

■人生 100 年時代！人生を楽しむ 40～60 代女性・660 名へ調査

【今後の人生で必要なこと】①健康・体力 ②ひとりの時間 ③貯金

◎《VIO 脱毛の利点とは？》40 代女性「快適さ」と回答も、50 代・60 代は「老後の備え（介護脱毛）」が最多に

40～60 代は一般的に「ミドル世代」、「シニア世代」とも呼ばれています。しかし価値観やライフスタイルが多様化した現在、年齢を感じさせないほどに若々しく意欲的に人生を楽しむ女性が増え、一昔前の「中高年のイメージ」とは異なる印象を持つ方も多いのではないでしょうか。

子育て等の理由でいったん美しさの追求から離れていた女性が、子育てが落ち着き自分にお金をかけられるようになったことで「美の再始動」をスタートするのもこの世代の頃。最近では 40～50 代の女性たちは【マチュア世代】とも一部で呼ばれ、大人文化を創り出す年代としても注目が集まっています。

そこで、全国 24 院展開する医療脱毛専門院『リゼクリニック』

（医療法人社団風林会／本部：東京都新宿区、総院長：赤塚正洋）では、**2021 年 11 月 11 日の 1 日間、40 代～60 代の女性 660 名を対象にアンケート調査**を実施。

「20～30 代と比べて感じる身体の変化」や「今後の人生をより充実させるために必要なこと」、「現在関心がある美容」ほか、自分の年齢（老い）を受入れつつも意欲的に人生を楽しむ現代の 40～60 代女性たちへ意識調査を行ないました。

また、近年「陰部の炎症や感染症を防ぐ」「オムツ交換の際のニオイを軽減する」「介護者の清拭が楽になる」など老後の備えとして注目を浴びる『介護脱毛』ほか、【マチュア世代から

始める VIO 脱毛のメリット 5 点（①日常生活の快適さ ②老後の備え／介護脱毛 ③おしゃれを楽しむ ④美肌効果 ⑤不快感の軽減）に関し、別紙にて新宿院院長の大地まさ代医師が解説します。

■ご自身の今後の人生をより充実させるために必要なことは何ですか？（複数回答）

	40代	50代	60代
1 健康・体力	68.6%	70.0%	74.1%
2 ひとりの時間	68.2%	68.6%	66.8%
3 貯金	65.5%	61.4%	65.9%
4 食生活	55.0%	52.3%	65.5%
5 趣味	52.7%	50.9%	59.1%
6 家族	43.6%	40.9%	55.0%
7 旅行	42.3%	36.8%	46.4%
8 資産形成	34.1%	35.5%	43.6%
9 パートナー	33.6%	34.1%	35.0%
10 友人	33.2%	33.6%	24.1%
11 仕事	32.7%	31.4%	18.6%
12 美容	31.4%	26.8%	16.8%
13 ファッション	24.5%	17.3%	14.5%
14 習い事	18.6%	10.9%	12.3%
15 恋愛	5.5%	5.5%	3.6%
16 卒婚	2.7%	4.5%	1.8%
17 必要な物・ことはない	2.7%	2.7%	0.9%
18 離婚	1.8%	1.4%	0.0%

■20代・30代と比べ、ご自身の身体で「変化」を感じていることは何ですか？（複数回答）

	40代	50代	60代
1 体力・筋力の低下	58.2%	62.7%	66.4%
2 体調	50.5%	62.3%	58.2%
3 視力の低下		52.3%	52.3%
4 肌（顔・身体）	44.5%	45.9%	41.4%
5 ホルモンバランス	40.9%	45.5%	38.2%
6 体重の増減	38.2%	35.0%	38.2%
7 物忘れ	33.6%	33.2%	31.4%
8 冷え	30.9%	32.3%	30.9%
9 メンタル	25.0%	32.3%	27.7%
10 歯や口腔内の機能低下	24.5%	29.1%	26.8%
11 不眠	23.6%	27.3%	15.9%
12 デリケートゾーンのトラブル	22.3%	21.4%	15.5%
13 薄毛	15.9%	20.0%	14.5%
14 食欲の低下	12.7%	11.8%	14.5%
15 変化を感じていない	10.0%	5.0%	4.1%

「660 名に聞く／40～60 代女性の意識調査」概要（各詳細は次頁以降を参照ください）
※当データやコメントを使用の際はクレジット表記【医療脱毛専門院『リゼクリニック』】を記載ください

