

## 〈40代男性 年代の受容と年代感〉

# 40代男性は人生のマラソン23.2km地点 “覚悟と未練”に揺れる「はざま男」

株式会社マンダム(本社:大阪市 社長執行役員:西村元延 以下マンダム)では、長年男性を見続け、男性の美意識に寄り添い、男性加齢研究と商品開発を続けてきております。2011年にはミドル男性を応援するため、3月16日を「ミドルの日」と制定しました。〈ミドルの日 3/16⇒3(ミ)16(ドル)の語呂合わせ〉

その「ミドルの日」にちなんで、今後の成長ポテンシャルの高さから消費市場でも注目されるミドル男性について、40代を中心に意識調査を行ったところ、彼らが「40代」という年代をどのように捉えているのか、希望や悩みなど多くを抱えながらも前に進む姿が明らかになりましたので、ご報告いたします。

【調査概要】 時期:2016年1月 エリア:首都圏および京阪神  
対象:30～50代の働く男性 30代 n=227、40代 n=451、50代 n=224  
方法:インターネット調査

## 【調査結果ダイジェスト】

### 1. 40歳を迎えた心境と受容度

- ①「まだ40」ではなく「もう40」。「ミドル」であり「おじさん」。  
しかし、加齢には若干の抵抗感があり、若さに未練を感じる。
- ②40代は人生の後半戦に突入、マラソンに置き換えると23.2km地点を走行中。
- ③40代の生活満足度と人間関係の満足度、どちらも概ね満足の「プライベート」、  
不満を感じる「家計」「仕事」。

40歳を迎え、7割以上が「もう40だ」との気持ちであり、自分たちは「ミドル」、「おじさん」と自覚。人生の歩みも中盤を越え、後半に差しかけたとの意識です。しかし、今の年齢の心境を聞いてみると、4割が現状維持、若返りを希望しており、加齢を受け入れつつも、若さへの未練が感じられます。

### 2. 40代の年代感

- ①-1 40代の“覚悟” 「社会の中心」と自負。6割以上が「今後の生き方を左右する」と考える年代。
- ①-2 40代の“前向き” 人生はまだまだこれから、約6割が「まだ恋愛もできる」。
- ①-3 40代の“不安” 8割以上が「悩み事が増える年代」。
- ①-4 40代の“危機感” 約8割が見た目、能力、経済力において「同年代と差がつきやすい」。
- ② 40代曰く『40代は試練と勝負の年代』。不惑にはまだまだ遠い!?

40代の年代感を調査したところ、40代は人生の前半・後半の『はざま』の時期。家庭と仕事の『はざま』、上司と部下の『はざま』。“覚悟”“前向き”“不安”“危機感”といった様々な思いの『はざま』で揺れ惑う姿が見受けられました。40代を試練と勝負の年代と捉えており、孔子曰く『40にして不惑』にはまだ遠いようです。

#### この件に関するお問い合わせ先

株式会社マンダム  
PR担当

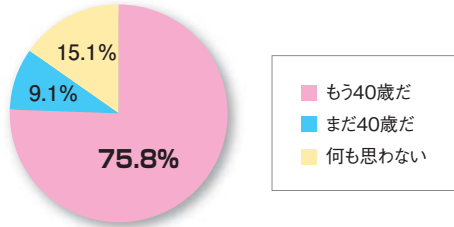
- 大阪本社 奥田
- 東京オフィス 下川/村上
- プレスメール: press@mandom.co.jp

