

イマドキの10歳女子に迫る  
『10歳キラキラ白書』2017年版を発表！  
～10歳を境に母親との接触度合いが減少。今こそ母娘2人の時間を～

株式会社ワコールは、身体面・環境面ともに大きな変化が生まれる“10歳”の女の子たちにとって大切なことを伝える『10歳の未来』プロジェクト」活動を行っています。この度、当プロジェクトの活動の一環として、“10歳”前後の女の子のイマを切り取った『10歳キラキラ白書』2017年度版 を発表いたします。

“10歳”は、女の子にとって「身体」が変化しはじめる時期であり、「環境」や「心」の面でも大きな変化を迎える時期。さまざまな情報が取り巻く中で、親との意識のギャップなども生じはじめる状況をふまえ、子どもたちと、その親世代に対しても、正しい情報を届けていくことが重要と考えています。学校では学年が上がるにつれ、今まで形成されてきた自分と親との関係から、徐々に友達とのコミュニティが広がっていきます。とくにこの10歳という時期は、身体的変化だけではなく、親から徐々に心理的に自立していこうとする変化がみられるようになっていきます。

本白書は、「カラダ編」・「ココロ編」・「トモダチ編」・「カゾク編」のテーマごとに、イマドキの“10歳”事情に迫っています。2016年の調査と比較してみると、カラダの成長やコミュニケーションの仕方に大きな変化はみられませんが、友達との間で流行していることとして、恋やカラダの話をするに次いで今年は「PPAP」がランクイン。あこがれの女性有名人は「石原さとみ」さんが1位となりました。

また今回、目白大学心理カウンセリング学科の小野寺敦子教授の協力のもと、心身の成長度合いと親子の関係性について、詳しい分析を行いました。分析によると、母親との接触度合いは10歳を過ぎると次第に減少していくことがわかりました。10歳の今こそ、親子で向き合う時間を過ごすことが重要なポイントになりそうです。

【10歳キラキラ白書2017】 URL：  
[http://www.wacoal.jp/girlsbody/oyanavi/10yearold\\_whitepaper/](http://www.wacoal.jp/girlsbody/oyanavi/10yearold_whitepaper/)

〈調査概要〉

- 調査期間：2016年9月～12月
- 対象：ワコールが運営する小学生・中学生女の子下着の悩み解決するサイト「ガールズばでなび (<http://www.wacoal.jp/girlsbody/>)」訪問者1,882名 (10歳=266名)
- 方法：インターネット調査

【主な調査結果（一部抜粋）】

〈カラダ編〉

- ブラジャー所有率は、4割程度
- ブラジャーの購入は「親と一緒に」が8割と圧倒的

〈ココロ編〉

- 10歳の約70%以上が恋愛中！
- あこがれの女性有名人は石原さとみさん

〈トモダチ編〉

- 友達とのやり取りは「交換日記」「手紙」などアナログなツールが2トップに
- 友達との話題は恋バナやカラダの話。PPAPも流行に！

〈カゾク編〉

- 10歳の約45%が自分用の携帯電話を持っている！
- 10歳以降は「ひとり」での入浴が急増。11歳以降は「お父さん」と一緒に入る人が激減

ココロもカラダも変わりはじめる  
“10歳”の女の子のイマを切り取る



【2017年版】

2017年3月発行

【報道関係の方からのお問い合わせ先】

ワコール「『10歳の未来』プロジェクト」PR事務局 担当：堀木、有園、菊地  
TEL:03-5572-6063 E-mail: wacoal\_pr@vectorinc.co.jp

株式会社ワコール 広報・宣伝部  
(京都) TEL 075-682-1006 FAX 075-682-1103  
(東京) TEL 03-3239-1117 FAX 03-3239-1118





10歳は女の子にとって、からだが変化し始める時期であり、「環境面」や「心理面」でも大きな変化を迎える時期です。

さまざま情報が取り巻く中で、  
親世代との意識のギャップなども出てくる状況をふまえ、  
ワコールでは、子どもたちとその親世代に対しても  
正しい情報を届けていくことが重要ととらえ、  
10歳の女の子たちを見つめ、  
輝やかなしい未来につながる大切な事を伝える  
「10歳の未来プロジェクト」としての  
活動を行っています。

今回は、「10歳未来プロジェクト」の活動の一環で、  
等身大の“10歳”を知り、理解を深めていくこと、  
また親と娘が話すきっかけづくりの提案を目的に、  
WEBサイト上で意識調査を実施。  
調査結果を「10歳キラキラ白書」としてまとめ、発信します。

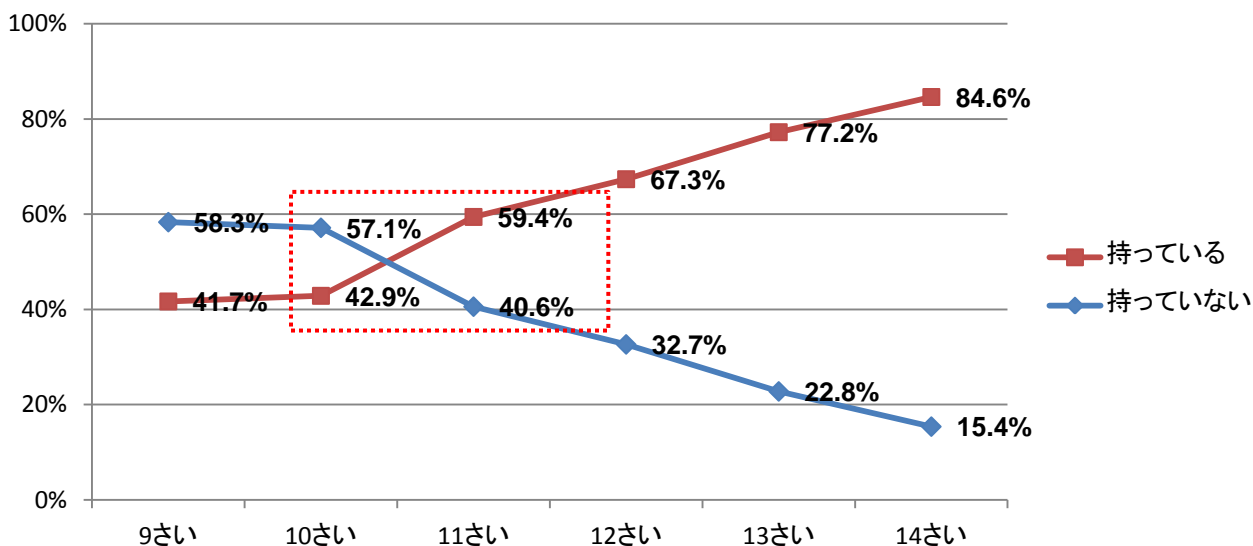
本白書では、「カラダ」「ココロ」「トモダチ」「カゾク」など、  
テーマごとに、10歳の女の子の実態を顕在化し、  
イマドキの“10歳”事情を紹介していきます。

