



「女友達との情報交換についてのアンケート～健康・美容・親のこと～」 まとめ①

40代半ば以降の大きな関心事、「体の不調やその対策（健康）」「美容」「高齢の親のこと」という3つの話題について、友達の間でどんな話や情報交換がされているのか？ 45歳以降の女性を対象とした調査で、おしゃべりの相手や内容をのぞいてみた。

自分の不調・親のことは、頻繁に話題にしているが、美容のテーマは比較的頻度が低い

◇40代半ば以上の女性が集まればとにかく健康の話題だ。健康の話を「たまに」+「しょっちゅう」している率は91.2%。親の話題は、74.6%。
一方、美容の話題は60.0%と、比較的頻度が低い。

女同士のおしゃべりはお役立ち情報の宝庫！

具体的なアクションに結び付きやすい話題は、健康「運動のノウハウ」、美容「化粧品選び」、親のこと「行政サービスの活用法」など

◇女同士のおしゃべりで聞いた情報を参考にするかという質問では、健康ジャンルでは96.2%が「とても」+「まあ」参考になっている。

美容は87.0%、親のこと81.8%と、いずれもポイントは高い。機微な内容だからこそ、お互いにある程度わかったうえでの情報が役に立つ。

◇その情報を元に商品を買う・運動をするなど、実際のアクションを起こした人は、健康・美容でそれぞれほぼ半数。

健康では、運動のノウハウ、美容では化粧品選びへの影響が大きい。

◇一方、親のことで実際に行動をした人は18%と少なめだが、介護の心構えや行政サービスの手続きや活用など、経験者だからこそ聞ける貴重な内容を、友達同士のおしゃべりを通じて入手していることがわかった。



「女友達との情報交換についてのアンケート～健康・美容・親のこと～」 まとめ②

おしゃべりの相手は、同年代が7割以上

- ◇話をする相手は、同年代の友達が7割以上と多い。ただし健康・親のことについては、年上の友人と話す人が3割程度いる。
- ◇話をする相手は、ママ友（元ママ友含む）・同僚（元同僚含む）・学生時代の友人が多い。ただし、年代が上がると、地元の友人や習い事・運動のサークルの仲間などが増えていく。

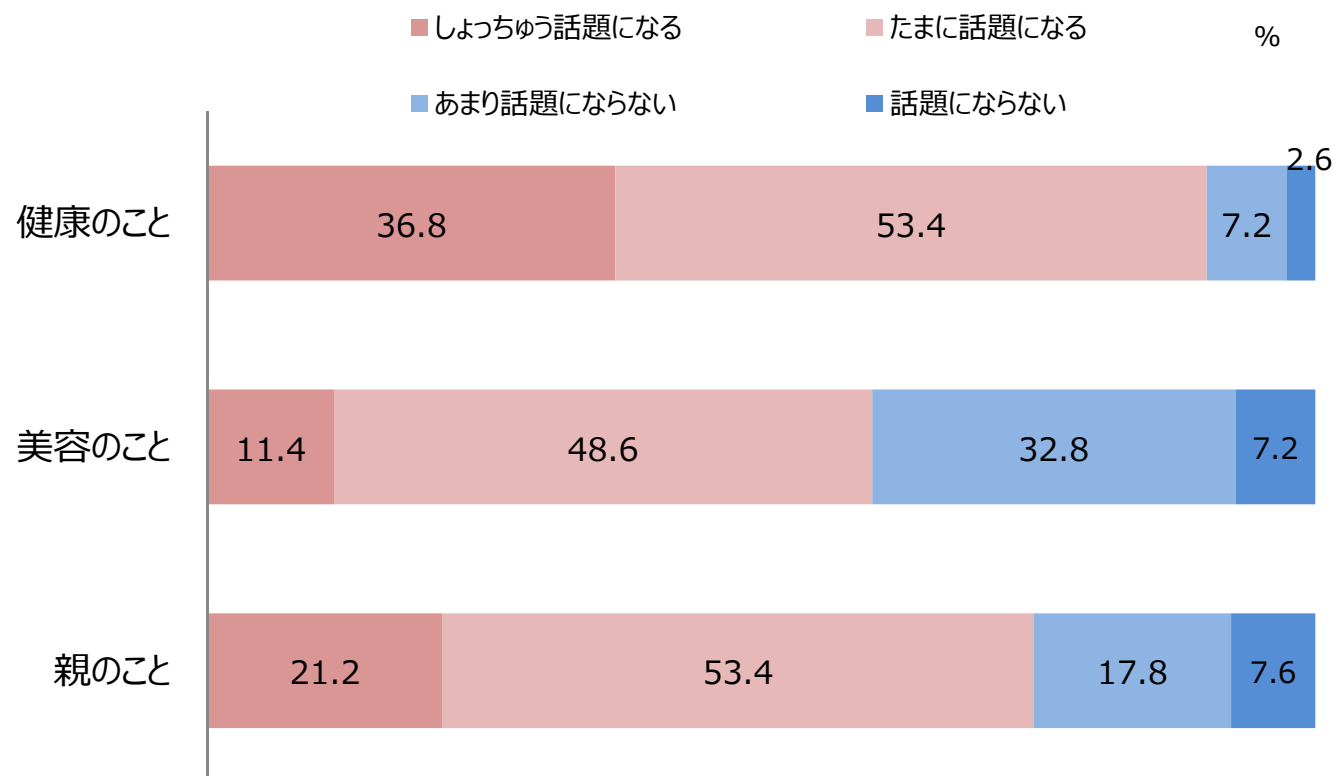
年代によって変化するおしゃべりのテーマ。そこから関心の推移が見て取れる

- ◇健康・美容・親のことそれぞれに、年代が上がるにつれ、よく話される話題が変化する。
たとえば健康ジャンルでは、「更年期の諸症状」の話題は60代になると激減するが、「腰・肩・関節の痛み」はじわじわ伸び続け、60代後半にぐっと伸びる。
◇話題になるのは、そのテーマに当該年代の女性の関心が向き、情報ニーズが高まるタイミングだからだと考えられる。
「40代半ば以降の加齢に伴う健康不安」とひとくくりを考えずに、より丁寧に各層のニーズをとらえることが可能だ。
- ◇美容では、「スキンケア」「化粧品」の話題は50代後半がピークでその後下がる。「白髪」も頻繁に話題になるが、年齢による変化は少ない。
- ◇親のことでは、もっとも話題になっている「介護」が、急増するのは50代後半、60代後半。この動向は、「高齢者への対応の仕方」や「施設」の話題とリンクする。「体力や足腰の衰え」の話題は50代前半がピークだ。



