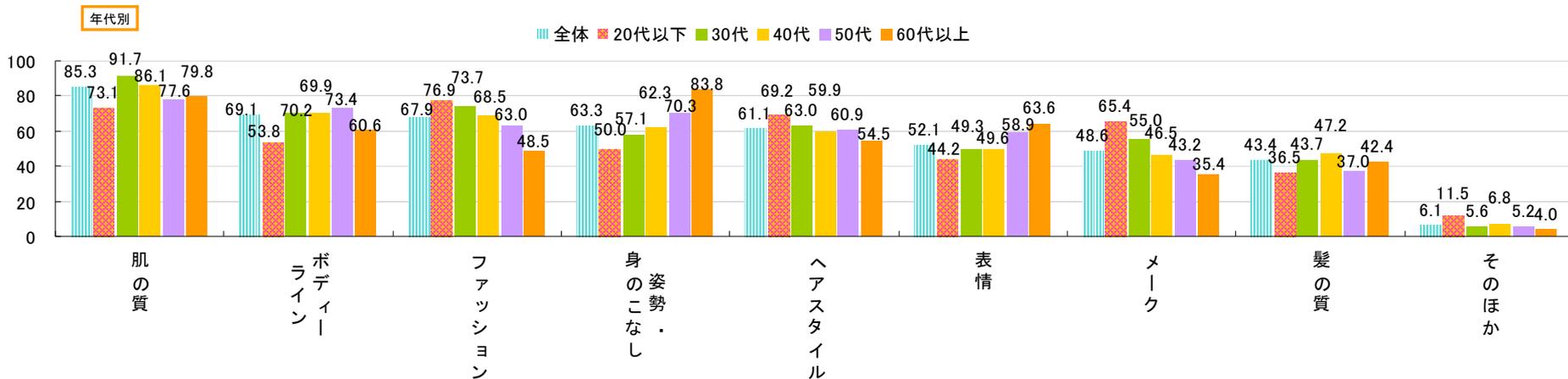


（グラフ④）「こうありたい」と目指す「見た目年齢」は実年齢に対して、どのぐらいですか？（n=1113）





(グラフ⑤) 選択肢の中で、あなたが女性の「見た目年齢」に影響があると思うことを、すべて選んでください。(n=1125)



<女性の「見た目年齢」に影響があると思うこと>

「肌の質」がダントツ。「ファッション」は若い年代が、「姿勢・身のこなし」は高い年代が重視
次に、女性の「見た目年齢」に影響があると思うことを、すべて選んでもらった(グラフ⑤)。
全体では「肌の質」が85.3%と一番高く、特に30代では9割超。次いで「ボディライン」
69.1%、「ファッション」67.9%と続く。「ファッション」は20代以下が一番多く選び(76.9%)、
30代40代～と年代が上がると割合が減っている。逆に「姿勢・身のこなし」は年代が
上がるごとに割合が高くなり、60代以上では83.8%が選択した。

また、女性の「見た目年齢」に「一番」影響があると思うことをひとつだけ選んでもらうと、
「肌の質」44.5%、「姿勢・身のこなし」15.5%、「ボディライン」12.3%の順に(グラフ⑥)。
「肌の質」はどの年代も上位だが、やはり30代は56.5%と突出している。「姿勢・身のこなし」
に関しては50代が25.1%、60代以上は36.7%と全体よりも10ポイント以上高い数字。

