

【調査】家庭の危機!?オジサンの生態調査を通して見えた家庭に潜むリスク!

40-50代男性の4人に1人が娘・息子/妻とのコミュニケーションが減少、
3人に1人が“オーバーワーク”、晩酌率は全世代、一方で6割以上が「モテたい」と回答

～ストレス社会を生き抜くカギはコラーゲン? 専門家が解説～



新田ゼラチンが実施した「オジサンの曲がり角に関する調査」によると、40-50代男性が思う「オジサン像」と周囲が思う「オジサン像」には大きな乖離があり、自身の捉え方について世間と大きなギャップがあることが判明しました。

その他、40-50代男性は他世代よりもストレス値が圧倒的に高く、その要因の多くは“仕事関係”だとわかりました。また、家族とのコミュニケーションも減少傾向であることが明らかになり、日ごろの過ごし方によって生まれた“家族の溝”もストレスになっているかもしれません。

今回の調査結果を元に、オジサンとストレスの相関性について分析します。

【調査結果 サマリー】

- ◆ 周りが思う「オジサンの構成要素（精神的特徴）」は、
子ども世代：第一位「『最近の若者は…』と言う(58.0%)」、第二位「痰を吐く癖がある(42.0%)」、
妻世代：第一位「痰を吐く癖がある(56.0%)」、第二位「食後に爪楊枝で歯に挟んだものを取っている(48.0%)」。
- ◆ オジサンの晩酌率は全年代でトップ&健康意識は最下位、一方で約65%のオジサンが「モテたい」と回答。
- ◆ 25%以上のオジサンが家族とのコミュニケーション減を実感。

【調査概要】

自身をオジサンになったと感じる全国の40-50代男性（400人）、全国の10~60代一般男女（200人）の計600人を対象に「オジサンの曲がり角に関する調査」を実施しました。

調査方法：Webアンケート
調査期間：2023年6月20日～6月22日
調査機関：調査委託先（シグナルリサーチ）
サンプル数：600ss
パネル提供元：GMOリサーチ株式会社

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、必ず【新田ゼラチン調べ】と明記ください。

①「オジサンの構成要素」とは？

周りが思う“あるある像のオジサン”と自己認識では大きなギャップが。

オジサンだと感じる“身体的”特徴ランキング

	 オジサン世代 (40-50代男性)	 子ども世代 (10-30代男女)	 妻世代 (40-60代男女)
1位	シワや白髪が目立っている (67.3%)	お腹が出ている (ビール腹) (63.0%)	お腹が出ている (ビール腹) (63.0%)
2位	近く物を見えづらそうにしている (42.8%)	加齢臭がする (62.0%)	加齢臭がする (59.0%)
3位	お腹が出ている (ビール腹) (38.5%)	シワや白髪が目立っている (59.0%)	髪の毛が薄い (49.0%)

■ 子ども・妻世代が思う“オジサン” = 「臭いのキツイ人」？

「オジサンだと感じる、“身体的”な特徴は何ですか。」という質問に対し、40-50代男性（以下、オジサン）はシワや白髪、お腹が出ているなど目に見える症状を選択する傾向が強く、10-30代男女（以下、子ども世代）や40-60代女性（以下、妻世代）については、約6割が「加齢臭」を選び、その他「強い口臭」については子ども世代で42.0%、妻世代で36.0%が選択する結果となりました。

“身体的”特徴については、オジサン自らも周囲も同じ意見がランキング上位に集まる結果となりましたが、オジサンの“精神的”特徴についてはオジサンと周囲の意見が割れる形となりました。

オジサンだと感じる“精神的”特徴ランキング

	 オジサン世代 (40-50代男性)	 子ども世代 (10-30代男女)	 妻世代 (40-60代男女)
1位	老後のことを考えるようになってきた (52.5%)	『最近の若者は…』と言う (58.0%)	痰を吐く癖がある (56.0%)
2位	涙もろくなってきた (32.5%)	痰を吐く癖がある (42.0%)	食後に爪楊枝で歯に挟んだものを取っている (48.0%)
3位	何となく性格が丸くなってきた (21.5%)	武勇伝を語る (41.0%)	『最近の若者は…』と言う (47.0%)