カラダの発育状況を確認し、特にバスト、ブラジャーに関するコミュニケーションを調査しました。

① **ブラジャー所有率は、4割程度。第二次性徴が著しく表れ始める10～11歳。**

10歳では所有率が約40%ですが、11歳になると約60%に増加します。ブラジャーの所有率には、親の関心度の違いなども反映されている可能性もありますが、10歳～11歳の時期に半数以上がカラダの変化とともに大人への成長を意識すると考えられます。

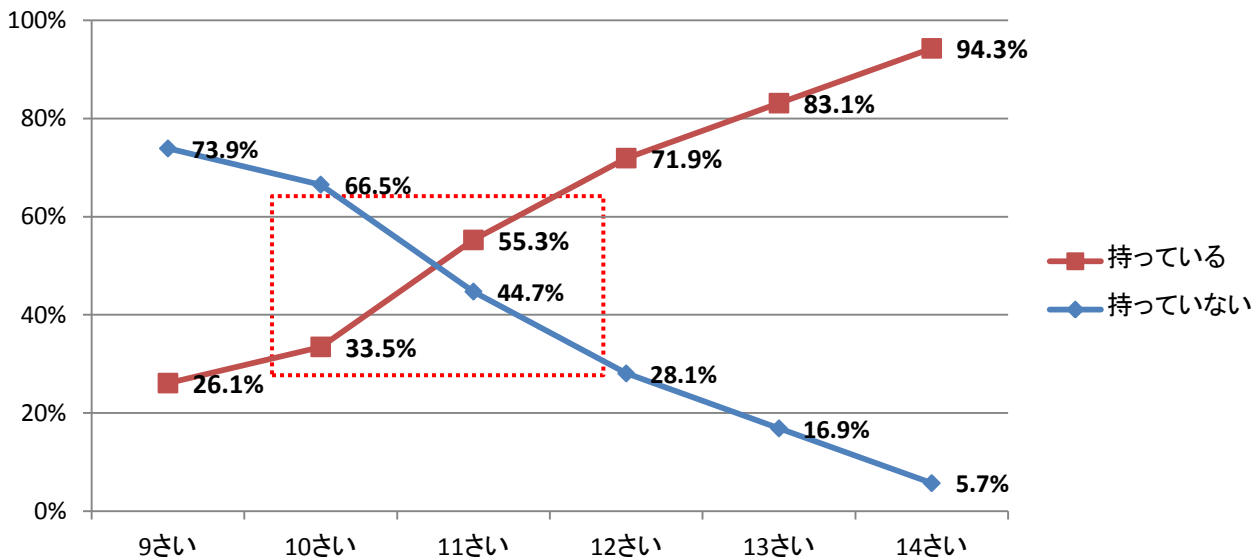
Q. ブラは持ってる？ (単一回答) 9歳 (n=48) 10歳 (n=266) 11歳 (n=488) 12歳 (n=539) 13歳 (n=281) 14歳 (n=130)



② **生理用品の所有率は、10～11歳にかけて20%以上増える。**

10歳では約33%が「持っている」という結果に。ブラジャーに比べると所有率は低いものの、年齢とともに増えていきます。中でも10～11歳にかけての増え方は他年代に比べて大きいことがわかります。

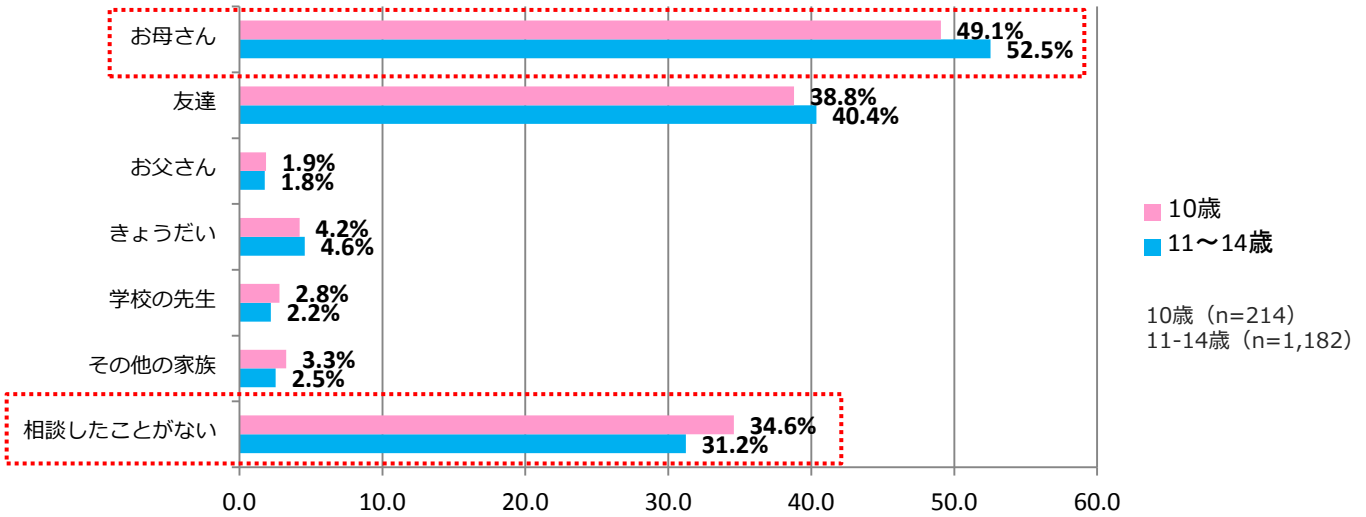
Q. 生理用品は持ってる？ (単一回答) 9歳 (n=46) 10歳 (n=251) 11歳 (n=456) 12歳 (n=499) 13歳 (n=267) 14歳 (n=123)