<回答者プロフィール>

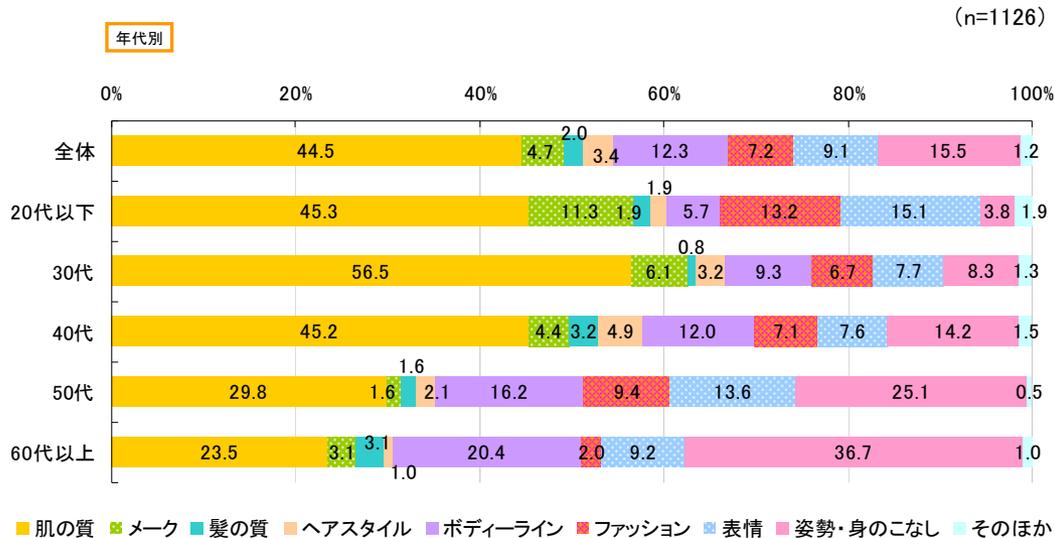
- 年齢：20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
- 職業：専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
- 未既婚：既婚 100%。
- 居住地：北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1% (東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%)、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0% (大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%)、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビングくらしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

(グラフ⑥) では、女性の「見た目年齢」に「一番」影響があると思うことを、ひとつだけ選んでください。





<「気持ち年齢」の理想と自己判定、若いと思われた人>

気持ち年齢の自己判定は「マイナス6歳以上」が1位

自身の現在の「気持ち年齢」は、実年齢に対してプラスマイナスどのぐらいと思うか聞いてみた(グラフ⑦)。全体では「マイナス6歳以上」が一番多く31.1%で、次いで「ちょうど実年齢」24.9%、「マイナス5歳」19.6%と続く。年代別に見ると20代以下は「プラス5歳」、30代は「ちょうど実年齢」、40代・50代・60代以上は「マイナス6歳以上」の割合が一番高くなっている。

理想の気持ち年齢も「マイナス6歳以上」が1位

また、自身が「こうありたい」と目指す「気持ち年齢」は、実年齢に対してどのぐらいか聞いたところ、「マイナス6歳以上」35.6%、「マイナス5歳」27.1%、「ちょうど実年齢」22.0%の順に(グラフ⑧)。年代別に見ると20代以下の「ちょうど実年齢」と、50代と60代以上「マイナス6歳以上」が、全体よりも10ポイント以上突出している。

若いと思われるとうれしい人は、同世代の女性の友人と、あとは・・・?

次に、特に「若い」と思われるとうれしく感じる人を3人まで選んでもらった(グラフ⑨)。1位は「同世代の女性の友人・知人」62.2%、2位は「夫・彼」51.3%、3位は「年下の女性の友人・知人」37.4%。年代別で見ると20代以下と30代は「夫・彼」「同世代の女性の友人・知人」、50代と60代以上は「自分の子供」が全体と比べて10ポイント以上高くなっている。

<回答者プロフィール>

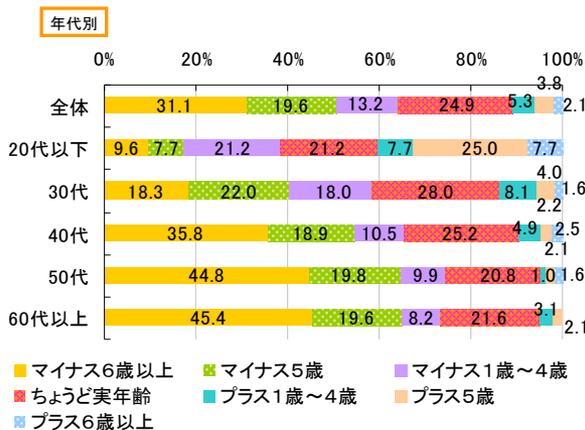
●年齢：20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
●職業：専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
●未既婚：既婚 100%。
●居住地：北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1%(東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%)、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0%(大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%)、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビングくらしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