健康・美容・親の話題のうち、もっとも話されるのは、 自分の健康。美容は比較的頻度が低い

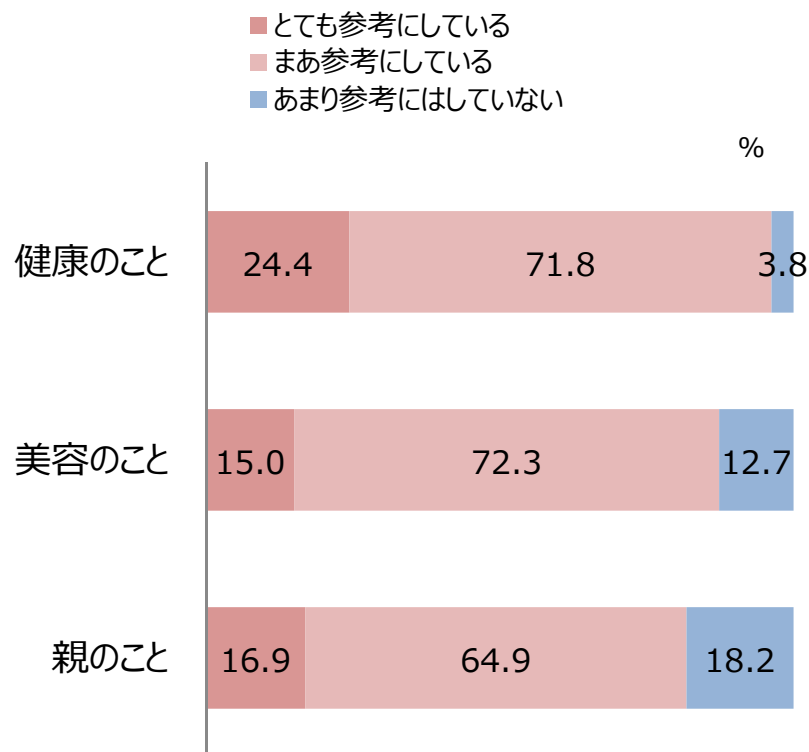
女友達との間で健康・美容・高齢の親について話すことはあるか？



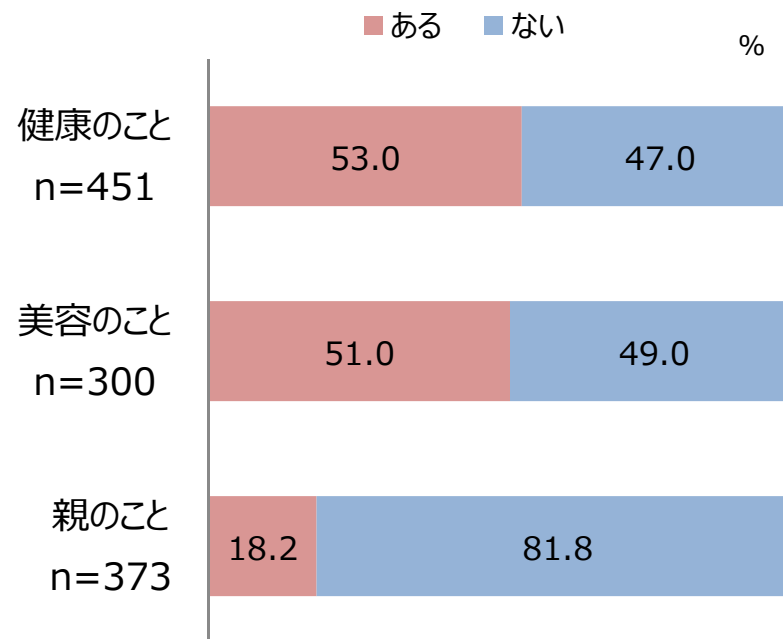


女友達からの情報（おしゃべり）を参考にする人は多く、健康では96%が参考にし、53%が実際に行動している

（話をする人に）女友達との健康・美容・高齢の親の話を参考にするか？



（話をする人に）女友達との話で出たもの・ことを、実際に使ったり、行ったりしたことはあるか？

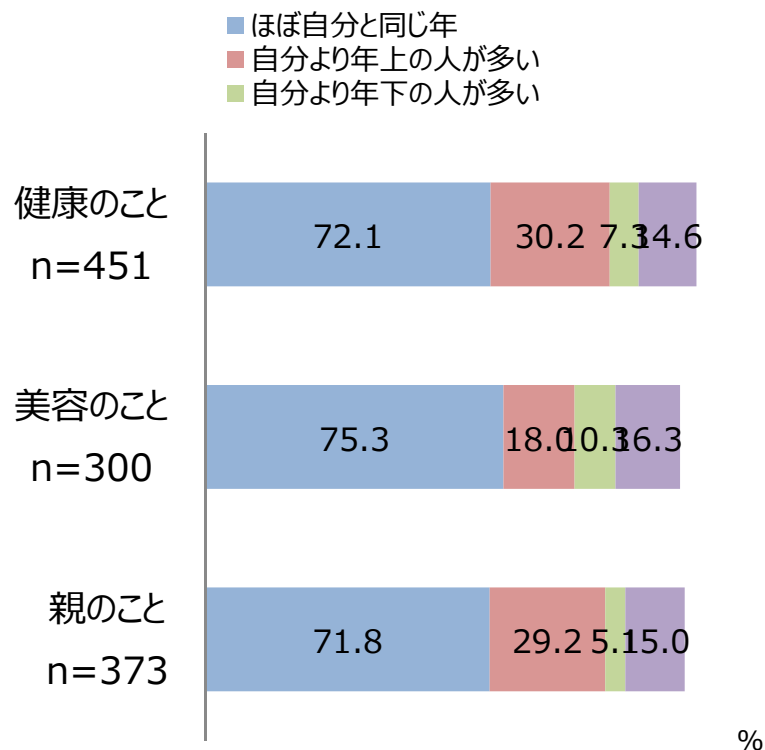




話す相手はママ友や同僚・学生時代の友人が多く、年代も近いが、健康・親の話題は年上の友人が相手のケースも約3割

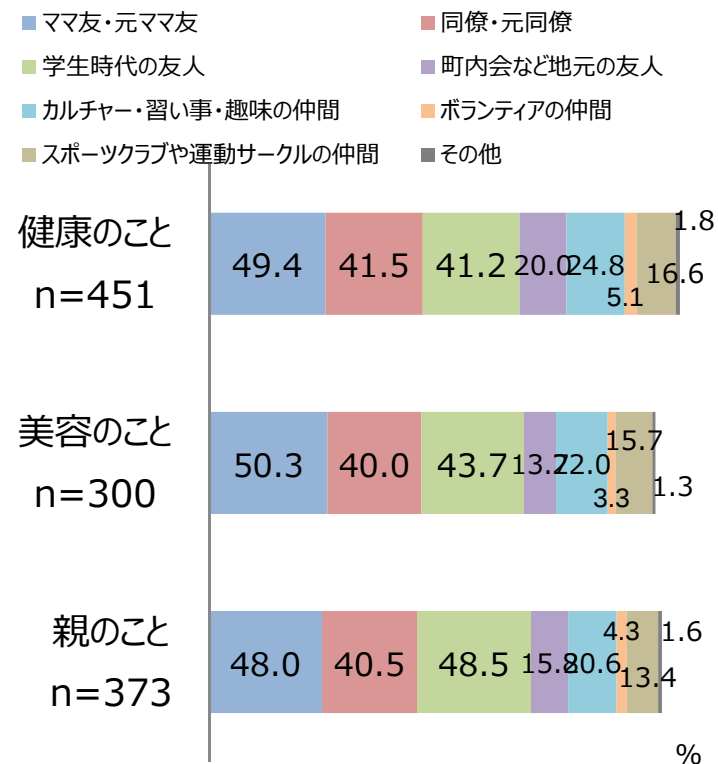
(話をする人に) 健康・美容・高齢の親のことを話す女友達はどんな年代か？

複数回答



(話をする人に) 健康・美容・高齢の親のことを話す女友達は、どんなグループか？

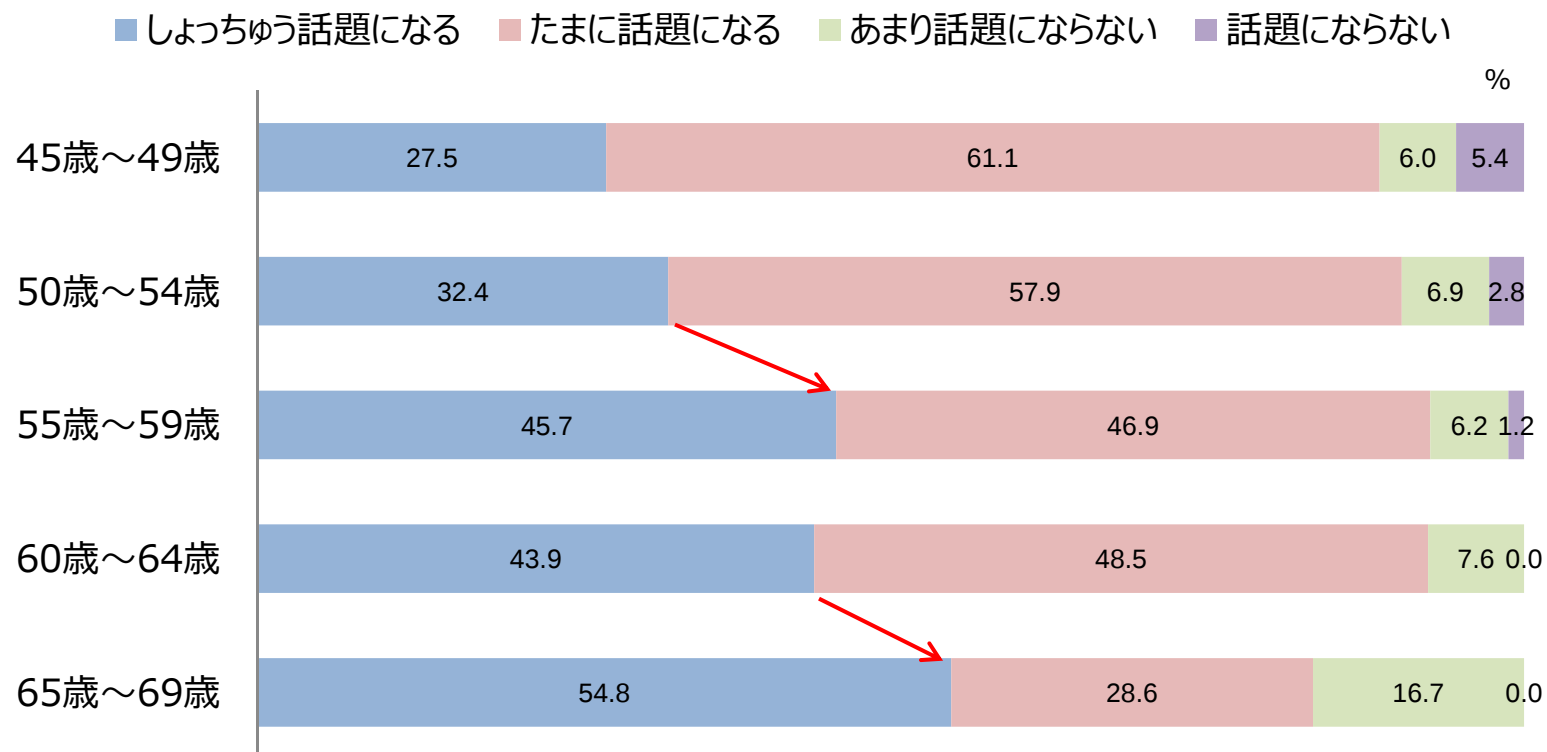
複数回答





[健康について×年代] 60代半ばまでは9割以上が友達と健康について話をする とくに55歳以降は「しょっちゅう話す」人が増加

女友達と顔を合わせて身体の不調や対策について話すか？

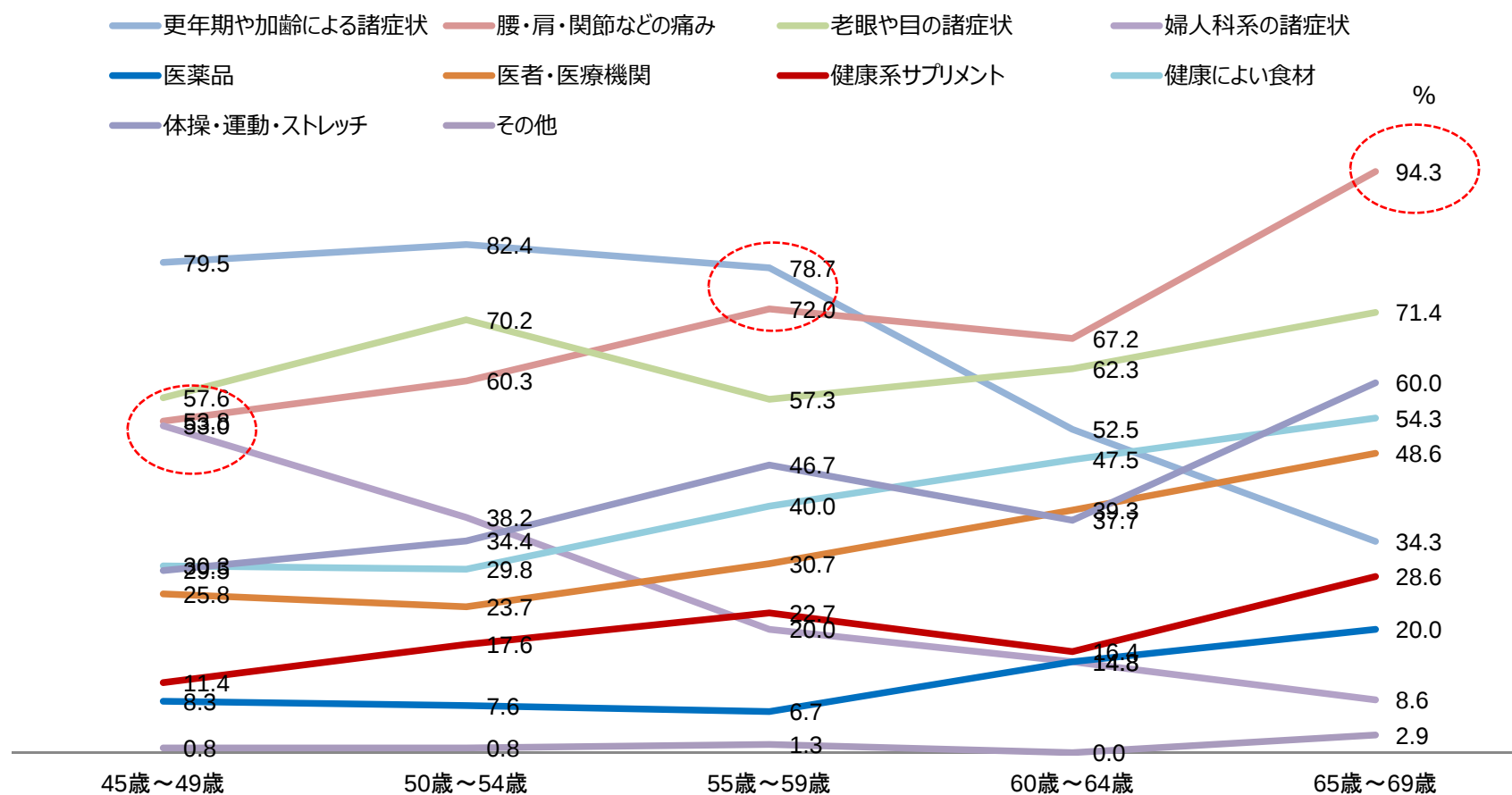




[健康について×年代]

話題は、年代と共に変化。婦人科系・更年期の諸症状から腰・肩・関節の痛みへ

身体の不調についての話題は 複数回答

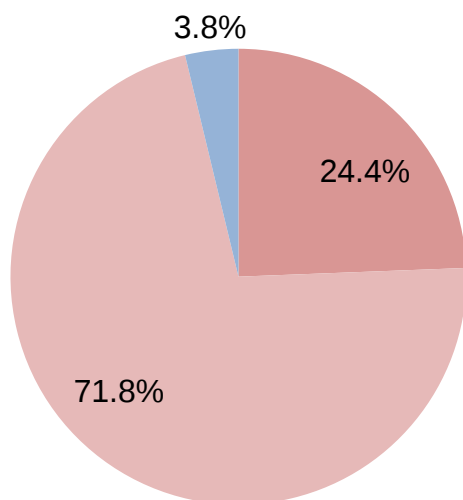




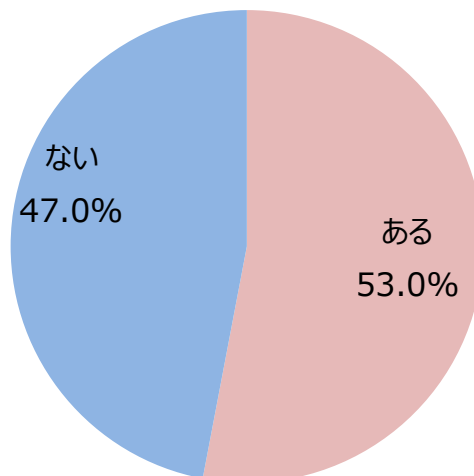
[健康について×年代] 実際に友達に聞いてやってみたのはストレッチや体操、サプリメント

女友達からの不調や対策情報を
どの程度参考にしているか？

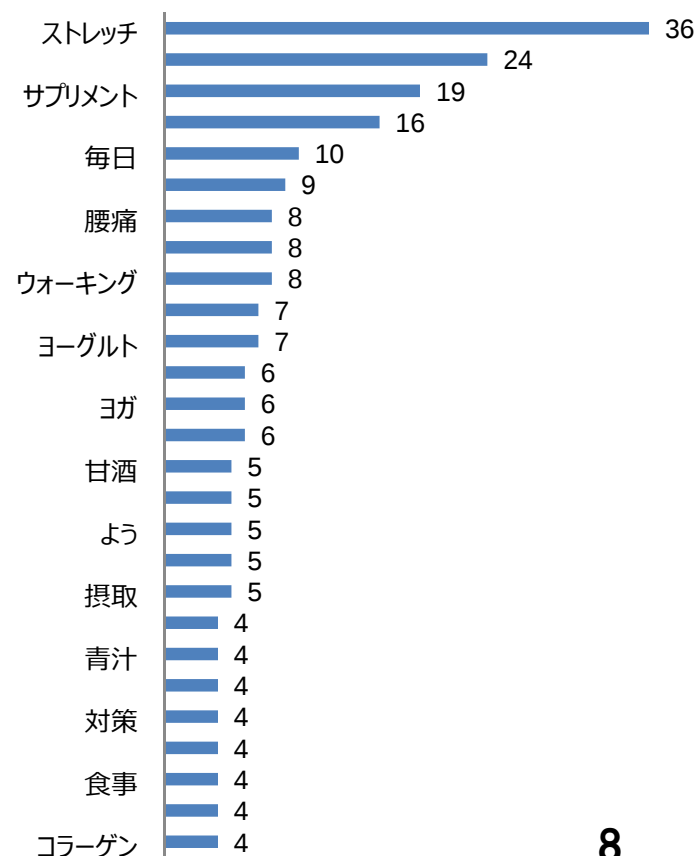
- とても参考にしている
- まあ参考にしている