③カラダに関する相談相手は約半数が「お母さん」。「友達」との情報交換も盛ん！  
一方で、相談したことがない人は30%以上。

カラダに関して相談した相手を聞いてみると、10歳・11～14歳ともに半分以上の人が「お母さん」を挙げています。やはり最も身近な存在である母親に相談する人は多いようです。2位は「友達」が挙がっており、意外にも友達同士との情報交換は盛んに行われているのかもしれませんが。一方で、誰にも相談したことがないと答えた人は約30%という結果に。自分の口からカラダのことを話すのは、非常に勇気のいることであることが伺えます。

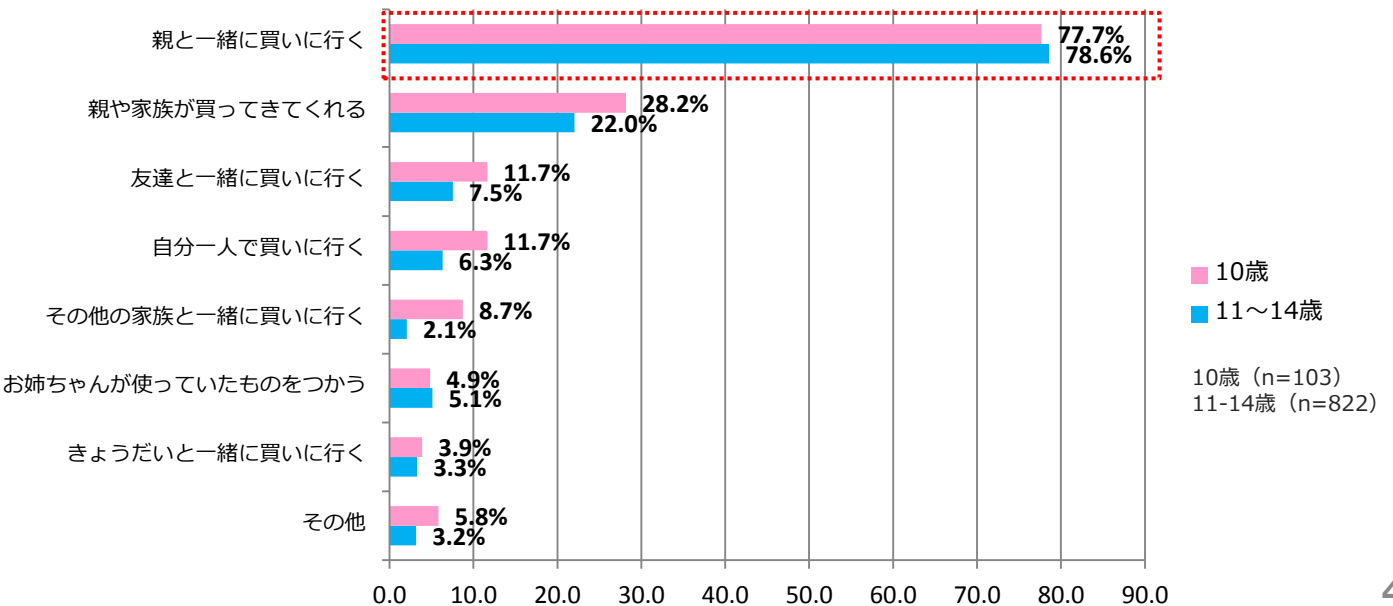
Q.ブラジャーやバストのこと、誰に相談したことがある？ 当てはまるものを全部えらんでね。（複数回答）