TEL.06-6767-5021 FAX.06-6767-5041  
TEL.03-5766-2485 FAX.03-5766-2486

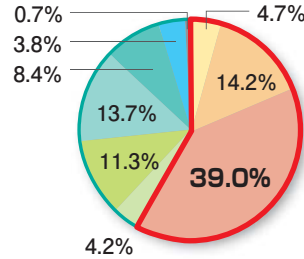
## 1. 40歳を迎えた心境と受容度

①「まだ40」ではなく「もう40」。「ミドル」であり「おじさん」。  
しかし、加齢には若干の抵抗感があり、若さに未練を感じる。

**Q1-1** 40歳になった時、どのような気持ちでしたか？  
一番近いものをお答えください。(40代男性 n=451)



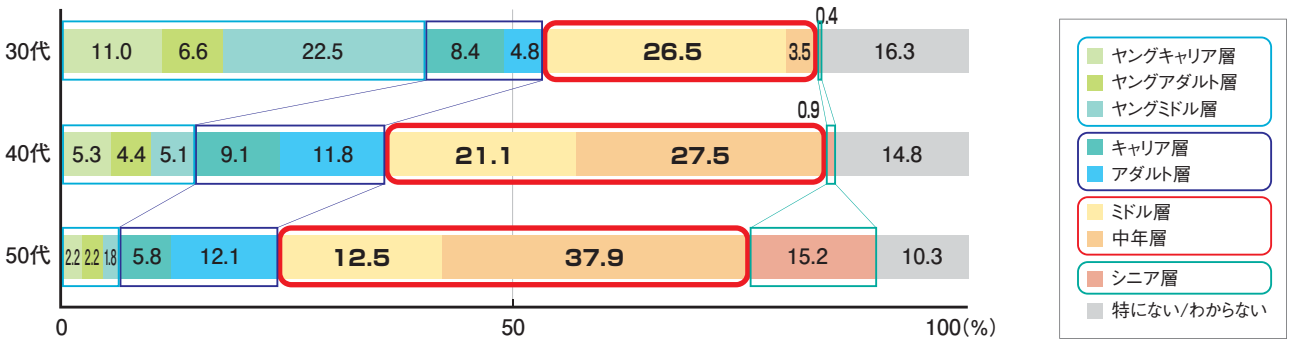
**Q1-2** 40代の今の気分が一番近いものをお答えください。  
(40代男性 n=451)



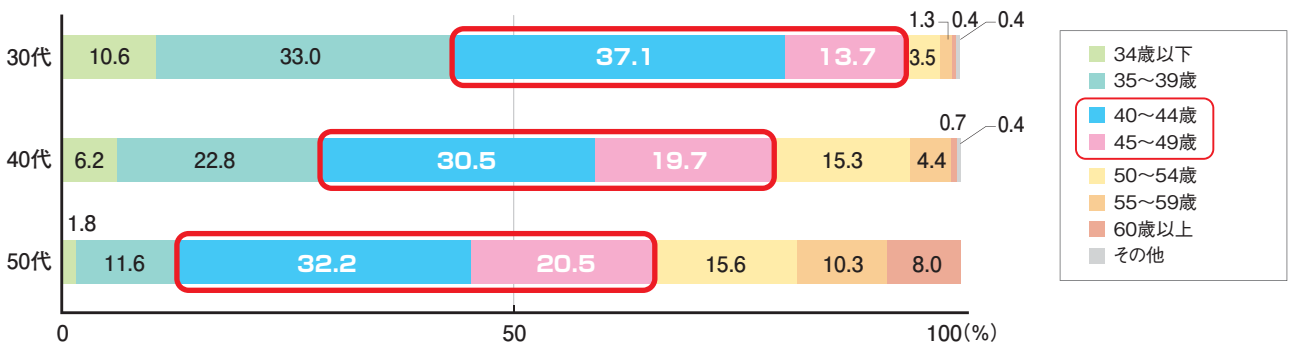
- 年を取るといいことだ
- 年を取っても悪くはない
- 年を取るのは仕方ない
- 出来れば40代のままでいたい
- 出来れば30代に戻りたい
- 出来れば20代に戻りたい
- 出来れば10代に戻りたい
- 50代になるのが嫌だ
- その他

40歳を迎えた心境は「もう40」と感じる人が75.8%となっており、『まだ遠いと思っていた40代がついに来た』という心境が推察されます。40代の今の気分は6割が加齢受入れ派、4割が現状維持・若返り希望派となっており、加齢に対して全面的には受け入れることができない気持ちが見受けられます。