- あまり参考にはしていない



健康にいいことや商品情報をもとに
やったり、使ってみたりしたことは？



自分でもやってみたり、使ってみたりした
こと (FAから名詞を抽出)





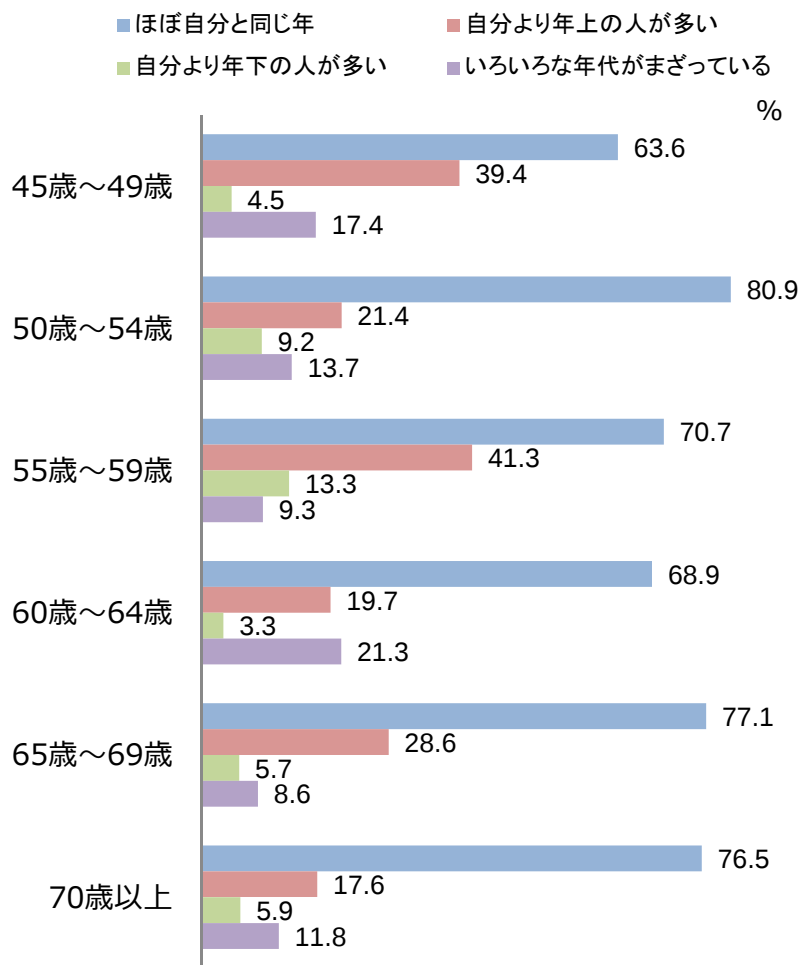
[健康について] 友達に聞いて自分もやってみたり、使ってみたりしたこと FA抜粋

コメント	年齢
ホットヨガを試してみたり、「命の母」を飲んでみたり	45
コレステロールが高めで、ブロッコリーが効くと聞いて、意識して食べるようにしています。	46
コラーゲンの入っているドリンクを買って飲んだことがある	46
体に良い玄米ご飯をもちもちに炊き上げることが出来るヘイワの圧力鍋を購入した。	46
とうもろこしのひげ茶、試したが、不味くてのめなかった。	47
婦人科健診を受けるようになった。	47
肩こり予防のストレッチ	50
ほぼ毎日サーキットトレーニングをやっている。毎日、納豆とヨーグルトを食べ続ける。	50
健康食品のココナッツオイルでコレステロール値が下がった	51
スクワットとストレッチ	51
R-1 を飲んでインフル予防	51
ドイツもリエン薬局の薬が症状に合わせて良く効くと聞いたので、試しています。	53
口内炎がよく出来る。麦ご飯はいいと聞いたので麦ご飯にしたら出来なくなった。	54
友人のすすめで婦人科を受診した。	54
股関節を柔らかくするストレッチ	54
ファンケルの「えんきん」のサプリメントが効果的だった。と友人から勧められて、実際に購入してみた。	55
太極拳を習ってる人に、体の伸ばし方や呼吸の仕方を聞いた。	56
黒豆が骨量を維持するのにいいと聞いて、購入してみた。	57
朝食にグラノーラを食べる、スポーツクラブに入会、雑穀ご飯、豆乳を飲むなど	58
冷え性対策の食べ物や湯たんぽなどでの対策やお灸などやってみた。	59
プラセンタの注射	59
ヒアルロン酸を含んだ化粧品がよい。	61
オメガ3に由来するオイルを使う商品や商品、また減塩の商品醤油やだしなども使ってみました。	61
肩や腰が痛い時は無理しないこと。最初が肝心。	63
医療機関を利用、サプリメントを購入、おすすめストレッチや体操をする、	63
フコイダンの会社に勤めている友人から副作用の軽減や、再発防止に効果が出ていると教えてもらった。	65
マットレスを低反発にした。	66

