

【50代女性の体型とファッションの変化についての実態調査】

20、30代の頃と比較して体型が変化したと思う50代女性は8割超え  
体型変化によりファッションを楽しむことが難しくなった人も8割近くに

## 具体的な体型変化1位は「下腹が出るようになった」 着にくくなったアイテム1位は「スカート」

一方で、今後ファッションを楽しんでいきたいと思う人は6割以上にも及ぶ

パーソナルスタイリングサービス「DROBE（ドローブ）」を展開している株式会社DROBE（代表取締役 CEO：山敷守）は、全国の50代の女性400人を対象に「体型とファッションの変化についての実態調査」を行いました。

今回の調査では多くの人々が体型の変化を実感しており、体型の変化や年齢を重ねたことで、ファッション選びも難しいと感じている人が多いことが明らかになりました。

### 【主な調査トピックス】

- ◆20、30代の頃と比較して体型が変化したと思う人は8割超え
  - 変化に気がついたきっかけ1位は「いつも着ていたサイズの服が着れなくなった」
  - 2位は「鏡やショーウィンドウに映った自分の姿をふと見て」
- ◆具体的に感じる体型の変化1位は「下腹が出るようになった」  
着にくくなったアイテムの1位は「スカート」でお腹周りの悩みが強い結果に
  - 体型変化により、ファッションを楽しむことが難しくなったと思う人は約8割
- ◆体型の変化の有無に関わらずファッションアイテムや店舗選びで悩む人が多く理由の1位は「自分に似合う服がわからなくなった」  
2位は「自分の年齢に適したブランドが少なく（わからなく）なった」
  - 今の自分に適しているファッションができていないと感じる人は6割近く
- ◆悩みを抱える人が多い一方で、今後ファッションを楽しんでいきたいという人は6割以上
  - 歳を重ねたからこそ似合うと感じるアイテムがある人は5人に1人

### 【調査概要】

調査名 : 体型とファッションの変化についての実態調査  
エリア : 全国  
調査対象 : 50代の女性  
サンプル数 : 400名  
調査期間 : 2023年12月28日（木）  
調査方法 : インターネット調査

※本調査を活用する際は、必ず「DROBE」調べと記載ください。

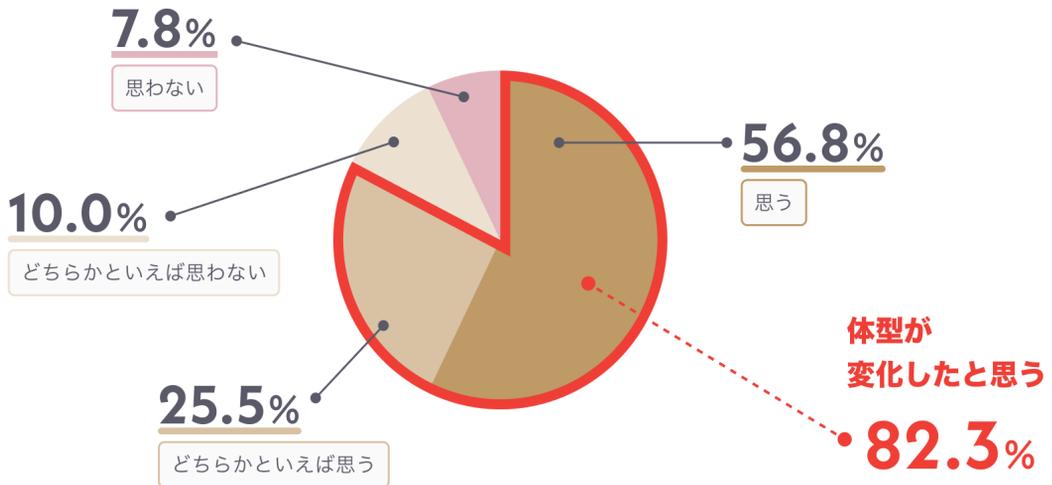
※調査結果のパーセンテージは、小数点以下第2位を四捨五入しているため、総数と内訳の合計が一致しないことがあります。

