

# 「顔の老化」印象を決定づける最も重要なパーツは“目元”

## 【世代別】女性が気になる！自分／他人の顔で「老い（年齢）」を感じる部分ワースト3発表

◎「自分の顔」ワースト3 / ①目元 (56.7%) ②ほうれい線 (53.2%) ③輪郭 (28.6%)

◎「他人の顔」ワースト3 / ①目元 (69.2%) ②ほうれい線 (67.9%) ③口元 (40.2%)

誰もが年を重ねていく中で鏡や写真で自分の顔にあるシワやシミ、たるみを見つけ「あれ、老けたかも…?」と感じることはありませんか? また、他人に対してもある時ふと「あれ、この人老けた…?」と感じることもしばしば。しかしながら「歳のせいだから仕方がない」と諦めてしまっている方も多いのではないのでしょうか。そこで美容外科『東京イセアクリニック』(医療法人社団心継会/東京都新宿区)は、2018年2月26日~28



日の3日間、全国の20~60代女性455名を対象に【世代別／女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】アンケート調査を実施(インターネット調査)。「目元の悩みのランキング」ほか各世代・女性の「加齢に伴う顔の悩み」を徹底調査しました。別紙では同院総院長の吉種克之医師が医学的根拠に基づき【目元ケア】について解説します。

### ◆【世代別／女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】アンケート調査概要(詳細は別紙参照)

#### ◆①【「他人の顔」で、老いを感じる部分は?】7割が『目元』と回答!次点に『ほうれい線』が続く

◎【ワースト3】①目元(69.2%) ②ほうれい線(67.9%) ③口元(40.2%)

◎女性は他人の「目元」や「ほうれい線」で老いを感じる事が判明。

◎「口元」は年齢を重ねるごとに増加、他人の口元が気になる結果に

#### ◆②【「自分の顔」で、老いを感じる部分は?】第1位に『目元(56.7%)』、次点に『ほうれい線』、『輪郭』と続く

◎【ワースト3】①目元(56.7%) ②ほうれい線(53.2%) ③輪郭(28.6%)

◎「首」を気にする女性は年齢を重ねるごとに増加、20代と60代の差は【32.4ポイント】!

#### ◆③【世代別／目元の悩みは?】20代~40代の1位「目の下のクマ」、50代~60代の1位「目の下のたるみ」

◎各世代・女性の「目元の悩み」ワースト3

【20代】①目の下のクマ(46.6%) ②目もとの黒ずみ(20.5%) ③まつげの長さ・毛量(17.0%)

【30代】①目の下のクマ(47.9%) ②目もとのシミ(35.1%) ③目の下のシワ(20.2%)

【40代】①目の下のクマ(37.6%) ②目の下のシワ(29.0%) ③目もとのシミ(28.0%)

【50代】①目の下のたるみ(35.2%) ②目の下のクマ(31.9%) ③目の下のシワ(30.8%)

【60代】①目の下のたるみ(32.6%) ②目じりのシワ(31.5%) ③上まぶたのたるみ(22.5%)

#### ◆④目元を気にする人が多い中、半数以上の女性「特に特別な目元ケアはしていない」(55.8%)

◎【目元専用のアイクリームや美容液】を使用している女性は(16.3%)にとどまる結果に

#### ◆⑤「素敵な年の重ね方をしている憧れの女性有名人・タレント」第1位に【吉永小百合さん】

◎全体/①吉永小百合さん ②天海祐希さん ③石田ゆり子さん

・20代/①石田ゆり子さん ②天海祐希さん ③真矢みきさん

・30代/①石田ゆり子さん ②天海祐希さん ③吉田羊さん

・40代/①天海祐希さん ②吉永小百合さん ③黒木瞳さん

・50代/①吉永小百合さん ②天海祐希さん ③夏木マリさん

・60代/①吉永小百合さん ②夏木マリさん ③八千草薫さん

●調査主体:美容外科『東京イセアクリニック』調べ ※当データ使用の際は、左記クレジット記載をお願いいたします

●対象期間:2018年2月26日~28日の3日間(インターネット調査)