■ “オジサン認定される人”の言動には、意外な共通点が？

オジサン自身は、オジサンの精神的特徴を「涙もろい」や「性格が丸くなった」とポジティブに捉えている傾向が強いと見受けられますが、子ども世代と妻世代では共通して「痰を吐く癖」や「若者の批評」に回答が集まる結果となり、認識のズレが見られました。

世代ごとの特徴では、子ども世代「武勇伝の披露」、妻世代「爪楊枝で歯に挟んだものを取る姿」についてオジサンだと感じているようです。

■ 家族内でのオジサン孤立は、自身を客観視できないことが原因？

別設問として、オジサン自身に「今の自分が共感すること」について尋ねたところ、「家族とのコミュニケーション」にまつわる項目に回答結果が集まりました。

これらの結果を見ると、オジサンは“無意識”のうちに痰を吐いたり、若者を批評するなどしており、それらの言動によっていつの間にか「オジサン認定」され、遠ざけられているのかもしれない。

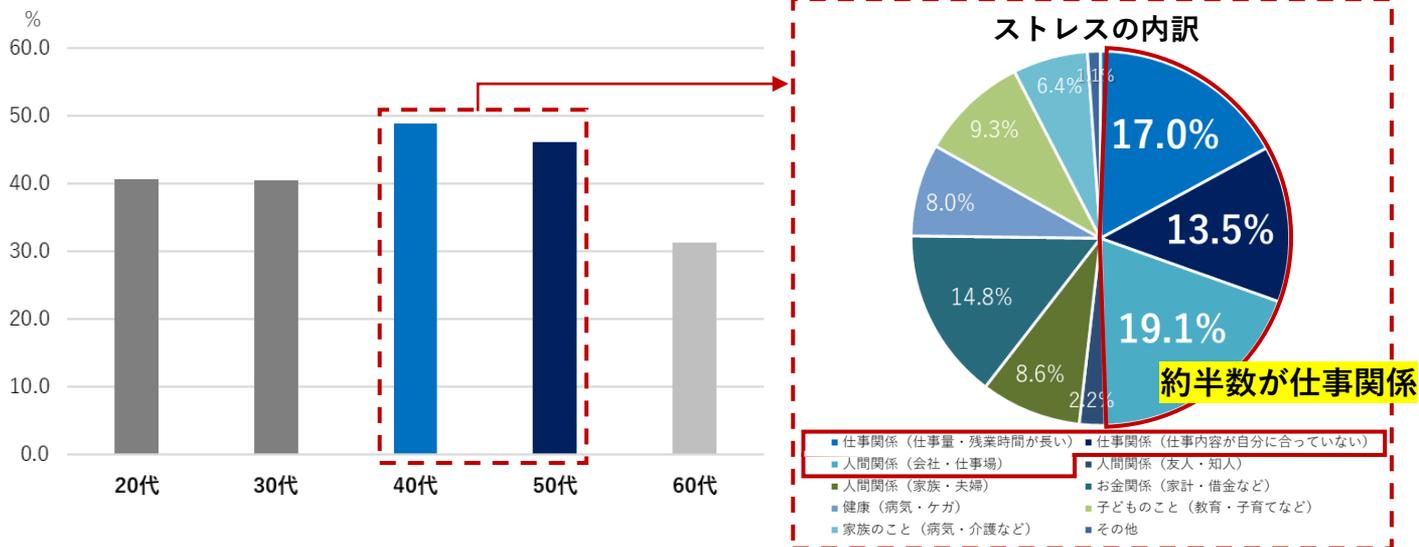
	 オジサンが共感することランキング
1位	妻とスキンシップを取ることがあまり無くなった (38.0%)
2位	娘や息子とあまり会話をしなくなってきた (25.3%)
3位	妻とあまり会話をしなくなってきた (22.0%)

②オジサンは家庭内で「要ケア」な存在！ 全年代比較でストレス度は最高値、理由は“オーバーワーク”？

■全年代で最もストレスを感じているのはオジサン、理由は「仕事関係」。

続いて、「あなたはこれまでの人生の中で、現在が最もストレスを感じていると思いますか。」という質問に対して、「はい」と回答した人の内訳を見ると、第一位「40代（48.9%）」、第二位「50代（46.1%）」となっており、その背景にあるものは「仕事関係」だと判明しました。（複数回答可）

