

憧れられる女性上司の条件は？

女性上司の第一印象、部下の3人に1人が「セルフケアができていないか」を評価
セルフケア不足は『余裕がない』『信頼感に欠ける』という印象に

部下の約8割が上司の美容医療を肯定的に捉えていることが明らかに

表参道スキンクリニックは、現在会社に勤めており女性上司を持つ20～30代の女性1,006名を対象に、「女性上司の第一印象」に関する調査を実施しました。

近年、管理職・リーダー層における女性の割合は着実に増加し、「女性上司」はビジネスの現場でごく身近な存在となっています。一方で、多様な価値観を持つ部下とのコミュニケーションやマネジメントのあり方が、多くの企業で問われるようになり、上司の「部下からの見られ方」への意識が高まっています。

多くの働く女性をサポートしてきた表参道スキンクリニックは、女性上司の第一印象やセルフケアが、部下からの評価にどのような影響を与えているのかを明らかにするため、本調査を実施しました。

【調査結果サマリ】

- ①半数以上が第一印象で「あこがれ」を感じた経験有。約3人に1人がセルフケアを評価
あこがれを感じた理由を「肌や髪質などセルフケアが行き届いていたこと」と回答した人が3人に1人（35.7%）
- ②セルフケア不足は「だらしのない印象を受ける」という回答がトップ。上司としての「信頼」や「説得力」にも悪影響
セルフケアが行き届いていないと「だらしのない印象を受ける」という回答が約3割（34.6%）
上司の美容医療に対して部下の約8割（75.1%）が好印象
- ③役職が上がるほど美容医療を実践。興味があるジャンル1位は「肌管理」、選ぶ基準は「信頼性」
美容医療に興味があると回答した方は「経営者・部長クラス」が10割、「課長クラス／係長・主任クラス」や「一般社員」などの層で約7割（72.5%・70.8%）に
- ④美容医療で重視するのは「価格」より「信頼性」
約9割（86.4%）が「安全性・信頼性」を優先しており、信頼性や確かな技術が重要視

調査概要：「女性上司の第一印象」に関する調査

【調査期間】2026年3月4日（水）～2026年3月5日（木）

【調査方法】インターネット調査

【調査人数】1,006人

【調査対象】調査回答時に現在、会社に勤めており女性の上司がいる20～30代の女性

【調査会社】PRIZMA

①女性上司の第一印象、半数以上が「あこがれ」を感じた経験有

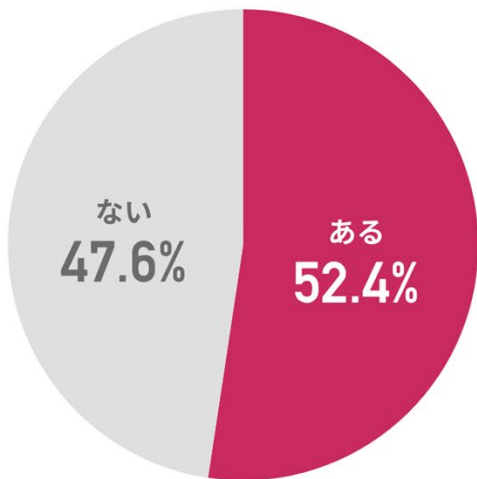
約3人に1人がセルフケアを評価

「職場で初めて女性上司に会ったとき、『あこがれ』を感じたことはあるか」を尋ねたところ、約半数が『ある（52.4%）』と回答し、女性上司の第一印象で「あこがれ」を感じた経験がある方が過半数を占めることが明らかになりました。

続いて、前問で『ある』と回答した方に、「女性上司の第一印象で『あこがれ』を感じた理由」について尋ねたところ、3人に1人以上（35.7%）が「肌や髪質など、セルフケアが行き届いていたこと」と回答しました。

第一印象において、部下が評価しているポイントは「落ち着き」や「仕事ができそうな雰囲気」などが上位ですが、それらと同程度に「セルフケアを感じさせる要素」も憧れを感じる要素となっていることがわかります。

