

女性の姿勢と体形に関する調査 結果発表

猫背女子が増えている!?

「以前より猫背になった実感」がある女性は56.6%

姿勢が悪いと約5歳老けて見える

株式会社ソシエ・ワールド(東京都渋谷区、代表取締役社長:須藤政子)は、全国の20~50代の女性600名に「女性の姿勢に関する調査」を2013年5月24日(金)から26日(日)にかけて実施いたしました。その結果、自分は以前より猫背になったと思う人が増えているという結果が得られました。また猫背の女性は実年齢より老けて見えると感じる人は、全体の9割というデータが得られました。同時に、若々しく見える人のエクササイズに関しても調査。若々しく見える理由に「姿勢がよい」を選ぶ人が最も多く、中でもバレエをしている人の体形を美しいと感じる人が最も多いという結果となりました。

= 調査結果ダイジェスト =

◆猫背の女性は実年齢より老けて見えている！ 91%の女性が実感。

猫背の人ほど、実年齢と“見た目年齢”の差が4~6歳あることが明らかに。

猫背の女性は、客観的に見て実年齢より老けてみるかどうかを聞いたところ、「老けてみえると感じる」「やや老けて見えると感じる」と回答した人は91%にも上りました。猫背による実年齢と“見た目年齢”の差は、4歳~6歳と答えた人が66.7%と最大で、ついで1~3歳が18.5%となりました。猫背を正せば“見た目年齢”が下がる可能性が示されました。

◆猫背の女性が増えている！

スマホ利用時間が多い人ほど、猫背になったという実感アリ。

「猫背の女性」「肥満の女性」「薄毛の女性」「シミ・シワのある女性」について調査したところ「猫背の女性」が「以前に比べて増えたと思う」「以前に比べてやや増えたと思う」と答えた人が45.5%と多数となり、自分自身が「以前と比べて猫背になったと思う」人も56.6%となり、全体的に猫背の女性が増えているという結果が導き出されました。また、スマートフォンの利用時間と「以前より猫背になった実感」について調査したところ、利用時間が1時間以上2時間未満になると、「以前より猫背になった実感がある」と答えた人は56.0%、2時間以上3時間未満となると、実感のある人は66.1%にまでのぼり、猫背の背景にスマートフォンの影響があることが示唆されました。

◆姿勢がいい人こそ若々しく見える！

痩せていることよりも「姿勢のよさ」や「身体のバランスのよさ」が若々しく見える決め手になっているという結果が！

若々しく見える人がエクササイズをしているイメージがあるかどうかについては、87.7%が「エクササイズをしているイメージがある」と答え、「特にエクササイズをしているイメージはない」という回答の12.3%を大幅に上回りました。さらに、「何かしらのエクササイズをしていると思う理由」について尋ねると、「姿勢がいいから」(74.1%)、「体のバランスがいいから」(71.7%)が最も多く、「痩せているから」(38.4%)を大きく上回る結果となりました。

◆体形美人は「バレリーナ」がトップに。

美しいと思う体形について尋ねたところ、「バレリーナ」が60.3%でトップとなり、次いで「ダンサー」(50.2%)、「ヨガをする女性」(42.9%)という結果となり、バレリーナ体形が最も支持されました。