◆【世代別／女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】アンケート調査】

◆①【『他人の顔』で、老いを感じる部分は？】7割が『目元』と回答！次点に『ほうれい線』が続く

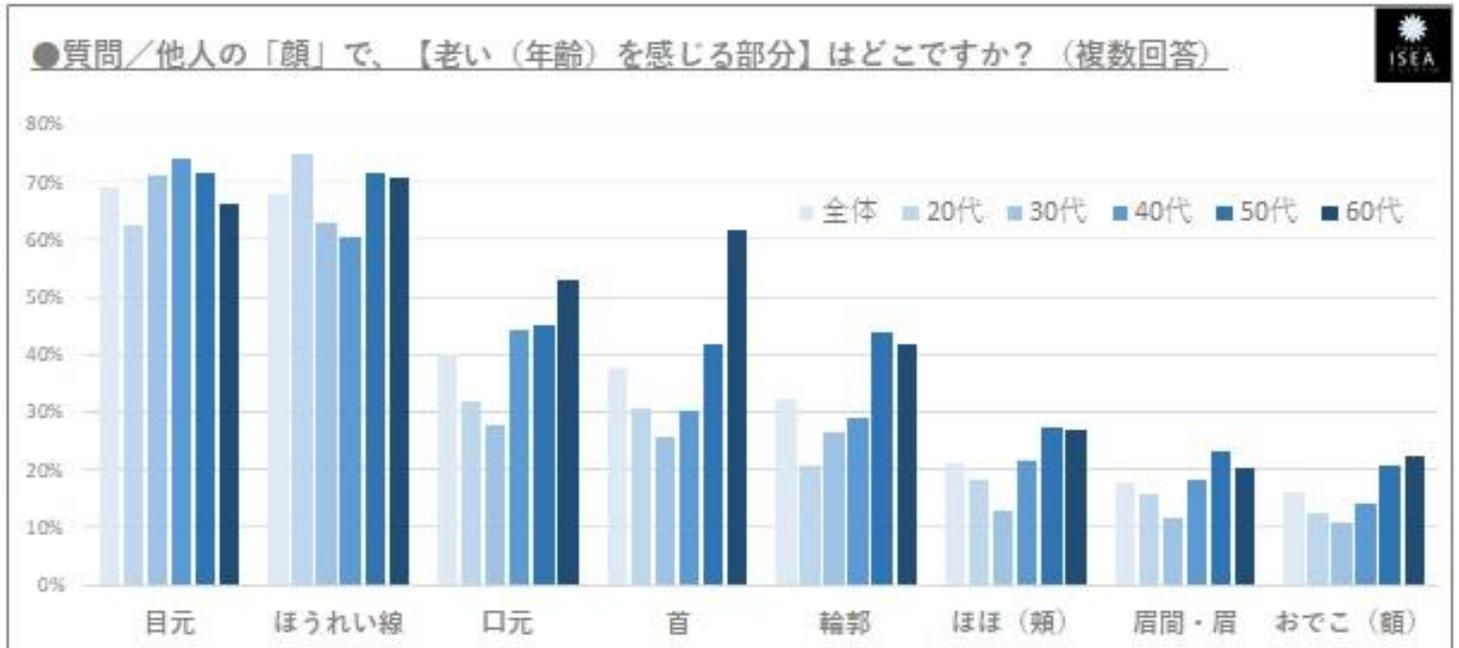
◎【ワースト3】①目元（69.2%）②ほうれい線（67.9%）③口元（40.2%）