**Q1-3** あなたの年齢を称して許せる、または適していると思うものはどれですか？最も気持ちに当てはまるものをお選びください。  
(30代男性/n=227、40代男性/n=451、50代男性/n=224)



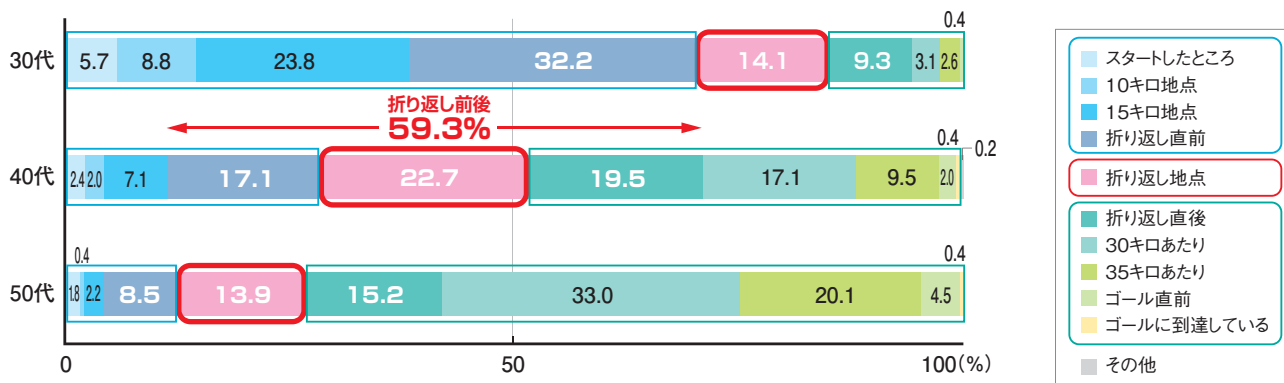
**Q1-4** 「おじさん層」と呼ばれて許容することができる年代はいつくらいからですか？  
(30代男性/n=227、40代男性/n=451、50代男性/n=224)



自分自身の年齢(ステージ)を表すのにふさわしい呼称を30~50代で比較してみると、30代では「ヤング〇〇」、40代・50代は「ミドル層」と「中年層」という結果になりました。また、30~50代すべての世代で40代は「おじさん層」という認識。40代は自他共に認める「ミドル」「中年」であり「おじさん」のようです。

②40代は人生の後半戦に突入、マラソンに置き換えると23.2km地点を走行中。

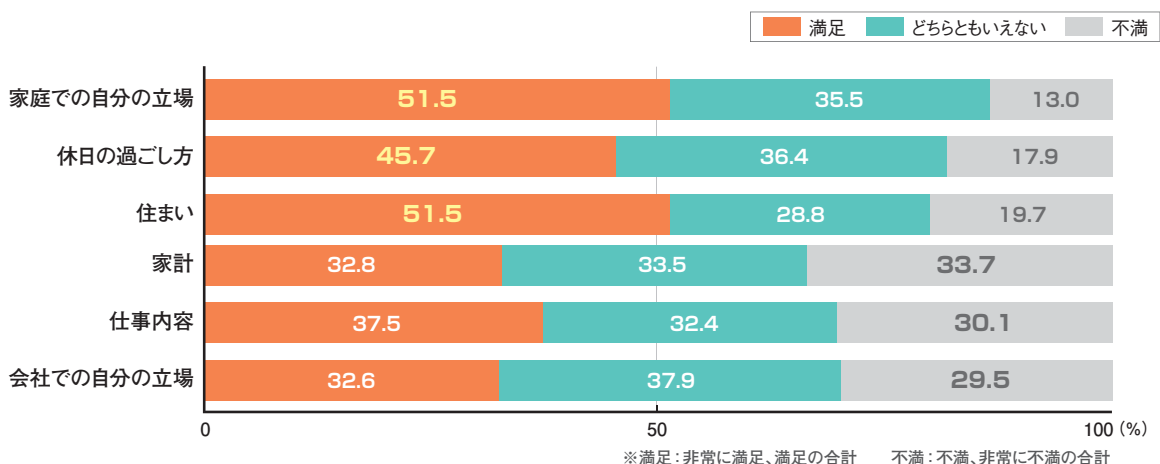
Q1-5 今の年齢のあなたは、人生をマラソン(42.195km)にたとえるとどのあたりだと思いますか?寿命ではなくあなたの人生の歩みの到達度、自分自身の成長度としての位置をお答えください。(30代男性/n=227, 40代男性/n=451, 50代男性/n=224)