Part 1

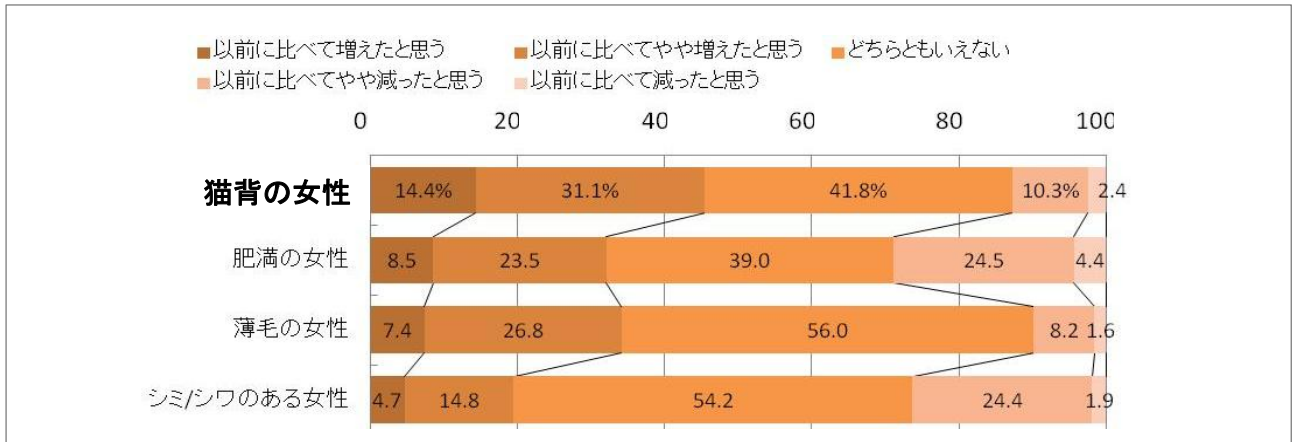
姿勢と見た目年齢の関係 ～猫背になると見た目年齢が高くなる～

女性の姿勢と“見た目年齢”について調査したところ、猫背の女性ほど老けて見ると答えた人は全体の91%に上りました。また、以前に比べ、「猫背の女性」「肥満の女性」「薄毛の女性」「シミ・シワがある女性」が増えている印象を持つかどうかを尋ねたところ、「猫背の女性」が増えたという印象を持つ人は45.5%と他の項目を上回りました。

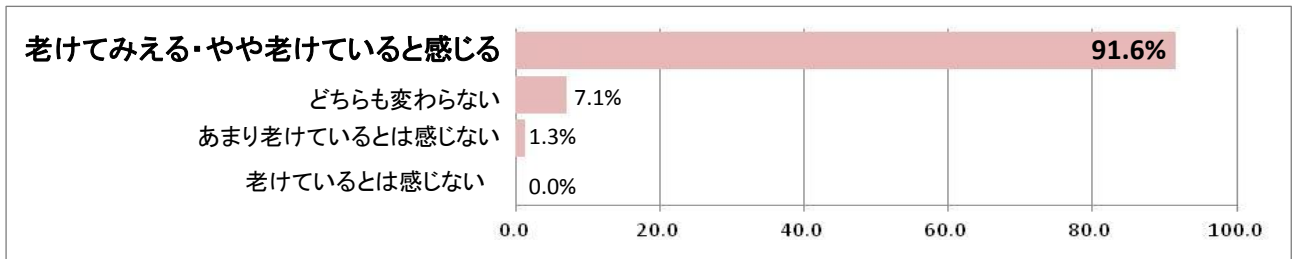
一方、「猫背になった」という実感を持つ人は、「肩こり・腰痛」に続き「太りやすくなった」「むくみやすくなった」「たるみが気になるようになった」といった、“見た目年齢”アップに大きく関わる体の不調を訴えていることが分かりました。

◆猫背の女性を見て91%もの人が「老けて見える」と回答。 実年齢と見た目年齢の差が約5歳(4～6歳)あることが明らかに！

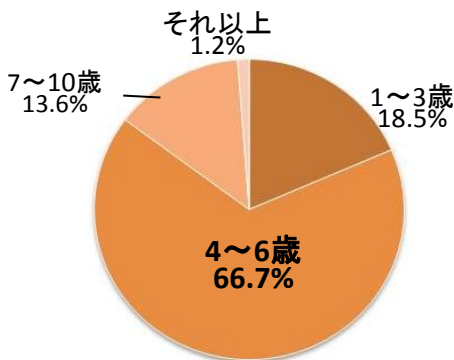
Q.1 以下のスタイルの女性について、当てはまると思うものをそれぞれお選びください



