

# ◆【20~50代男性600名に聞く】「自分に自信がある？」“年収”で男性の回答に大差 年収1000万円以上の男性6割「自分に自信ある」と回答 その一方で、年収300万円未満の男性8割が「自信ない」

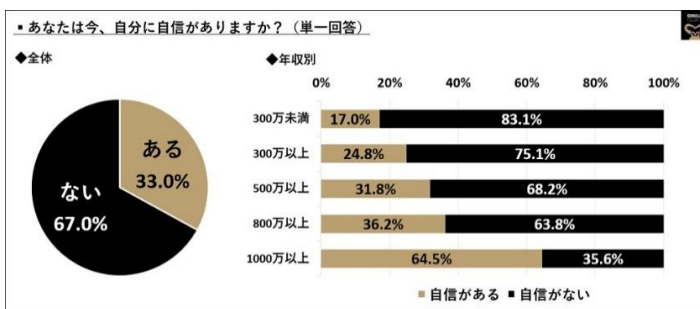
◎【同性が選ぶ「自信がみなぎっている」格好いい男性有名人】トップに福山雅治さん、次点に木村拓哉さん

価値観や自己表現の多様化が進み、思い描く理想像や生き方は誰もが同じではない中で、魅力がある人の特徴の一要素として今も昔も挙げられるのが「自分に自信がある人」では実際に現代の男性は「自信」についてどのように考え、どのような理想を掲げているのでしょうか。また、それらは年収の違いで回答に差はあるのでしょうか。

そこで、「男性美容という文化を創る」ことを使命とする男

性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』(医療法人社団十二会・新宿区 総院長：稲見文彦)では、2019年9月24日~26日の3日間、20~50代の男性600名を対象に【年代・年収別『自信がある男性』について】アンケートを実施。

自信がある男性の特徴や自分への自信度、年収と自信の関係性ほか「インターネット調査」結果をまとめました。



## ◆20~50代の男性600名に聞く！【年代・年収別「自信がある男性」について】アンケート調査概要

※当データを使用の際はクレジット表記【男性専門の総合美容クリニック「ゴリラクリニック」調べ】を記載くださいませ

### ◆①【「自信がある男性」とは？】20代最多回答は「清潔感がある男」、30・40・50代の最多回答は「仕事ができる男」

・【過去人気の「3高(高収入・高学歴・高身長)」はトップ5圏外に！男性が選ぶ「自信がある男性」とは？】

①仕事ができる(47.2%) ②姿勢が良い(38.0%) ③清潔感(37.3%) ④笑顔が素敵(34.0%) ⑤ポジティブ(27.7%)

### ◆②【年収の違いで差！「コンプレックスの有無」】年収が高い人ほどコンプレックスが少なくなる傾向にある

・【コンプレックスがあると回答】年収300万未満が8割(78.8%)、一方で1000万以上は5割(51.1%)。その差27.7%

### ◆③【自分に対する「自信の有無」】年収1000万円以上の6割「自信ある」、一方で300万円未満は8割が「自信ない」

・【自分に「とても自信がある」と回答した男性】年収300万未満は僅か1.0%！1000万以上は28.9%と大差つく結果に

### ◆④【「自分に自信がない部分」は？】最多回答に「容姿」、次点に「貯金」と続く

・【ワースト5】①容姿(37.3%) ②貯金(34.8%) ③ネガティブ(22.6%) ④仕事(21.6%) ⑤姿勢(19.4%)

・【最多回答「容姿」】年収1000万以上の男性7割(68.8%)が「容姿」に悩むも、300万円未満はその半数(32.4%)

### ◆⑤【「自分磨き」している？】男性の半数以上(51.2%)が「自分磨きしている」と回答

・【若年化するほど自分磨き率が高まる】20代(60.7%)と50代(42.7%)では18%差。加齢と共に減少する結果に

### ◆⑥【どんな自分磨きをしている？】年収1000万未満「身体を鍛える」、1000万以上「身だしなみや服装を意識」

・「年収で回答に差！」「身だしなみや服装を意識する」、「食生活に気を付ける」年収1000万以上がダントツ回答

### ◆⑦【男性は女性にこう思われたい！】最多に「頼りがいがある(35.0%)」、次点に「清潔感がある(27.2%)」と続く

・①頼りがいがある(35.0%) ②清潔感がある(27.2%) ③落ち着いている(26.5%) ④格好いい(20.8%) ⑤若く見える(20.5%)