◎「目元」や「ほうれい線」で他人の老いを感じていることが判明

◎「口元」は、年齢を重ねるごとに増加、他人の口元が気になる結果に

●質問／他人（第三者）の「顔」で【老い（年齢）を感じる部分】はどこですか？（複数回答）

①目元	69.2%	【20代62.5%、30代71.3%、40代74.2%、50代71.4%、60代66.3%】
②ほうれい線	67.9%	【20代75.0%、30代62.8%、40代60.2%、50代71.4%、60代70.8%】
③口元	40.2%	【20代31.8%、30代27.7%、40代44.1%、50代45.1%、60代52.8%】
④首	37.8%	【20代30.7%、30代25.5%、40代30.1%、50代41.8%、60代61.8%】
⑤輪郭	32.3%	【20代20.5%、30代26.6%、40代29.0%、50代44.0%、60代41.6%】
⑥ほほ（頬）	21.3%	【20代18.2%、30代12.8%、40代21.5%、50代27.5%、60代27.0%】
⑦眉間・眉	17.8%	【20代15.9%、30代11.7%、40代18.3%、50代23.1%、60代20.2%】
⑧おでこ（額）	16.0%	【20代12.5%、30代10.6%、40代14.0%、50代20.9%、60代22.5%】



◆②【『自分の顔』で、老いを感じる部分は？】第1位に『目元（56.7%）』、次点に『ほうれい線』、『輪郭』と続く

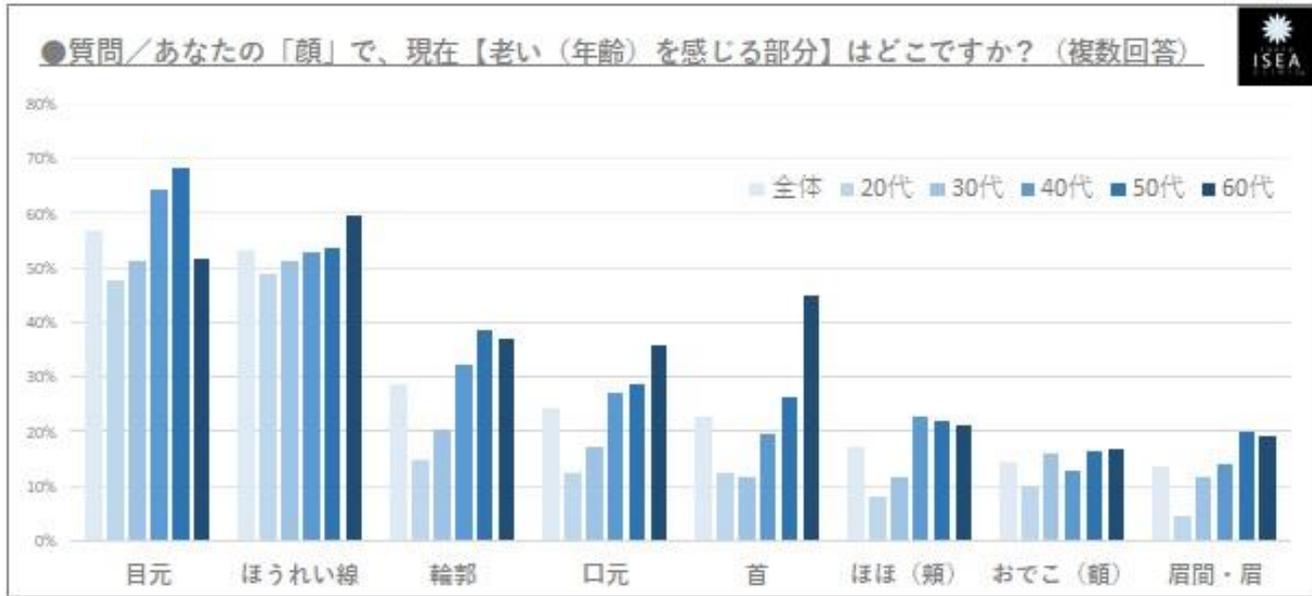
◎【ワースト3】①目元（56.7%）②ほうれい線（53.2%）③輪郭（28.6%）