Q.2 猫背の女性は、そうでないスタイルの女性に比べて実年齢より老けて見えますか？



Q.3 感覚として、実年齢より何歳程度老けていると感じますか？

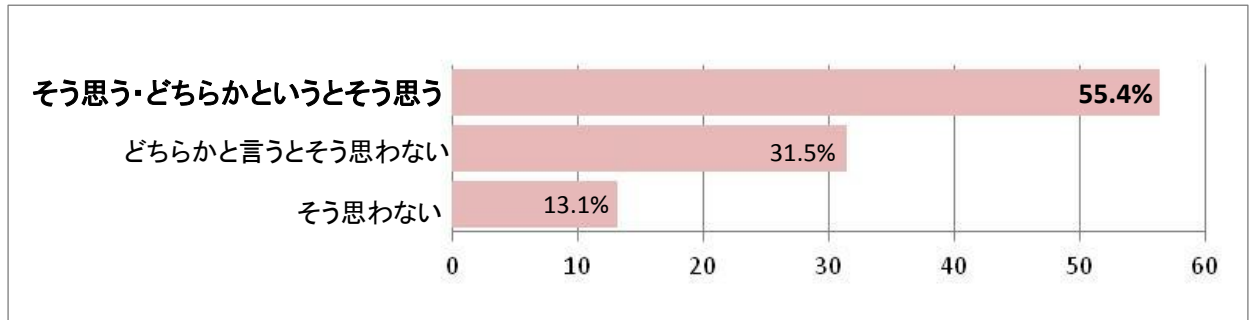


猫背の人が実年齢より何歳上に見えるかを尋ねたところ、4～6歳が最も多く66.7%となりました。姿勢をよくすることで見た目年齢が改善できる可能性を示しています。

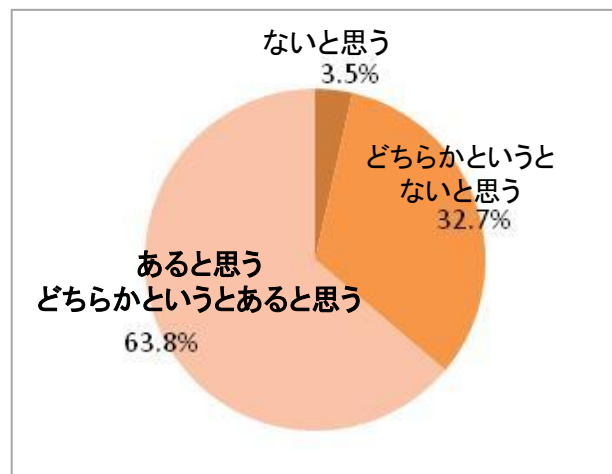
◆猫背になったことで、顔の見た目や体調にも変化が。

見た目年齢アップの要因になる要素に回答が集中