- ①【20 代・30 代と比べて感じる「身体の変化」とは？ 各世代のトップ 3】40 代：①体力・筋力の低下 ②同率で体調・視力の低下 / 50 代：①視力の低下 ②体力・筋力の低下 ③肌 / 60 代：①体力・筋力の低下 ②視力の低下 ③肌
- ◎40 代女性の 4 割（40.9%）が「ホルモンバランス」に変化を感じている（50 代：32.3%、60 代：14.5%）
- ◎「肌の変化」50 代・60 代になると半数以上（ともに 52.3%）を感じていることが判明
- ②【「今後の人生」をより充実させるために必要なこととは？】①健康・体力 ②ひとりの時間 ③貯金
- ◎【各世代トップ 3 に「ひとりの時間」がランクイン】40 代：2 位（68.2%）、50 代：3 位（61.4%）、60 代：2 位（66.8%）
- ◎40 代女性は友人より「パートナー」の必要性を感じる一方で、50 代 60 代になるとパートナーよりも「友人」を優先
- ③【関心が高い美容とは？】40～60 代共通・全世代の最多回答に「バランスの良い食事」、次点に「運動」が続く
- ④【VIO 脱毛の利点とは？】40 代「快適さ」と回答も、50 代・60 代は「老後の備え（介護脱毛）」が最多

■①【20代・30代と比べて感じる「身体の変化」とは？ 各世代のトップ3】40代：①体力・筋力の低下 ②同率で体調・視力の低下 / 50代：①視力の低下 ②体力・筋力の低下 ③肌 / 60代：①体力・筋力の低下 ②視力の低下 ③肌

◎「肌の変化」50代・60代になると半数以上（ともに52.3%）が感じていることが判明

◎40代女性の4割（40.9%）が「ホルモンバランス」に変化を感じている（50代 32.3% 60代 14.5%）

◎40代「デリケートゾーンのトラブル」、5人に1人が感じている

■質問／20代・30代と比べ、ご自身の身体で「変化」を感じていることは何ですか？（複数回答）

体力・筋力の低下	40代	58.2%	50代	62.3%	60代	66.4%
体調	40代	50.5%	50代	45.5%	60代	38.2%
視力の低下	40代	50.5%	50代	62.7%	60代	58.2%
肌（顔・身体）	40代	44.5%	50代	52.3%	60代	52.3%
ホルモンバランス	40代	40.9%	50代	32.3%	60代	14.5%
体重の増減	40代	38.2%	50代	35.0%	60代	31.4%
物忘れ	40代	33.6%	50代	45.9%	60代	41.4%
冷え	40代	30.9%	50代	29.1%	60代	26.8%
メンタル	40代	25.5%	50代	27.3%	60代	15.9%
歯や口腔内の機能低下	40代	24.5%	50代	33.2%	60代	38.2%
不眠	40代	23.6%	50代	32.3%	60代	30.9%
デリケートゾーンのトラブル	40代	22.3%	50代	20.0%	60代	15.5%
薄毛	40代	15.9%	50代	21.4%	60代	27.7%
食欲の低下	40代	12.7%	50代	11.8%	60代	14.5%
変化を感じていない	40代	10.0%	50代	5.0%	60代	4.1%

リゼ R I Z E					
■20代・30代と比べ、ご自身の身体で「変化」を感じていることは何ですか？（複数回答）					
40代		50代		60代	
1	体力・筋力の低下 58.2%	視力の低下 62.7%	体力・筋力の低下 66.4%	視力の低下 58.2%	体力・筋力の低下 66.4%
2	体調 50.5%	体力・筋力の低下 62.3%	視力の低下 58.2%	視力の低下 58.2%	視力の低下 58.2%
3	視力の低下 50.5%	肌（顔・身体） 52.3%	肌（顔・身体） 52.3%	肌（顔・身体） 52.3%	肌（顔・身体） 52.3%
4	肌（顔・身体） 44.5%	物忘れ 45.9%	物忘れ 41.4%	物忘れ 41.4%	物忘れ 41.4%
5	ホルモンバランス 40.9%	体調 45.5%	体調 38.2%	体調 38.2%	体調 38.2%
6	体重の増減 38.2%	体重の増減 35.0%	歯や口腔内の機能低下 38.2%	歯や口腔内の機能低下 38.2%	歯や口腔内の機能低下 38.2%
7	物忘れ 33.6%	歯や口腔内の機能低下 33.2%	体重の増減 31.4%	体重の増減 31.4%	体重の増減 31.4%
8	冷え 30.9%	不眠 32.3%	不眠 30.9%	不眠 30.9%	不眠 30.9%
9	メンタル 25.5%	ホルモンバランス 32.3%	薄毛 27.7%	薄毛 27.7%	薄毛 27.7%
10	歯や口腔内の機能低下 24.5%	冷え 29.1%	冷え 26.8%	冷え 26.8%	冷え 26.8%
11	不眠 23.6%	メンタル 27.3%	メンタル 15.9%	メンタル 15.9%	メンタル 15.9%
12	デリケートゾーンのトラブル 22.3%	薄毛 21.4%	デリケートゾーンのトラブル 15.5%	デリケートゾーンのトラブル 15.5%	デリケートゾーンのトラブル 15.5%
13	薄毛 15.9%	デリケートゾーンのトラブル 20.0%	食欲の低下 14.5%	食欲の低下 14.5%	食欲の低下 14.5%
14	食欲の低下 12.7%	食欲の低下 11.8%	ホルモンバランス 14.5%	ホルモンバランス 14.5%	ホルモンバランス 14.5%
15	変化を感じていない 10.0%	変化を感じていない 5.0%	変化を感じていない 4.1%	変化を感じていない 4.1%	変化を感じていない 4.1%