### ◆⑧【自信がある男性がしないと思うこと】1位は「鼻毛が出ている(41.7%)」、次点に「口臭(37.2%)」と続く

・①鼻毛が出ている(41.7%) ②口臭がある(37.2%) ③体臭がある(35.0%) ④メタボ体型(33.5%) ⑤歯・口元が汚い(29.0%)

### ◆⑨【同性が惹かれる「自信がみなぎっている」格好いい男性有名人】トップに福山雅治！次点に木村拓哉が続く ※敬称略

・【年代別】20~30代男性が選ぶトップ回答は「木村拓哉さん」、40~50代では「福山雅治さん」が最多回答に

◆①【「自信がある男性」とは?】20代最多「清潔感がある男」、30,40,50代最多は共に「仕事ができる男」

◎【過去人気の「3高(高収入・高学歴・高身長)」はトップ5圏外に!男性が選ぶ「自信がある男性」とは?】

①仕事ができる(47.2%) ②姿勢が良い(38.0%) ③清潔感(37.3%) ④笑顔が素敵(34.0%) ⑤ポジティブ(27.7%)

◎年代が上がるとともに「仕事ができる男性」を選択する割合が高くなる。20代と50代で24.0%差も

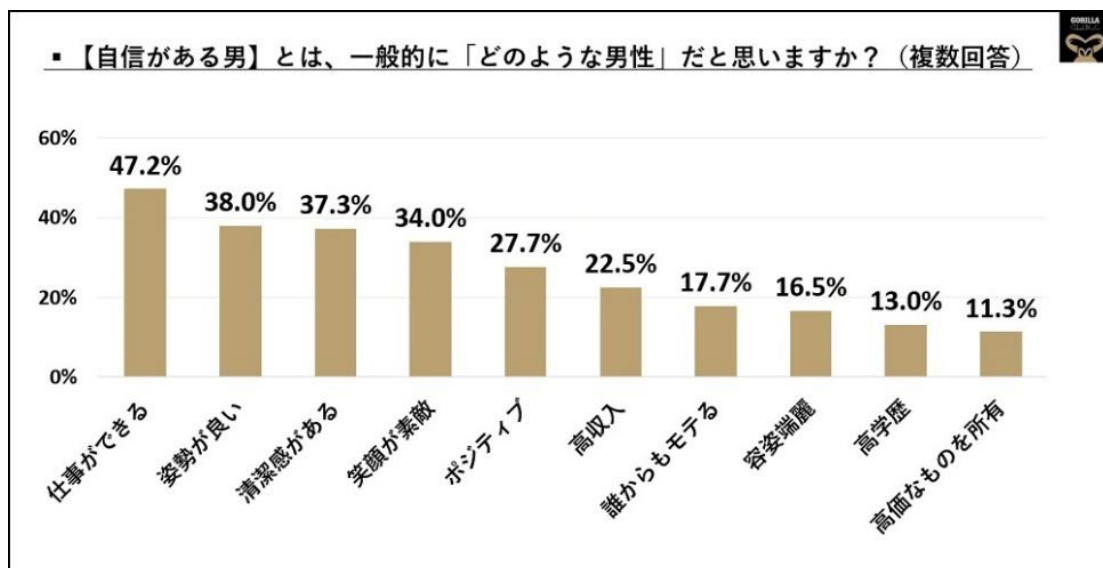
◎20代の最多回答「清潔感がある男性(38.7%)」、次に「笑顔が素敵な男性(37.3%)」

★世代別ランキング

- ・20代 ①清潔感がある(38.7%) ②笑顔が素敵(37.3%) ③仕事ができる(34.0%)
- ・30代 ①仕事ができる(48.0%) ②清潔感がある(36.0%) ③笑顔が素敵(34.7%)
- ・40代 ①仕事ができる(48.0%) ②清潔感がある(34.0%) ③姿勢が良い(30.7%)
- ・50代 ①仕事ができる(58.0%) ②清潔感がある(40.7%) ③笑顔が素敵(36.7%)

