

# 20代女性は外見磨き 40代女性は内面磨きに注力

女性の意識調査 ～「自分磨き」を発表～

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木孝二）が運営する、正社員で働くことを希望する女性向け求人情報サイト「エンウィメンズワーク」（<http://women.en-japan.com/>）上で、サイト利用者の女性704名を対象に「自分磨き」をテーマにアンケートを行いました。以下、概要をご報告いたします。

## ■ 調査結果概要

「自分磨き」は異性からの好意を引き寄せるため、自身の見識を深めるため、ビジネスパーソンとしての市場価値を高めるため、など個人によって目的や取り組みは様々です。「正社員としての転職を希望する女性」にとって、「自分磨き」とはなんでしょうか。自分磨きの目的は「自分に自信を持つため」、「人間として成長するため」が過半数を超えました。具体的な取り組みは、第1位が「ファッションに気を遣う」、第2位が「読書」という結果になりました。特に20代は「ファッションに気を遣う」、「エステ・サロンに通う」などの外見に関する自分磨きの回答率が突出して高くなりました。これらの項目のポイントは年代が上がるほど下がっていきます。反対に年代が上がるとポイントが上がる項目は、「読書」「語学の勉強」「働くこと自体」など自身の知識やスキルを高める内面的なものでした。

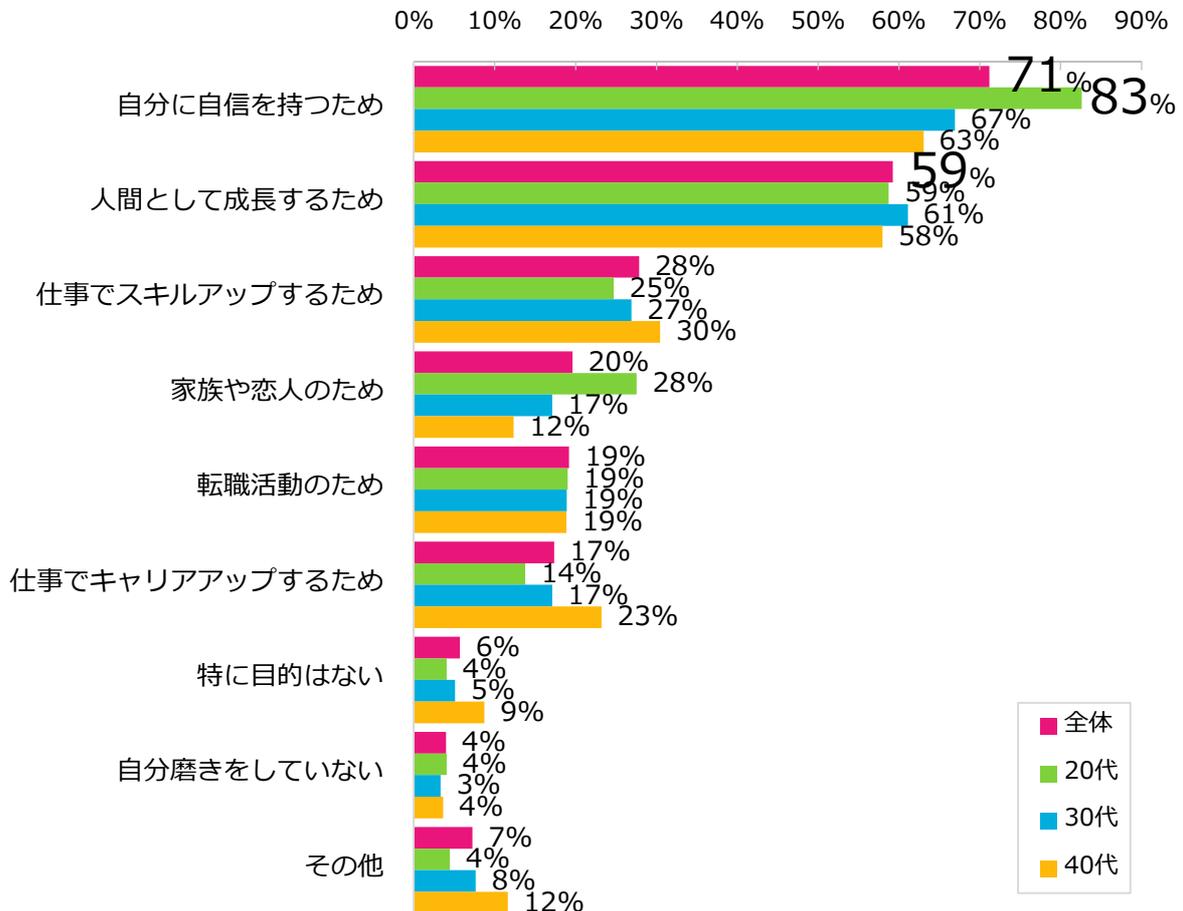
1週間に自分磨きに使える時間は、週7時間以上（＝1日平均1時間以上）と回答された方が17%に留まり、なかなか自分のための時間を確保できていない女性の実態が浮き彫りに。自分磨きを行なう時間帯は「休日」が約6割、「夜」「就寝前」が約4割と続いています。1ヶ月で自分磨きに投資できるお金は「1万円未満」という回答が全世代で6割を超えました。