## 【調査項目詳細】

- ◆ 20、30代の頃と比較して体型が変化したと思う人は8割超え  
変化に気がついたきっかけ1位は「いつも着ていたサイズの服が着れなくなった」  
2位は「鏡やショーウィンドウに映った自分の姿をふと見て」

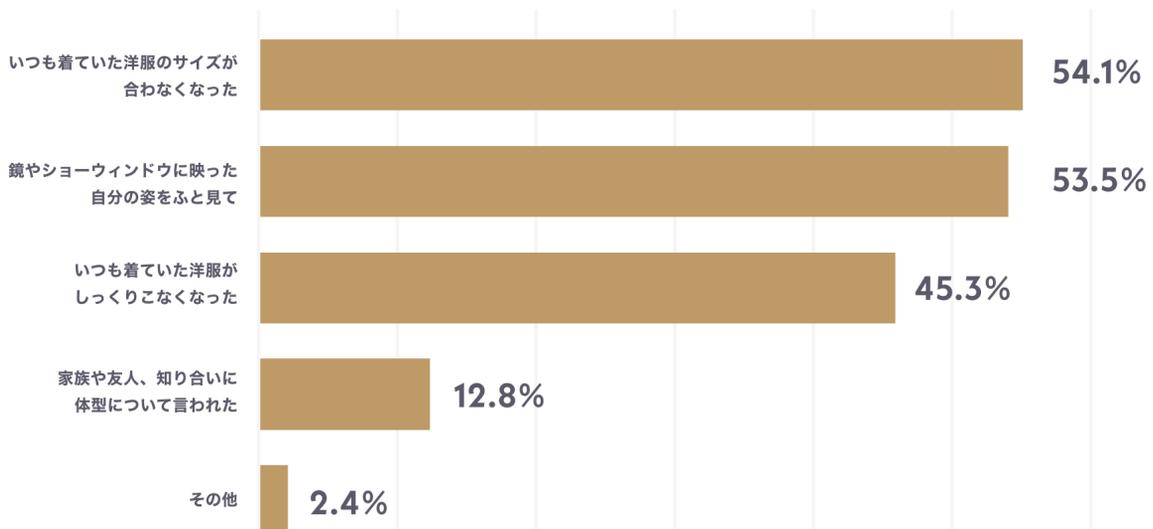
年齢を重ねるとともに身体は変化していくものですが、20、30代の頃と比較して体型が変化したと思う50代女性は8割を超える82.3%にもなることが明らかになりました。体型の変化に気がついたきっかけとして、最も多かった回答は「いつも着ていたサイズの服が着れなくなった」で54.1%、次いで「鏡やショーウィンドウに映った自分を見て」で53.5%という結果になりました。

### 20、30代と比較して体型が変化したか



(N=400)