●質問/【自信がある男】とは、一般的に「どのような男性」だと思いますか?(複数回答)

仕事ができる	47.2%	(20代 34.0%、30代 48.0%、40代 48.0%、50代 58.0%)
姿勢が良い	38.0%	(20代 29.3%、30代 30.7%、40代 30.7%、50代 32.7%)
清潔感がある	37.3%	(20代 38.7%、30代 36.0%、40代 34.0%、50代 40.7%)
笑顔が素敵	34.0%	(20代 37.3%、30代 34.7%、40代 27.3%、50代 36.7%)
ポジティブ	27.7%	(20代 24.0%、30代 28.7%、40代 23.3%、50代 34.7%)
高収入	22.5%	(20代 15.3%、30代 27.3%、40代 26.7%、50代 20.7%)
誰からもモテる	17.7%	(20代 14.0%、30代 20.7%、40代 18.0%、50代 18.0%)
容姿端麗	16.5%	(20代 14.0%、30代 22.7%、40代 16.0%、50代 13.3%)
高学歴	13.0%	(20代 10.7%、30代 16.7%、40代 14.0%、50代 10.7%)
高価なものを所有	11.3%	(20代 15.3%、30代 16.7%、40代 8.0%、50代 5.3%)
高身長	10.5%	(20代 7.3%、30代 14.7%、40代 10.7%、50代 9.3%)
パートナーが魅力的	10.2%	(20代 9.3%、30代 14.0%、40代 8.0%、50代 9.3%)
持ち家・土地	7.7%	(20代 6.7%、30代 11.3%、40代 6.7%、50代 6.0%)





◆②【年収の違いで差！「コンプレックスの有無」】年収が高い人ほどコンプレックスが少なくなる傾向に

◎【コンプレックスあると回答】年収300万未満が8割(78.8%)、一方で1000万以上は5割(51.1%)。その差27.7%

◎年代別では大きな違いはなかったが、年代別では大きく差が開く

●質問/あなたは今、なにか自分自身でコンプレックスを抱えていますか？(単一回答)

★コンプレックスがある 76.2%

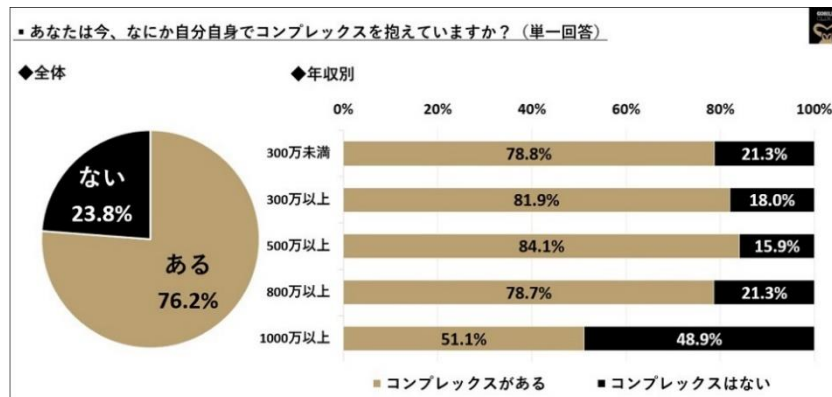
・年代別：20代72.7%、30代68.0%、40代81.4%、50代72.6%

・年収別：300万未満78.8%、300万以上81.9%、500万以上84.1%、800万以上78.7%、1000万以上51.1%、無回答62.0%

★コンプレックスはない 23.8%

・年代別：20代27.3%、30代22.0%、40代18.7%、50代27.3%

・年収別：300万未満21.3%、300万以上18.0%、500万以上15.9%、800万以上21.3%、1000万以上48.9%、無回答38.0%



◆③【自分への自信】年収1000万円以上の6割「自信ある」、一方で300万円未満は8割が「自信ない」

◎【自分に「とても自信がある」と回答】年収300万未満は僅か1.0%！1000万以上は28.9%と、大差がつく結果に

●質問/あなたは今、自分に自信がありますか？(単一回答)