◎「首」を気にする女性は年齢を重ねるごとに増加、20代と60代の差は【32.4ポイント】！

●質問／あなたの「顔」で、現在【老い（年齢）を感じる部分】はどこですか？（複数回答）

①目元	56.7%	【20代47.7%、30代51.1%、40代64.5%、50代68.1%、60代51.7%】
②ほうれい線	53.2%	【20代48.9%、30代51.1%、40代52.7%、50代53.8%、60代59.6%】
③輪郭	28.6%	【20代14.8%、30代20.2%、40代32.3%、50代38.5%、60代37.1%】
④口元	24.2%	【20代12.5%、30代17.0%、40代26.9%、50代28.6%、60代36.0%】
⑤首	22.9%	【20代12.5%、30代11.7%、40代19.4%、50代26.4%、60代44.9%】
⑥ほほ（頬）	17.1%	【20代8.0%、30代11.7%、40代22.6%、50代22.0%、60代21.3%】
⑦おでこ（額）	14.5%	【20代10.2%、30代16.0%、40代12.9%、50代16.5%、60代16.9%】
⑧眉間・眉	13.8%	【20代4.5%、30代11.7%、40代14.0%、50代19.8%、60代19.1%】

◆【世代別／女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】アンケート調査】



◆③【世代別／目元の悩みは？】20代～40代の1位「目の下のクマ」、50代～60代の1位「目の下のたるみ」

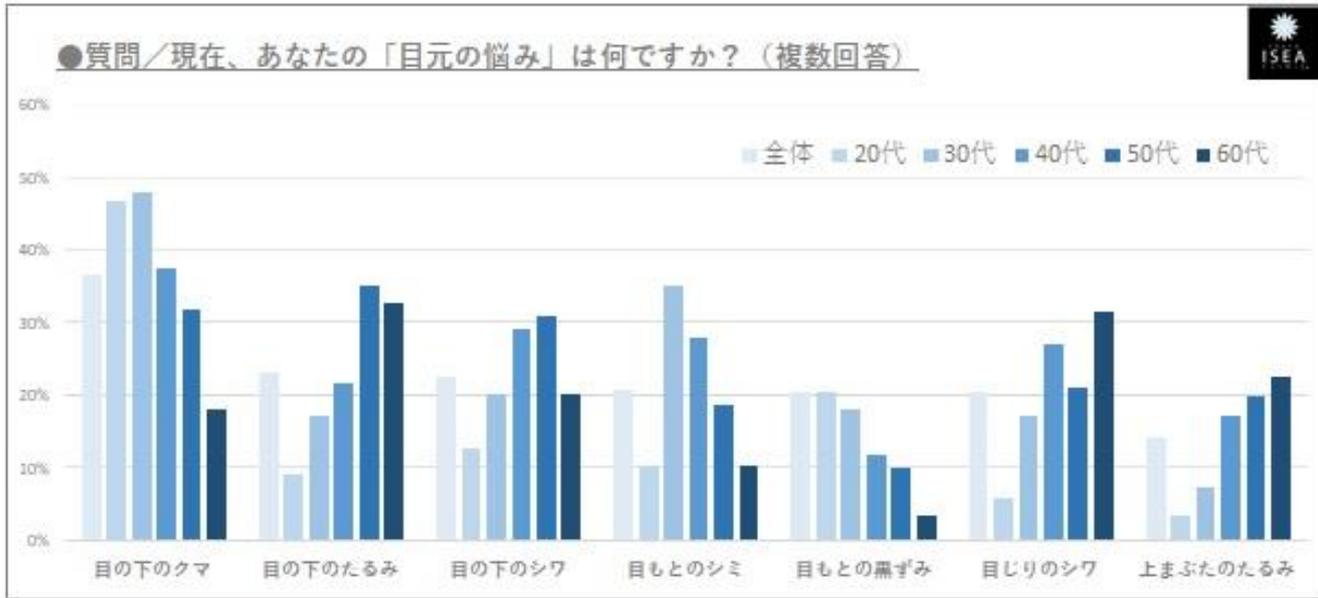
◎各世代・女性の「目元の悩み」ワースト3

- 【20代】①目の下のクマ（46.6%） ②目もとの黒ずみ（20.5%） ③まつげの長さ・毛量（17.0%）
- 【30代】①目の下のクマ（47.9%） ②目もとのシミ（35.1%） ③目の下のシワ（20.2%）
- 【40代】①目の下のクマ（37.6%） ②目の下のシワ（29.0%） ③目もとのシミ（28.0%）
- 【50代】①目の下のたるみ（35.2%） ②目の下のクマ（31.9%） ③目の下のシワ（30.8%）
- 【60代】①目の下のたるみ（32.6%） ②目じりのシワ（31.5%） ③上まぶたのたるみ（22.5%）

●質問／現在、あなたの「目元の悩み」は何ですか？（複数回答）

・目の下のクマ	36.5%	【20代 46.6%、30代 47.9%、40代 37.6%、50代 31.9%、60代 18.0%】
・目の下のたるみ	23.1%	【20代 9.1%、30代 17.0%、40代 21.5%、50代 35.2%、60代 32.6%】
・目の下のシワ	22.6%	【20代 12.5%、30代 20.2%、40代 29.0%、50代 30.8%、60代 20.2%】