### 変化に気がついたきっかけ



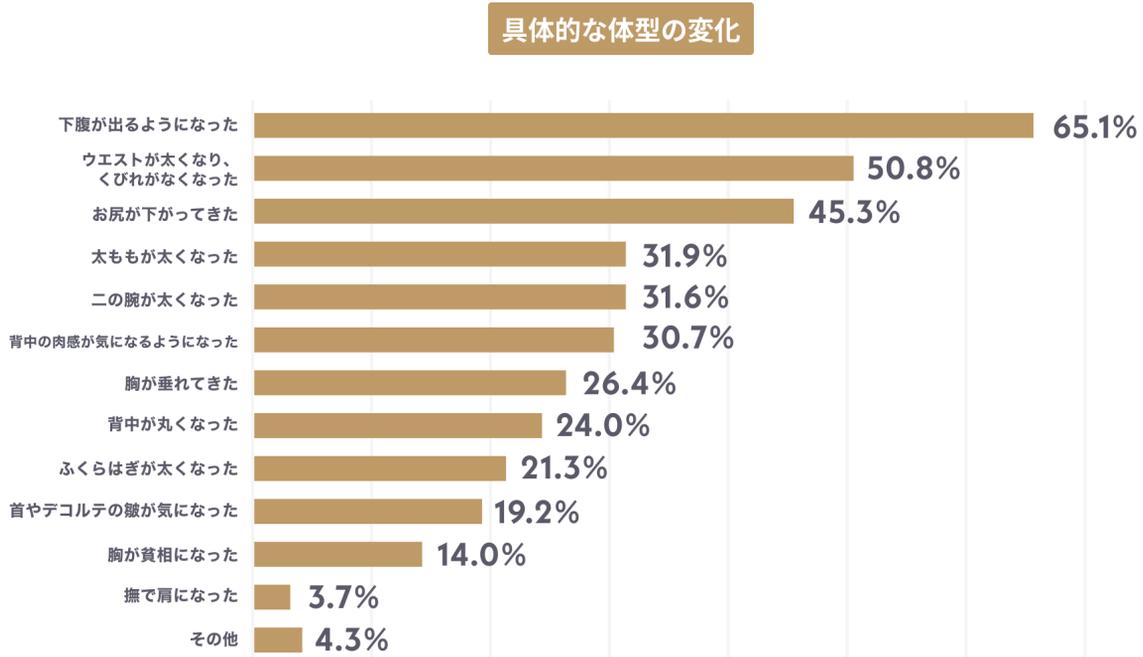
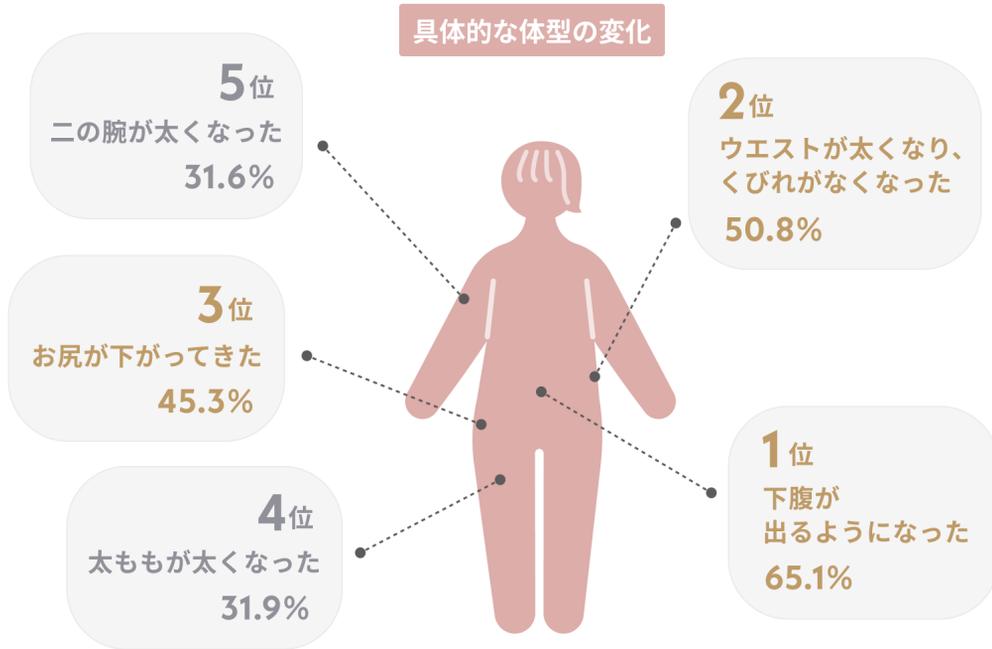
(N=329)