④ブラジャーの購入は「親と一緒に」が約8割と圧倒的。

ブラジャーの購入状況としては、「親と一緒に」買う人が約8割近くにのぼりました。こちらは年齢による大きな差は見られませんでした。

Q. (ブラジャーを持っている人だけ答えてね) ブラはどうやって買ってる？ (複数回答)

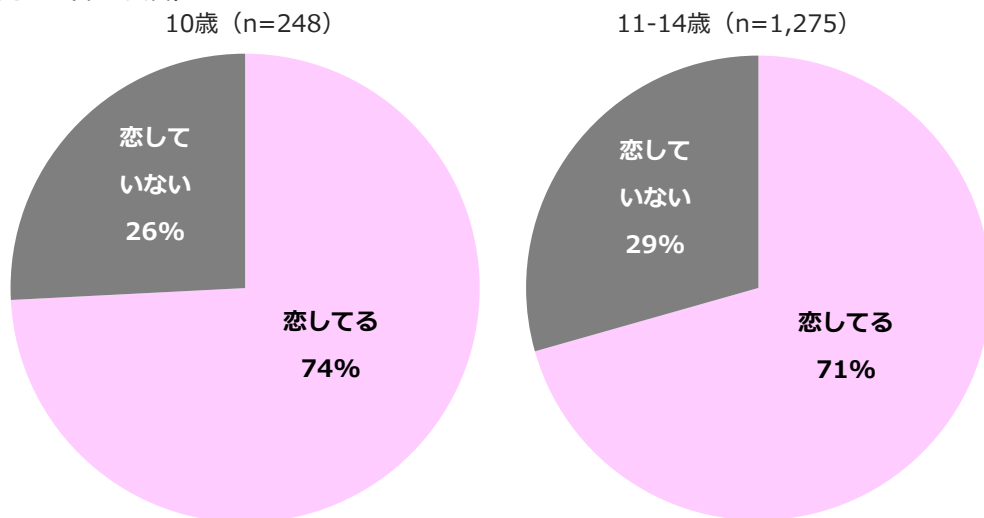


ココロ編では、心理面の発育状況、とくに恋愛や異性に対する意識や、また将来の夢やあこがれに関する事柄を調査しました。

### ①10歳の約70%以上が恋愛中！

10歳・11～14歳ともに、約70%以上が恋愛中です。こちらは年齢による変化は見られませんでした。

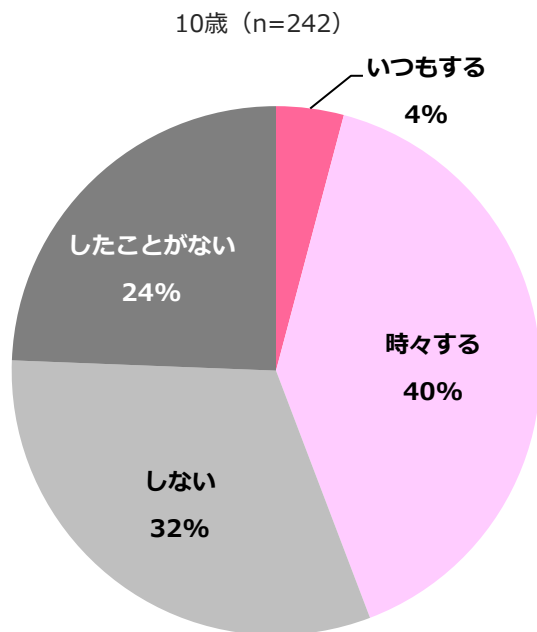
Q. 今、恋してる？（単一回答）



### ②10歳の半数近くが化粧をする。

化粧については、「いつもする」・「時々する」を含めて44%が化粧をします。

Q.化粧はする？（単一回答）



③理想の彼氏は「優しい」がダントツの1位 「カッコイイ」の倍以上の差

理想の彼氏を聞いてみると、「優しい」がダントツの1位に！「カッコイイ」の倍以上の差をつけました。

Q.彼氏はどんな人が理想？（自由回答） 10歳（n=173）

| 理想の彼氏ランキング BEST5 |       |      |
|------------------|-------|------|
| 第1位              | 優しい   | 115人 |
| 第2位              | カッコイイ | 41人  |
| 第3位              | おもしろい | 28人  |
| 第4位              | 運動が得意 | 19人  |
| 第5位              | 背が高い  | 13人  |

④理想の結婚年齢は25歳！平均は23.2歳

最も多かった結婚年齢は25歳という結果になりました。平均すると23.3歳でした。

Q.結婚するなら何歳が理想？（自由回答） 10歳（n=199）

| 結婚するなら何歳が理想？ BEST3 |     |     |
|--------------------|-----|-----|
| 第1位                | 25歳 | 60人 |
| 第2位                | 20歳 | 39人 |
| 第3位                | 23歳 | 24人 |

⑤なりたい職業No.1は保育士 / 幼稚園の先生！

将来なりたい職業を聞いたところ、1位は「保育士 / 幼稚園の先生」という結果になりました。

Q.将来なりたい職業は？（自由回答） 10歳（n=198）

| 将来なりたい職業ランキング BEST5 |              |     |
|---------------------|--------------|-----|
| 第1位                 | 保育士 / 幼稚園の先生 | 19人 |
| 第2位                 | 医者           | 10人 |
| 第2位                 | 漫画家          | 10人 |
| 第4位                 | 教師           | 9人  |
| 第4位                 | 看護師          | 9人  |

**【2016年度 ランキング】**

- 第1位 モデル
- 第2位 看護師
- 第3位 医者
- 第4位 保育士
- 第4位 パティシエ

昨年1位だった「モデル」は6位でした。

⑥あこがれの女性有名人は石原さとみさん

20歳以上の女性が読む美容・ファッション誌の調査などでもあこがれ度No.1の石原さとみさんは、10歳女子にとってもあこがれの存在であることがわかりました。

Q.あこがれの女性有名人をおしえてね。（自由回答）

| あこがれの女性有名人BEST5 |       |     |
|-----------------|-------|-----|
| 第1位             | 石原さとみ | 21人 |
| 第2位             | 広瀬すず  | 14人 |
| 第3位             | 北川景子  | 12人 |
| 第4位             | 桐谷美玲  | 10人 |
| 第4位             | 土屋太鳳  | 10人 |

10歳（n=147）

⑦あこがれの男性有名人は嵐の櫻井翔さん

ニュースキャスターとしても活躍中の櫻井翔さん、数々の胸キュン映画に出演した俳優の山崎賢人さんらが上位にランクイン。

Q.あこがれの男性有名人をおしえてね。（自由回答）

| あこがれの男性有名人BEST5 |      |     |
|-----------------|------|-----|
| 第1位             | 櫻井翔  | 13人 |
| 第2位             | 山崎賢人 | 12人 |
| 第3位             | 福士蒼汰 | 11人 |
| 第4位             | 嵐    | 9人  |
| 第4位             | 山田涼介 | 9人  |

10歳（n=137）

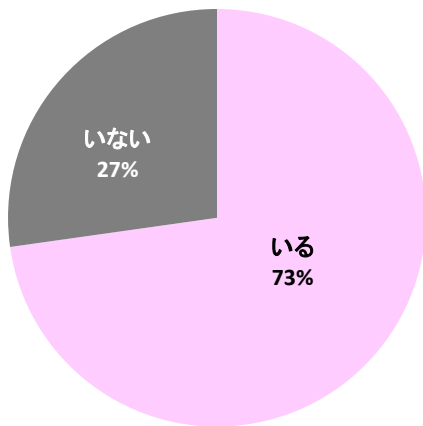
トモダチ（学校）編では、友人との付き合い方、コミュニケーションツール、主に「学校」というライフシーンでの実態を調査しました。