★自信がある 33.0%

・年代別：20代36.7%、30代30.6%、40代26.0%、50代38.7%

・年収別：300万未満17.0%、300万以上24.8%、500万以上31.8%、800万以上36.2%、1000万以上64.5%、無回答42.9%

・とても自信がある 9.2%

・年代別：20代14.0%、30代9.3%、40代5.3%、50代8.0%

・年収別：300万未満1.0%、300万以上3.7%、500万以上5.3%、800万以上14.9%、1000万以上28.9%、無回答16.5%

・すこし自信がある 23.8%

・年代別：20代22.7%、30代21.3%、40代20.7%、50代30.7%

・年収別：300万未満16.0%、300万以上21.1%、500万以上26.5%、800万以上21.3%、1000万以上35.6%、無回答26.4%

★自信がない 67.0%

・年代別：20代63.3%、30代69.3%、40代74.0%、50代61.3%

・年収別：300万未満83.1%、300万以上75.1%、500万以上68.2%、800万以上63.8%、1000万以上35.6%、無回答57.0%

・どちらかというと自信がない 42.7%

・年代別：20代43.3%、30代41.3%、40代44.0%、50代42.0%

・年収別：300万未満41.8%、300万以上47.8%、500万以上47.7%、800万以上46.8%、1000万以上28.9%、無回答33.9%

・まったく自信がない 24.3%

・年代別：20代20.0%、30代28.0%、40代30.0%、50代19.3%

・年収別：300万未満41.3%、300万以上27.3%、500万以上20.5%、800万以上17.0%、1000万以上6.7%、無回答23.1%





⑪ 持ち家・土地 10.0%

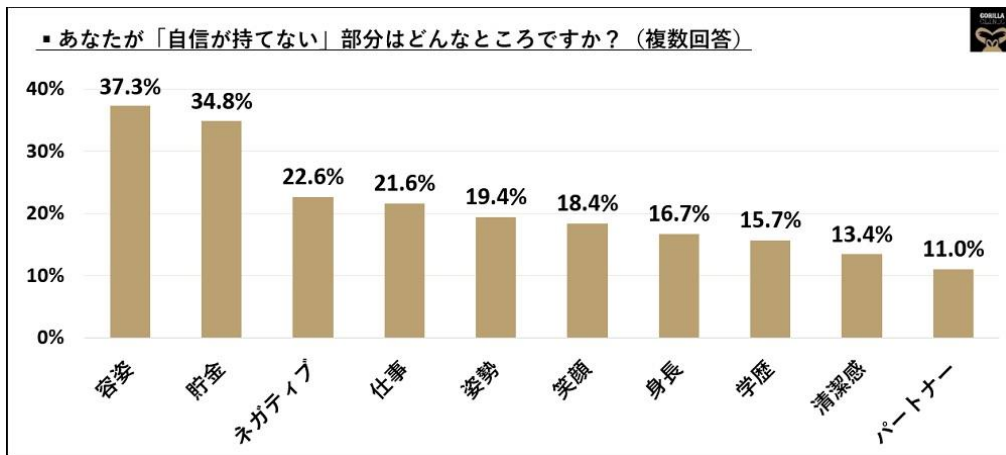
・年代別：20代 6.3%、30代 12.5%、40代 9.9%、50代 10.9%