◆具体的に感じる体型の変化1位は「下腹が出るようになった」  
着にくくなったアイテムの1位は「スカート」でお腹周りの悩みが強い結果に

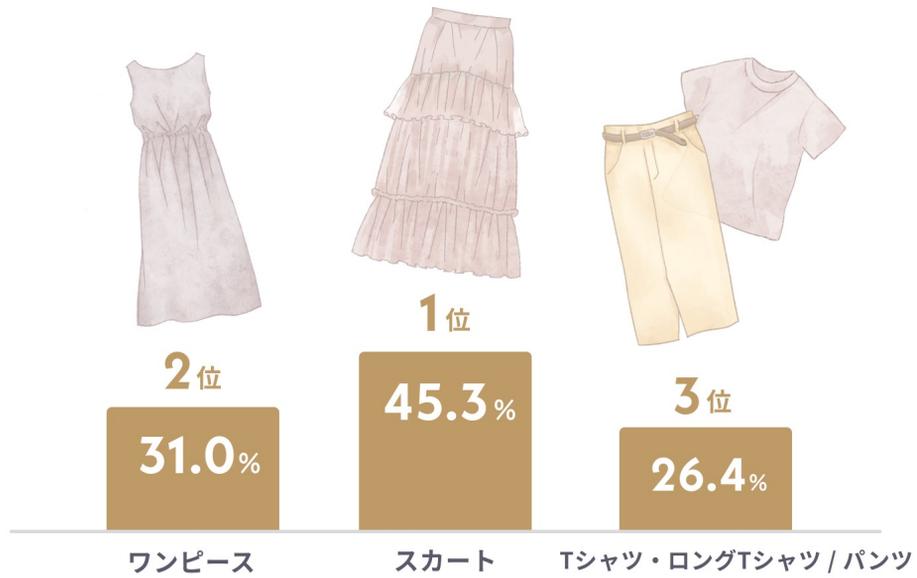
具体的な体型の変化としては、1位が「下腹が出るようになった」で65.1%、2位が「ウエストが太くなり、くびれがなくなった」で50.8%、3位が「お尻が下がってきた」で45.3%となりました。着にくくなったアイテムTOPは「スカート」、次いで「ワンピース」となり、お腹周りの悩みを強く感じている人が多いことが明らかになりました。

この体型の変化により、あえて体型を隠すような服を着るようになったという意見も上がり、体型変化によってファッションを楽しむことが難しくなったと感じる人は約8割という結果になりました。

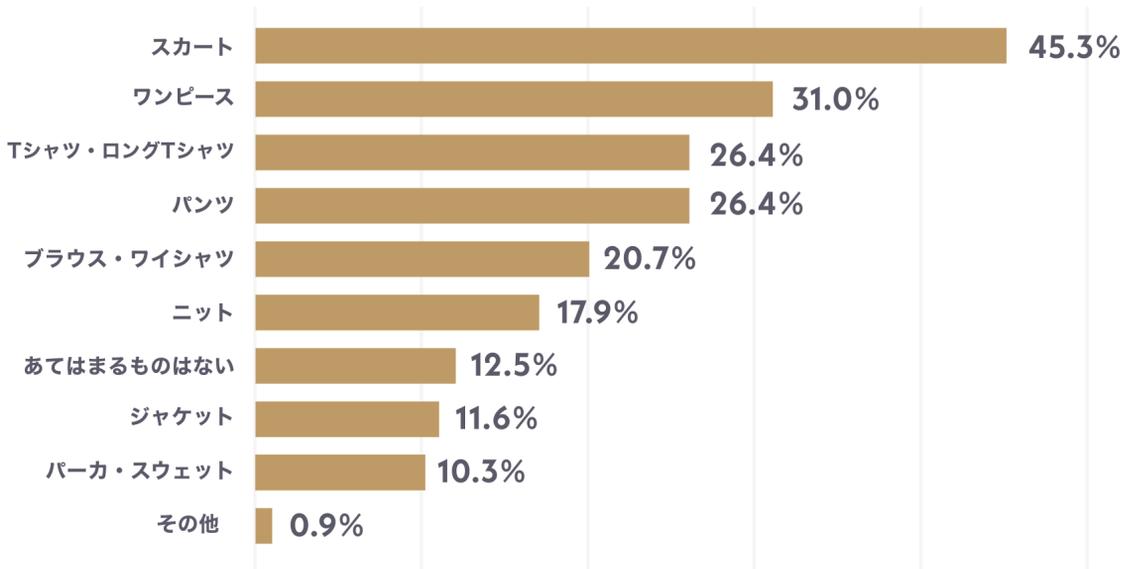
変化した体型を気にしながら洋服を選ぶことについて、多くの人々が難しさを感じていることが伺えます。