■②【「今後の人生」をより充実させるために必要なものとは？】①健康・体力 ②ひとりの時間 ③貯金

◎【各世代トップ3に「ひとりの時間」がランクイン】40代：2位（68.2%）、50代：3位（61.4%）、60代：2位（66.8%）

◎40代女性は「友人」より「パートナー」の必要性を感じる一方で、50代60代になると「パートナー」よりも「友人」を優先する人が多数

◎「美容」「ファッション」「仕事」と回答は40代が最多

■質問／ご自身の今後の人生をより充実させるために必要なことは何ですか？（複数回答）

健康・体力	40代	68.6%	50代	70.0%	60代	74.1%
ひとりの時間	40代	68.2%	50代	61.4%	60代	66.8%
貯金	40代	65.5%	50代	68.6%	60代	65.9%
食生活	40代	55.0%	50代	50.9%	60代	65.5%
趣味	40代	52.7%	50代	52.3%	60代	59.1%
家族	40代	43.6%	50代	40.9%	60代	55.0%
旅行	40代	42.3%	50代	35.5%	60代	43.6%
資産形成	40代	34.1%	50代	34.1%	60代	24.1%
パートナー	40代	33.6%	50代	33.6%	60代	35.0%
友人	40代	33.2%	50代	36.8%	60代	46.4%
仕事	40代	32.7%	50代	26.8%	60代	16.8%
美容	40代	31.4%	50代	31.4%	60代	18.6%
ファッション	40代	24.5%	50代	17.3%	60代	14.5%
習い事	40代	18.6%	50代	10.9%	60代	12.3%
恋愛	40代	5.5%	50代	5.5%	60代	0.9%
卒婚	40代	2.7%	50代	4.5%	60代	3.6%
必要な物・ことはない	40代	2.7%	50代	2.7%	60代	1.8%
離婚	40代	1.8%	50代	1.4%	60代	0.0%



■ご自身の今後の人生をより充実させるために必要なことは何ですか？（複数回答）

	40代	50代	60代
1	健康・体力 68.6%	健康・体力 70.0%	健康・体力 74.1%
2	ひとりの時間 68.2%	貯金 68.6%	ひとりの時間 66.8%
3	貯金 65.5%	ひとりの時間 61.4%	貯金 65.9%
4	食生活 55.0%	趣味 52.3%	食生活 65.5%
5	趣味 52.7%	食生活 50.9%	趣味 59.1%
6	家族 43.6%	家族 40.9%	家族 55.0%
7	旅行 42.3%	友人 36.8%	友人 46.4%
8	資産形成 34.1%	旅行 35.5%	旅行 43.6%
9	パートナー 33.6%	資産形成 34.1%	パートナー 35.0%
10	友人 33.2%	パートナー 33.6%	資産形成 24.1%
11	仕事 32.7%	美容 31.4%	美容 18.6%
12	美容 31.4%	仕事 26.8%	仕事 16.8%
13	ファッション 24.5%	ファッション 17.3%	ファッション 14.5%
14	習い事 18.6%	習い事 10.9%	習い事 12.3%
15	恋愛 5.5%	恋愛 5.5%	卒婚 3.6%
16	卒婚 2.7%	卒婚 4.5%	必要な物・ことはない 1.8%
17	必要な物・ことはない 2.7%	必要な物・ことはない 2.7%	恋愛 0.9%
18	離婚 1.8%	離婚 1.4%	離婚 0.0%