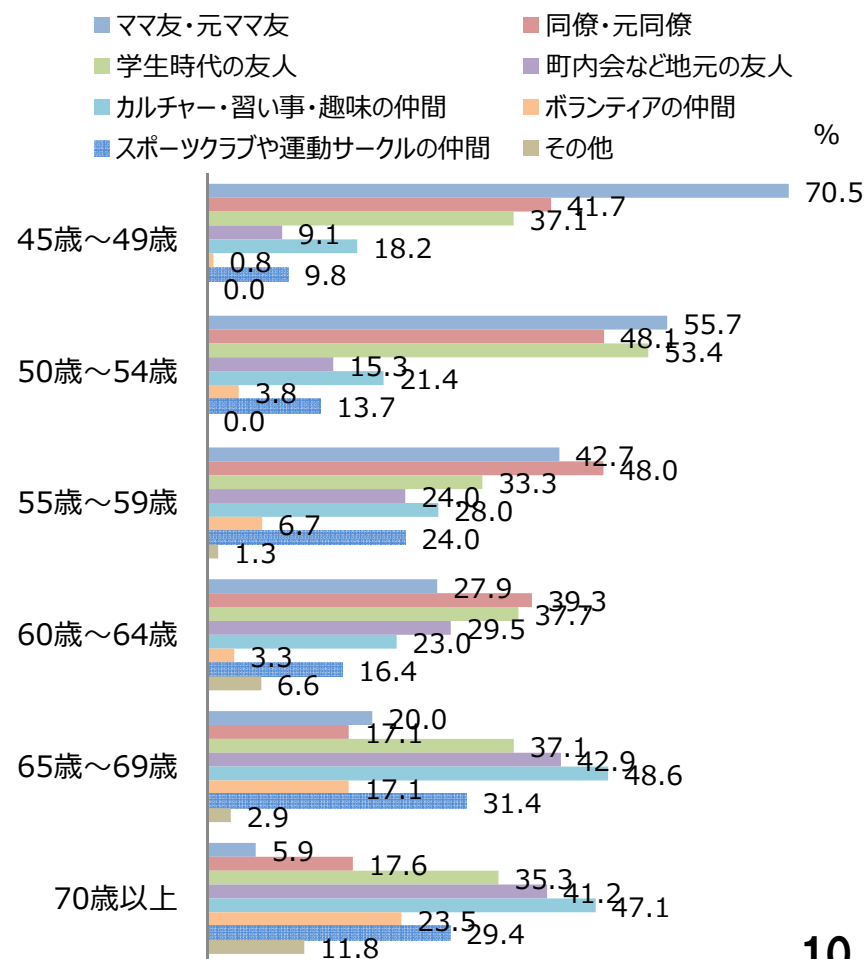


[健康について×年代] 身体の不調について話す女友達は同年代が多い 年代が上がるとママ友は減り、地元の友人・趣味・運動の仲間が増える

身体の不調について話す相手の年代



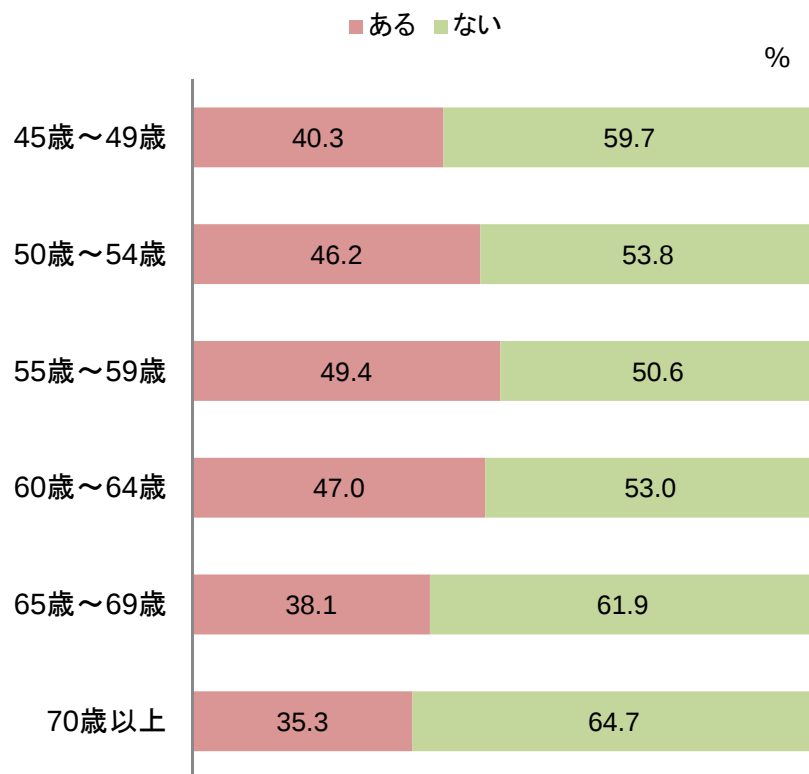
身体の不調について話す女友達のグループは





[健康について] 年上の女友達からの体験談やアドバイス。 更年期に関する体験談・アドバイスが特に多い

年上の女友達から健康に関する体験談やアドバイスを聞いたことは？

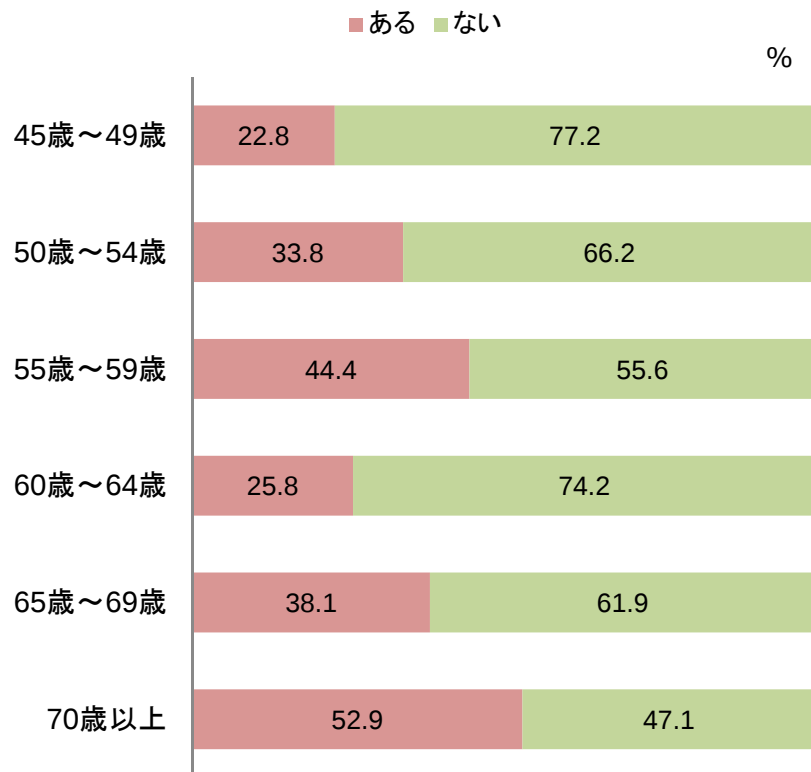


コメント	年齢
更年期の症状	48
生理の終わり際はどんな具合か。	49
五十肩、更年期について	50
眠れないときは無理に寝ようとしない。諦めて起き出すのも一つの手。	51
子宮筋腫などの手術の経験が参考になる。	51
更年期の症状についてそれぞれ。少し先に経験している先輩として。冬と一緒に車で出かけた時、突然のホットフラッシュ。「これがそうよ」と教えてくれた。必ず飲み物を持参されていることも教えてくれた。	52
更年期はいつ頃始まったかや症状、老眼の見え具合や対処法	55
マメに運動すること	57
目の症状 飛蚊症	58
腰痛予防に腰ベルトを使っていること	58
年齢を取れば何らかの病気を持ってくるのは誰でもだから、くよくよしないで明るく前向きに生活することで、大半が良い方向に向かう 笑って過ごすのも1日 泣いて過ごすのも1日だから笑って過ごす方が自分の為にも家族の為にも良いわよと言われ、納得した	58
腸を大切にする方法など	59
疲れやすくなった。行動が緩慢になった。	59
腰痛や五十肩の事で 体操や身体を冷やさない事そして痛みにくく 薬 医者などを紹介してもらった。	59
喉の体調不良が続き、病院を変えてみたら？とのアドバイスで内科、呼吸器科の通院をずっと通院してたのを、耳鼻咽喉科へ変えたら良くなりました。	61
膝の痛みで整形外科で水を抜いたなど。	62