・年収別：300万未満 14.6%、300万以上 13.2%、500万以上 6.8%、800万以上 6.7%、1000万以上 12.5%、無回答 4.3%

⑫ 趣味がない 9.7%

・年代別：20代 7.4%、30代 12.5%、40代 9.0%、50代 9.8%

・年収別：300万未満 14.6%、300万以上 9.1%、500万以上 7.8%、800万以上 3.3%、1000万以上 6.3%、無回答 11.6%



◆⑤【「自分磨き」している？】男性の半数以上（51.2%）が「自分磨きしている」と回答。

◎【若年化するほど自分磨き率が高まる】20代（60.7%）と50代（42.7%）では18%差。加齢と共に減少する結果に

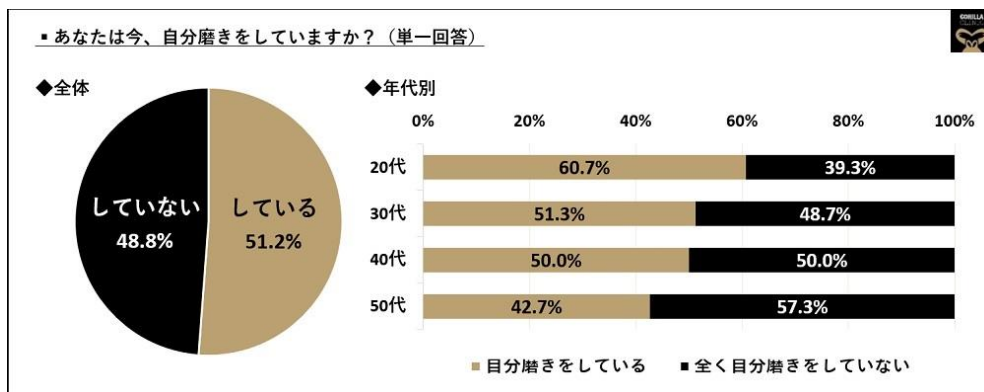
●質問／あなたは今、自分磨きをしていますか？（単一回答）

★自分磨きをしている 51.2%（20代60.7%、30代51.3%、40代50.0%、50代42.7%）

・とても自分磨きをしている 11.2%（20代18.0%、30代12.0%、40代8.7%、50代6.0%）

・すこし自分磨きをしている 40.0%（20代42.7%、30代39.3%、40代41.3%、50代36.7%）

★全く自分磨きしていない 48.8%（20代39.3%、30代48.7%、40代50.0%、50代57.3%）







◆⑥【どんな自分磨きしている？】年収1000万未満「身体を鍛える」、1000万以上「身だしなみや服装を意識」

◎◀年収で回答に差！▶「身だしなみや服装を意識する」、「食生活に気を付ける」年収1000万以上がダントツ回答

◎【年代別トップ】20代：身体を鍛える（46.2%） 30代：身体を鍛える（40.3%）  
40代：身だしなみや服装を意識（42.7%） 50代：身体を鍛える（60.9%）

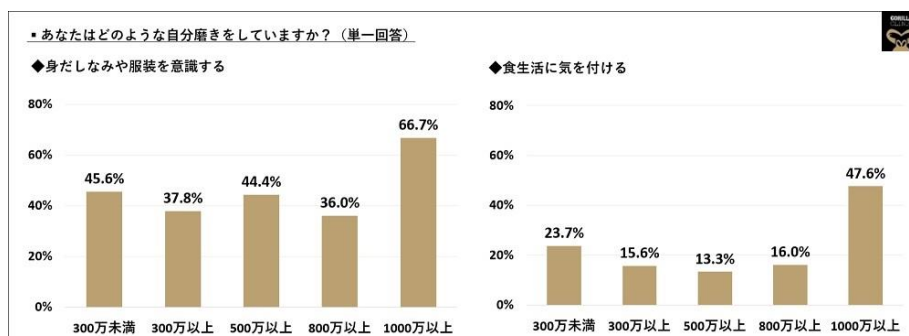
★年収別ランキング

- ・ 300万未満：①身体を鍛える（48.8%） ②身だしなみや服装を意識（45.6%） ③趣味に没頭する（25.7%）
- ・ 300万以上：①身体を鍛える（43.3%） ②身だしなみや服装を意識（37.8%） ③美容院や脱毛に通う（23.3%）
- ・ 500万以上：①身体を鍛える（46.7%） ②身だしなみや服装を意識（44.4%） ③仕事に注力する（26.7%）
- ・ 800万以上：①身体を鍛える（40.0%） ②身だしなみや服装を意識（36.0%） ③仕事に注力する（32.0%）
- ・ 1000万以上：①身だしなみや服装を意識（66.7%） ②身体を鍛える・食生活（47.6%） ③仕事、美容院や脱毛、趣味（33.3%）