### 着にくくなったアイテム



### 着にくくなったアイテム

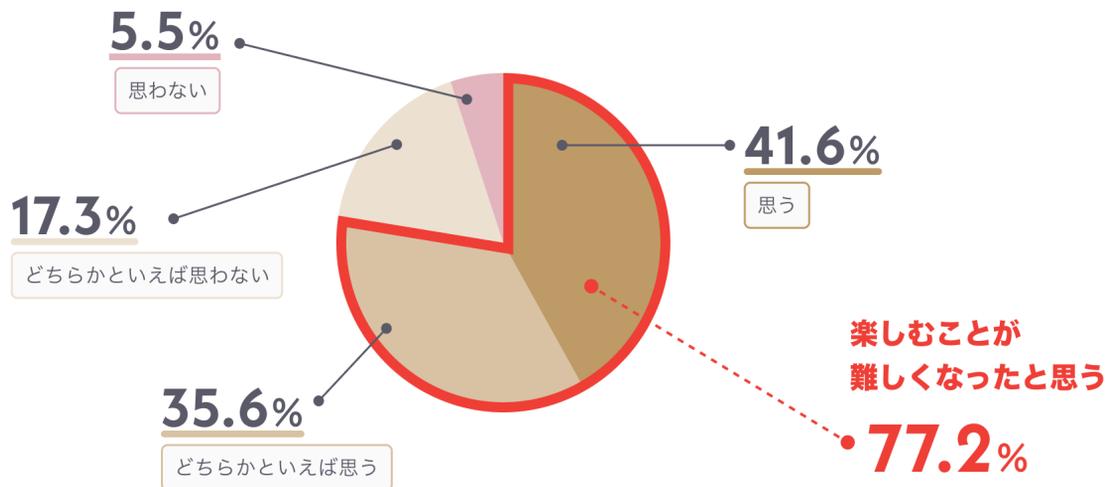


(N=329)

## 体型変化に対してどのような服選びをしているか

- ・ウエストのくびれが全く無く、下腹もぼっこりして恥ずかしいので常におなか周りが目立たないようにしている。(51歳・東京都)
- ・ズボンやスカートをはくとお腹がポッコリして目立つので、上はお腹が隠れる長さのものを選んでる。(57歳・秋田県)
- ・ゆとりのある身体のラインが出ない服を選んでる。(53歳・熊本県)
- ・必ずサイズの大きなものも含めて試着してから買う。(55歳・福岡県)
- ・肩回りや二の腕の肉付きが気になるので、半袖は着なくなった。(53歳・大阪府)

## 体型変化によりファッションを楽しむことが難しくなったか



(N=329)

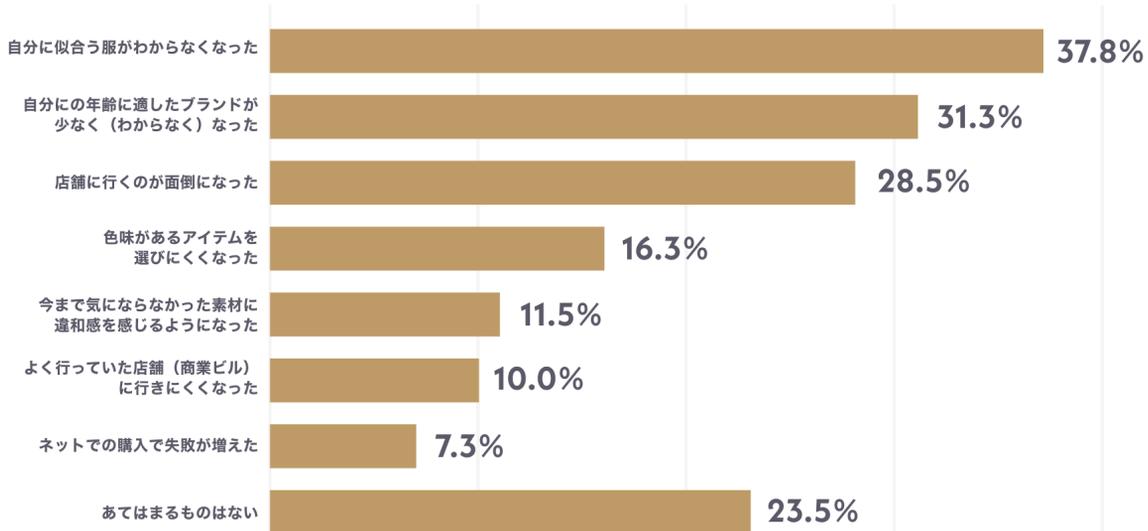
## ◆体型の変化の有無に関わらずファッションアイテムや店舗選びで悩む人が多く理由の1位は「自分に似合う服がわからなくなった」 2位は「自分に年齢に適したブランドが少なく（わからなく）なった」

