

## 働く女性は“美肌づくり”に関心が高い ただしOLとプロモデルでは意識に違いあり

～ケロッグ「働く女性の美肌と食生活調査」より～

日本ケロッグ株式会社(東京都新宿区西新宿 3-20-2 東京オペラシティビル 36階 代表取締役社長 宮原伸生)は、本年1月、20～30代のOLを中心に「働く女性の美肌と食生活調査」を実施しました。これは、20～30代の女性たちに支持されているシリアルメーカーとして、彼女たちの美と食生活に対する考え方を明らかにすることを目的とした調査です。

その結果、OLが求める美しさとは“肌の美しさ”であり、美肌づくりにとりいれたい主食は「玄米」であることがわかりました。さらに、弊社が実施したプロモデルを対象にした調査との比較では、OLもプロモデルも“美肌”への関心は同様に高いが、“美肌づくり”に対する意識に大きな差があることもわかりました。

日本ケロッグ社が2004年3月、プロモデル105名を対象に「美しくあるために気をつけていること」などに関して質問をしたアンケート調査。

### 関心が高い“美肌づくり”。

#### OLは「化粧品」で外側から、モデルは「睡眠」や「食生活」など内側からも気を使う

OLに“女性美で気をつけていること”を聞いたところ、「肌の美しさ」が84.4%と最も高かった。プロモデル対象の調査でも同様の結果で、OLもモデルも美肌への関心の高いことがわかった(図1)。

しかし、“美肌づくりのための心がけ”に対する質問では、OLで「(基礎)化粧品に気を使う」が74.6%と最も高かったのに対し、プロモデルは43.8%と、大きな差が見られた(図2)。また、OLは「睡眠時間をたっぷりとる」「ビタミン・ミネラル等の栄養バランスを考えた食生活をする」「朝食は必ずとる」といった項目でプロモデルよりも低く、OLは“肌の外側からのケア”をし、プロモデルは睡眠や食生活といった“肌の内側からのケア”にも気を使っているという違いが浮かびあがった。

### 肌の自己評価は、平均59.4点。

#### 美肌づくりのための主食は、1位「玄米」、2位「雑穀米」、3位「シリアル」

OLに自分の肌状態について100点満点で何点が聞いたところ、0点(3名)と全く自信のない人から、100点(2名)まで回答は様々だったが、ほぼ50～70点台に分布し、自分の肌に“そこそこ”満足している様子が伺える(図3)。

また、食事について、昨日の主食と、美肌づくりのためにとりたい主食を聞いたところ、昨日の主食は「白米」と回答する人が多く(68.3%)、次いで「パン」(41.9%)、「玄米」(13.6%)であった。一方、美肌づくりのためにとりたい主食は、「玄米」が1位で69.4%、2位は「雑穀米」(64%)、3位は「シリアル」(28.4%)で、理想と現実の間に差があることがわかった(図4)。

さらに、昨日の主食が「玄米」と回答した人の肌の自己評価は平均63.1点で、「玄米」を食べなかった人の平均58.5点よりも高く(図5)、この自己評価からは、「玄米」をとることが美肌づくりに役立っている傾向が伺える。

■ **肌がきれいな著名人、総合1位は女優の小雪さん。すべての世代から支持**

OLが選んだ“肌がきれいだと思う著名人”の総合1位は、すべての世代から高い支持を受けた女優の小雪さんであった。次いで桃井かおりさん、黒木瞳さん、松雪泰子さんらがあげられた。世代別の1位をみると、20代は菅野美穂さん・中谷美紀さん、30代は小雪さん、40代以上は桃井かおりさんと、それぞれ自分の世代に近い人に関心をもっていることが伺えた。

( )内は回答した人数

1位	小雪 (46名)	6位	中谷 美紀 (25名)
2位	桃井 かおり (38名)	7位	松嶋 菜々子 (24名)
3位	黒木 瞳 (35名)	8位	チェ・ジウ (18名)
4位	松雪 泰子 (33名)	8位	吉永 小百合 (18名)
5位	菅野 美穂 (31名)	10位	長谷川 京子 (14名)

**肌ケアには、あまり時間をかけない？ お金をかけるのは40代**

OLが肌のケアにかかる時間は「15分以内」が最も多く、世代別では20代が51.6%、30代58.5%、40代が64.4%と、年齢があがるほどケアにかかる時間が短くなっていた(図6)。