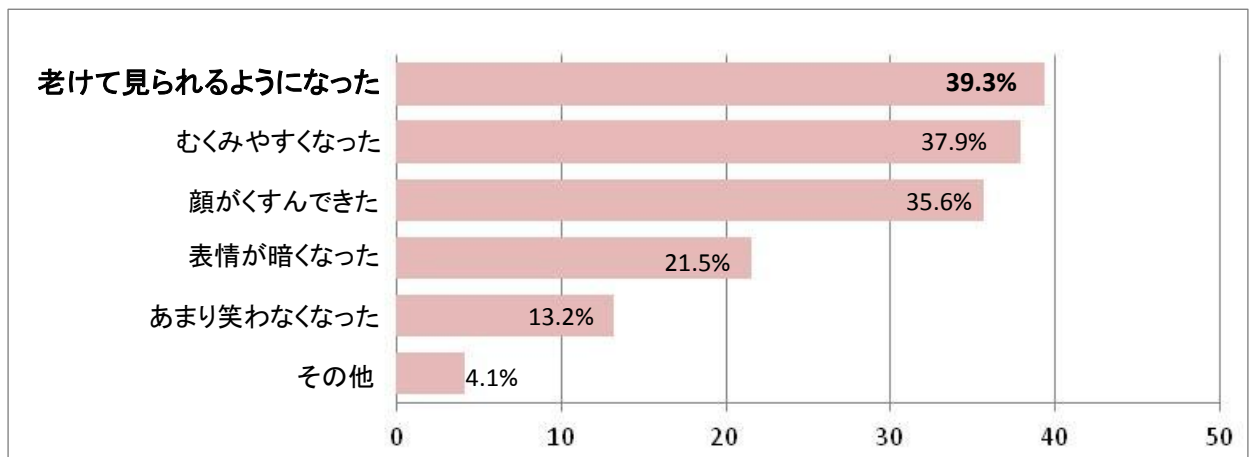
Q.4 あなたは以前と比べて猫背になったと思いますか？



Q.5 以前と比べて猫背になったことで、ご自身の顔の見た目に変化はありましたか？

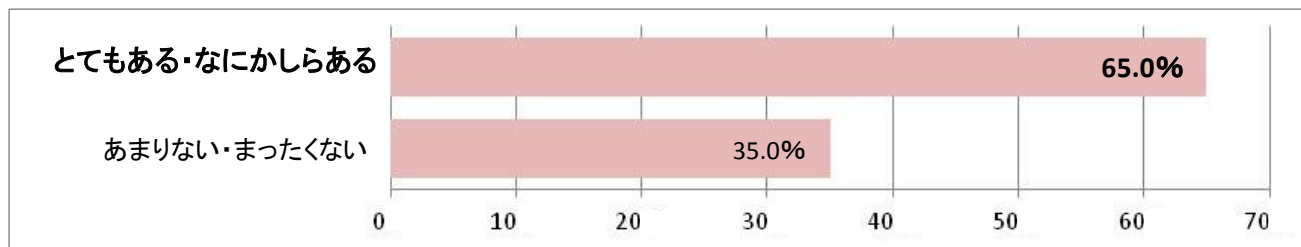


Q.6 それはどのような変化ですか？（複数回答）

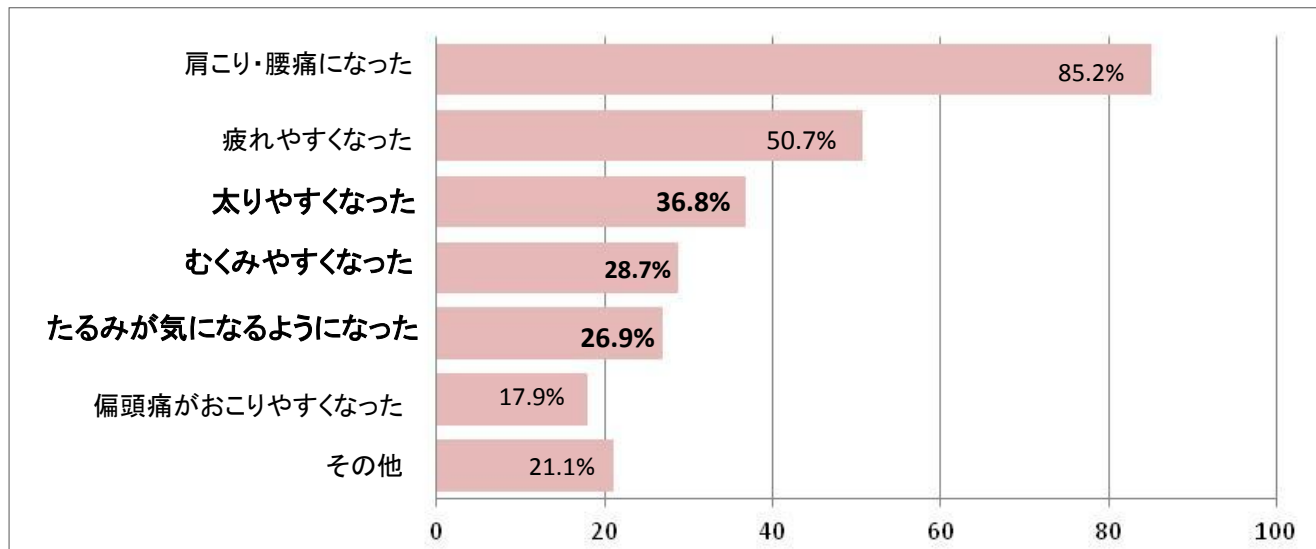


猫背になったことで“顔の見た目”に変化があったと感じていることが明らかになりました。具体的には「老けて見られるようになった」「むくむようになった」「顔がくすんできた」という項目が多数を占めています。