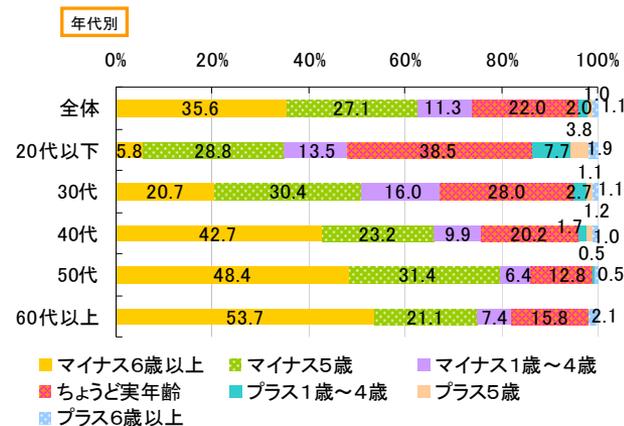
ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

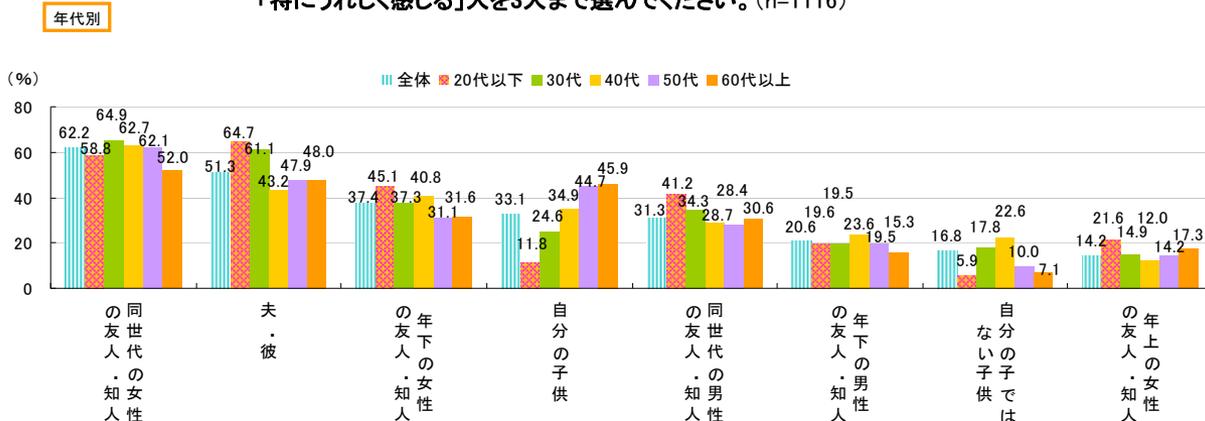
(グラフ⑦) あなた自身の現在の「気持ち年齢」は、実年齢に対してプラスマイナス、どのくらいだと思いますか? (n=1121)



(グラフ⑧) あなた自身が「こうありたい」と目指す「気持ち年齢」は実年齢に対して、どのくらいでしょうか? (n=1108)



(グラフ⑨) あなたが特に「若いと思われると、うれしく感じる」人は、どのような人でしょうか? 「特にうれしく感じる」人を3人まで選んでください。(n=1116)