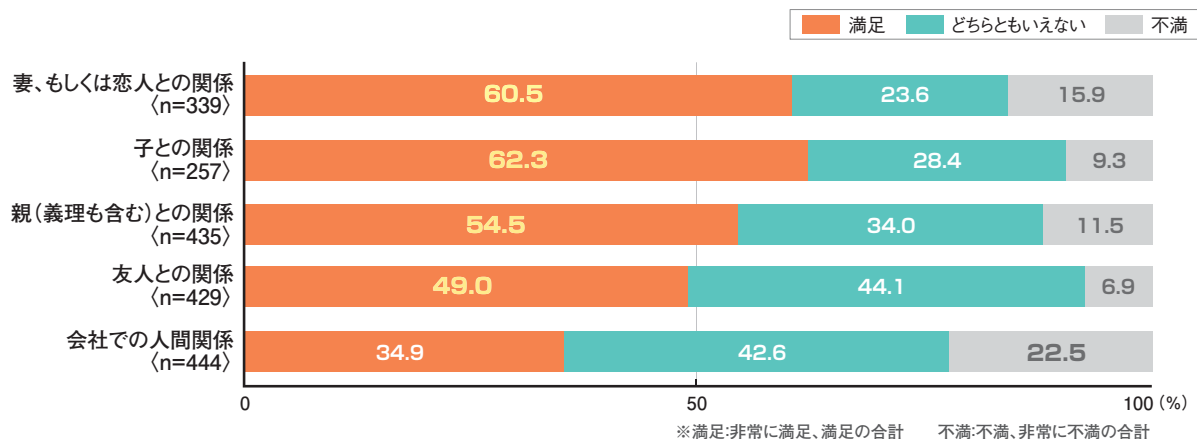
現時点での人生における進捗をマラソンに例えて聞いたところ、距離にすると30代17.6km、40代23.2km、50代27.3kmという結果になりました。30代はまだ前半戦、50代は後半戦を走行中、40代は折り返し地点を過ぎ、後半戦に突入したところ。まだ道は長いですが、ゴールに向けて気を引き締め直す時なのかもしれません。

③40代の生活満足度と人間関係の満足度、どちらも概ね満足「プライベート」、不満を感じる「家計」「仕事」。

Q1-6 今の生活の満足感ほどの程度ですか?それぞれの項目についてお答えください。(40代男性 n=451)



Q1-7 今の人間関係における満足度はどの程度ですか?それぞれの項目についてお答えください。(40代男性 n=451)



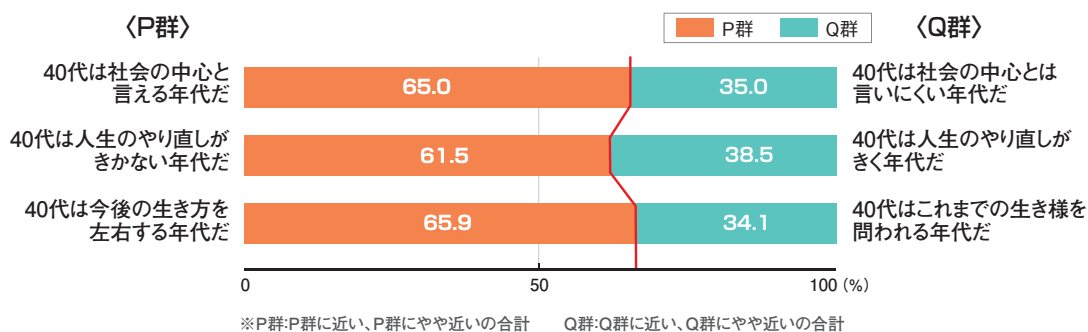
40代に生活・人間関係における満足度を聞いたところ、どちらもプライベート面は概ね満足ですが、それに比べて家計・仕事の面においては満足度が下がり、不満度が上がるという結果になりました。子供にお金がかかりやすい時期であり、会社では上司と部下にはさまれ、思い通りになりにくいことが多いのかもしれません。

## 2.40代の年代感

40代に「あなたにとって、40代とはどのように感じられる年代ですか?」という質問をしたところ、4つの側面が見受けられました。人生折り返し時だからこそ、様々な思いが交錯しているようです。