・目もとのシミ	20.7%	【20代 10.2%、30代 35.1%、40代 28.0%、50代 18.7%、60代 10.1%】
・目もとの黒ずみ	20.5%	【20代 20.5%、30代 18.1%、40代 11.8%、50代 9.9%、60代 3.4%】
・目じりのシワ	20.4%	【20代 5.7%、30代 17.0%、40代 26.9%、50代 20.9%、60代 31.5%】
・上まぶたのたるみ	14.1%	【20代 3.4%、30代 7.4%、40代 17.2%、50代 19.8%、60代 22.5%】
・目もとのくすみ	13.6%	【20代 14.8%、30代 13.8%、40代 14.0%、50代 17.6%、60代 7.9%】
・まつげの長さ・毛量	10.8%	【20代 17.0%、30代 7.4%、40代 9.7%、50代 7.7%、60代 12.4%】
・目の下のふくらみ	9.9%	【20代 6.8%、30代 6.4%、40代 6.5%、50代 13.2%、60代 16.9%】
・目もとの乾燥	8.8%	【20代 12.5%、30代 9.6%、40代 16.1%、50代 4.4%、60代 1.1%】
・目じりの下がり	7.7%	【20代 2.3%、30代 5.3%、40代 5.4%、50代 9.9%、60代 15.7%】
・奥二重のまぶた	7.0%	【20代 11.1%、30代 8.5%、40代 6.5%、50代 6.6%、60代 2.2%】
・目もとのむくみ	6.6%	【20代 5.7%、30代 11.7%、40代 5.4%、50代 6.6%、60代 3.4%】
・肝斑（かんぱん）	6.4%	【20代 1.1%、30代 4.3%、40代 12.9%、50代 6.6%、60代 6.7%】
・まゆげの形・毛量	6.2%	【20代 9.1%、30代 5.3%、40代 6.5%、50代 2.2%、60代 7.9%】
・目がくぼんでいる	5.5%	【20代 0%、30代 8.5%、40代 10.8%、50代 4.4%、60代 3.4%】
・涙袋がない	5.3%	【20代 11.4%、30代 3.2%、40代 5.4%、50代 3.3%、60代 3.4%】
・一重まぶた	4.6%	【20代 3.4%、30代 3.2%、40代 4.3%、50代 7.7%、60代 4.5%】
・たれ目	3.1%	【20代 1.1%、30代 2.1%、40代 4.3%、50代 3.3%、60代 4.5%】
・眉間のシワ	2.7%	【20代 4.5%、30代 11.7%、40代 14.0%、50代 17.6%、60代 15.7%】
・気になる点はない	7.5%	【20代 9.1%、30代 7.4%、40代 6.5%、50代 4.4%、60代 10.1%】