[健康について] 年下の女友達に聞かれることは50代後半に増え、60代前半で減少 更年期も含め、老化による症状への質問が多い

年下の女友達から健康に関する体験談やアドバイスを聞かれたことは？

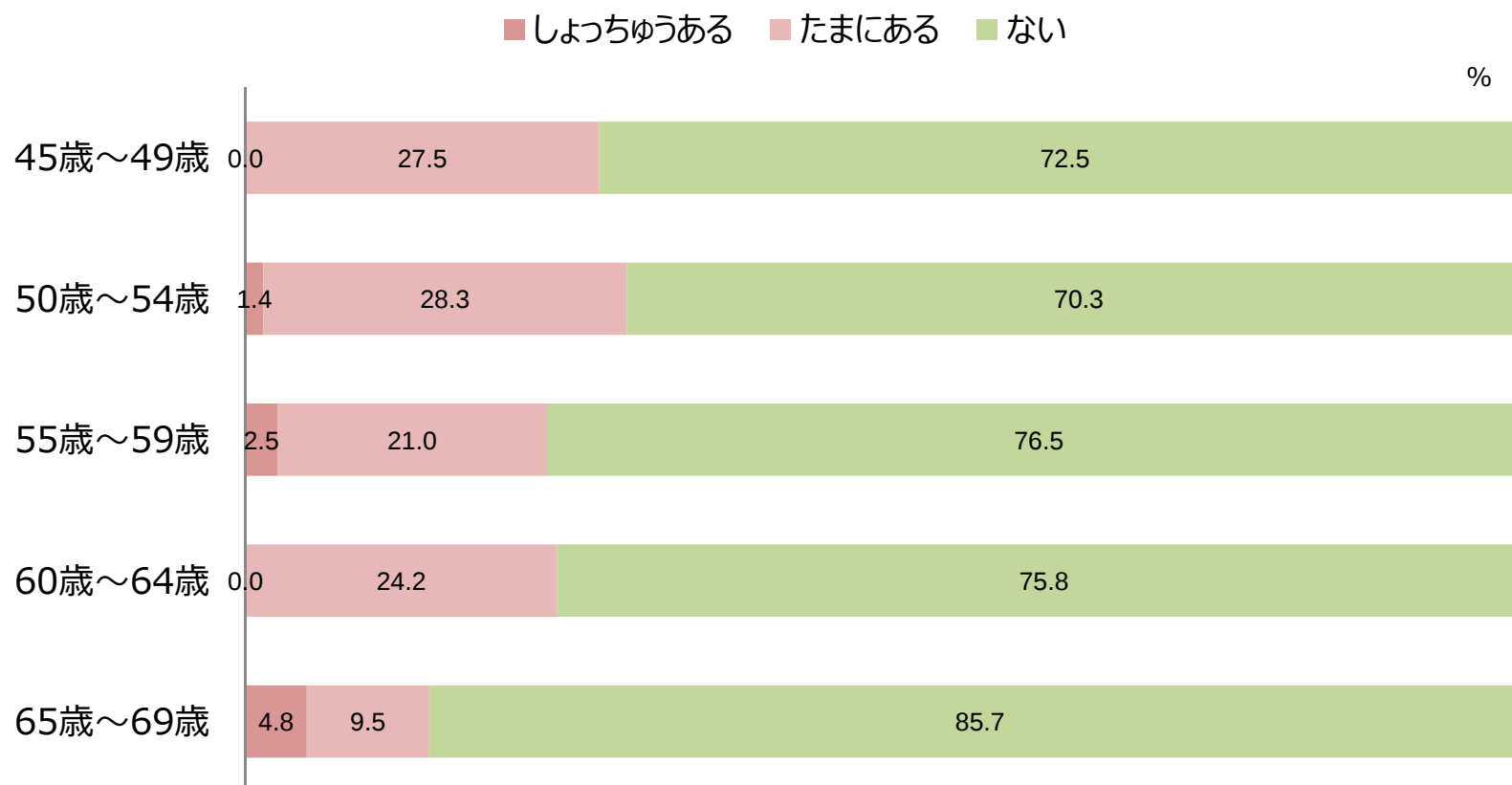


コメント	年齢
筋肉痛が1日で治らないのはどうすれば良いのか？	46
何歳ごろから、体がきつくなってくるのかとか、老眼は何歳から始まるのかとか、聞かれました。	46
生理について	47
更年期の症状と対策	48
子宮筋腫、子宮を全摘すべきかどうか	49
めまい、生理不順	50
肩こりがひどいとき…予防	50
老眼について	51
不妊治療について、行ってた病院や内容	51
老眼について。なんだか夜は字が読みにくくなったというので。遠近両用のコンタクトは初めからはやめたほうがよいよ。慣れたら、老眼が進んでたりするからと伝えた。	52
更年期障害のイライラについて	52
シワや更年期のこと	54
筋トレした後はタンパク質を摂取するのが筋肉作る効果がある。	54
更年期初期の生理が終わる頃の自分の体調の様子だったとか、四十肩で腕が上がらなくなった体験談	55
腰痛対策	58
冷えに対して…首、手首、足首を温める。夏でも冷たいものを摂りすぎない	58
不眠について	64
更年期障害など	65
ヨガのレッスン	66