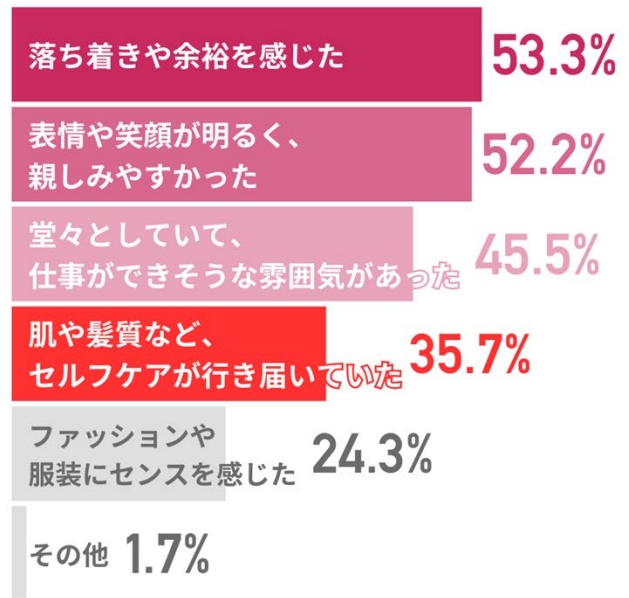
職場で初めて女性上司に会ったとき、
『あこがれ』を感じたことはありますか？



(n=1,006人)

女性上司の第一印象で『あこがれ』を感じた理由を教えてください（複数回答可）

—前設問で「ある」と回答した方が回答—



(n=527人)

②セルフケア不足は「だらしない印象を受ける」という回答がトップ

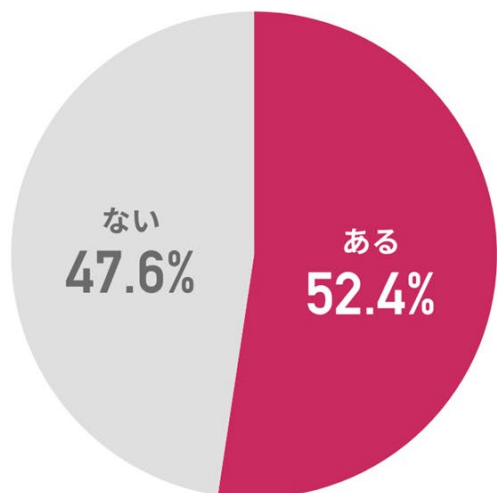
上司としての「信頼」や「説得力」にも悪影響

「女性上司の『セルフケア』が行き届いていないと感じた場合、どのような印象を抱くか」について尋ねたところ、『だらしない印象を受ける（34.6%）』と回答した方が最も多く、『疲れている印象を受ける（31.2%）』『余裕がない印象を受ける（31.1%）』と続きました。

多くの方が女性上司のセルフケア不足に対して、何らかのネガティブな印象を抱いていることがうかがえます。

「だらしない」「疲れている」といった直接的な印象にとどまらず、「信頼感が損なわれる」、「発言の説得力が低くなる」といった回答も見られ、セルフケアの有無は、上司としてのマネジメント力や業務上の評価そのものに影響を及ぼしている可能性があります。

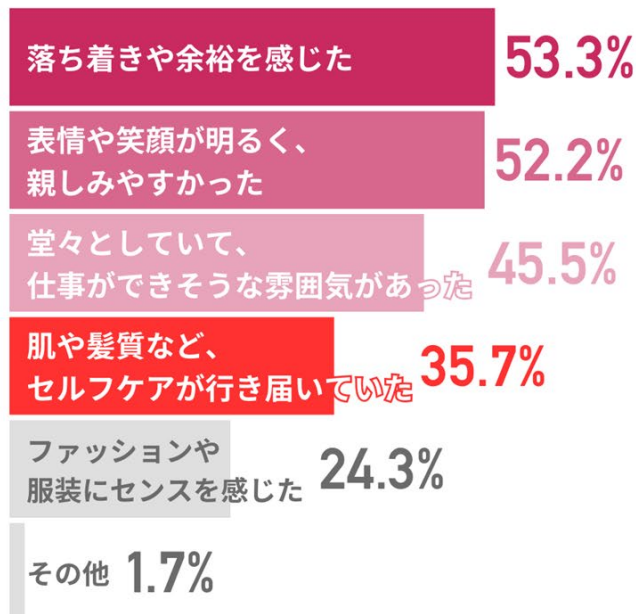
職場で初めて女性上司に会ったとき、『あこがれ』を感じたことはありますか？



(n=1,006人)

女性上司の第一印象で『あこがれ』を感じた理由を教えてください（複数回答可）

—前設問で「ある」と回答した方が回答—



(n=527人)