◆【世代別／女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】アンケート調査】



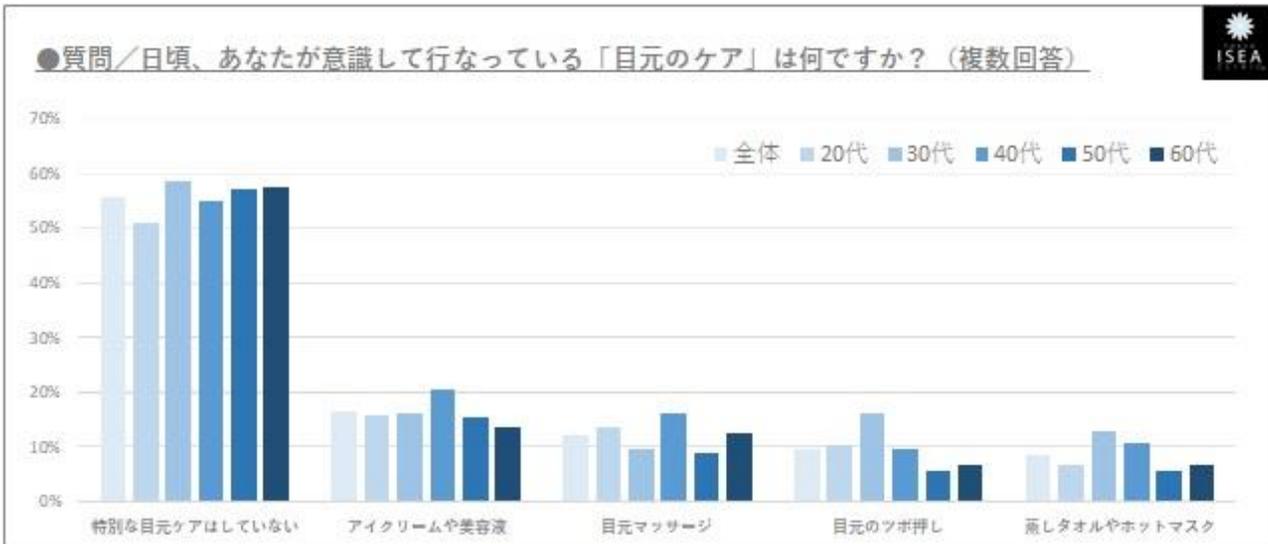
◆④【目元ケア】第1位「とくに特別な目元ケアはしていない（55.8%）」

◎目元を気にする人が多い中で、半数以上の女性「とくに特別な目元ケアはしていない」（55.8%）

◎【目元専用のアイクリームや美容液】を使用している女性は（16.3%）にとどまる結果に

●質問／日頃、あなたが意識して行なっている「目元のケア」は何ですか？（複数回答）

①とくに特別な目元ケアはしていない	55.8%	【20代 51.1%、30代 58.5%、40代 54.8%、50代 57.1%、60代 57.3%】
②目元専用のアイクリームや美容液	16.3%	【20代 15.9%、30代 16.0%、40代 20.4%、50代 15.4%、60代 13.5%】
③目元のマッサージ	12.1%	【20代 13.6%、30代 9.6%、40代 16.1%、50代 8.8%、60代 12.4%】
④目元のツボ押し	9.7%	【20代 10.2%、30代 16.0%、40代 9.7%、50代 5.5%、60代 6.7%】
⑤蒸しタオルや目元専用のホットマスク	8.6%	【20代 6.8%、30代 12.8%、40代 10.8%、50代 5.5%、60代 6.7%】
⑥食生活の改善	5.1%	【20代 5.7%、30代 3.2%、40代 6.5%、50代 7.7%、60代 2.2%】
⑦サプリメントの摂取	4.6%	【20代 1.1%、30代 3.2%、40代 4.3%、50代 7.7%、60代 6.7%】
⑧目元に刺激を与えない洗顔	4.0%	【20代 5.7%、30代 2.1%、40代 5.4%、50代 4.4%、60代 2.2%】
⑧目元のエクササイズ（目の体操）	4.0%	【20代 3.4%、30代 4.3%、40代 6.5%、50代 4.4%、60代 1.1%】
⑩目元のための紫外線や乾燥対策	3.1%	【20代 1.1%、30代 1.1%、40代 4.3%、50代 5.5%、60代 3.4%】
⑪専門の医療機関を利用	2.2%	【20代 2.3%、30代 2.1%、40代 4.3%、50代 1.1%、60代 1.1%】
⑫パソコン等の電気機器を控える	1.5%	【20代 2.3%、30代 1.1%、40代 2.2%、50代 1.1%、60代 1.1%】