●質問／あなたはどのような自分磨きをしていますか？（複数回答）

※質問⑤で「とても自分磨きをしている／少し自分磨きをしている」と回答した方のみ

- ① 身体を鍛える 46.3%
  - ・年代別：20代46.2%、30代40.3%、40代40.0%、50代60.9%
  - ・年収別：300万未満48.8%、300万以上43.3%、500万以上46.7%、800万以上40.0%、1000万以上47.6%、無回答51.1%
- ② 身だしなみや服装を意識 41.4%
  - ・年代別：20代34.1%、30代37.7%、40代42.7%、50代54.7%
  - ・年収別：300万未満45.6%、300万以上37.8%、500万以上44.4%、800万以上36.0%、1000万以上66.7%、無回答33.3%
- ③ 仕事に注力する 24.8%
  - ・年代別：20代20.9%、30代26.0%、40代17.3%、50代37.5%
  - ・年収別：300万未満23.7%、300万以上22.2%、500万以上26.7%、800万以上32.0%、1000万以上33.3%、無回答20.0%
- ④ 美容院や脱毛に通う 21.5%
  - ・年代別：20代22.0%、30代26.0%、40代13.3%、50代25.0%
  - ・年収別：300万未満10.0%、300万以上23.3%、500万以上25.6%、800万以上20.0%、1000万以上33.3%、無回答11.1%
- ⑤ 趣味に没頭する 18.9%
  - ・年代別：20代9.9%、30代20.8%、40代14.7%、50代34.4%
  - ・年収別：300万未満25.7%、300万以上15.6%、500万以上20.0%、800万以上16.0%、1000万以上33.3%、無回答13.3%
- ⑥ 食生活に気を付ける 17.3%
  - ・年代別：20代13.2%、30代11.7%、40代20.0%、50代26.6%
  - ・年収別：300万未満23.7%、300万以上15.6%、500万以上13.3%、800万以上16.0%、1000万以上47.6%、無回答11.1%
- ⑦ 読書をする 15.6%
  - ・年代別：20代8.8%、30代19.5%、40代16.0%、50代20.3%
  - ・年収別：300万未満24.2%、300万以上13.3%、500万以上15.6%、800万以上20.0%、1000万以上23.8%、無回答11.1%
- ⑧ エステやマッサージに通う 9.5%
  - ・年代別：20代12.1%、30代13.0%、40代5.3%、50代6.3%
  - ・年収別：300万未満4.6%、300万以上11.1%、500万以上14.4%、800万以上4.0%、1000万以上14.3%、無回答2.2%

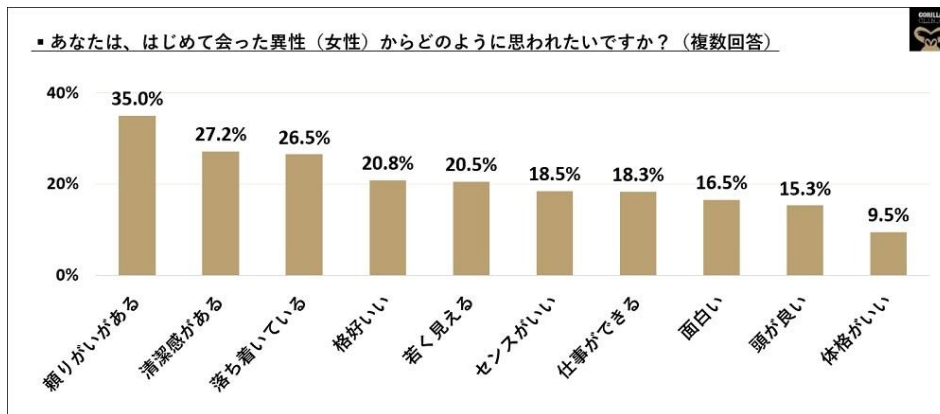


◆⑦【男性は女性にこう思われたい！】最多に「頼りがいがある (35.0%)」、次点に「清潔感がある (27.2%)」

◎【トップ5】①頼りがいがある (35.0%) ②清潔感がある (27.2%) ③落ち着いた (26.5%) ④格好いい (20.8%) ⑤若く見える (20.5%)