働き盛りの世代別「現在が最もストレスを感じている」人の割合

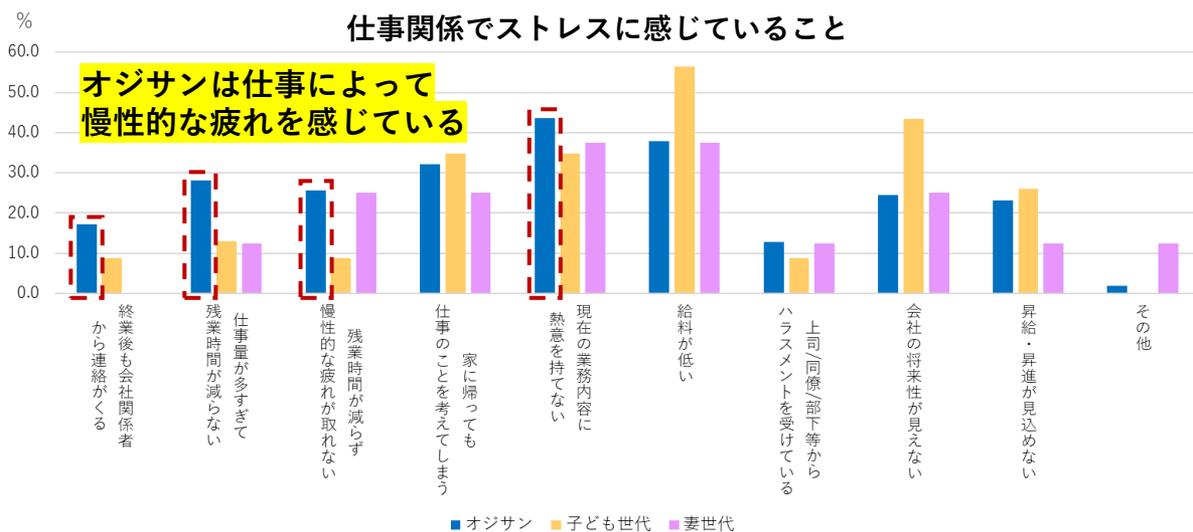


■テレワークの浸透は進むも、オジサンは「オーバーワーク」で悩み、ストレス過多に？

「現在が最もストレス度が高い」と答えた40-50代の背景にあるものは「仕事関係」だと判明しました。この結果を踏まえて、なぜ仕事関係のストレスが高いのか探るべく、各世代の働き方について詳しく見ていきます。

「どのようなことがストレスになっていますか。」という質問を投げかけたところ、他の世代と比較するとオジサンは比較的どの項目においても回答率が高く、注目すべきは40%以上が仕事に熱意を持っておらず、長時間労働による疲れに苦しんでいることが判明しました。

地域別では、一都三県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）よりも関西圏（大阪府、兵庫県、京都府）のオジサンの方がオーバーワークを感じている傾向があると分かりました。

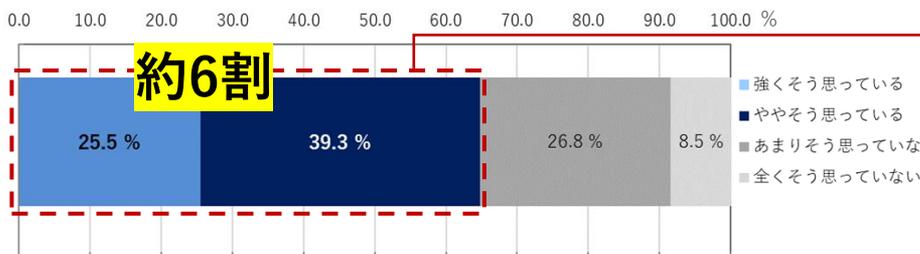


③ストレス過多の一方で、人生を前向きにとらえる姿勢も？ 自分を磨いて、“モテたい”オジサンは6割以上。

■ストレスに悩みながらも「モテたい」を原動力にがんばるオジサン？

一方で、「オジサンになったと感じてはいるものの、現在も『若々しい・カッコいいと思われたい』または『モテたい』と思いますか。」という質問に対しては、約6割がそう思っていると回答し、職業別でみると自由業（医師、弁護士など）と経営者・役員が最もその割合が高いと分かりました。