<「実年齢を明らかにしたくない」気持ちの有無と、そのときの心境>

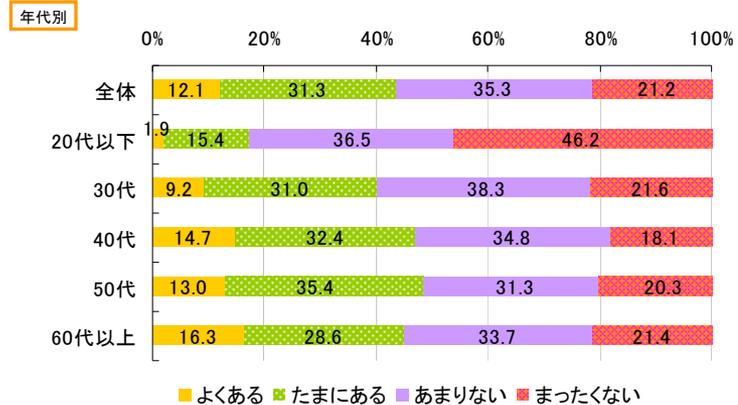
30代を超えると「あまりない」と「たまにある」でゆらゆら

人に聞かれたときや、何かに記入するとき、「実年齢を明らかにしたくない」という気持ちを感じることはある？と尋ねてみると、全体では「ある」と「ない」が4:6にほぼ二分(グラフ⑩)。年代別では20代以下は「まったくない」が一番多く46.2%だったが、30代より上の年代では、「あまりない」と「たまにある」が多くそれぞれ3割ずつぐらいであった。

「自分を年齢で判断してほしくない」が、50代以上で6割超

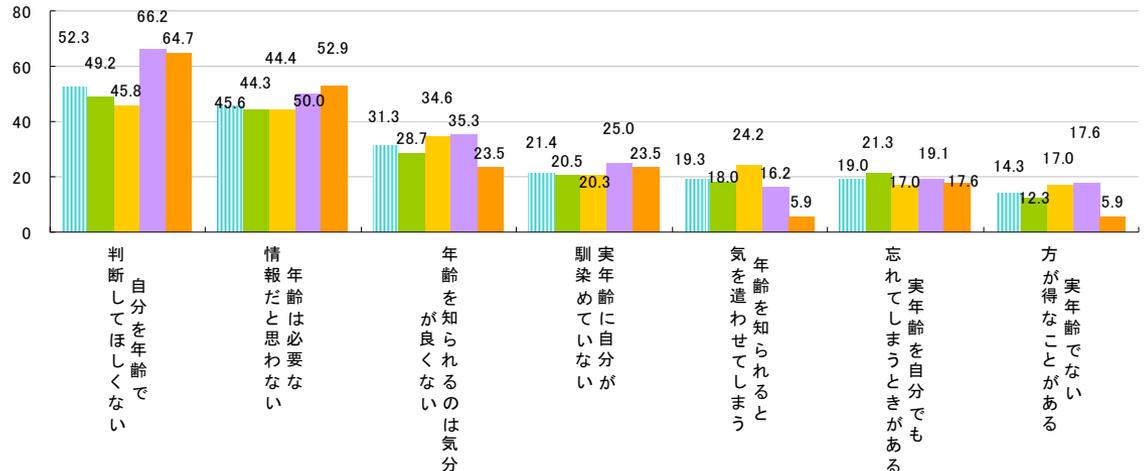
実年齢を明らかにしたくない気持ちを感じるときに「よくある」「たまにある」と答えた人に、そう感じる時の気持ちとして、当てはまるものをいくつでも選んでもらった(グラフ⑪)。全体では「自分を年齢で判断してほしくない」52.3%、「年齢は必要な情報だと思わない」45.6%、「年齢を知られるのは気分が良くない」31.3%の順に多く、年代別でもほぼ順位は同じ。「自分を年齢で判断してほしくない」と答えた人は50代以上に特に多く、50代が66.2%、60代以上が64.7%と全体よりも10ポイント以上高い割合であった。

(グラフ⑩) あなたは人に聞かれたときや、何かに記入するとき、「実年齢を明らかにしたくない」という気持ちを感じることはありますか?(n=1121)