### ①-1 40代の“覚悟” 「社会の中心」と自負。6割以上が「今後の生き方を左右する」と考える年代。

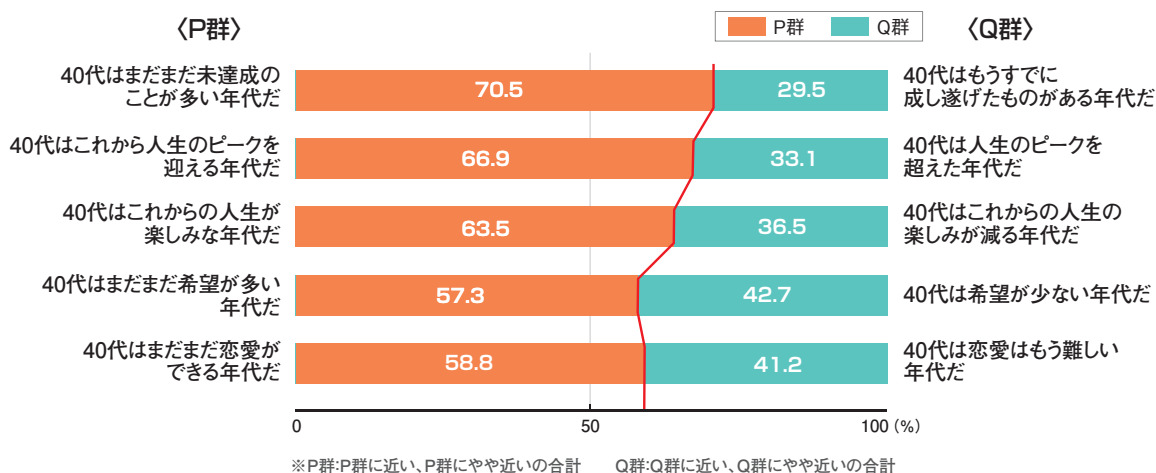
**Q2-1** あなたにとって「40代」とはどのように感じられる年代ですか?近い気持ちを選んでください。(40代男性 n=451)



「社会の中心と言える」重要な年代であり、人生の折り返し地点までやってきた今、「やり直しはできない」「今後の生き方を左右する」と“覚悟”を持って臨む年代のようです。

### ①-2 40代の“前向き” 人生はまだまだこれから、約6割が「まだ恋愛もできる」。

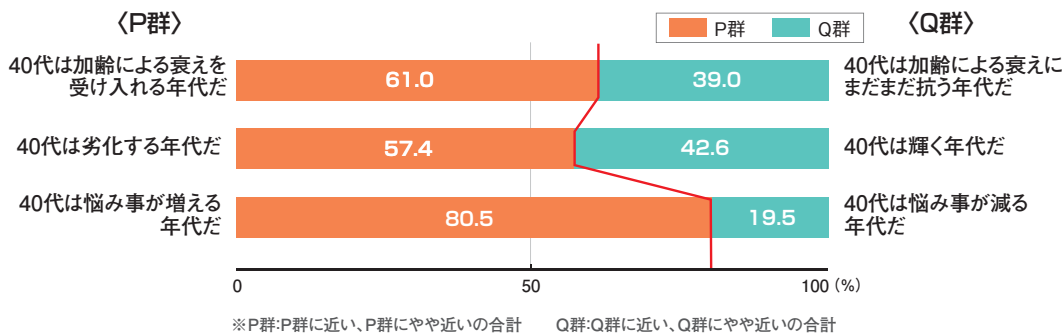
**Q2-2** あなたにとって「40代」とはどのように感じられる年代ですか?近い気持ちを選んでください。(40代男性 n=451)



40代の約7割がこれからの人生において、「成し遂げていくものがある」「ピークを迎える」と考えており、また、約6割が「これからの人生が楽しみ」「まだまだ希望が多い」と回答。さらに6割近くの40代は「まだまだ恋愛もできる年代」と答えており、前向きに強気に、これからの人生を歩んでいく気持ちも多く持ち合わせているようです。

### ①-3 40代の“不安” 8割以上が「悩み事が増える年代」。

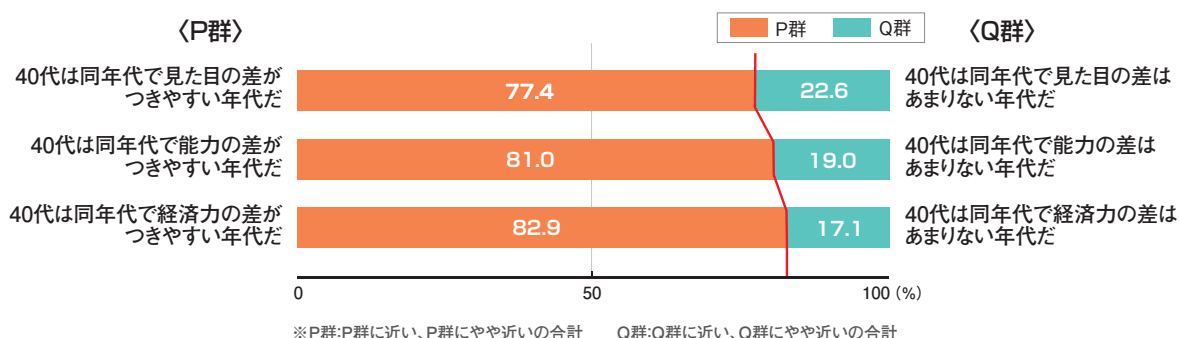
Q2-3 あなたにとって「40代」とはどのように感じられる年代ですか?近い気持ちを選んでください。(40代男性 n=451)