若々しい・カッコいい・モテたいと思うオジサンの割合



「そう思っている」と回答した人の割合（職業別）

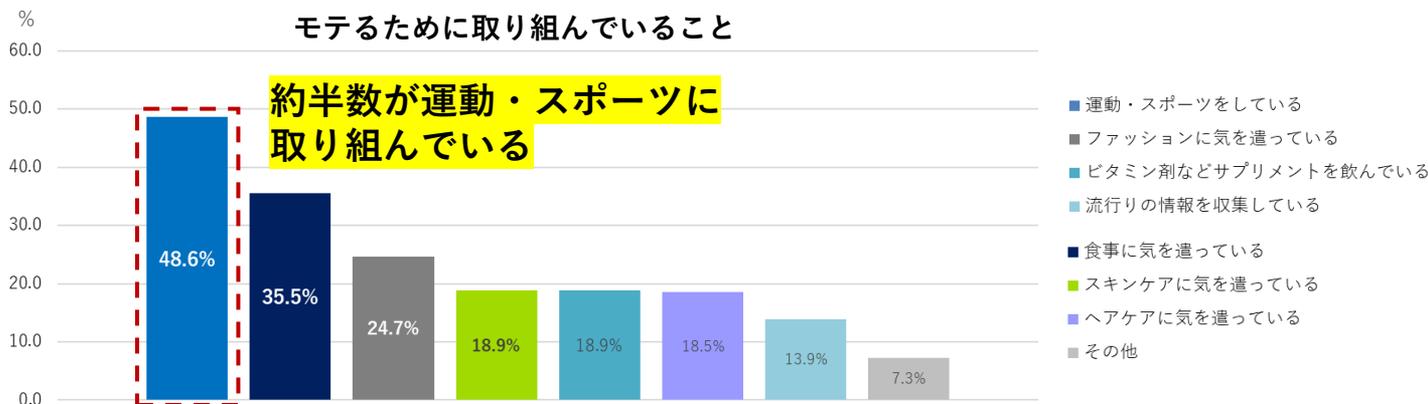


■約2人に1人が、モテるために「運動・スポーツ」に取り組んでいる。

モテたいオジサン（モテたいと強くそう思っている、ややそう思っていると回答した方）に、「若々しくいるために、普段していることはありますか。」と質問したところ、全体では第一位「運動・スポーツをしている（48.6%）」、第二位「食事に気を遣っている（35.5%）」、第三位「ファッションに気を遣っている（24.7%）」という結果になりました。

地域別で見ると、一都三県オジサンの方が関西圏オジサンよりも見た目をケアしている人の割合が9.2%多く、若々しく見えるオジサンが多いかもしれません。

モテるために取り組んでいること



全体を通して、
関西オジサンよりも一都三県オジサンの方が
モテるために取り組んでいる割合が高い



一都三県オジサンが取り組んでいること



関西圏オジサンが取り組んでいること

順位	一都三県オジサンが取り組んでいること	関西圏オジサンが取り組んでいること
1位	運動・スポーツをしている (55.4%)	運動・スポーツをしている (41.9%)
2位	食事に気を遣っている (36.2%)	食事に気を遣っている (34.9%)
3位	ヘアケアに気を遣っている (23.1%)	ファッションに気を遣っている (27.9%)
4位	スキンケア・ファッションに気を遣っている (21.5%) ※同率4位	ビタミン剤などサプリメントを飲んでいる (18.6%)
5位	ビタミン剤などサプリメントを飲んでいる (19.2%)	スキンケアに気を遣っている (16.3%)