①悩みを相談できる親友が「いる」は73%。

悩みを相談できる親友が「いる」と73%が回答。

Q. なやみとかを相談できる親友はいる？（単一回答）

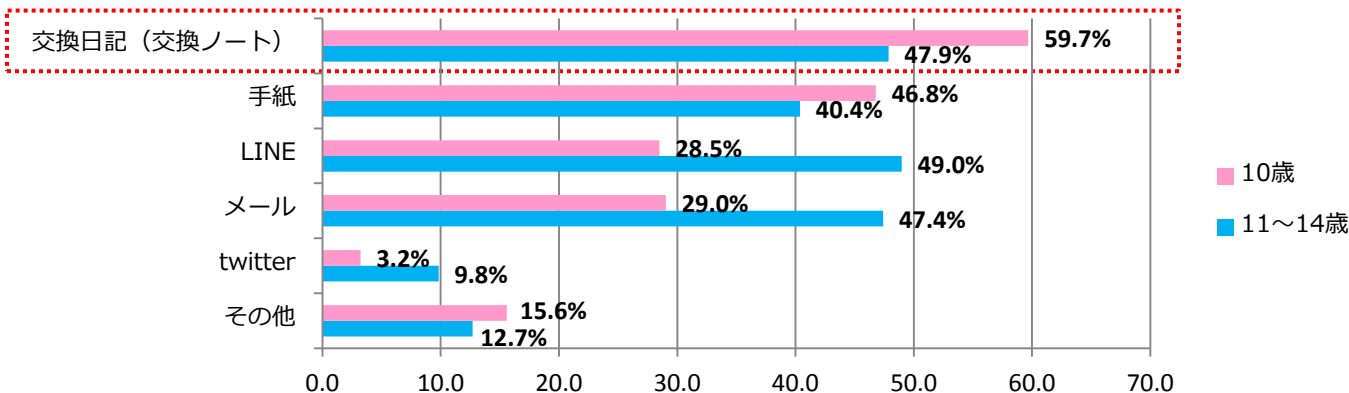
10歳（n=213）



②友達とのやり取りは「交換日記」「手紙」などアナログなツールが2トップに。

友達とのコミュニケーション手段を聞いてみると、「交換日記（交換ノート）」や「手紙」が堂々の2トップに。学校への携帯・スマートフォンの持ち込みを禁止している学校も多いかもしれませんが、10歳ではまだまだアナログな方法で情報交換をし、仲を深めているようです。

Q. 友達との「やりとり」でしているものを全部えらんでね。（複数回答） 10歳（n=186）11-14歳（n=1,080）



③恋バナに次いで、カラダやブラジャーの話も話題に。PPAPもランクイン！

友達との間で流行っていることを聞いてみると、恋バナに次いでカラダやブラジャーの話がランクイン。PPAPも同率3位に食い込みました。

Q. 友達とのあいだで、はやっていることは？（自由回答）

| 友達との間で流行っていることBEST5 |             |     |
|---------------------|-------------|-----|
| 第1位                 | 恋の話         | 30人 |
| 第2位                 | カラダやブラジャーの話 | 28人 |
| 第3位                 | PPAP        | 11人 |
| 第3位                 | 交換日記（交換ノート） | 11人 |
| 第5位                 | 室内レクゲーム     | 9人  |

10歳（n=161）

④好きな授業の第1位は音楽！

好きな授業は音楽が1位に。次いで体育、図工が上位にランクインしています。

Q. 好きな授業は？（自由回答）

| 好きな授業BEST5 |    |     |
|------------|----|-----|
| 第1位        | 音楽 | 56人 |
| 第2位        | 体育 | 47人 |
| 第3位        | 図工 | 42人 |
| 第4位        | 算数 | 36人 |
| 第5位        | 国語 | 34人 |

10歳（n=193）



カゾク編は、家族との関わり方、家庭での生活習慣について調査しました。

①10歳のお小遣いの平均は813円！

1か月のお小遣いの金額を聞いたところ、10歳の平均は813円となりました。

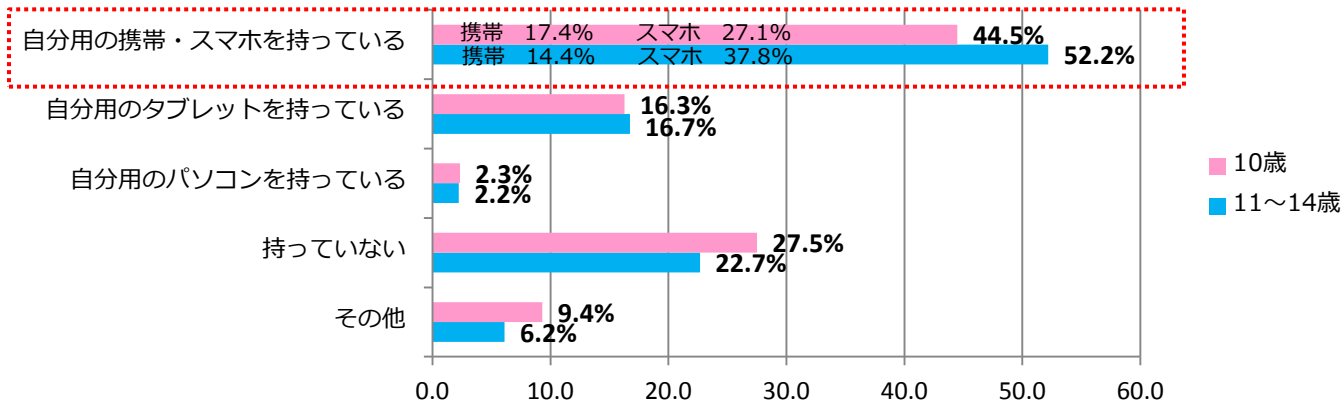
Q. 1ヶ月のおこづかい金額は？（自由回答）10歳（n=193）

| 1ヶ月のおこづかい |        |
|-----------|--------|
| 10歳       | 平均813円 |

②10歳の約45%が自分用の携帯電話を持っている。

コミュニケーションに欠かせないものの一つとして定着しているスマートフォン・携帯電話。10歳では、自分用のスマートフォン・携帯を持つ割合が半数近くに達しています。

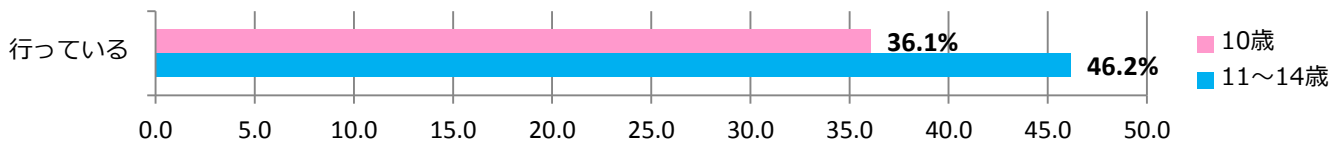
Q. 自分用の携帯かスマホ持ってる？（単一回答）10歳（n=258）11-14歳（n=1,393）