次に、「上司が、セルフケアやエイジングケアの一環として『美容医療』を取り入れていたら、どのように感じるか」について尋ねたところ、『かなり好印象（19.4%）』、『やや好印象（55.7%）』と、合計で約8割の部下が肯定的であることが明らかになりました。この結果から美容医療は、ポジティブな努力として、好意的に評価されはじめていることがわかります。

③ 役職が上がるほど美容医療を実践

興味があるジャンル1位は「肌管理」、選ぶ基準は「信頼性」

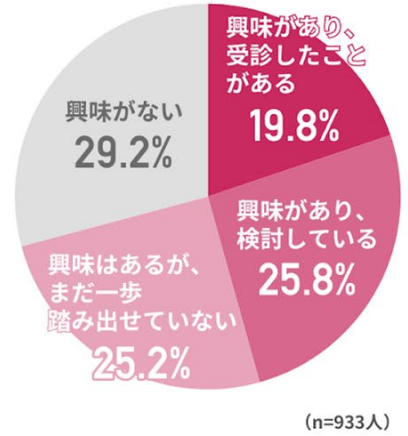
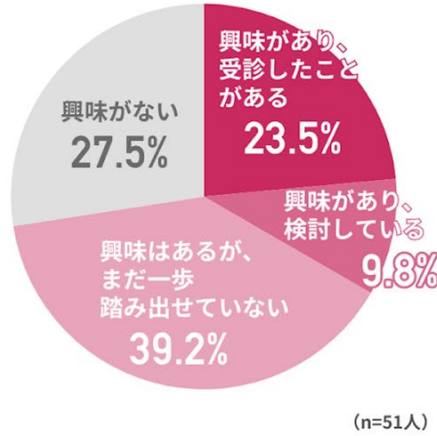
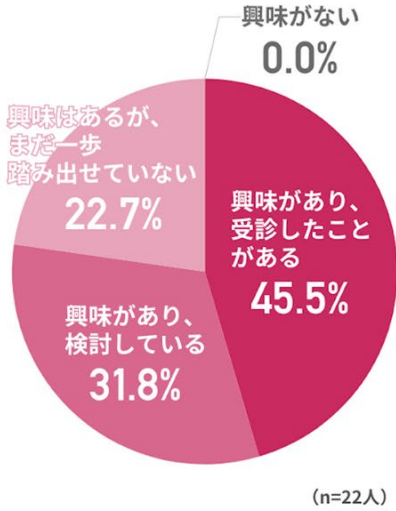
興味があると回答した方は「経営者・部長クラス」が10割、「課長クラス／係長・主任クラス」や「一般社員」などの層が約7割という結果になり、役職が上がるにつれて、美容医療を含むセルフケアへの関心が高まる傾向が見られました。