◆⑤「素敵な年の重ね方をしている憧れの女性有名人・タレント」第1位に【吉永小百合さん】

●質問／「素敵な年の重ね方をしている憧れの女性有名人・タレント」と聞いて、真っ先にだれを思い浮かべますか？

- ◎ 全体／①吉永小百合さん ②天海祐希さん ③石田ゆり子さん
- ・ 20代／①石田ゆり子さん ②天海祐希さん ③篠原涼子さん
- ・ 30代／①石田ゆり子さん ②天海祐希さん ③篠原涼子さん
- ・ 40代／①天海祐希さん ②吉永小百合さん ③黒木瞳さん
- ・ 50代／①吉永小百合さん ②天海祐希さん ③夏木マリさん
- ・ 60代／①吉永小百合さん ②夏木マリさん ③八千草薫さん

◆東京イセアクリニック 総院長／吉種克之より【目元ケア】について解説

今回調査した【世代別・女性が気になる「自分／他人が老けたと感じる顔の部分・悩み」】(美容外科「東京イセアクリニック」調べ)をみると、「他人の顔」「自分の顔」ともに【老いを感じる部分】は、第1位が「目元」、次点に「ほうれい線」と続く結果になりました。

特に「他人の顔で老いを感じる部分」として7割の女性が「目元(69.2%)」と回答していますが、実際に人はまず「他人の目元」を見ます。

そのため【顔の印象を決定している最も重要なパーツは「目元である」と言っても過言ではありません。



他部位と比較すると「目元」は皮膚が薄く、また調査の通り目元のシワやシミ、たるみなどは人目につきやすく、老けた印象を与えやすいパーツと言えます。日頃から、保湿を心掛け乾燥に注意し、日焼けにも注意が必要です。

ケアの方法としては目元のマッサージや目周りの筋力トレーニングを行うのも効果的ですが、目の擦り過ぎは厳禁です。摩擦により色素沈着やシミ、たるみの原因になります。目に負担をかけない正しい方法で行なうように心がけましょう。

◎参考ページ：『目の下のクマ、たるみ治療』 <http://www.tokyoisea.com/undereye/>

◎【吉種克之 プロフィール】東京医科大学 卒業。卒業後、昭和大学形成外科にて外科、整形外科、麻酔科での研修を行なった後、大学関連病院にて形成外科、美容外科の研修、大手美容外科クリニックの理事、指導医、診察部長を経て、2010年に東京イセアクリニック 診療部長に就任。現在、イセアクリニックの総院長ならびに同院の美容外科部長、銀座院院長を兼任する。

所属学会／日本形成外科学会 認定専門医、日本美容外科学会 認定専門医

◎吉種克之ドクター プロフィールページ <http://www.tokyoisea.com/doctor/yoshitane/>

◎吉種克之ドクター プロフィール動画 <https://www.youtube.com/watch?v=vXO7xhaWtCQ>

◆美容外科『東京イセアクリニック』銀座院 (医療法人社団心継会)

◎東京都中央区銀座 6-2-3 Daiwa 銀座アネックス 3F)

◎予約専門無料ダイヤル : 0120-963-866

◎診療時間 : 11:00~20:00 (不定休、予約制)



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

【東京イセアクリニック／医療法人社団心継会】 <http://www.tokyoisea.com/>

広報部：天野大輝・下谷弥生 [pr@junikai.or.jp](mailto:pr@junikai.or.jp)

〒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