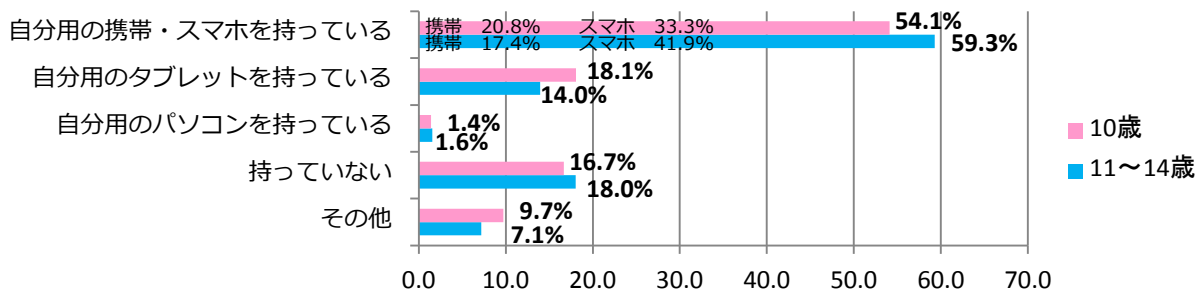
③10歳の学習塾に「行っている」は約36%。自分用の携帯・スマホ所持率も高い傾向に。

学習塾には、10歳で約36%が「行っている」と回答していますが、11歳以降は半数近くに増加。

Q. 学習塾に行っている？（単一回答）10歳（n=205）11~14歳（n=1,143）



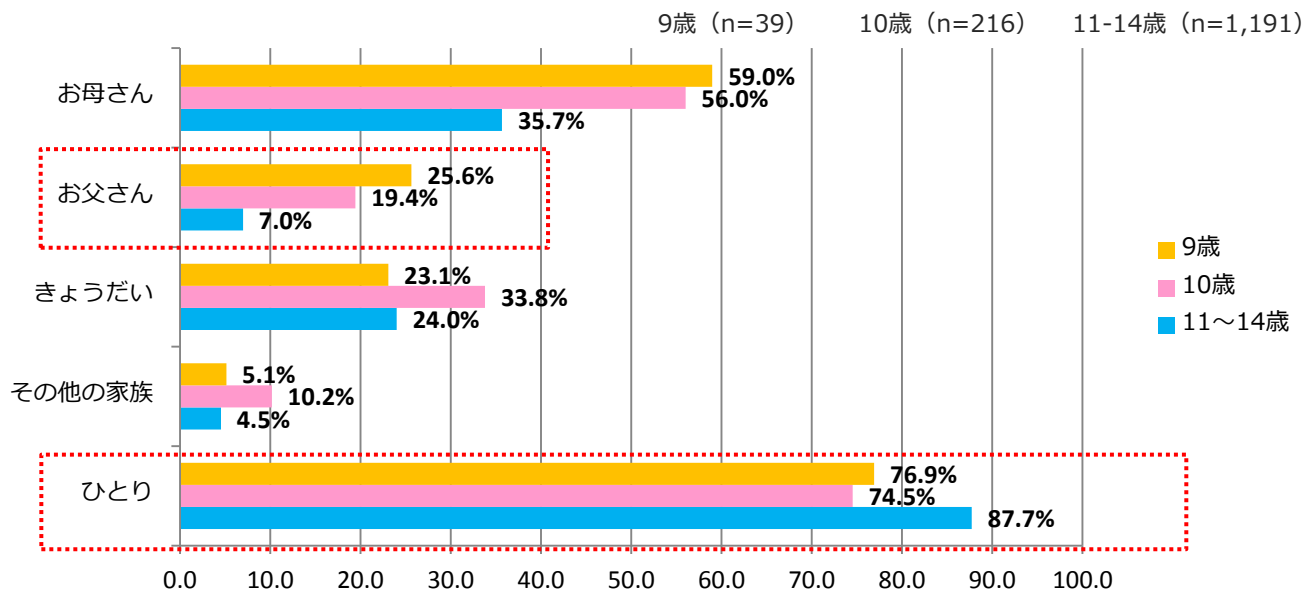
また、学習塾に行っている人の自分用携帯・スマホ所有率は10歳が54.1%、11~14歳が59.3%という結果となりました。上記②のグラフと比較してみると、学習塾に行っている人ほど、携帯・スマホの所持率が高い傾向にあることが伺えます。