40代の約6割が衰えや劣化を感じており、若くはないという意識が明確です。また8割が悩みが増える年代と答えています。前向きな気持ちを持ってはいるものの、上司と部下、家庭と仕事、若さと老いのはざまにいる彼らは、多様なフィールドで不安を抱えやすい悩み多き年代のようです。

### ①-4 40代の“危機感” 約8割が見た目、能力、経済力において「同年代と差が付きやすい」。

Q2-4 あなたにとって「40代」とはどのように感じられる年代ですか?近い気持ちを選んでください。(40代男性 n=451)



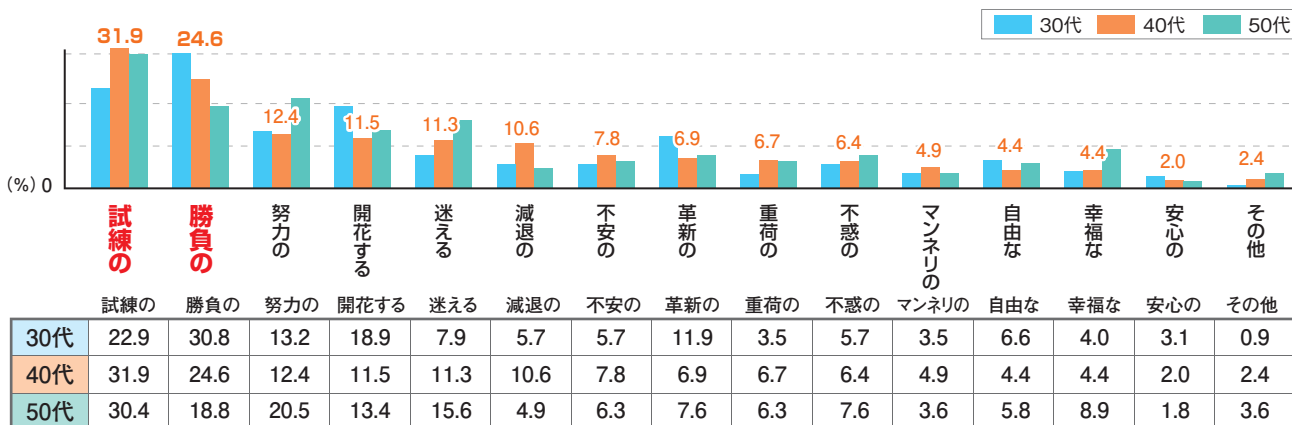
30代までは足並みを揃えていた同年代や仲間たちも、40代になると「見た目」「能力」「経済力」といったあらゆる面で差がついてくると約8割の40代が答えています。すでに格差を経験して危機感を抱いているかのような、妙にリアリティを感じる結果です。

### ②40代曰く『40代は試練と勝負の年代』。不惑にはまだまだ遠い!?

Q2-5 孔子曰く「40にして惑わず」とありますが、あなたにとって40代とはどんな年代ですか?

( )に当てはまる気持ちをお答えください。(30代の方は想像で、50代の方は40代を思い出してお答えください)

「自分にとって40代とは( )年代。」(MA/2つまで 30代男性/n=227, 40代男性/n=451, 50代男性/n=224)



孔子の言葉になぞらえて40代を表す言葉をたずねたところ、30代曰く「40代は勝負と試練の年代」、40代は前後し、「試練と勝負の年代」となりました。勝負をかけるためには試練が伴う年代と認識しているようです。50代は「試練と努力の年代」と、過ぎ去ってみれば試練に立ち向かう努力が必要であったことがうかがえます。

今の40代は不惑と言うにはまだ早いようです。