(グラフ⑪) 「よくある」「たまにある」人に伺います。そう感じる時の気持ちとして、当てはまるものがあれば、いくつでも選んでください。※20代以下の回答は少数のため除外(n=384)

年代別



<回答者プロフィール>

●年齢:20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
●職業:専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
●未既婚:既婚 100%。
●居住地:北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1%(東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%)、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0%(大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%)、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビング暮らしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430



<実年齢と違う年齢を答えるとき>

基本的にはないが、50代以上で「たまにある」も2割超

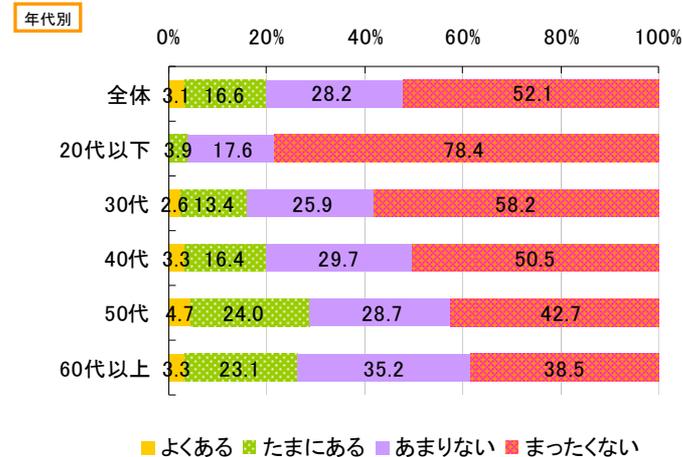
続いて、人に聞かれたときや、何かに記入するとき、実際の年齢と違う年齢を答えることはあるかを聞いてみた(グラフ⑫)。全体では「まったくない」が52.1%と半数を占めたが、年代別に見ると年代が上がるごとに「まったくない」という声は少なくなっていき、「たまにある」「あまりない」の割合が増加。60代以上では「たまにある」23.1%、「あまりない」35.2%、「まったくない」38.5%と回答がわかれた。

違う年齢を答える場合は「マイナス1歳～4歳」が1位

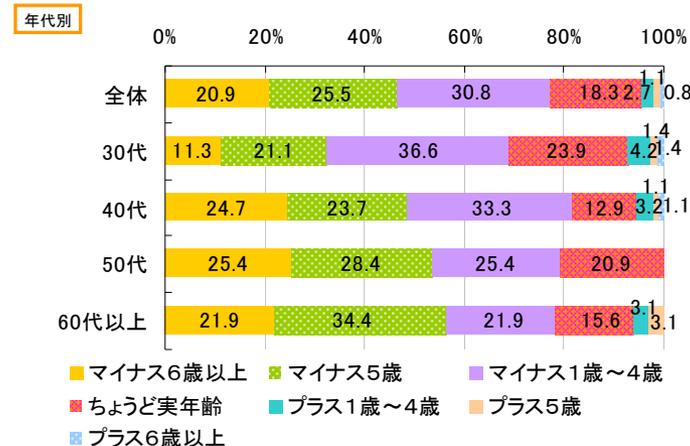
次に、実年齢以外の回答をする場合、実年齢に対してどのくらいの年齢で答えることが多いかと聞いてみた(グラフ⑬)。一番多かったのは「マイナス1歳～4歳」30.8%で、次いで「マイナス5歳」25.5%、「マイナス6歳以上」20.9%。30代と40代は「マイナス1歳～4歳」が一番多く、50代と60代以上は「マイナス5歳」が一番多い。60代以上では「マイナス5歳」が34.4%と全体より9ポイントも高かった。

※・・・20代以下の回答は少ないので除外

(グラフ⑫) あなたは人に聞かれたときや、何かに記入するとき、実際の年齢と違う年齢を答えることはありますか?(n=1055)