1ヶ月に肌のケアにかかる金額は、「スキンケア化粧品」が平均で5,291円と最も高く、「サプリメント」(2,298円)、「エステ」(2,100円)、「健康食品」(1,520円)の順であった。世代別では、40代が「スキンケア化粧品」「サプリメント」「健康食品」の3項目で20代・30代よりも高く、時間はかけないがお金をかける傾向ということがわかった(図7)。

< 「働く女性の美肌と食生活調査」調査概要 >

調査期間：2005年1月18日～1月31日

調査方法：女性向けウェブサイト上のアンケートフォーム記入式

有効回答数：558名

**このプレスリリースに関するお問い合わせ**

トータル・コミュニケーションズ株式会社 担当：佐々木ノ前川

〒101-0065 東京都千代田区西神田 1-3-6 ウエタケビル 2F

TEL: 03-3291-0099

FAX: 03-3291-0223

E-mail: [tci@lares.dti.ne.jp](mailto:tci@lares.dti.ne.jp)

**お客様お問い合わせ先**

日本ケロログ株式会社お客様相談室

TEL: 0120-500209

(通話料無料 受付：月～金 9：00～17：00 土日祝(祭)日除く)

「女性の美」ということを考えた時、気をつけていることは何ですか

OL では、「肌の美しさ」がトップで 84.4%、「健康管理」「内面の輝き」がともに約 70%だった。「太らないようにすること」は 54.9%に留まった。

プロモデルに「モデルとして気をつけていること」を聞いた結果では、OL 調査と同様に「肌の美しさ」がトップ。「精神的な安らぎ」以外は OL よりもモデルの方が回答率が高く、“美”についてより気をつけていることがわかる。

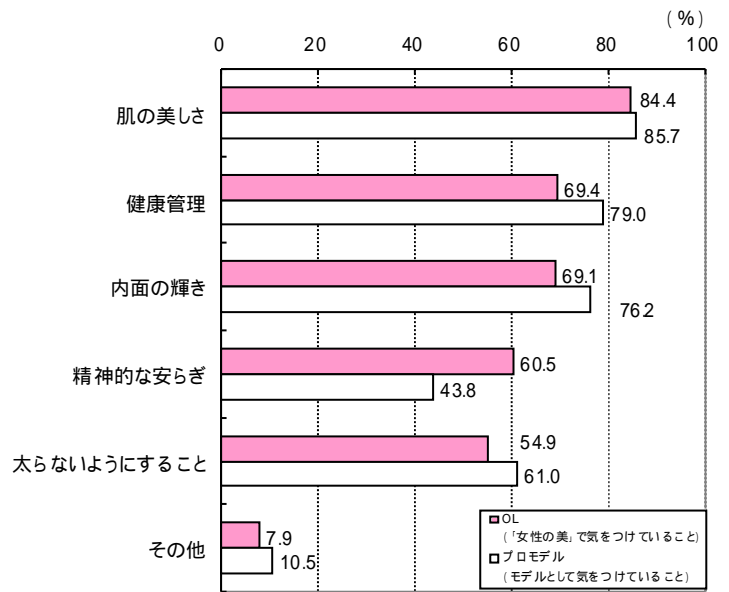


図1. 「女性の美」について気をつけていること、モデルとして気をつけていること

「働く女性の美肌と食生活調査」(n=558)・「2004年プロモデル対象調査」(n=105)より

あなたが美しい肌をつくるために心がけていることは何ですか

OL では「化粧品に気を使う」がトップで 74.6%だった。また約半数が「睡眠時間をたっぷり取る」「便秘にならないようにする」「ビタミン・ミネラル等の栄養バランスを考えた食生活をする」「ストレスをためないようにする」と回答した。ほとんどの項目でプロモデルの回答率がOLを上回り、プロモデルは美しい肌のためにより多くのことに気を配っているといえる。