[健康について×年代] 54歳以下の約3割はSNSでもたまたま健康や不調の話題

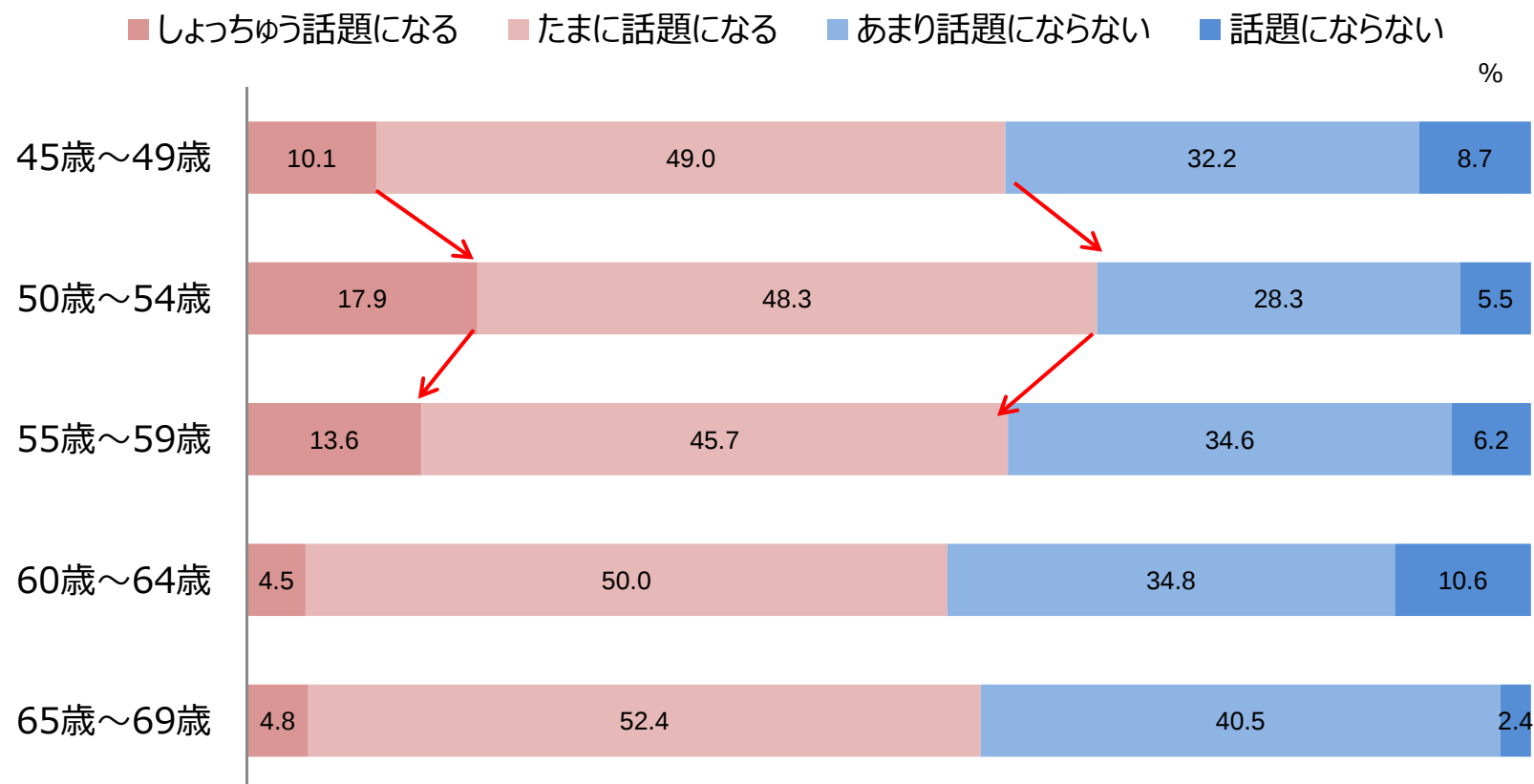
女友達とSNSやメールで不調や対策に関する情報交換をするか？





[美容について×年代] 美容の話題は50代前半にピークがくる

女友達と顔を合わせて美容について話すか？

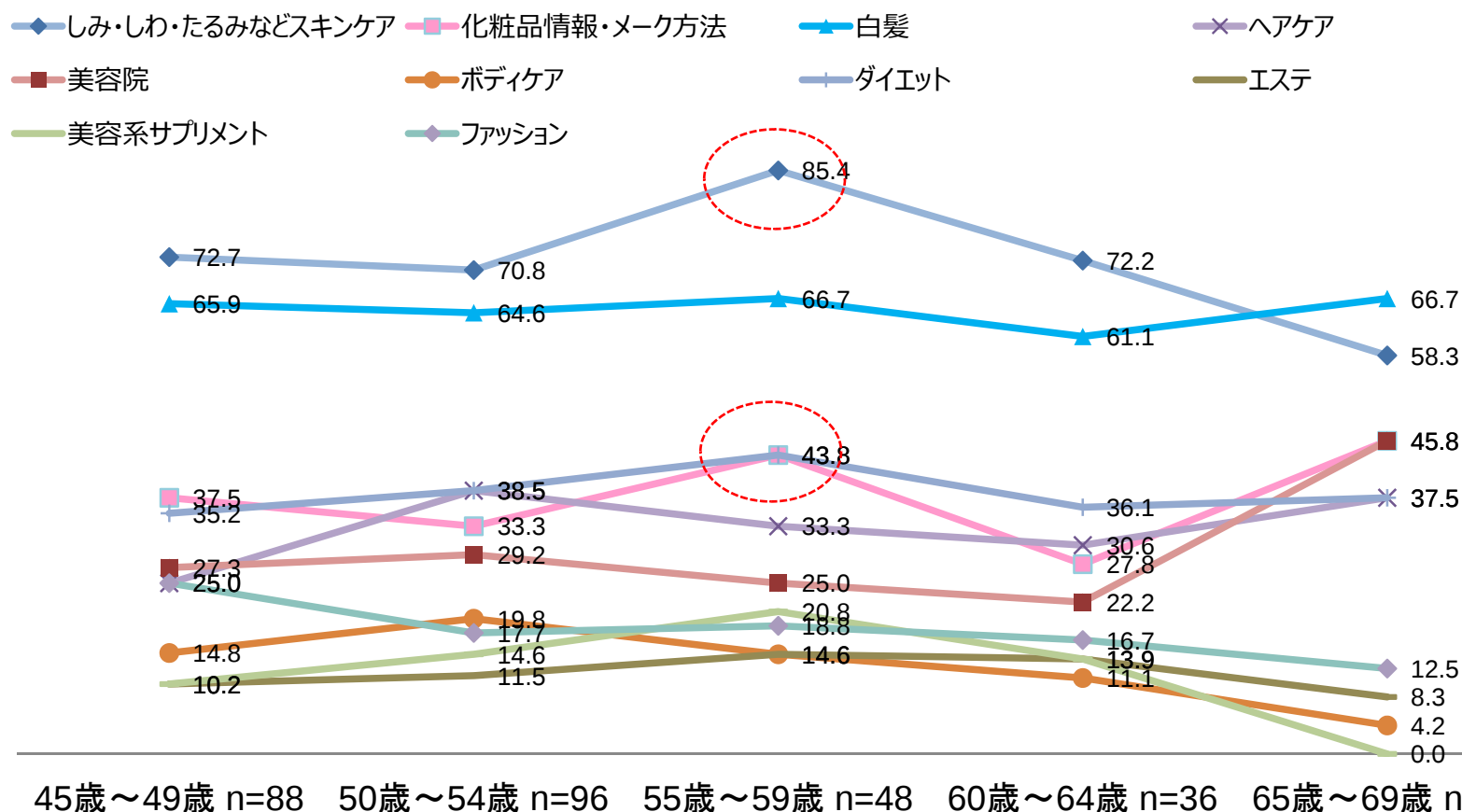




[美容について×年代]

スキンケアの話題・化粧品情報の話題は50代後半がピークでその後下がる 白髪もよく話題になるが、年齢による変化は少ない

美容についての話題は 複数回答 %

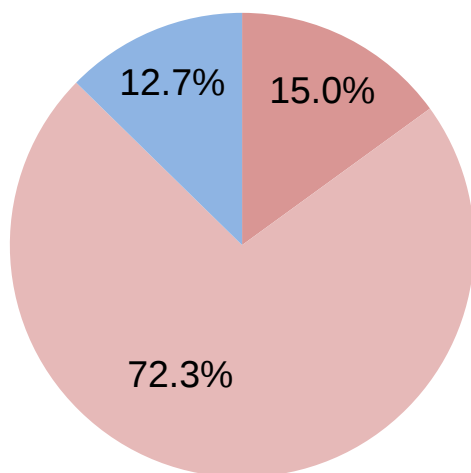




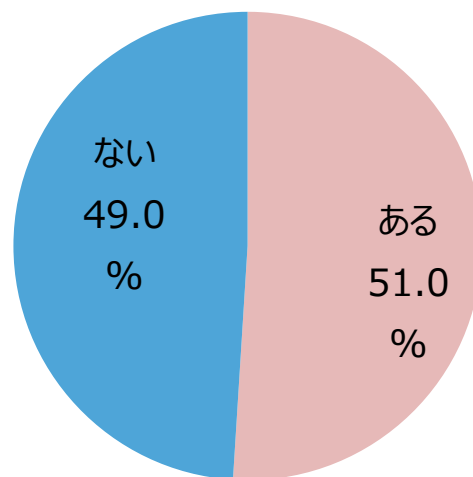
[美容について×年代] 実際にやってみた、使ってみたのは化粧品・エステ・シミ対策

女友達からの美容対策情報を
参考にするか

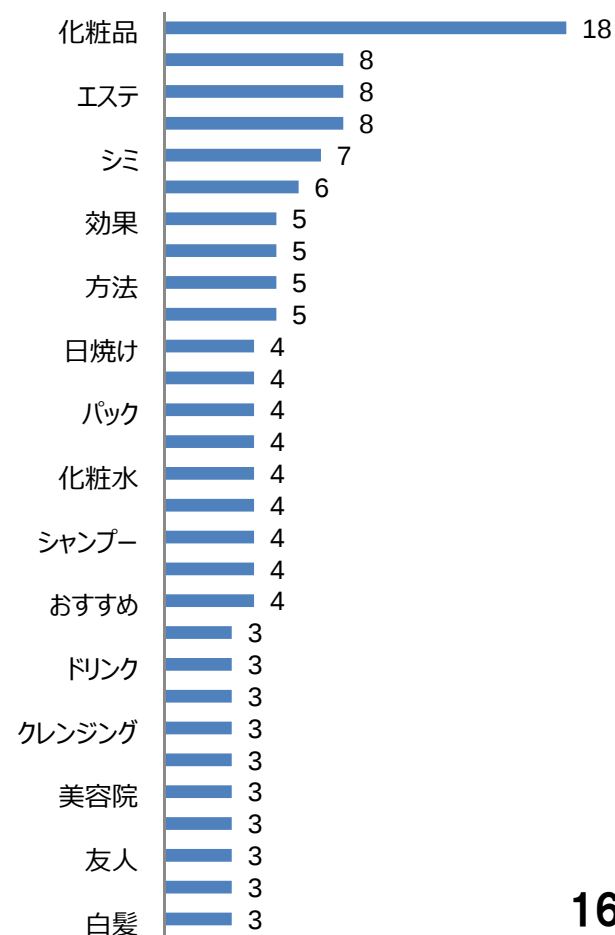
- とても参考になっている
- まあ参考になっている
- あまり参考にはしていない



美容にいいことや商品情報を基
に自分でもやったり使ったりした
ことは



美容対策でやってみたり、使ってみたりし
たこと(FAから名詞を抽出)





[健康について] 友達に聞いて自分もやってみたり、使ってみたりしたこと FA抜粋

実際にやってみたり、使ってみたりしたこと コメント	年齢
新し化粧品を試す	45
筋トレ かかとの角質ケア	47
美白には、雪肌精がいいらしい。やはり、ちょっとお高いけど、日焼け後には効果が感じられる。	47
シミ対策の日焼け止め	48
プラセンタなどの化粧品	49
あごの肉とり	49
12時を越さないように就寝すること	51
アーモンドミルクを継続して飲む。	51
保湿が大切だからボディクリームを使用している	51
エステサロン	52
温活	52
髪に優しいパナソニックのドライヤー ナノケアを薦められて使っている。100円均一の速乾ハンドタオルも愛用している。	53
同じエステ体験、リンパマッサージを自分で行う まつ毛のエクステを始めるきっかけ	54
まつ毛が伸びるリバイタッシュ	55
万田酵素を試してみた	55
法令線を目立たなくする方法	56
コラーゲンドリンクが即効性があるというので娘の成人式で写真を撮る前に飲んでみた。	56
いいと、きいた化粧品を使ってみるなど。	57
生え際の白髪の部分染め。	59
美顔ローラー	60
ヒアルロン酸を含んだ化粧品は自分にありました。	61
首のしわを取る運動などを教えてもらった。一日一回三十回 とのことで たいした負担ではないようでしたが 毎日続けるのは至難の業だとおもいました。	62
ニベアクリームがスキンケアには一番良い	66
よい美容院	67
続けられる体操	68



[美容について]