(グラフ⑬) 実年齢以外の回答をする場合、実年齢に対してどのくらいの年齢で答えることが多いでしょうか? ※20代以下の回答は少数のため除外(n=266)



<回答者プロフィール>

●年齢:20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
●職業:専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
●未既婚:既婚 100%。
●居住地:北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1%(東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%)、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0%(大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%)、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビング暮らしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430



<実年齢と見た目とのギャップについて>

「見た目は実年齢より若ければ若い方がいいか」は意見がまっぶたつ

実年齢と見た目とのギャップについて、どちらの考えに近いか選んでもらった(グラフ⑭)。「見た目は実年齢より若ければ若いほどいいか」「見た目と実年齢はある程度の範囲で一致していた方がいいか」は、「若ければ若いほどいい」が48.2%、「ある程度の範囲で一致していた方がいい」が51.8%でほぼ同じ割合に回答が2分。年代別でも同じような結果となった。

「見た目の若さをキープするためにできる限り努力したいか」もほぼ同じ割合に2分

続いて「見た目の若さをキープするためにできる限り努力したいか」「見た目の若さのキープのための努力はソコソコでいいか」でも、「できる限り努力したい」が50.3%、「努力はソコソコでいい」が49.7%とほぼまっぶたつに分かれる結果に。こちらは60代以上だけで見ると、「見た目の若さのキープのための努力はソコソコでいい」が67.8%と高くなっており、差が開いた。

72.7%の人が「見た目が若い人のほうが気持ちも若い」に賛成

「見た目が若い人のほうが気持ちも若い」と思うか「見た目と気持ちの若さの関係ない」と思うかでは、「見た目が若い人のほうが気持ちも若い」が72.7%と圧倒的に高く、年代別で見てもほぼ同じ傾向。若い年代のほうがその傾向が顕著で、年代と反比例して意見差はゆるやかに。

<回答者プロフィール>

- 年齢：20代以下 4.7%、30代 33.3%、40代 36.3%、50代 17.0%、60代以上 8.7%。
- 職業：専業主婦58.6%、フルタイム13.8%、パートアルバイト24.3%、その他3.4%。
- 未婚既婚：既婚 100%。
- 居住地：北海道2.1%、東北2.8%、関東48.1%(東京都17.3%、神奈川県14.0%、千葉県8.9%、埼玉県5.8%、栃木1.1%、群馬0.2%)、北陸0.8%、東海6.9%、近畿28.0%(大阪府12.5%、兵庫県10.6%、京都府3.4%、滋賀県1.0%、和歌山県0.4%)、中国3.4%、四国2.7%、九州・沖縄4.6%。

リビング暮らしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

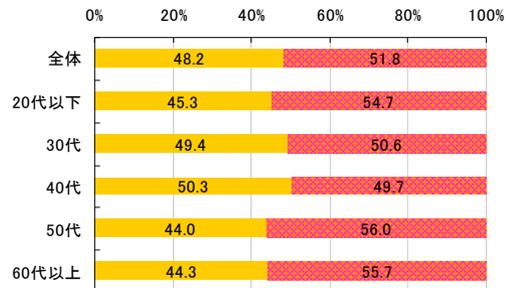
ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

(グラフ⑭) 今年、「魔女」などの言葉で呼ばれる、見た目と実年齢ギャップが大きい女性が注目されましたが、実年齢と見た目とのギャップについて、あなたは、どちらの考えに近いですか？ AとBから比較的近い方を選んでください。(n=1066)

年代別 (n=1066)

■ A見た目は実年齢より若ければ若いほどいい
■ B見た目と実年齢はある程度の範囲で一致していた方がいい



年代別 (n=1056)

■ A見た目の若さをキープするためにできる限り努力したい
■ B見た目の若さのキープのための努力はソコソコでいい



年代別 (n=1050)

■ A見た目が若い人のほうが気持ちも若い
■ B見た目と気持ちの若さは関係ない