●あなたは、はじめて会った異性 (女性) からどのように思われたいですか？ (複数回答)

頼りがいがある	35.0% (20代 34.7%、30代 45.3%、40代 24.7%、50代 35.3%)
清潔感がある	27.2% (20代 24.7%、30代 28.0%、40代 25.3%、50代 30.7%)
落ち着いた	26.5% (20代 24.0%、30代 30.7%、40代 22.0%、50代 29.3%)
格好いい	20.8% (20代 22.7%、30代 28.0%、40代 16.7%、50代 16.0%)
若く見える	20.5% (20代 16.0%、30代 24.7%、40代 18.7%、50代 22.7%)
センスがいい	18.5% (20代 14.0%、30代 22.0%、40代 16.7%、50代 21.3%)
仕事ができる	18.3% (20代 17.3%、30代 26.7%、40代 14.0%、50代 15.3%)
面白い	16.5% (20代 12.0%、30代 20.7%、40代 14.7%、50代 18.7%)
頭がいい	15.3% (20代 9.3%、30代 18.7%、40代 16.7%、50代 16.7%)
体格がいい	9.5% (20代 9.5%、30代 8.7%、40代 8.0%、50代 8.0%)
スポーツができそう	8.3% (20代 7.3%、30代 12.7%、40代 6.7%、50代 6.7%)
いい香りがする	5.7% (20代 5.3%、30代 8.7%、40代 4.0%、50代 4.7%)
お金持ち	5.5% (20代 4.0%、30代 9.3%、40代 4.7%、50代 4.0%)

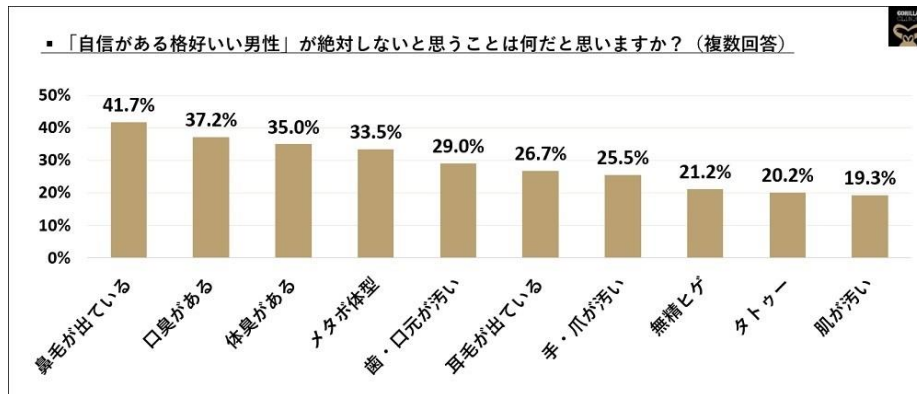


◆⑧【自信がある男性がしないと思うこと】1位は「鼻毛が出ている (41.7%)」、次点に「口臭 (37.2%)」と続く

◎【ワースト5】①鼻毛が出ている (41.7%) ②口臭がある (37.2%) ③体臭がある (35.0%) ④メタボ体型 (33.5%) ⑤歯・口元が汚い (29.0%)

●質問/「自信がある格好いい男性」が絶対しないと思うことは何だと思いませんか？ (複数回答)

鼻毛が出ている	41.7% (20代 34.0%、30代 39.3%、40代 44.0%、50代 49.3%)
口臭がある	37.2% (20代 31.3%、30代 38.0%、40代 37.3%、50代 42.0%)
体臭がある	35.0% (20代 33.3%、30代 37.3%、40代 32.0%、50代 37.3%)
メタボ体型	33.5% (20代 24.7%、30代 41.3%、40代 32.7%、50代 35.3%)
歯・口元が汚い	29.0% (20代 20.7%、30代 34.0%、40代 26.7%、50代 34.7%)
耳毛が出ている	26.7% (20代 20.7%、30代 26.0%、40代 26.7%、50代 33.3%)
手・爪が汚い	25.5% (20代 20.0%、30代 24.0%、40代 27.3%、50代 30.7%)
無精ヒゲ	21.2% (20代 24.0%、30代 24.7%、40代 14.7%、50代 21.3%)
タトゥーがある	20.2% (20代 14.0%、30代 26.0%、40代 20.7%、50代 20.0%)
肌が汚い	19.3% (20代 16.0%、30代 26.7%、40代 16.7%、50代 18.0%)
トレーニング不足	18.5% (20代 13.3%、30代 24.7%、40代 16.0%、50代 20.0%)
髪型のセンス・薄毛	18.0% (20代 18.0%、30代 23.3%、40代 14.0%、50代 16.7%)
タバコを吸う	16.0% (20代 14.7%、30代 19.3%、40代 12.7%、50代 17.3%)
食事に気を使わない	15.5% (20代 11.3%、30代 20.0%、40代 12.7%、50代 18.0%)