あなた自身の、美容医療に対する考えに最も近いものを選んでください

経営層／部長クラス

課長クラス／係長・主任クラス

一般社員／専門職／
契約社員・派遣社員／その他

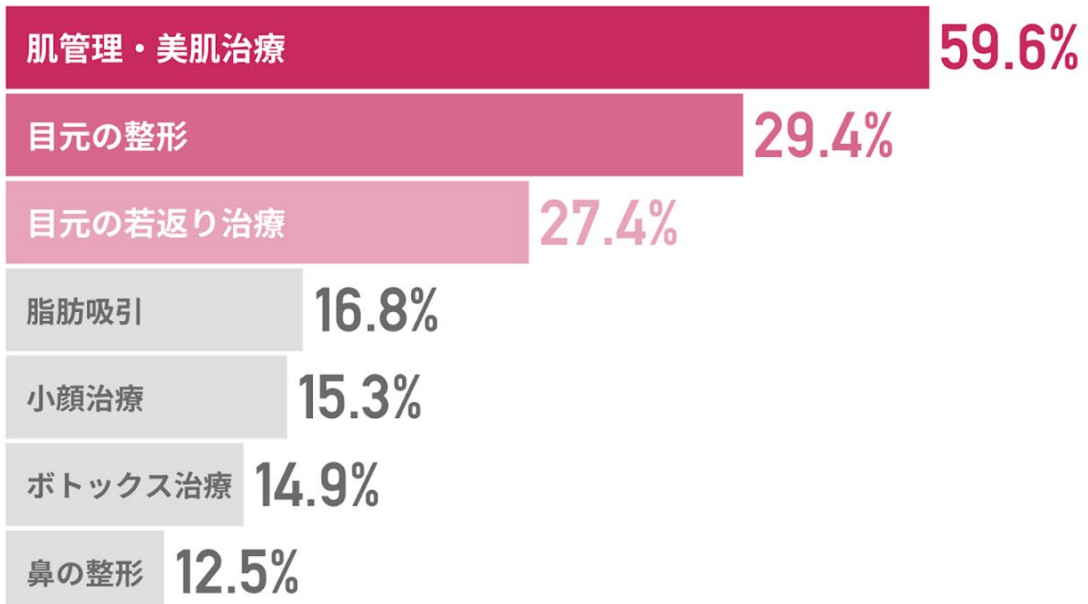


美容医療に興味があると回答した方に、「興味がある美容医療」について尋ねたところ、『肌管理・美肌治療（シミ・毛穴・ニキビ治療／ピーリング／美容注射など）（59.6%）』と回答した方が最も多く、『目元の整形（二重整形／目頭・目尻切開／たれ目形成など）（29.4%）』『目元の若返り治療（クマ・たるみ治療／まぶたのたるみ改善など）（27.4%）』と続き、肌や目元など、第一印象や清潔感に直結する部位への関心が多く挙げられる結果となりました。

興味がある美容医療を教えてください（複数回答可）

※全12項目中上位7項目を抜粋

—前設問で「興味がある」と回答した方が回答—

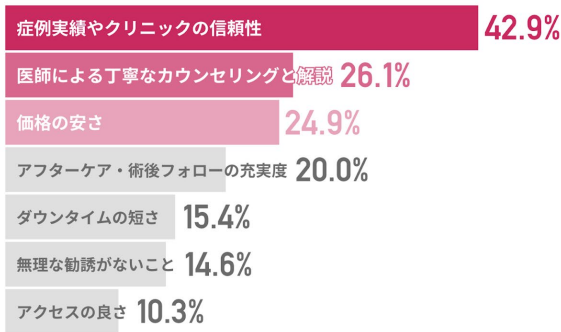


(n=720人)

④美容医療で重視するのは「価格」より「信頼性」

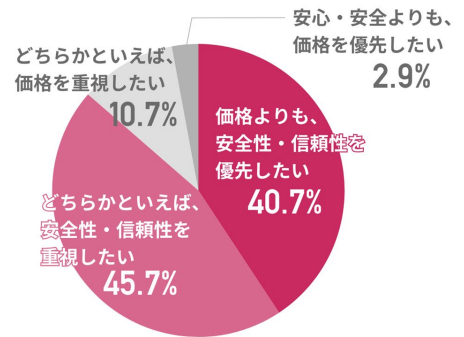
続いて、「美容医療を受ける場合、重視したいポイント」について尋ねたところ、『症例実績やクリニックの信頼性（42.9%）』と回答した方が最も多く、『医師による丁寧なカウンセリングと解説（26.1%）』『価格の安さ（24.9%）』と続きました。手軽さやコスト以上に、納得して施術を受けられる信頼性や確かな技術が重要視されていることがうかがえます。

美容医療を受ける場合、重視したいポイントは何ですか？（2つまで選択）
※全10項目中上位7項目を抜粋
—美容医療に対する考えについて「興味がある」と回答した方が回答—



(n=720)

美容医療を受ける場合、「価格」と「安全性・信頼性」のどちらをより重視しますか？
—美容医療に対する考えについて「興味がある」と回答した方が回答—



(n=720人)

最後に、「美容医療を受ける場合、『価格』と『安全性・信頼性』のどちらをより重視するか」について尋ねたところ、『どちらかといえば、安全性・信頼性を重視したい（45.7%）』と回答した方が最も多く、『価格よりも、安全性・信頼性を優先したい（40.7%）』『どちらかといえば、価格を重視したい（10.7%）』と、安全性・信頼性を重視したい方は合計で約9割にのぼることが明らかになりました。

リーダー層にとって美容医療は「内面の信頼感」を正しく伝えるための戦略的セルフケアというスタンダードな選択枝へ

今回、「女性上司の第一印象」に関する意識調査を行った表参道スキンクリニックでは、アンケート結果にある「リーダーには外見以上に内面の誠実さが重要である」というビジネスの本質を重く受け止めています。

一方で、多忙な日々の中で無意識に刻まれる「眉間のシワ」や「目元の疲れ（クマ）」といった外見のノイズが、本来の素晴らしい内面や能力を周囲に誤解させてしまう損失が生じていることも事実です。

当院では、美容医療を単なる装飾ではなく、「内面の信頼を正しくプレゼンテーションするための、非言語コミュニケーションの最適化」と再定義し、多忙なリーダー層へ向けた最短・最適な解決策を提案し女性活躍を応援します。