体型の変化により、多くの人がファッション楽しむことが難しいと感じていることが明らかになりましたが、体型変化に関わらず、歳を重ねたことでファッションアイテムや店舗選びに悩みが生じていることもわかりました。具体的な悩みTOPは「自分に似合う服がわからなくなった」で37.8%、次いで「自分の年齢に適したブランドが少なく（わからなく）なった」で31.3%という結果になりました。

具体的な悩んだエピソードとしては、「昔から好きだったスタイルが似合わなくなったことで、何を着たらいいのかわからなくなってしまった」、「若作りしているようには見えないようにしている」などが上がり、ファッションのスタイル自体に悩む人が多い一方で、「洋服の素材が気になるようになった」という声も上がり、悩みは多種多様であることが伺えます。

実際に、今の体型や年齢にあったファッションができていないと感じる人は半数以上にも上り、今後挑戦してみたいファッションアイテムがないという人は9割近くもいることが明らかになりました。

### ファッションアイテムや店舗選びの際の悩み

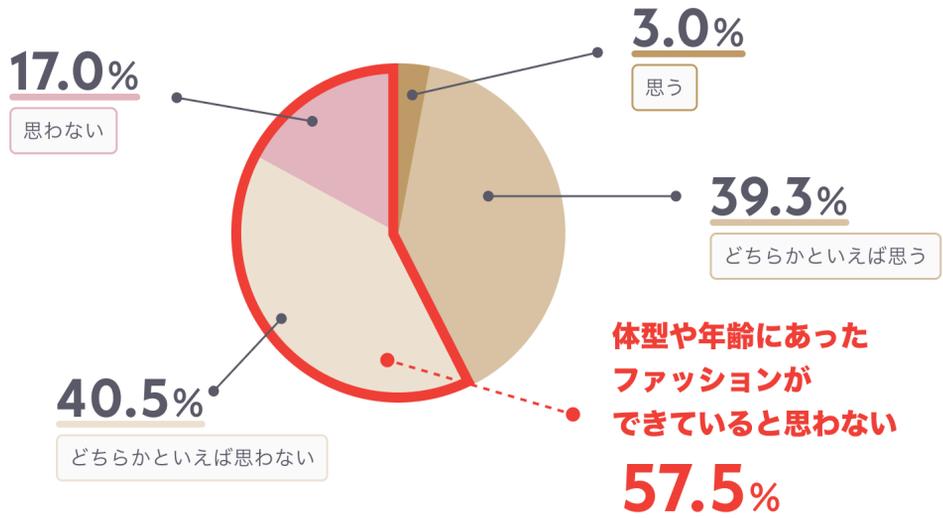


(N=400)

### 具体的にアイテムや店舗選びで悩んだエピソード

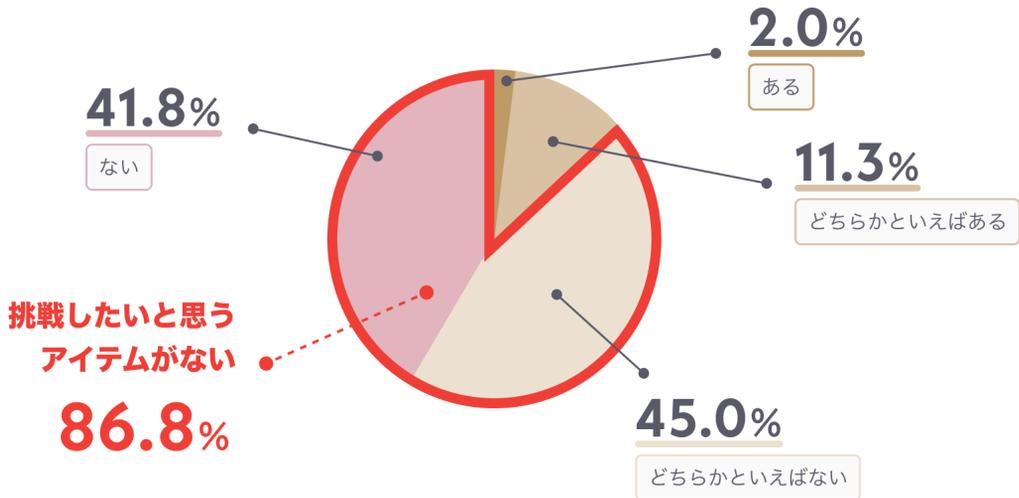
- ・可愛い色や素材などフェミニンなスタイルが好みだが、顔や体型がどんどん老けていってそういう物も段々似合わなくなり、何を着たらいいかわからなくなっている。（51歳・東京都）
- ・何が着たいのか、何が似合うのかが分からなくなったのでどの店舗に行ってもよいかわからない。（54歳・埼玉県）
- ・若い頃だったら喜んで着るであろう洋服が、今はそれを着てしまうと若作りしているようでイタイ人に見られるから、よくよく考えて無難な洋服を選ぶようにしている。（56歳・埼玉県）
- ・化繊がかゆくなってしまって素材を重視するようになった。（54歳・鳥取県）