◆⑨【同性が惹かれる「自信がみなぎっている」格好いい男性有名人】トップに福山雅治、次点に木村拓哉が続く

●質問／【自信がある格好いい男性有名人】と聞いて、思いつく人は誰ですか？(記名式)

◎【トップ5】①福山雅治②木村拓哉③阿部寛④イチロー⑤小栗旬、竹野内豊(敬称略)

◎【年代別】20~30代男性が選ぶトップ回答は「木村拓哉さん」、40~50代では「福山雅治さん」が最多回答に

◎「ゴリラクリニック総院長 稲見文彦」プロフィール

大手美容形成外科で10年以上、多数の研修医や新人看護師の育成に携わる。

丁寧な指導と朗らかな人柄には定評あり。

美容医療のみならず、医療の基本は「優しさ」と「患者様の言葉に耳を傾けること」を理念とし、患者様の悩みや希望を真摯に受け止め、ひとりひとりにとって最善の治療法を提案している。

テレビ番組や雑誌ほか、メディア出演も多数。

私生活では二児の父で愛妻家。“イクメン”美容医師でもある。



◎男性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』

◎診療科目 : 美容皮膚科、頭髪外来

◎初診専用無料ダイヤル: 0120-987-118 (24時間 365日)

◎診療時間 : 11:00~20:00 (不定休、予約制)

◎開院エリア: 13 医院を展開中

新宿・渋谷・池袋・銀座・上野・横浜・大宮・名古屋栄・

京都烏丸・大阪梅田・大阪心斎橋・神戸三宮・福岡天神

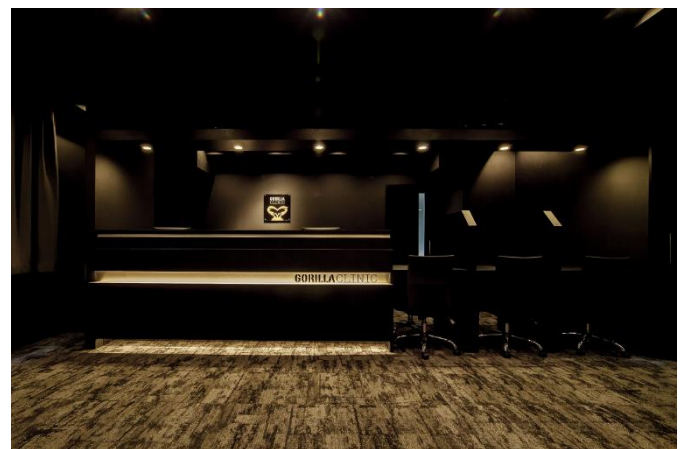
◎この秋、全国18院へと拡大(5院増院 & 1院増床移転いたします)

『ゴリラクリニック』は、2019年11月中旬に

5院(札幌・仙台・町田・名古屋名駅・広島)を新規オープン。

並びに、大阪梅田院の増床移転をいたします。

正式な開院日程は、確定次第改めてお伝えいたします。



アンケートリリースに関するお問合せやご取材は、下記までお問合せくださいませ

【男性専門の総合美容クリニック『ゴリラクリニック』/医療法人社団十二会】

広報部 : 石垣秀馬 天野大輝 下谷弥生 [pr@gorilla.clinic](mailto:pr@gorilla.clinic)

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 8階 TEL: 03-5291-5270