表参道スキンクリニック

Omotesando Skin Clinic

今回、「女性上司の第一印象」に関する意識調査を行った表参道スキンクリニック (<https://omotesando-skin.jp/>) では、経験豊富な医師が患者様一人ひとりのお悩みに寄り添い、丁寧なカウンセリングを通じて最適な治療をご提案しています。美容医療が初めての方でも安心して施術を受けていただけるよう、安全性と信頼関係を第一に考えたクリニックづくりを行っています。

■表参道スキンクリニックの「信頼性」が支持される3つのポイント

1. 20年間、重大事故ゼロの安全管理と専門知識

開院以来20年間、死亡事故ゼロ・医療訴訟ゼロを継続。最新の技術と専門知識を持つ経験豊富なチームが、厳格な衛生管理のもと、ビジネスリーダーが安心して身を任せられる最高水準の医療体制を整えています。

2. 個性を尊重する医学的アプローチ

一人ひとりの個性と本来の美しさを尊重し、表面的な変化だけでなく、解剖学に基づいた自然で上品な仕上がりを追求します。医師による丁寧なカウンセリングを通じ、内面の自信を加速させるための最適なデザインを提案します。

3. 信頼を築く「適正価格」と「透明性」

私たちは美容医療をより身近な存在にするため、綿密な市場調査に基づいた適正価格での提供を徹底しています。強引な勧誘を一切排除した「明朗会計」と、お客様が納得して選択できる環境を大切に、誠実なコミュニケーションをお約束します。

【期間限定】ビジネス印象管理プラン

本リリースの公開に合わせ、調査結果で明らかになった「理想のリーダー像」に近づくための特別プランを、期間限定で実施いたします。

1. 「陰しさ」を「余裕」に変える：表情マネジメント

内容：額・眉間・目尻のボトックス

特別価格：19,800円（税込）

効果：重要な局面での集中や緊張から、無意識に刻まれてしまう「眉間のシワ」などを自然に緩和。陰しさを抑えることで、部下に安心感を与え、相談しやすい「心の余裕」を感じさせる柔らかなリーダーの表情をデザインします。

2. 「疲れ」を「快活さ」に変える：目元・輪郭リフレッシュ

内容：目の下の切らないクマ取り / 糸リフト

特典：通常料金より30%OFF

効果：責任ある立場ゆえの多忙や寝不足が招く、目元のクマやフェイスラインの影を根本から解消。疲労感を感じさせない快活な印象を取り戻すことで、プレゼンテーションや会議の場でも、より説得力のある堂々とした佇まいを実現します。

3. 「くもり」を「輝き」に変える：肌質最適化

内容：全顔シミ取り放題（Qスイッチヤグレーザー）

特別価格：スタンダード 49,800円（税込）

効果：現場で共に走り、多忙な日々を過ごしてきた中で増えてしまったシミやくすみをリセット。肌に影を落とす要因を一掃し、クリアで明るい印象へ導きます。曇りのない素肌が、リーダーとしての自信に満ちた、輝くような笑顔をより一層際立たせます。

本リリース限定特典：第一印象「客観分析」カウンセリング

「自分の顔が部下にどう見られているか、客観的に知りたい」というリーダーの声に応え、特別カウンセリングを先着順で実施いたします。

<特典内容>

- ①高精度肌診断機「Re-Beau」による精密分析
- ②専門医による印象診断（無料）

<診断のポイント>

現在の肌状態をデータ化し、ビジネスシーンで印象を損ねている要因を客観的に特定。最短・最善で「理想の印象」を手に入れるためのパーソナルメニューを提案します。



お申込み方法：下記専用フォームより、備考欄に「印象調査リリースを見た」と記載の上お申し込みください。※表参道院・大阪院限定※

予約URL：<https://omotesando-skin.jp/reserve/>

【表参道スキンクリニックについて】

表参道スキンクリニックは、全国に展開する美容皮膚科・美容外科クリニックです。「すべての方へ最高の美と健康を」というミッションのもと、単なる外見の改善にとどまらず、お悩みを解消することで心まで明るくなっていただくことを目指しています。

▼公式サイト | <https://omotesando-skin.jp/>

▼クリニック所在地

東京都渋谷区神宮前5-9-13 喜多川ビル4F（表参道院）

その他、名古屋・大阪など全国主要都市に展開



<表参道スキンクリニック 大阪院>