## ■ 調査結果詳細

### 1: 自分磨きの目的は「自分に自信を持つため」「人間として成長するため」。(図1)

正社員転職を希望する女性に「自分磨きの目的は何ですか?」と質問したところ、第1位は「自分に自信を持つため」(71%)でした。特に20代で選択した方が多く、83%に上っています。具体的には『見た目が良くなると精神的にも自信がついてくる』(24歳)『自分自身に自信を持てるようにしたいので、自分の武器を増やしたい』(28歳)『キレイでいることが自分の自信に繋がり、輝ける』(27歳)などの声がありました。第2位は「人間として成長するため」(59%)でした。『この時代では、どこでも求められる人材になることが求められているため、成長には一番重点を置いています』(22歳)『より良い条件の会社を自分が選ぶ側になれたらという希望』(36歳)を目的としているようです。

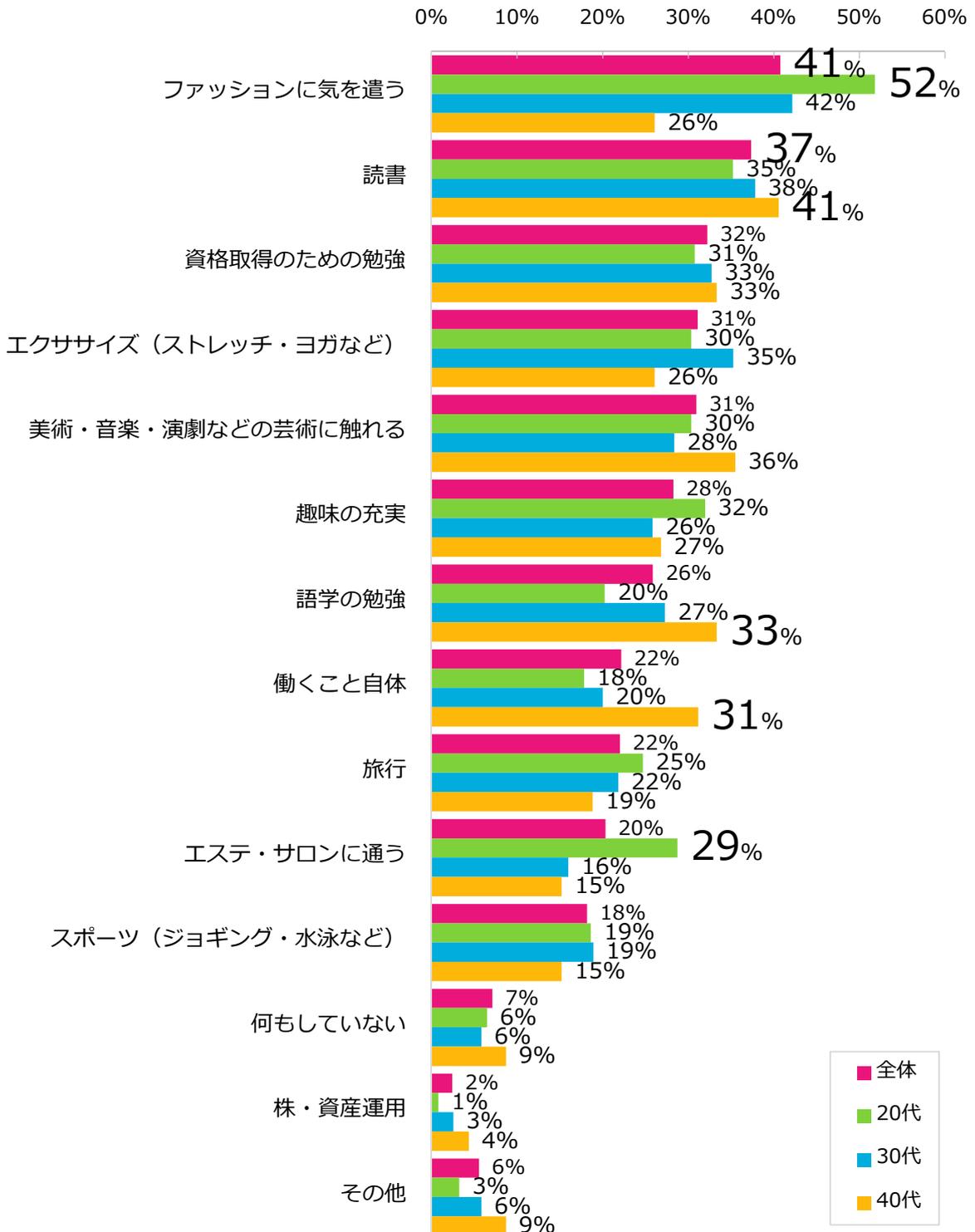
【図1】 自分磨きの目的は何ですか？（複数回答可）



2：自分磨きで20代は外見を、40代は内面を磨く。（図2）

自分に自信を持つためや成長するために、具体的に「自分磨きに何をしていますか？」とたずねたところ、第1位は「ファッションに気を遣う」（41%）、第2位は「読書」（37%）という結果になりました。年代別に見てみると、20代では「ファッションに気を遣う」「エステ・サロンに通う」の回答率が30代・40代よりも目立って高く、外見を磨くことへの関心の高さがうかがえます。具体的には『お風呂で顔にサランラップを巻いて半身浴』（24歳）『スキンケアやまつ毛エクステ、サロンに通ったり、なるべくヘアスタイルやメイクを日毎に変更』（27歳）などを行っているようです。この項目のポイントは、年代が上がることに下がっていきます。逆に年代が上がるとポイントが上がる項目は、「読書」「語学の勉強」「働くこと自体」など自身の知識やスキルを高める内面的なものでした。『内面が美しい女性は、年を重ねる毎に表れてくる』（35歳）と考えると、『夜間で大学に通って教養、知識を身につけている』（30歳）『通信教育で大学生をしている』（45歳）と勉強をし直している方や『仕事の中でも、社内外の方と接することで何かを吸収しようと心がけている』（40歳）という方がいます。