Q.7 猫背になったことで、以前と比べて体の不調はありますか？

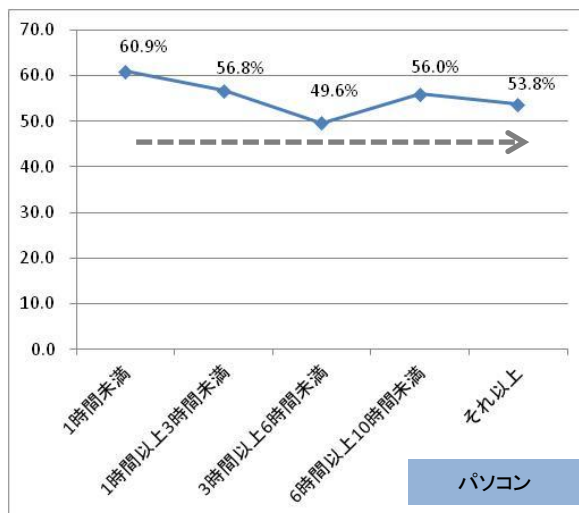
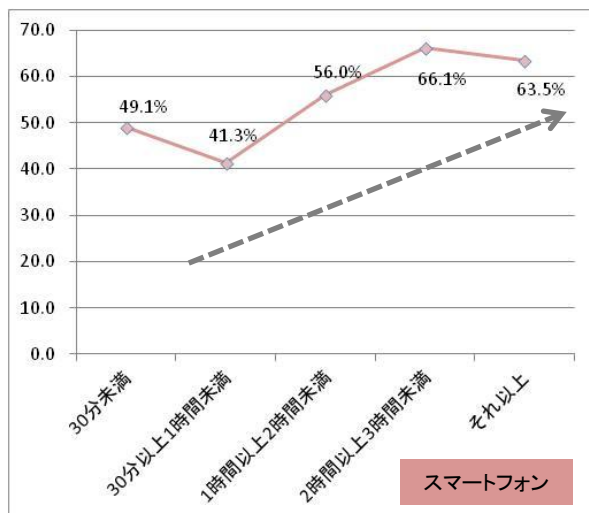


Q.8 それはどのような不調ですか？（複数回答）



猫背になったことで体調不良を感じる人は確実に増えていることが示されました。さらにその中でも猫背になったことで感じる不調として「むくみやすくなった」「太りやすくなった」「たるみやすくなった」といった“見た目年齢”アップの要因にポイントが集まっていることが分かります。

◆猫背の女性が増えている！長時間のスマートフォン利用が原因？



パソコンの利用時間およびスマートフォンの利用時間と、「猫背になった実感」について調査したところ、パソコン利用者の場合、使用時間数によって「猫背になった実感」を持つ人の数に大きな違いが出ませんでした。一方、スマートフォン利用者は、使用時間に応じて「猫背の実感」を持つ人が増えています。猫背の原因の一つにスマートフォンの利用があることがうかがえます。