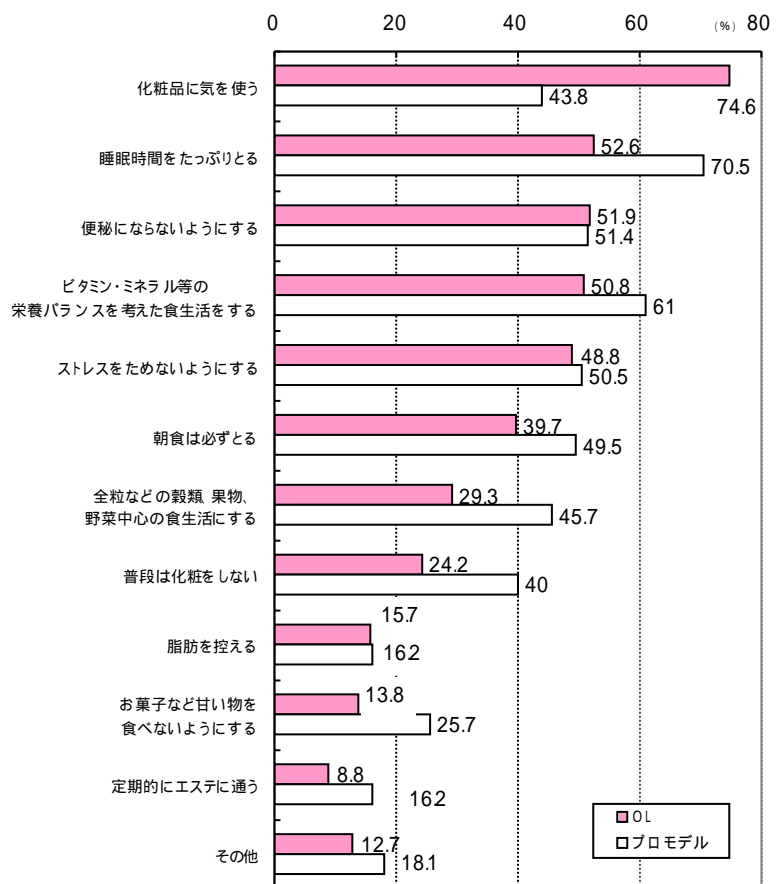


図2. 美肌のために心がけていること

「働く女性の美肌と食生活調査」(n=558)・「2004年プロモデル対象調査」(n=105)より

### 自分の肌を自己評価すると 100 点満点で何点ですか

OL の肌の自己評価は、「0 点」(3 名) から「100 点」(2 名) まで回答はばらついたが、50~70 点との回答が多く、平均は 59.4 点だった。

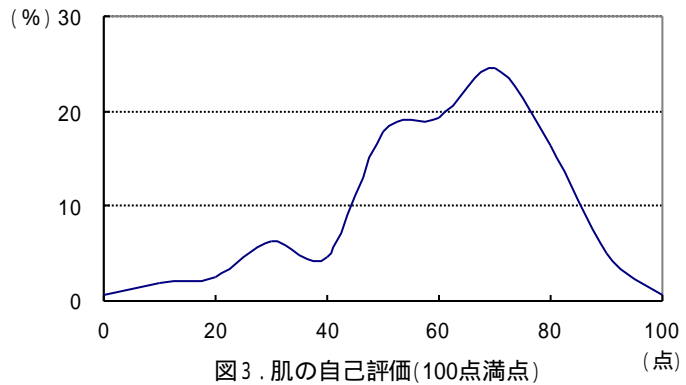


図3. 肌の自己評価(100点満点)

「働く女性の美肌と食生活調査」(n=558) より

### 昨日とった「主食」と、美肌づくりにとりいれたい「主食」は何ですか

OL が昨日とった主食では、「白米」が 68.3% と多いが、美肌づくりのためには、とりいれたい主食として「玄米」が 69.4%、「雑穀米」が 64.0% と 6 割以上の回答があった。また、「シリアル」が 28.4% で 3 位であった。