④11歳以降は「ひとり」での入浴が急増。また、「お父さん」と一緒に入る人が激減…

11歳以降は、お風呂にひとりで入る割合が増えていくことがわかります。特に「お父さん」と一緒に入る割合は激減します。

Q.今、いっしょにお風呂に入ることがあるのはだれ？思い当たる人を全部えらんでね。（複数回答）

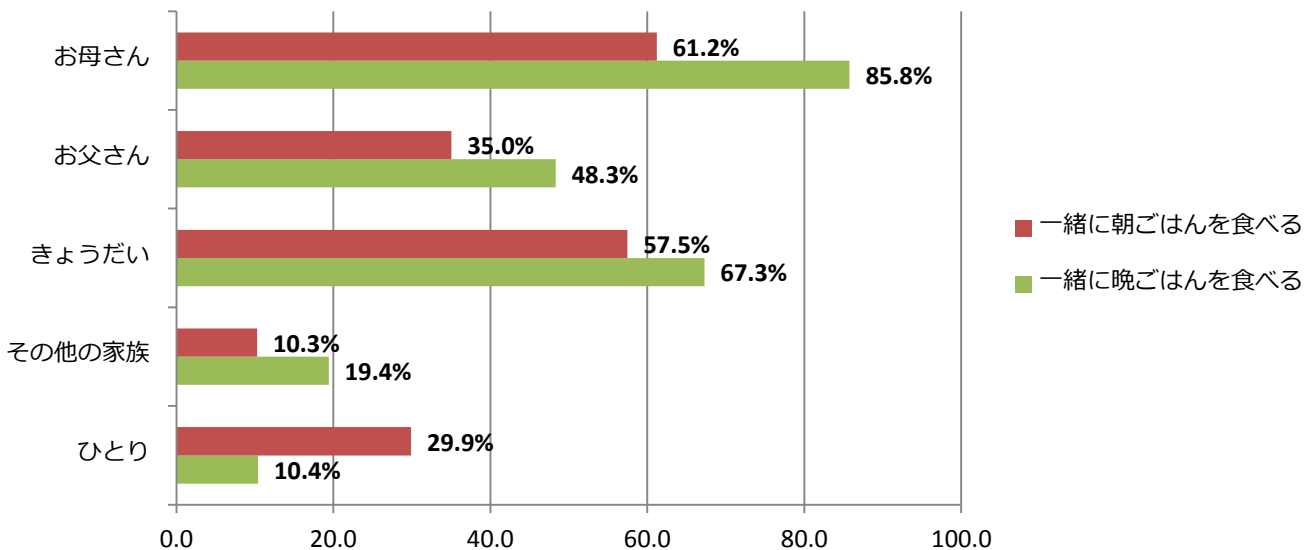


⑤夜ごはんは約86%が「お母さん」と一緒。

食事は1日の中で大切なコミュニケーションの場のひとつですが、夕食は約86%が「お母さん」と食事をとっています。

Q.朝、いつも一緒に晩ごはんを食べるのはだれ？思い当たる人を全部えらんでね。（複数回答） 10歳 (n=214)

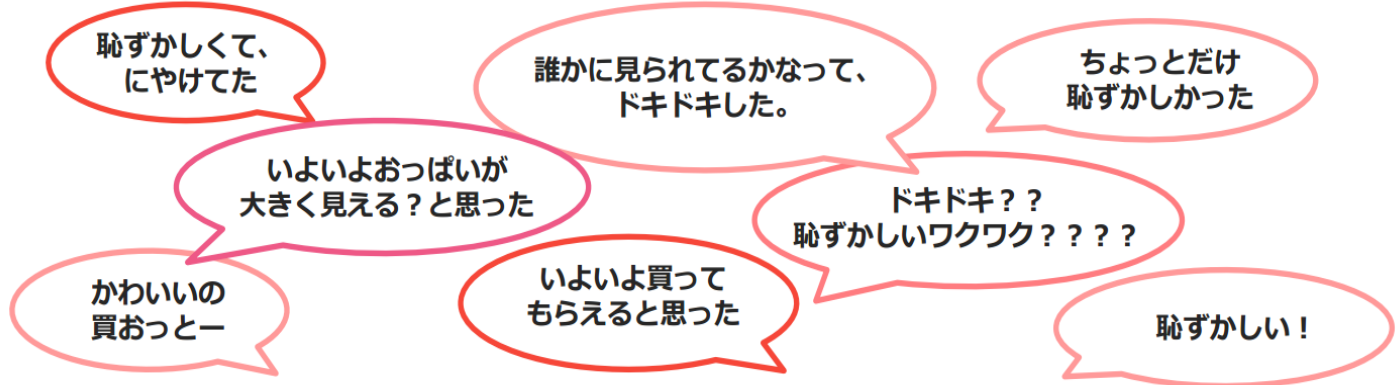
Q.夜、いつも一緒に晩ごはんを食べるのはだれ？思い当たる人を全部えらんでね。（複数回答） 10歳 (n=211)



⑥お母さんと一緒にブラジャーを買いに行った時は、恥ずかしい気持ちが大きかった

お母さんと一緒に初めてブラジャーを買いに行った時の気持ちを教えてもらうと、一番目立ったのが「恥ずかしかった」という声。期待や不安が入り混じるような「ドキドキ」を感じる人も多いようです。

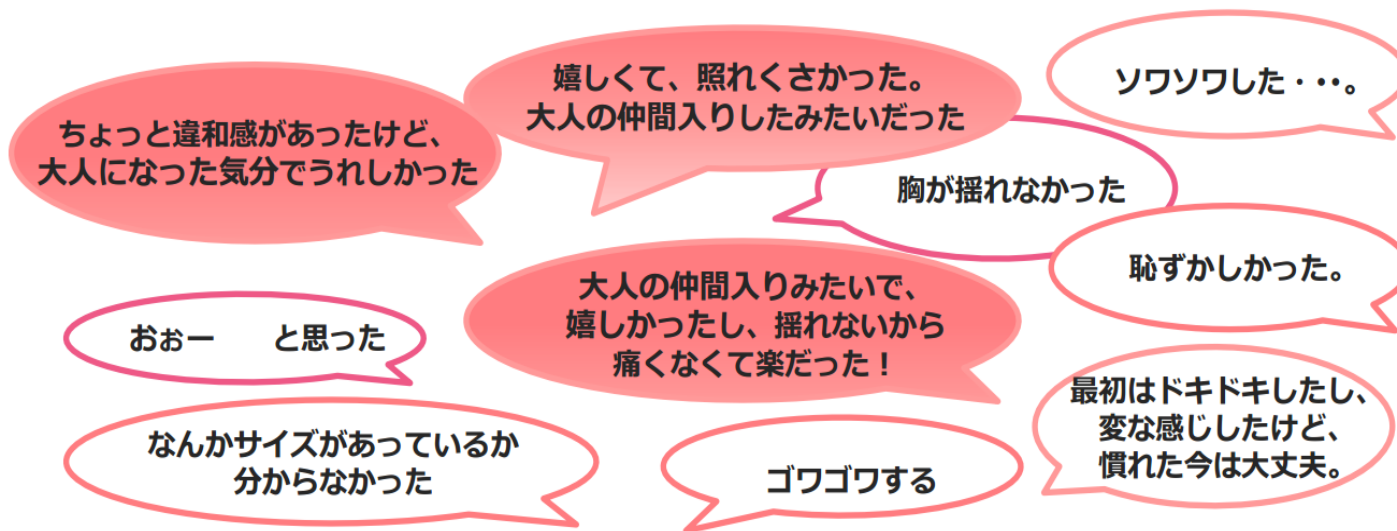
Q. (ブラジャーを持っている人だけ答えてね) あなたが、お母さんと一緒にお店にブラジャーを買いに行った事があれば、その時の気持ちを教えてね。(自由回答) 10歳 (n=13)



⑦初めてのブラジャーをつけた感想は…戸惑いながらもやっぱり嬉しい!?