今の体型や年齢にあったファッションができていると思うか



(N=400)

今後挑戦したいと思うアイテムの有無

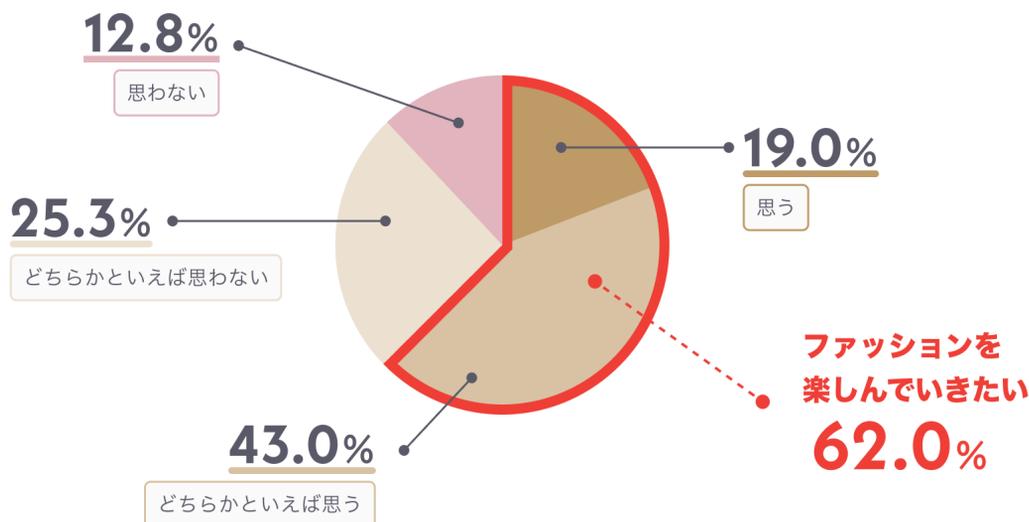


(N=400)

◆悩みを抱える人が多い一方で、今後ファッションを楽しんでいきたいという人は6割以上  
歳を重ねたからこそ似合うと感じるアイテムがある人は5人に1人

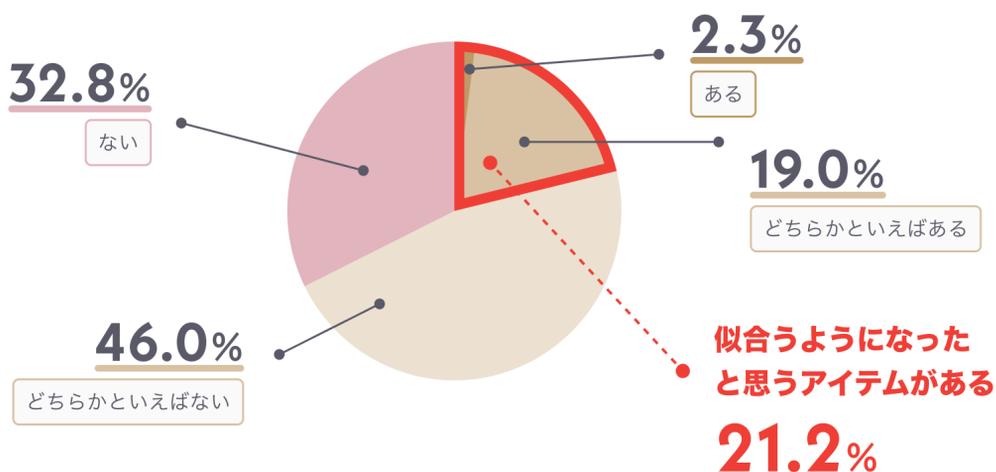
ファッションに対して悩みを感じる人が多いことが明らかになった一方で、今後ファッションを楽しんでいきたいと思っている人は6割以上となりました。悩みはあるものの、ファッションに対する前向きな思いを持っている人は多くいるということが伺えます。また、歳を重ねたことで似合うようになったと思うアイテムがあるという人は5人に1人という結果になり、歳を重ねることで新しいアイテムやファッションに出会っている人も一定数いることがわかりました。