Part2

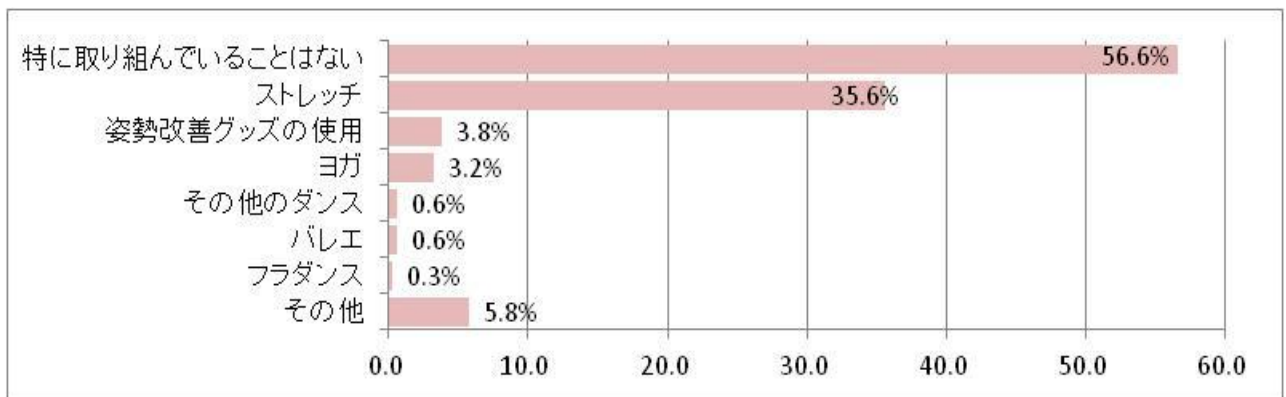
猫背改善のために取り組むエクササイズとその効果 ～猫背対策はしているが、効果を実感できていない～

Part1では、多くの女性が、「猫背によって老けて見える」ことを認識していることが明らかになりました。Part2では、自身の猫背を改善するために取り組んでいるエクササイズとその効果について聞きました。

猫背になった実感がある一方、改善するために取り組んでいることがない人が半数以上の56.6%にのぼり、取り組んでいることがある人でも、その効果を実感できている人はたったの45.0%という結果となりました。

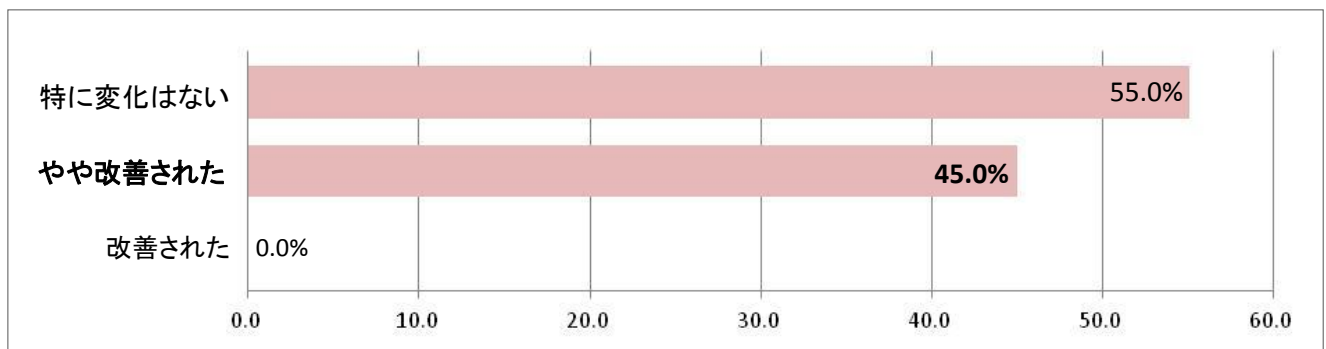
◆猫背になった実感はあっても、56.6%もの人が猫背改善のエクササイズには取り組んでいないことが明らかに