④25.0%以上のオジサンが家族離れを実感！

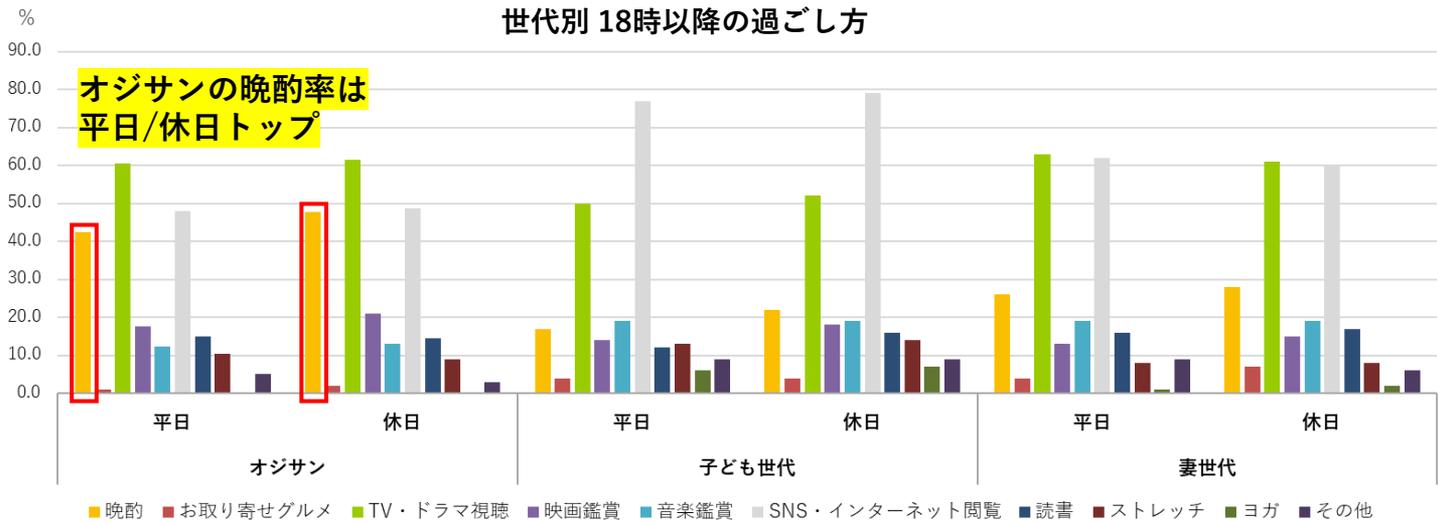
一方の家族は、オジサンを置いて“将来の健康づくり”に取り組んでいた？
オジサンを救うカギは「家族で取り組める健康習慣」。

■飲酒でストレス緩和するオジサン、晩酌相手はナシ？

「あなたは普段、平日18時以降に自宅でどのように過ごしていますか。リラックスしながら行なっていることをお答えください。」という質問に対して、オジサン・子ども世代・妻世代の回答第一位は「TV・ドラマ視聴（59.2%）」でした。

「晩酌」の有無については、若年層の「お酒離れ」を感じる結果となり、子ども世代「平日17.0%、休日22.0%」・妻世代「平日26.0%、休日28.0%」に対して、オジサンは「平日35.5%、休日40.2%」と回答し、家族とは異なり飲酒習慣の定着率に違いが見られました。

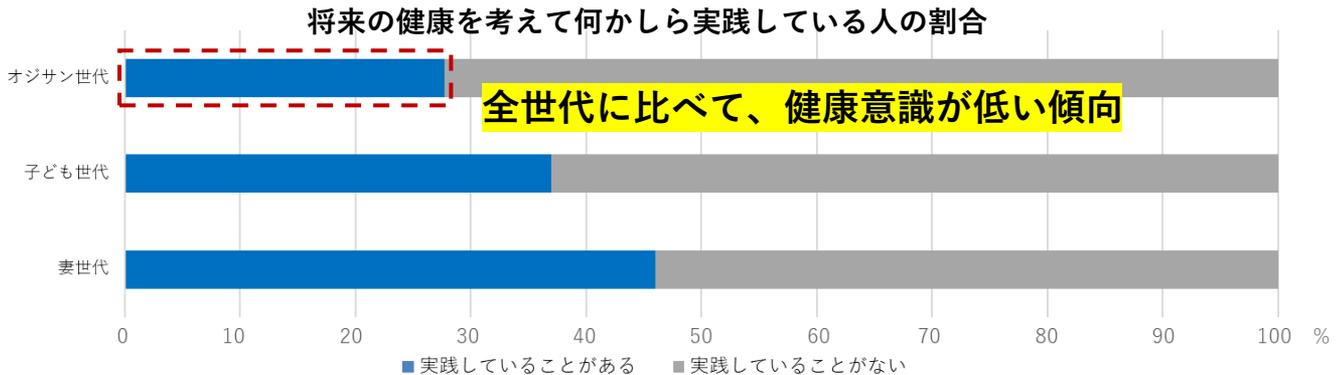
オジサンは、日ごろ蓄積したストレスを飲酒で緩和させようとしているのかもしれませんが。