【図2】 自分磨きに何をしていますか？（複数回答可）

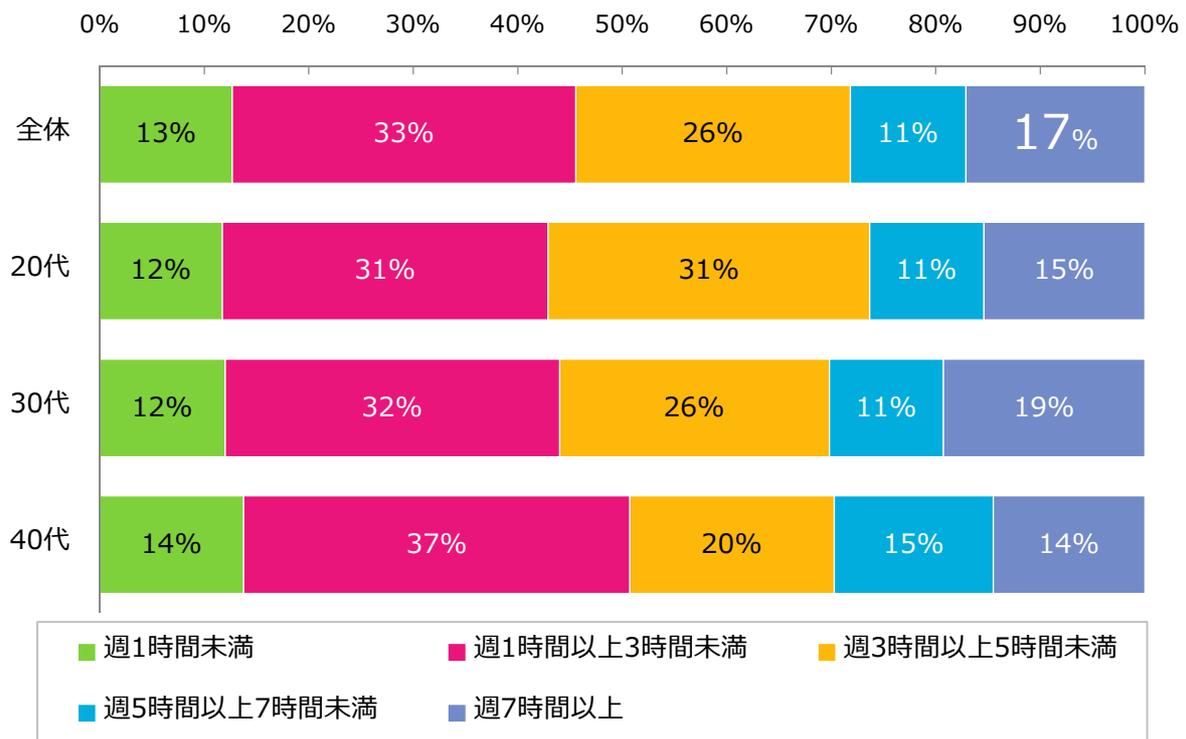


**3：自分磨きに1日1時間以上使える方は17%（図3・図4・図5）**

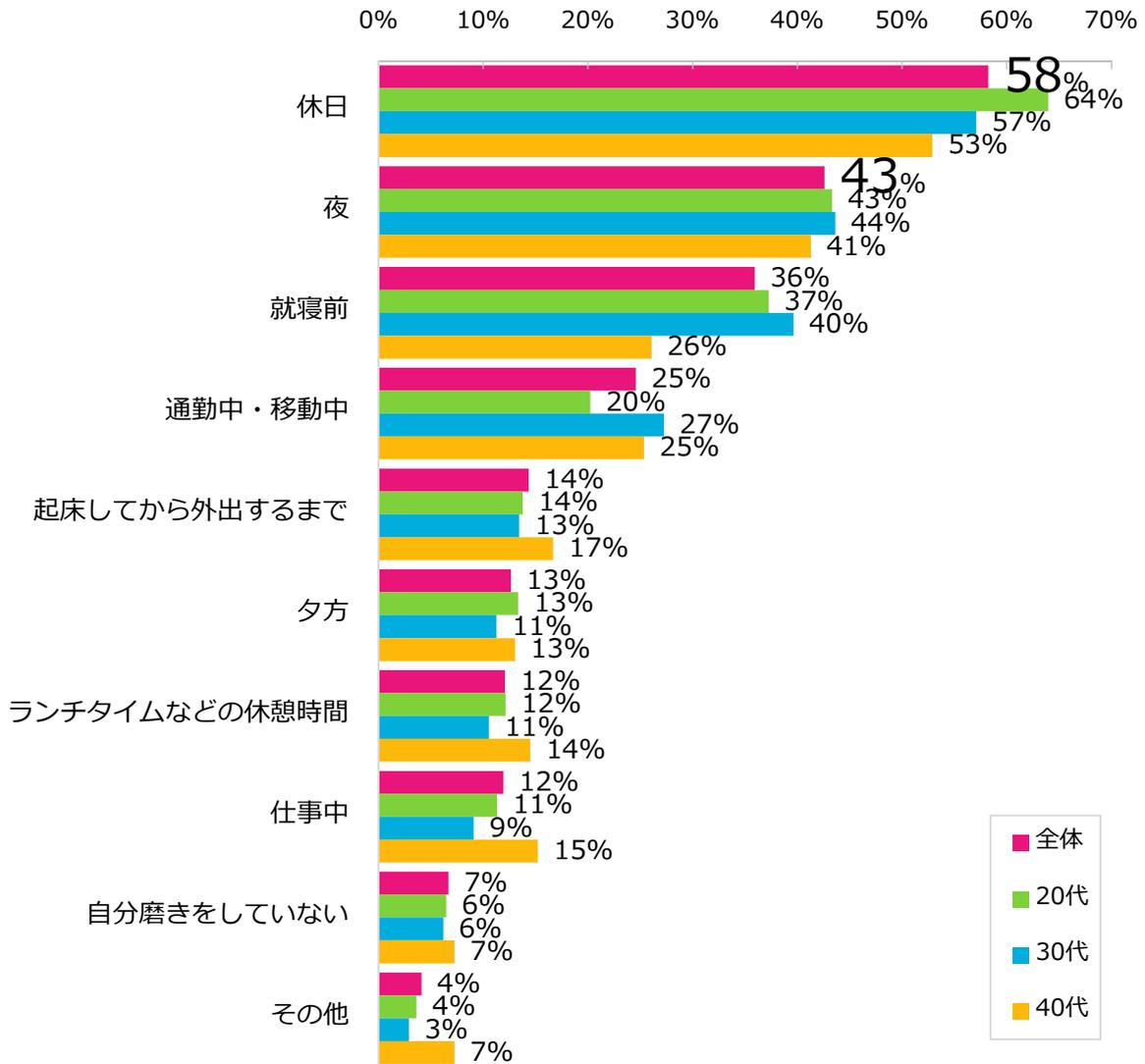
「1週間で自分磨きに使える時間はどれくらいですか？」という質問に「週7時間以上」と回答された方は17%。自分磨きの時間を1日平均1時間以上取れている方が2割にも満たず、転職活動中の女性の忙しさをうかがえる結果となりました。「いつ自分磨きの時間を取っていますか？」と伺ったところ、休日（58%）や夜（43%）のという回答が多く寄せられました。具体的には『ストレッチなどは夜に。休日はのんびりと芸術鑑賞』（22歳）『趣味は休日、美容やファッションは1人で過ごす時間に』（28歳）『仕事から帰って1時間、休日は3時間程度、資格の勉強に充てています』（35歳）というコメントが寄せられました。