■③【関心が高い美容】40～60代共通・全世代の最多回答に「バランスの良い食事」、次点に「運動」が続く

◎40代50代は3位に「美容医療」がランクイン

◎「脱毛への関心」40代が最多（20.5%）に

◎「歯のホワイトニング」「膣ケア」「バストケア」も40代の関心が高い結果に

■質問／現在、関心が高い美容は何ですか？（複数回答）

バランスの良い食事	40代	60.9%	50代	50.5%	60代	62.7%
運動	40代	49.5%	50代	41.4%	60代	47.7%
美容医療	40代	30.5%	50代	24.1%	60代	14.5%
歯のホワイトニング	40代	27.3%	50代	23.6%	60代	17.7%

頭皮・頭髮ケア	40 代	24.5%	50 代	22.7%	60 代	29.1%
サプリの摂取	40 代	23.6%	50 代	20.9%	60 代	16.8%
とくになし	40 代	20.9%	50 代	20.5%	60 代	19.1%
脱毛	40 代	20.5%	50 代	12.7%	60 代	2.7%
サウナ	40 代	8.6%	50 代	10.5%	60 代	7.3%
膣ケア	40 代	6.8%	50 代	2.3%	60 代	0.9%
バストケア	40 代	6.4%	50 代	2.3%	60 代	0.9%

■現在、関心の高い美容は何ですか？（複数回答）

	40代	50代	60代
1 バランスの良い食事	60.9%	50.5%	62.7%
2 運動	49.5%	41.4%	47.7%
3 美容医療	30.5%	24.1%	29.1%
4 歯のホワイトニング	27.3%	23.6%	19.1%
5 頭皮・頭髮ケア	24.5%	22.7%	17.7%
6 サプリの摂取	23.6%	20.9%	16.8%
7 とくになし	20.9%	20.5%	14.5%
8 脱毛	20.5%	12.7%	7.3%
9 サウナ	8.6%	10.5%	2.7%
10 膣ケア	6.8%	2.3%	0.9%
11 バストケア	6.4%	2.3%	0.9%

■④【VIO 脱毛の利点とは？】40 代女性「快適さ」と回答も、50 代・60 代は「老後の備え（介護脱毛）」が最多に

◎「アンダーヘア脱毛」のメリット、実用性を重視か

◎「脱毛に興味がない」と回答、40 代は 17.3%に留まる

■質問／『アンダーヘア脱毛』をする場合、どのようなメリットを求めますか？（複数回答）

日常生活の快適さ	40 代	46.8%	50 代	32.7%	60 代	17.3%
生理時の不快感の軽減	40 代	42.7%	50 代	5.5%	60 代	0.5%
老後の備えとして（介護脱毛）	40 代	40.0%	50 代	40.5%	60 代	28.6%
自己処理の手間・煩わしさが省ける	40 代	34.5%	50 代	23.6%	60 代	12.7%
見た目のキレイさ	40 代	27.7%	50 代	15.5%	60 代	9.1%
自己処理による肌トラブルの軽減	40 代	23.2%	50 代	15.9%	60 代	9.5%
よりオシャレを楽しむ	40 代	13.2%	50 代	8.6%	60 代	6.4%
フェムゾーンケア	40 代	6.8%	50 代	4.1%	60 代	2.3%
夜の営みを楽しむ	40 代	5.9%	50 代	0.5%	60 代	0.9%

脱毛に興味がない	40 代	17.3%	50 代	30.5%	60 代	47.3%
----------	------	-------	------	-------	------	-------