今後ファッションを楽しんでいきたいと思うか



(N=400)

歳を重ねて似合うようになったアイテムの有無



(N=400)

## 調査に関するコメント（DROBEスタイリスト Rika）

体型が気になってしまい、ファッションを楽しめなくなってしまったという方はお客さまにも本当に多くいらっしゃいます。女性の場合、出産をすると骨盤が開いたり、胸の形が変わったりと、歳を重ねるという点だけでなく、ライフステージの変化でも体型が大きく変わっていきます。さらに、この「50代」という年代は、子育てが終わり自分の時間が多くなる方や、お仕事をされている方で役職に就かれたりなどポジションが変わり、周りに合わせる必要がなくなる方が多く、“自分らしいファッション”を楽しみたい気持ちが特に強くなる年代である印象です。ただ、その気持ちとは裏腹に体型の変化や年齢にあったファッションとは何か？という点に悩まされ、楽しむというよりは「隠す」「誤魔化す」ことに意識が強く向いてしまう方が多くいらっしゃいます。こういった方は、「もう自分に似合うアイテムはない」「好きなアイテムは着られない」と思い込んでしまい、ファッションに対してどんどん消極的になってしまう傾向が見られます。



しかしながら、ひとりひとりにあったファッションは年齢や体型に関わらず必ず存在します。昔好きだったアイテムも、工夫次第で着ることもできるんです。似合うファッションに出会う機会を敬遠してしまっているだけなんです。

では、何から行動すればいいのか？ぜひ「いつもアイテムの1ポイントだけ変えてみる」という点を意識してみてください。例えば、いつも着ている服の色味、デザインを両方変えてみるのではなく、どちらか1つだけ少しだけ変えてみる。そうするだけで意外と気分が変わってきます。そうして「ファッションにときめく瞬間」を体験することで、ファッションを楽しむ行動のきっかけとなっていきます。「それだけで？」と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、お客さまの中にも、小さな一歩が大きく変わるきっかけになったという方が多くいらっしゃいます。

ゼロから始めるのが少しハードルが高いと感じる方や、年齢や体型にあったアイテムを自分だけでは見つけられない、自信がどうしてもない、という方はぜひプロに頼ってみることもおすすめです。年齢や体型が原因でファッションを楽しめなくなってしまった方が、少しでもファッションを楽しむきっかけやコツを見つけ、生涯ファッションを楽しむことができるようになることを願っております。

## パーソナルスタイリングサービス「DROBE」について

「ファッションから、日々を楽しもう。」をコンセプトにした、オンラインで完結するパーソナルスタイリングサービスです。ファッション誌や芸能人のスタイリング、店頭での販売などを経験したプロのスタイリストとDROBE独自の「スタイリング AI」が、お客さまの嗜好や体型、予算に応じた商品（洋服、靴、ファッション雑貨）を協働でスタイリングし、セレクトした商品を定期的にお届けします。届いた商品は自由に試着でき、気に入った商品のみを購入できます。

<https://drobe.jp/>

好きになれる服  
探さず、買える



  
DROBE

## 株式会社DROBE 概要

会社名：株式会社DROBE

代表：代表取締役CEO 山敷守

設立：2019年4月1日

会社URL：<https://drobe.co.jp/>