初めてのブラジャーをつけた感想は、違和感を覚えたり戸惑いつつも、大人になった気がして嬉しかったという声が多数ありました。一方で「ゴワゴワする」「サイズが合っているかわからなかった」など、ブラジャー選びに戸惑う様子も垣間見えました。

Q. (ブラジャーを持っている人だけ答えてね) 初めてブラジャーをつけた時の感想や気持ちを覚えていたら、教えてね。(自由回答) 10歳 (n=92)



【10歳キラキラ白書2017】 URL :

[http://www.wacoal.jp/girlsbody/oyanavi/10yearold\\_whitepaper/](http://www.wacoal.jp/girlsbody/oyanavi/10yearold_whitepaper/)

〈調査概要〉

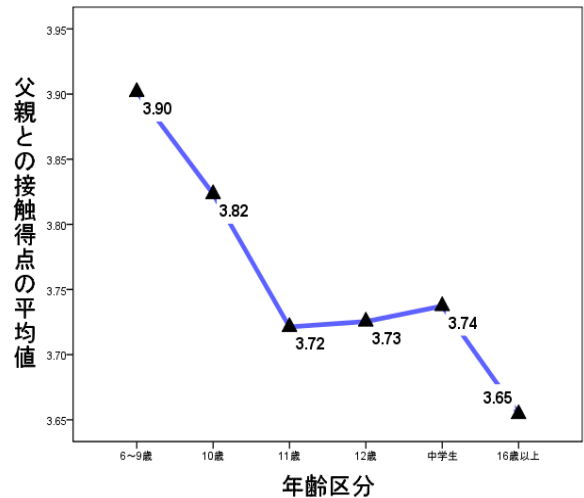
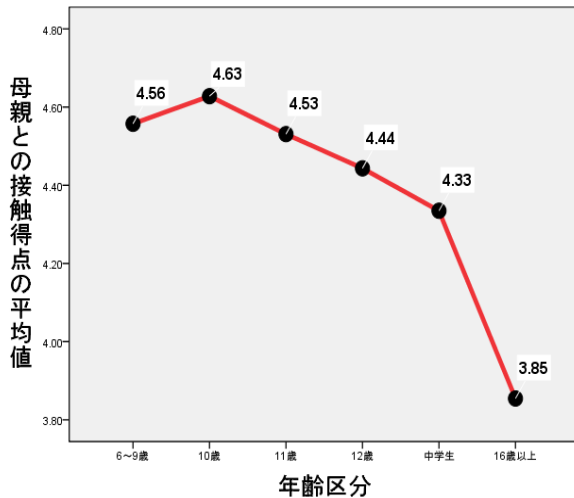
- 調査期間 : 2016年9月~12月
- 対象 : ワコールが運営する小学生・中学生女の子下着の悩み解決するサイト「ガールズばでなび (<http://www.wacoal.jp/girlsbody>) 」訪問者1,882名 (10歳 = 266名)
- 方法 : インターネット調査

# 【小野寺敦子先生解説】「10歳」の今こそ、2人の時間を。

発達心理学者で親子関係が専門の目白大学教授、小野寺敦子先生のご協力のもと、心身の成長度合いと親子や友人との関係性について詳しい分析を行いました。

## 母親との接触度合いは、10歳を過ぎると次第に減少していく。 「10歳」の子どもと「今こそ向き合って」

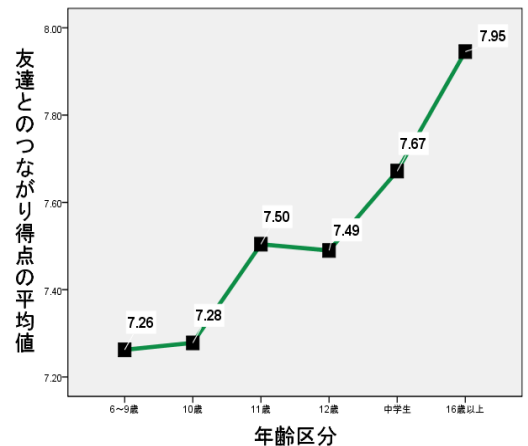
お風呂や食事などの接触機会を得点化し、父親と母親との接触得点を算出しました。その結果、**母親との接触度合いは、10歳を過ぎると次第に減少していくことがわかりました。**また、父親との接触度合いは9歳を境に激減していきます。



「10歳」は親子関係が大きく変化する節目の年齢であると言えます。それまでは、お風呂と一緒に入ったり家族で楽しく食事をしていた娘も、徐々に親よりも友達との関係性を大事にしていく傾向があります。

## 10歳を境に友達との繋がりが次第に増える。

また、友達とのやり取りで使うツールの数を得点化し、年齢別の関連性をみたところ、**10歳を境にして友達との繋がりが次第にふえていくことがわかりました。**これは子どもが親から徐々に心理的に自立を始める時期と関連していきます。



### <参考>

「接触得点」…食事やお風呂における接触度合いを合計し得点化。  
「友達との繋がりが得点」…友達とのやり取りで使うツールの数合計し得点化。  
(交換日記、手紙、メール、LINE、Twitter)

10歳は身体的および心理的にも個人差が大きい時期であるからこそ、親子の絆が大切になります。この「10歳」という節目の年に、一緒にカフェでランチをしたりブラジャーを買いに行ってみるような、メモリアルな一日を二人で過ごしてみてもはどうでしょうか。きっと母と娘の心の絆を確認できる素敵な一日になると思います。



### 小野寺敦子先生 プロフィール 目白大学 人間学部 心理カウンセリング学科 教授

東京都生まれ。1984年東京都立大学大学院博士課程修了。心理学専攻、心理学博士。現在、目白大学人間学部心理カウンセリング学科教授。専門は発達心理学、家族心理学。