■『アンダーヘア脱毛』をする場合、どのようなメリットを求めますか？（複数回答）

	40代	50代	60代
1 日常生活の快適さ	46.8%	老後の備えとして（介護脱毛） 40.5%	老後の備えとして（介護脱毛） 28.6%
2 生理時の不快感の軽減	42.7%	日常生活の快適さ 32.7%	日常生活の快適さ 17.3%
3 老後の備えとして（介護脱毛）	40.0%	自己処理の手間・煩わしさが省ける 23.6%	自己処理の手間・煩わしさが省ける 12.7%
4 自己処理の手間・煩わしさが省ける	34.5%	自己処理による肌トラブルの軽減 15.9%	自己処理による肌トラブルの軽減 9.5%
5 見た目のキレイさ	27.7%	見た目のキレイさ 15.5%	見た目のキレイさ 9.1%
6 自己処理による肌トラブルの軽減	23.2%	よりオシャレを楽しむ 8.6%	よりオシャレを楽しむ 6.4%
7 よりオシャレを楽しむ	13.2%	生理時の不快感の軽減 5.5%	フェムゾーンケア 2.3%
8 フェムゾーンケア	6.8%	フェムゾーンケア 4.1%	夜の営みを楽しむ 0.9%
9 夜の営みを楽しむ	5.9%	夜の営みを楽しむ 0.5%	生理時の不快感の軽減 0.5%
脱毛に興味がない	17.3%	脱毛に興味がない 30.5%	脱毛に興味がない 47.3%

■マチュア世代から始める VIO（アンダーヘア）脱毛のメリットとは？／医師が解説

●1：日常生活の快適さ

VIO ゾーンは非常に雑菌が繁殖しやすく、この繁殖した雑菌から気になるニオイが発生します。
毛の処理を行うことで雑菌の温床をなくし、通気性も高まることで VIO ゾーンのニオイを軽減することが期待できます。

●2：老後の備え（介護脱毛）

近年の最新脱毛トレンドとして注目を浴びる『介護脱毛』。『介護脱毛』とは、将来、自分が介護される立場になったことを想定し、その準備としてあらかじめデリケートゾーンの脱毛を行うことを指します。

【①陰部の炎症や感染症を防ぐ ②オムツ交換の際のニオイを軽減 ③介護者の清拭が楽に】などのメリットがあります。

●3：おしゃれを楽しむ

完全に脱毛（ハイジニーナ）を行うことはもちろん、患者さま 1 人 1 人のご要望に合わせ、「薄くする（毛量・密度を減らす）」「形を整える」などのデザイン脱毛も可能。

アンダーヘアの毛を気にすることなく、水着などのオシャレを楽しむことができます。

●4：美肌効果

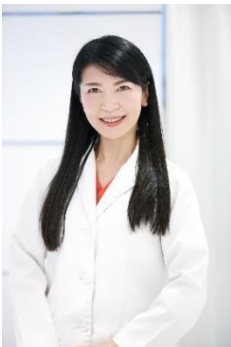
自己処理をしている限り、毛はずっと生え続けます。自己処理を頻繁にすると、だんだん肌がかたくなったり黒ずみの原因にもなりやすいので、なるべく早めの時期に、医療機関などでの脱毛をすることを考えてみるのがよいと思います。プロの手に任せて脱毛をする際の最大のメリットは自己処理が楽になり、美肌効果があるということです。

脱毛をして自己処理の頻度が少なくなるだけで、自己処理で黒ずんでしまった肌も少しずつ元の肌色に戻り、肌の状態もよくなります。

●5：不快感の軽減

汗や生理時の出血などで非常に蒸れやすくデリケートな部位である VIO ゾーンは、常に下着も身につけているため、他の部位に比べ非常に雑菌が繁殖しやすくなっている部位でもあります。

雑菌の温床となる毛の処理を行うことで、デリケートな VIO ゾーンを清潔に保ちやすくなります。



■リゼクリニック新宿院院長 大地まさ代医師（おおち まさよ）

- ・近畿大学医学部卒業、近畿大学病院 呼吸器・アレルギー内科勤務
- ・東京都 入都
- ・リゼクリニック新宿院 院長就任 ※大地医師へのインタビュー取材も承っております。

<取材でお答えできること>

- ・「クリニックでの医療脱毛」と「エステティックサロンでの光脱毛（フラッシュ脱毛）」の違い
- ・「介護脱毛」「妊活脱毛」「アスリート脱毛」のメリット
- ・脱毛の正しい知識 ほか

全国で 24 院展開している医療脱毛専門院『リゼクリニック』

■全国 24 院展開の医療脱毛専門院『リゼクリニック』

- ・診療科目：美容皮膚科（医療脱毛専門）
- ・診療時間：10:00～20:00（不定休、予約制）

※提携院は各院に準ずる ※男性は、男性専門の医療脱毛専門院『メンズリゼ』がございませう。



本リリースに関するお問い合わせ先



広報：伊藤・有堀・下谷 pr@rizeclinic.com

《美容皮膚科リゼクリニック／医療法人社団風林会》

〒169-0072 東京都新宿区大久保 2-4-12 新宿ラムダックスビル 8F

TEL:03-5155-6535／FAX:03-5155-2969

<http://www.rizeclinic.com/>