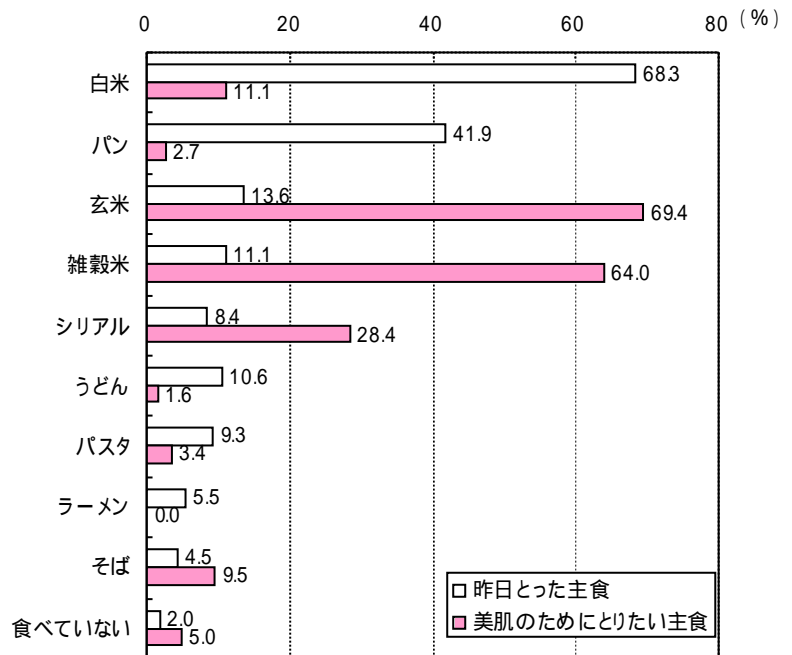


図4. 昨日食べた主食と、美肌作りのためにとりいれたい主食

「働く女性の美肌と食生活調査」(n=558) より

また、「玄米」をとった人ととらなかった人の肌の自己評価を比較すると、「玄米」をとった人の平均は 63.1 点と、とらなかった人の平均 58.5 点よりも、4.6 点も高かった。

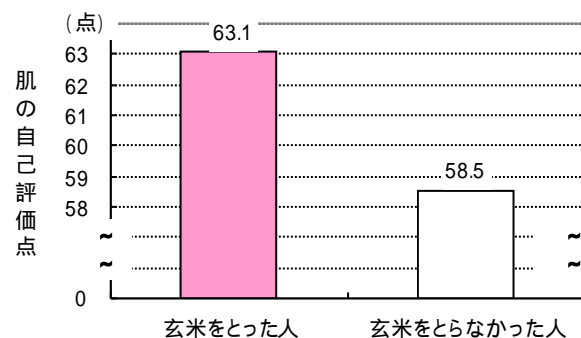


図5. 肌の自己評価点数と昨日とった主食(玄米)

「働く女性の美肌と食生活調査」より

(玄米をとった人: n=76 玄米をとらなかった人: n=482)

### 1日のお肌のケアにかかる時間はどれくらいですか（メイク時間は除く）

OLが肌ケアにかかる時間は、年齢が上がるほど短くなる傾向がみられた。

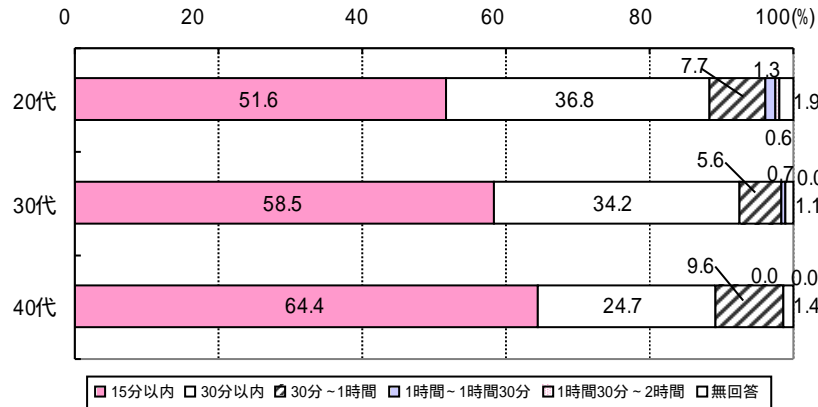


図6. 肌のケアにかかる時間

「働く女性の美肌と食生活調査」より  
 (20代：n=155 30代：n=284 40代：n=73)

### 1ヶ月にお肌のケアのためにどのくらいお金をかけますか。

OLの年代別で、肌にかかるお金をきいたところ、「スキンケア」「サプリメント」「健康食品」の3品目で、40代が最も高かった。

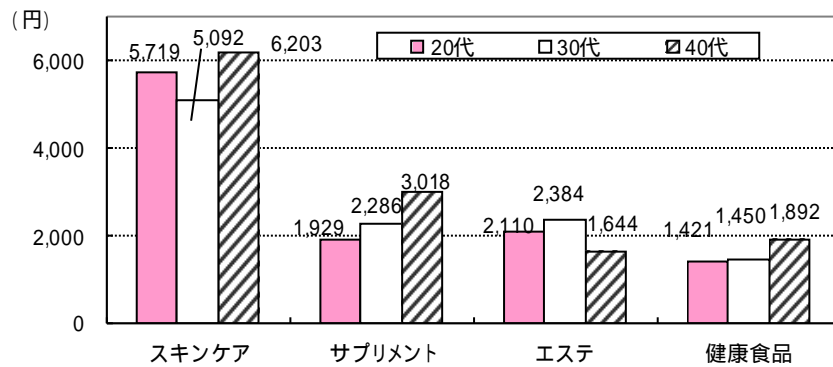


図7. 肌にかかる金額

「働く女性の美肌と食生活調査」より  
 (20代：n=155 30代：n=284 40代：n=73)