Q.9 あなたが現在猫背を改善するために取り組んでいることはありますか？（複数回答）



◆猫背改善に取り組んでいても、その効果を実感できている人はたったの45.0%という結果に

Q.10 猫背を改善するために取り組んでいることがあるとお答えになった方にお尋ねします。それをする中で猫背は改善されましたか？



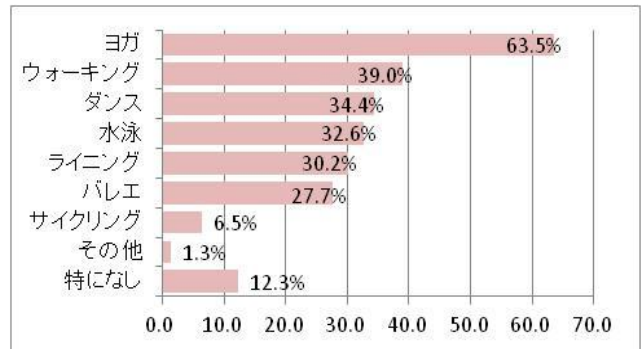
Part3

若々しく見える体形と「体型美人」について ～「姿勢のよさ」「身体のバランスのよさ」が“体型美人”～

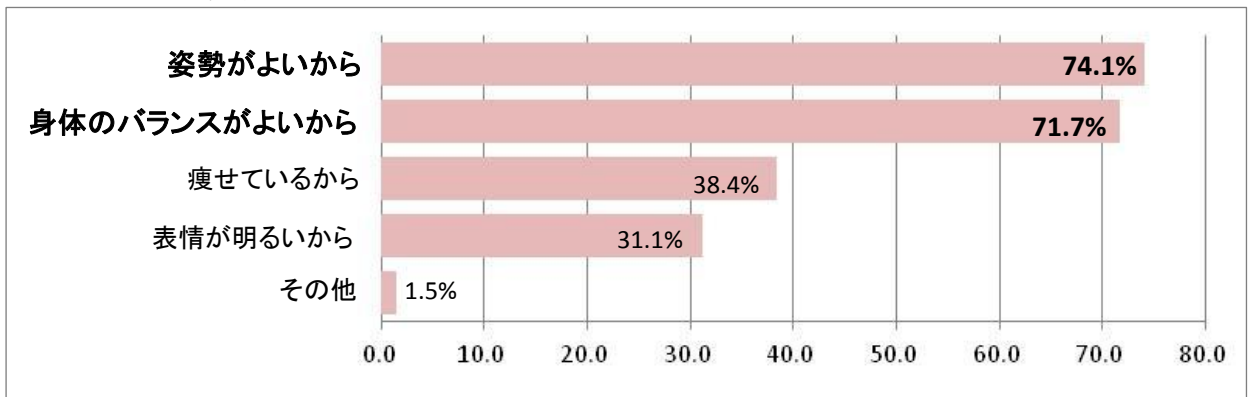
Part3では、若々しく見える人が行っているエクササイズイメージと、若々しく見える理由について尋ねました。その結果、「姿勢がよい」「身体のバランスがよい」ことが若々しく見える理由のトップとなりました。また、体形が美しいと思うのは「バレリーナ」という結果となりました。猫背を改善するエステについて調査したところ、「受けてみたい」と答えた人は66.1%となりました。

◆若々しく見える人はエクササイズをしているイメージが。 若々しく見える理由は「姿勢がよいから」「身体のバランスがよいから」が 「痩せているから」を上回って支持。

Q.11 若く見える人はどういうエクササイズをしているイメージがありますか？
(複数回答)

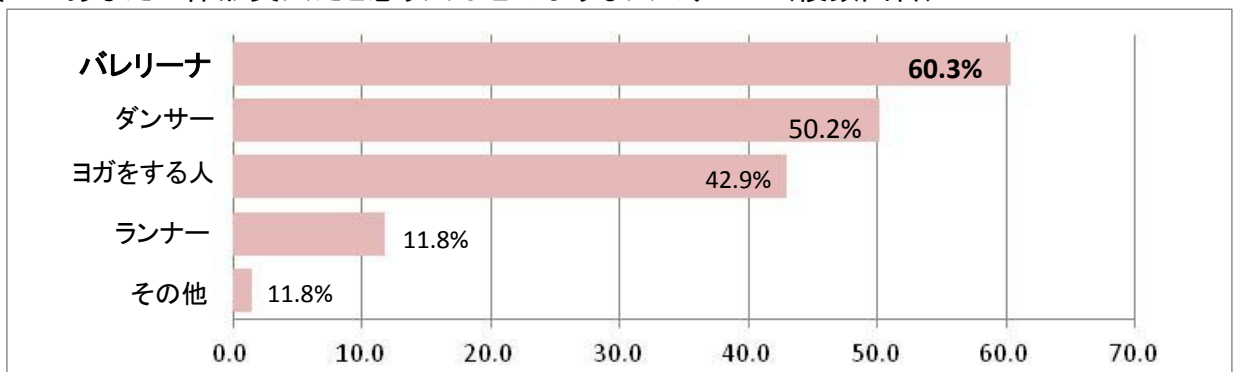


Q.12 若々しく見える人が、何かしらのエクササイズを行っているイメージを持つ理由は何ですか？(複数回答)