1ヶ月間で自分磨きに投資できる金額については、「1万円未満」という回答が68%に。20代は「月1万円以上3万円未満」の回答が最多で31%でしたが、40代では同項目のポイントが21%まで減少します。

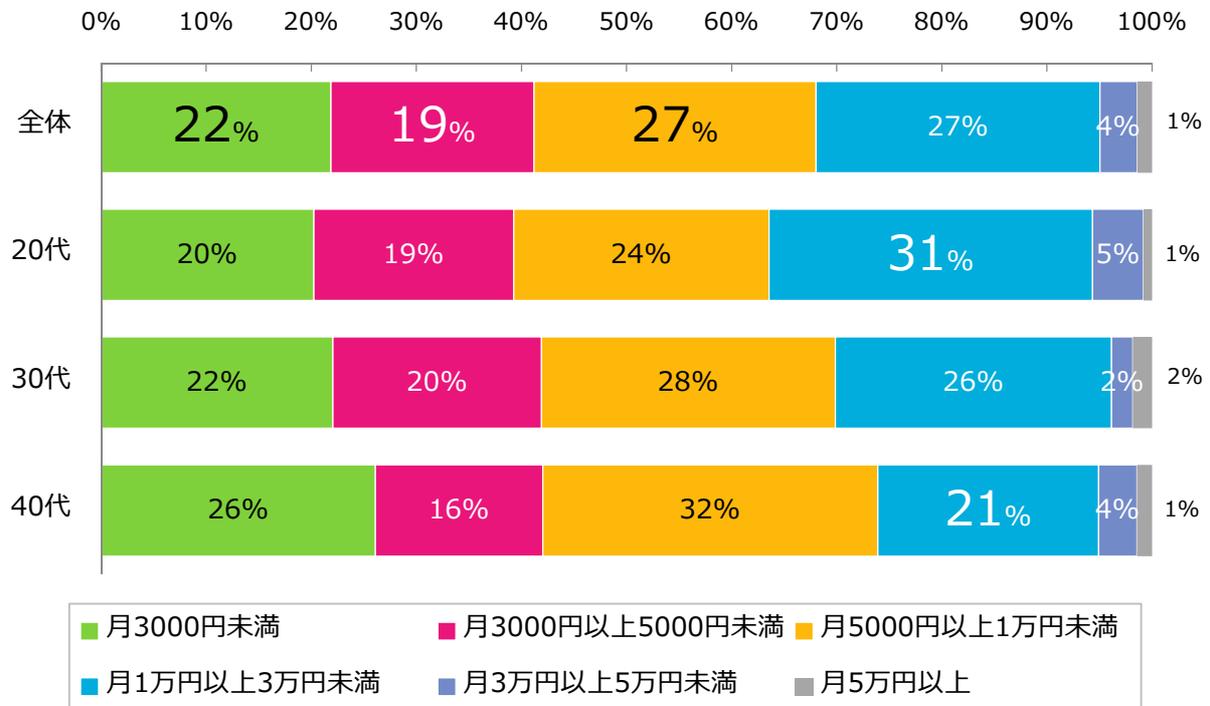
【図3】1週間で自分磨きに使える時間はどれくらいですか？



【図4】 いつ「自分磨き」の時間を取っていますか？（複数回答可）



【図5】1か月間に「自分磨き」に使える金額はどれくらいですか？



【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：「エンウィメンズワーク（<http://women.en-japan.com/>）」利用者704名
- 調査期間：2014年9月25日～10月22日

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：森本

<http://corp.en-japan.com/>

**エン・ジャパン株式会社**

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL : 03-3342-4506 FAX : 03-3342-4507 MAIL : en-press@en-japan.com