年上の友達に教えてもらったこと 年下の友達に聞かれたこと ※FA抜粋

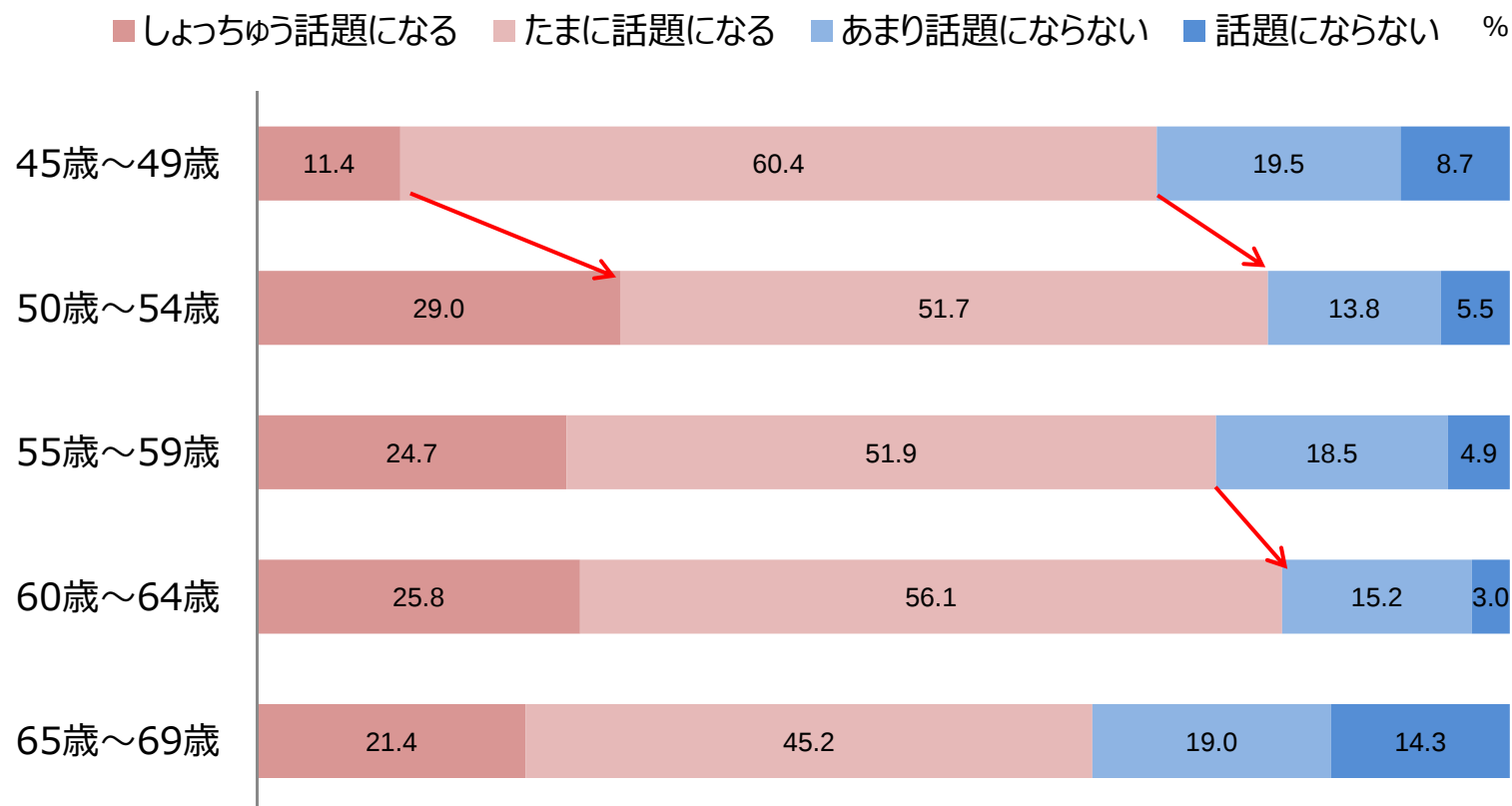
【年上の友達から教えてもらったこと】	年齢
白髪染めは、やりだしたら続けなくてはいけないから、限界まで待った方がいい。	45
ホームエステ	46
顔のケアは当たり前ですが、年を取るほど首、首筋のケアが大切。	50
手作りの美容液を使っておられて良さそうなので作り方を聞いて愛用している	50
どこの美容院に行ってるか	51
ほうれい線や目じりのシワ対策で、皮膚を引っ張る上げるようなリフトアップ(フェイス)バンドのことを聞いた	51
白髪を染めていないけれどとてもおしゃれにされている方に、いつから染めなくなったか、上手におしゃれにみせるポイントなど。	52
疲れがとれにくいのでオススメの健康食品などをきいた	52
シートパック	53
コンシーラーをつかっているか	53
加齢臭対策	53
身体に悪い食べ物を控える	54
シミをレーザーでとったとか酵素パックがいいとか	55
かつらについて	55
しっかり日焼け対策をしないと、後からシミやホクロになるということ。	58
コットンパックの方法を教わりました。	58
チアシードを試してみました	59
白髪を気にしてまめに染めるのではなく そのまま白髪を白髪としておしゃれに楽しむことも一つの手だとアドバイスされました。	62
白髪染めをするようになったら、パーマはやめた方が髪のために良いらしい。	63
紫外線対策をちゃんとした事。夏は長そでを着て、帽子もかぶりく又は日傘使用)手袋やサングラスも愛用したとのこと。	63

【年下の友達に聞かれたこと】	年齢
地元で上手で安い美容室はどこか？	45
どこで洋服を購入しているか どこで髪をカットしているか	46
筋トレ	46
適度な運動について	46
ホームエステ	46
手荒れがひどいというので、アトリックスのビューティーチャージ・ナイトリペアをすすめた。	47
体型維持の為、どんな筋トレをしているか	47
新発売の化粧品について	51
しみのレーザー治療について	51
若い時から日焼けには気をつけて。あとで後悔するよ。	52
痩せる食品や運動・体操などです。	52
眉のアートメイクは便利だ	53
常に姿勢は意識しなさい	54
今から頑張らないと、手遅れになると伝えた	54
コットンパックのすすめ	54
スキンケア方法	54
以前自分にあった頬のシミが薄くなったので、その対処法について。	55
肝斑治療でレーザートニングをしたら肝斑はとれなかったけど毛穴がなくなったようにつるつとしてうぶ毛もレーザーをやっていた期間は手入れがいらなかった話	55
ヘッドマッサージを実行してから、抜け毛がとても減ったので、方法をアドバイスしました。	58
ジムを紹介した	58
シミについて…どういう対策をしているのか…	59
白髪の部分染め。デトックスについて。	59
化粧全般について	60
美容医療のレーザー治療について。(シミ取りレーザーが効果的だという話)	61
しみ対策について皮膚科で簡単にしみをとってくれる。	66



[親のことについて×年代] 50代前半と60代前半で話題にする率が8割を超える とくに50代前半はしょっちゅう話す人が約3割と多い

女友達と顔を合わせて高齢の親について話すか？

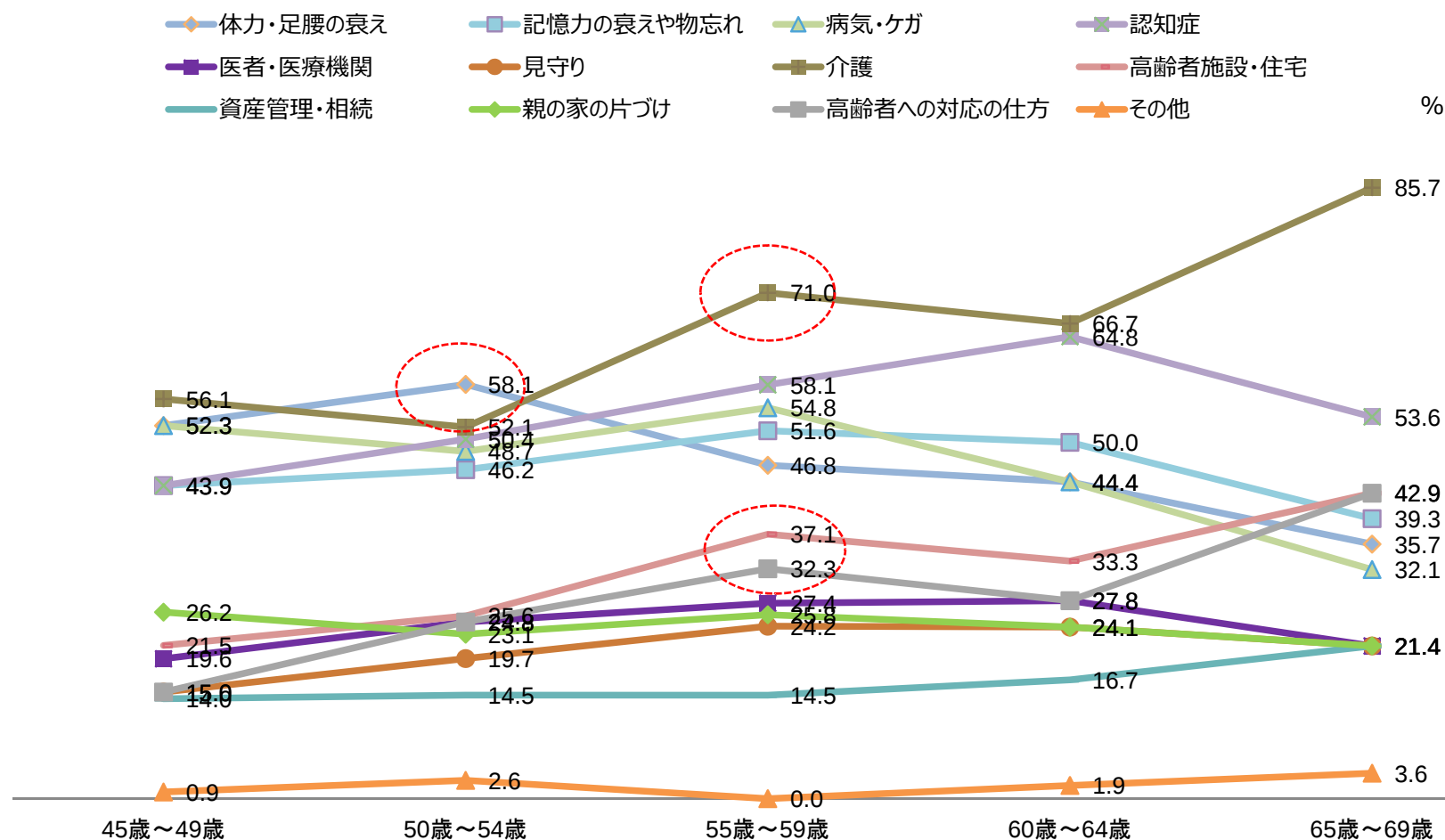




[親のことについて×年代]

介護の話題が急に増えるのは50代後半、60代後半にまた増加。高齢者への対応の仕方や施設の話題とリンクしている。体力や足腰の衰えは50代前半がピーク

高齢の親についての話題は 複数回答

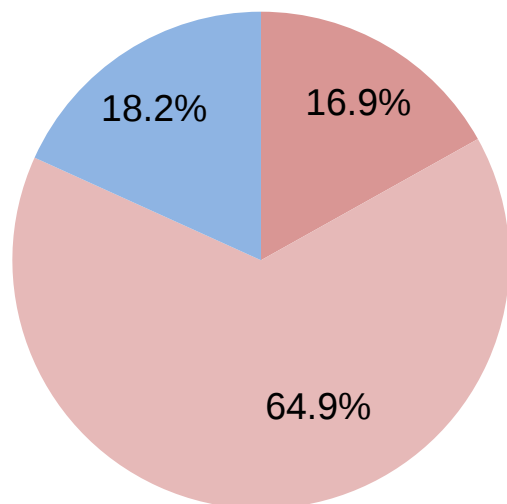




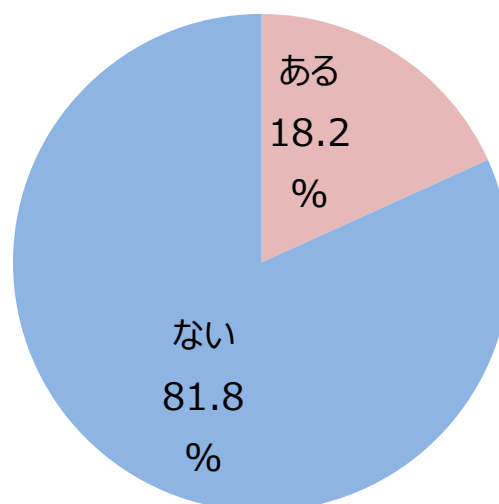
[親のことについて×年代] 実際に行動した割合は比較的低いが、行政サービスの活用ノウハウなど、 経験に基づく具体的な話が聞けている