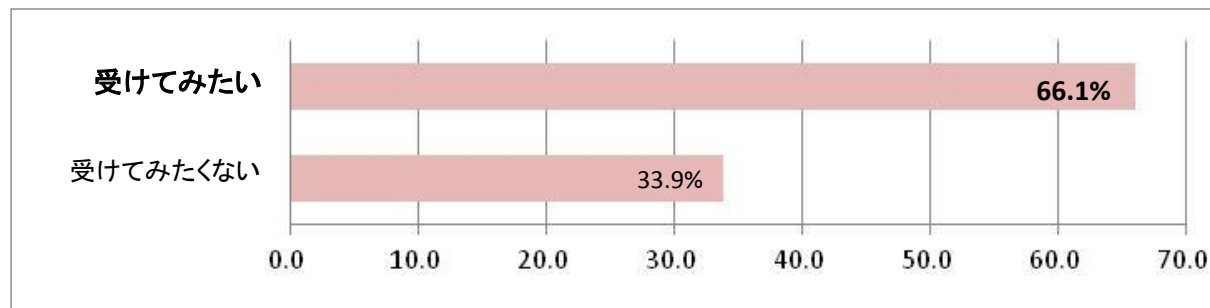
◆「体型美人」だと思う人のトップは「バレリーナ」！

Q.13 あなたが体型美人だと思う人はどのような人ですか？(複数回答)



◆猫背を改善するエステがあったら「受けてみたい！」66.1%

Q.14 姿勢を整えて猫背を改善するエステがあったら受けてみたと思いますか？



【調査概要】

調査対象と回収サンプル数：全国の20-59歳の女性600人

調査地域：全国

調査方法：インターネット調査（調査会社の登録モニター活用）

調査期間：2013年5月24日（金）から26日（日）

※当リリース記載のグラフ等のデータのご提供ご希望がございましたら、PR事務局までお問い合わせください。

■ソシエ・ワールド×バレリーナ吉田都さん共同開発のバレエエステについて

株式会社ソシエ・ワールドは、22年にわたり英国の二つのロイヤルバレエ団でプリンシパルを務めたバレリーナ吉田都さんとコラボレートし、どの年代の女性も美しく輝かせることをコンセプトに“Forever Beauty”プロジェクトを発足。本プロジェクトのメインコンテンツとして、吉田都さんと共同開発した新しいエステティックコース「バレエエステ」を9月1日に発売いたします。本コースは、バレエのエッセンスを取り入れながらしなやかで美しいボディラインを目指すボディメイキングコースです。

■株式会社ソシエ・ワールド

当社は1960年に設立以来、50余年にわたって“お客様のために心を込めて”をモットーに、日本のおもてなしの心を大切にされたサービス精神とともに、洗練された上質な技術をご提供しております。ヘアサロン、エステティックサロン、シェイプスタジオなどを運営し、総合的な美を創造するトータル・ビューティサロンを目指しています。

ソシエ・ワールドは、「心と身体のトータル・ビューティ」をテーマに、これからも、最高級の技術とおもてなしの心で、お客様のために心を込めたサービスをご提供してまいります。

■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください■

【サービス内容に関わるお問合せ先】

株式会社ソシエ・ワールド

担当：雨谷(あまがひ)・金野(こんの) TEL:03-5843-5835 / FAX:03-5302-7335
東京都渋谷区代々木1-12-8 socieビル

【本リリース内容に関するお問合せ】

株式会社イニシャル

担当：安藤・村木 TEL: 03-5572-6064 / FAX:03-5572-6065
MAIL:socie_world@vectorinc.co.jp