■晩酌率が家族と比例していないオジサン、家族との関係値は？

平日/休日に限らず飲酒量が家族よりも多かったオジサンですが、その他にもオフの時間の使い方にも違いが見られました。

「将来の健康のために何か実践している人」の割合では、一都三県の子ども世代・妻世代は37.0%、関西圏の子ども世代&妻世代は46.0%でしたが、オジサンは一都三県32.0%・関西圏23.5%と、いずれも他の世代より低い数値で、健康意識にギャップが見られました。



以上のことから、オジサンは大きなストレスを抱え、健康的でない暮らしをしている人が多いと見受けられます。家庭から疎外感を感じているオジサンも一緒に、家族みんなで健康的な生活を送るためにはどのような健康習慣が必要なのか、専門家に解説いただきました。

ストレス過多オジサンに迫る危機。 【専門家が解説】コラーゲンが持つ意外な効果効能とは。



**女性・美容だけではない。
薄毛・シミ・脳卒中・認知症に効果的、
コラーゲンは全世代にとって必要な成分。**

愛媛大学大学院抗加齢医学（新田ゼラチン）講座教授
（兼・愛媛大学医学部附属病院 抗加齢予防医療センター長）

伊賀瀬 道也（いがせ みちや）

■ゴースト血管（が与える影響）とコラーゲンの相関関係

日頃からコラーゲンを摂取することで、動脈の比較的大きな部位の改善作用は証明されていますので、これにより毛細血管に対してもよい効果が発言される可能性は高く、ゴースト血管がもたらす様々な病態に対して優位に働く可能性があります。

また、40～50代男性のストレス度合いが高いと出ていますが、**ストレスが強いと血圧の上昇や、血糖の上昇などの現象につながると明らかにされていますので、これらによりゴースト血管を増やす可能性が高いです。**

ゴースト血管が及ぼす影響として、ドライアイや口内炎、関節痛などが知られていますが、その他にもゴースト血管は微小血流の悪化をもたらしますので、体内の各種臓器の不調から「薄毛」や「シミ」の原因になります。

■飲酒とコラーゲンの相関関係

過量のお酒によって肌の糖化（老の肌化）は進みやすくなりますが、「抗糖化」作用のあるコラーゲンを摂取することでこれらを抑制する可能性があります。また、過量のお酒によって糖尿病の発症、悪化などをおこしやすくなることはもちろんのこと、関節軟骨のコラーゲンも糖化してしまい関節の不調をきたす原因になりかねません。

コラーゲンを摂取することで様々な不調から解き放ってくれる可能性があります。

■脳卒中、認知症とコラーゲンの相関関係

前述の40～50代男性の飲酒量が多い、将来の健康に向けて取り組んでいることが少ない、ストレス度合いが高いというデータは、脳卒中や認知症を発症するリスクが高い環境にいる可能性が高いと見られます。

コラーゲンには血圧を低下させ、血管をしなやかにする作用があることから、**毎日コラーゲンを摂取することが「脳卒中の予防」や「認知症の予防」にも力強い味方になってくれるはず**です。こういった40～50代男性を取り囲む妻世代や子ども世代が“家族ぐるみ”で40～50代男性のコラーゲン摂取を促すことで未病予防の一環になるのではないかと考えております。

■コラーゲンを摂取すべき性別/年代

一般的に、コラーゲン摂取は女性に向けた“美容”の話題として捉えられていますが、**全年代かつ男性にとっても必要な成分**です。

今回の調査では、40～50代男性がストレス度の高い生活をしているとわかりましたが、**コラーゲンはすべての世代/性別において必要不可欠な成分**であるため「家族みんなで摂取しよう」という姿勢が必要です。

【会社概要】

商号 : 新田ゼラチン株式会社
市場 : 東証プライム 証券コード4977
代表者 : 代表取締役社長 尾形 浩一
本社所在地 : 〒581-0024 大阪府八尾市二俣2丁目22
創業 : 1918年（大正7年）1月
設立 : 1945年（昭和20年）2月
事業内容 : 食用/医療用/写真用ゼラチンの製造・販売、
コラーゲンペプチドの製造・販売、
化粧品用/細胞培養用/生体組織工学用コラーゲンの製造・販売
ゲル化剤/安定剤等の食品材料の製造・販売
資本金 : 3,144百万円
URL : <https://www.nitta-gelatin.co.jp/ja/index.html>