高齢の親についての対策を、
どの程度参考にしているか

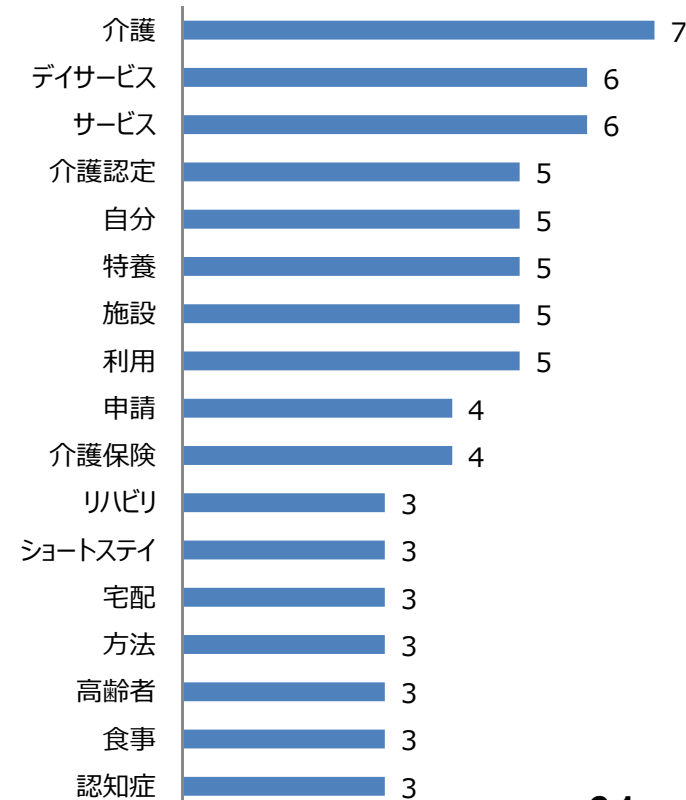
- とても参考にしている
- まあ参考にしている
- あまり参考にはしていない



女友達に聞いた高齢の親に関するサービスや商品を、自分でも
やってみたり、使ってみたことはある
か？



女友達の話をもとに高齢の親のことで、
やってみたり使ったりしたことがあるもの
(FAから名詞を抽出)





[親のことについて] 友達に聞いて自分もやってみたり、使ってみたりしたこと FA抜粋

実際にやってみたり、使ってみたりしたこと コメント	年齢
訪問リハビリ	45
デイサービスを利用すること。	48
介護する家族会の参加	48
100から数を引き算していくのができたらぼけてない、というのを聞いて、自分の親に「やってみたら？」と言ったことがある	49
高齢者向けホームの事を教えてもらった。	49
とにかく危険な事がない限り自分の事は自分でしてもらう。	50
介護サービスの話方	50
食事介助	50
介護認定の申請や特養老人ホームの申請方法、高齢者の衣料品選び	51
高カロリーの量の少ないレトルト食品を教えてもらった。	51
実家のバリアフリーのリフォームについて	52
かがまずにはけるくつ（足の甲のバックルの留めに磁石があるので、かかとでとんとんと足を動かしてバックルを定位置になるようにすれば、ピタッと留められる）	53
デイサービス	53
老健の費用について聞きました。希望は有料老人ホームですが、足りないお金の額に現在検討中です。	53
介護保険申請	54
地域のケアマネに相談する	54
毎日電話する	54
公的な機関への申請など	56
デイケアサービス	58
介護認定の方法を教えてもらった	58
手すりなどのリフォーム	58
デイサービスの勧め	60
グループホームを利用した。	61
認知症予防にはどのようにしたらよいか。介護度の認定の仕方。	61
介護認定を受けること	62
リハビリ病院に通うことにした。	64
家の中の手すり、簡易トイレなど。	66
リハビリ施設で履くシューズ	68



[親のことについて] 年上の友達に教えてもらったこと 年下の友達に聞かれたこと FA抜粋

【年上の友達から教えてもらったこと】	年齢
認知症の親について、経緯や状態ごとの対応の仕方など	45
他県から自分の住んでいる地区への介護施設への入居方法や点数制度について	48
認知症の程度や、死んでからの手続き。	49
リハビリ施設での内容や病院の担当医の話など。	50
介護施設の名前、デイサービスなどの話。義理の親に対していくら仕送りしているかなど	50
とにかく危険な事がない限り自分の事は自分でしてもらう よく話ができる環境を作る	50
離れて住んでいる親の資産管理や銀行口座など、今のうちからどこかに記して分かるようにしておく方が一の時(その後)慌てなくて済む	51
今の状態を来年の同じ頃にもキープ出来る事を目指すと良いと言う話	51
介護のストレスを上手く発散する。自分だけで解決しようと思わないで、ケアマネジャーや他者を頼る。発した言葉は取り戻せない。心の中で数を数えながら、気持ちを落ち着かせる。認知症の人も頭はクリアな時はあるので、尊厳を持って接する。	53
自宅で面倒をみるにあたっての苦労話	53
怒ったらいけない	54
親の荷物整理にどのくらい労力がかかったか	54
認知症かどうかの判断	58
高齢者住宅の情報収集や決定ポイントや費用について。	59
介護保険に関する手続きなど	59
サ高住などに入居すると 規則正しい生活で安心だけれど、費用の負担を覚悟しなければならないとの事。	63
自宅での介護方法	64
公的機関への相談	66
認知症の親が家をでてしまっただけで探すのが大変だったと言う話です。	66
やるきゃないのよ	68

【年下の友達に教えたこと】	年齢
病気の親に対する入院などの手続きについて 認知症の親に対する行政のサービスやホームの特色など	45
親の実家がなくなって寂しいと言ったので、近くに親類が家を建て続けているからいいじゃないと慰めた。	45
親の財産管理について	45
介護の仕方。施設の選定の仕方。介護用品のレンタル先。痴ほうの親の対策。介護認定のやり方。	46
介護サービスの選び方	48
今後の住まいについて。サービス付き高齢者住宅の利用を提案した	49
いつかは通る道。なるべく早くに対策をと伝えた	51
私が既に両親を看取ったので、聞かれればお話ししています。	53
実際に病気になった時の対応の仕方など	54
介護認定について	54
認知症についての対策	55
介護などは、自分のできる範囲しかできないし、無理をしないよう話した	56
ホームの選び方。比較表を作り自分の足で回らないといけないうこと。行政の窓口で どんなことを教えてもらおうと良いか。認知症の症状や対応の仕方などいろいろ。	57
介護施設に入所までの手続きについて	58
ヘルパーさんの介護を嫌がらないか？	58
デイサービスの利用方法	58
高齢者用施設の選択の仕方について。(どこをチェックして決めるべきかのアドバイスをした。)	61
施設についてや、親との距離感について	63
施設を探すときの体験を話した。	64
認知症気味の親の対処の仕方や、体験を話したりします。	66



■ 設問

Q1.女友達との間で身体の不調や対策について話すことはありますか？（集まるなどして実際に顔を合わせて話す機会についてうかがいます）

Q2.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に
身体の不調や対策についてよく話をする女友達はどんな年代の人が多いですか？
（複数回答）

Q3.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
身体の不調や対策についてよく話をする女友達はどんなグループですか？（いくつでも）

Q4.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
身体の不調や対策について、どんな話題が多いですか？（いくつでも）

Q5.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達との間で話題になる身体の不調や対策情報をどの程度参考にしていますか。

Q6.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
.女友達から聞いた健康にいいことや商品を、自分でもやってみたり、使ってみたことはありますか？ ある場合、それはどんなことですか？

Q7.年上の女友達・先輩に身体の不調や対策の体験談やアドバイスを聞いたことはありますか？ ある場合、具体的な内容を教えてください。

Q8. 年下の女友達・後輩から、身体の不調や対策の体験談を話したりアドバイスしたことはありますか？ ある場合、具体的な例を教えてください。

Q9.女友達と、SNS（LINE、Facebook）やメールなどで、身体の不調や対策の情報交換をすることはありますか？

Q10.女友達との間で美容について話すことはありますか？（集まるなどして実際に顔を合わせて話す機会についてうかがいます）

Q11.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
美容についてよく話をする女友達はどんな年代の人が多いですか？（いくつでも）

Q12.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
美容についてよく話をする女友達はどんなグループですか？（いくつでも）

Q13.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
美容について、どんな話題が多いですか？（いくつでも）

Q14.「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達との間で話題になる美容の悩み対策をどの程度参考にしていますか。

Q.15「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達から聞いた美容にいいことや商品を、自分でもやってみたり、使ってみたことはありますか？ ある場合、それはどんなことですか？

Q16. 年上の女友達・先輩に美容対策の体験談やアドバイスを聞いたことはありますか？ ある場合、具体的な例を教えてください。

Q.17年下の女友達・後輩から美容対策の体験談を話したりアドバイスしたことはありますか？ ある場合、具体的な例を教えてください。

Q18.女友達と、SNS（LINE、Facebook）やメールなどで、美容対策の情報交換をすることはありますか？

Q19. 女友達との間で高齢の親について話すことはありますか？（集まるなどして実際に顔を合わせて話す機会）

Q.20「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
その女友達はどんな年代の人が多いですか？（いくつでも）

Q.21「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
高齢の親についてよく話をする女友達はどんなグループですか？（いくつでも）

Q.22「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達との間で話題になる高齢の親について、どんな話題が多いですか？（いくつでも）

Q.23「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達との間で話題になる高齢の親についての対策をどの程度参考にしていますか。

Q.24「しょっちゅう話題になる」「たまに話題になる」と回答した方に。
女友達から聞いた高齢の親に関するサービスや商品を、自分でも使ってみたことはありますか？ ある場合、それはどんなことですか？

Q.25年上の女友達・先輩に高齢の親対策の体験談やアドバイスを聞いたことはありますか？ ある場合、具体的な例を教えてください。

Q.26年下の女友達・後輩から高齢の親についての体験談を話したりアドバイスしたことはありますか？

Q.27女友達と、SNS（LINE、Facebook）やメールなどで、高齢の親対策の情報交換をすることはありますか？