

20代働き女子の自分磨き・イメチェンに関する調査

イマドキ 20代働き女子は美意識が高い！

取り組んでいる自分磨き TOP3 はスキンケア、ヘアケア、姿勢・立ち姿改善！

この春、イメチェンするなら「体幹トレーニング」！ 20代働き女子の5人に1人が注目

20代働き女子が身だしなみ向上にける金額は月々10,200円

初デート前に身だしなみを“盛る”のに平均 7,600円！

SMBCコンシューマーファイナンス株式会社(代表取締役社長:幸野 良治、<http://www.smbc-cf.com>)は、2016年2月9日～10日の2日間、20歳～29歳の有職女性(アルバイト・パート除く)を対象に「20代働き女子の自分磨き・イメチェンに関する調査」をインターネットリサーチで実施し、1,000名の有効サンプルの集計結果を公開しました。(調査協力会社:ネットエイジア株式会社)

調査結果 - TOPICS -

【20代働き女子の自分改革の意識と実態】 ……2～4ページ

- ≫ 20代働き女子が取り組んでいる自分磨き 1位「スキンケア」、2位「ヘアケア」、3位「姿勢・立ち姿改善」
- ≫ 20代働き女子が“好きな人にドン引きされるほど”怠ったこととは？
- ≫ この春、イメチェンするなら「体幹トレーニング」！ 20代働き女子の5人に1人が注目
- ≫ 目指すは内面も美しい30代？ 30代に必須だと思う自分磨きは“気配り・感謝・家事スキル”
- ≫ 「30代になったら内面磨きが欠かせない」20代後半になるとより強く意識
- ≫ 20代働き女子が自分磨きをするワケ 1位は「可愛い・美しい女性になりたいから」
- ≫ 自分改革はそれだけで楽しい！ 自分磨きの理由は「自分磨き自体が楽しいから」5人に1人
- ≫ 「自分磨きは恋人ゲットのため！」20代未婚女子の5人に1人

【20代働き女子が自分磨き・イメチェンにけるお金】 ……5～6ページ

- ≫ 20代働き女子が自分磨きにける金額 仕事力向上は月々2,700円 身だしなみ向上は月々10,200円
- ≫ 未婚女性の自分磨き予算は、既婚女性より月々3,000円以上高い
- ≫ 今年の春、イメチェンするならいくらかけたい？ 「1万円超」が約4割、平均16,300円
- ≫ 20代働き女子は初デート前に身だしなみを“盛る”のに平均7,600円かけている！

アンケート調査結果
【20代働き女子の自分改革の意識と実態】

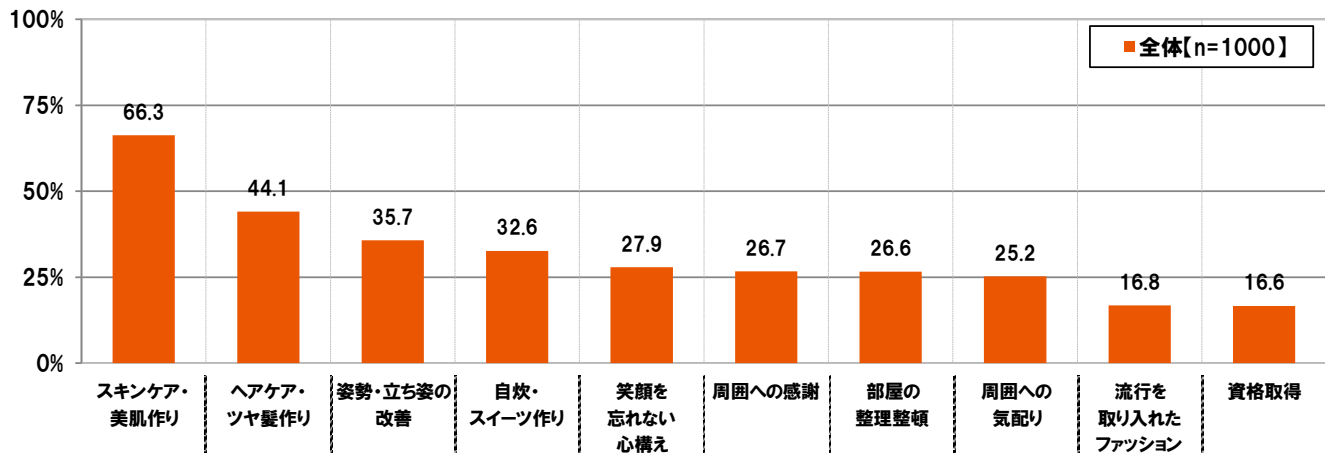
- 20代働き女子が取り組んでいる自分磨き 1位「スキンケア」、2位「ヘアケア」、3位「姿勢・立ち姿改善」
- 20代働き女子が“好きな人にドン引きされるほど”怠ったことは？

20～29歳の有職女性(アルバイト・パート除く)1,000名に、“自分磨き”についての質問を行いました。

まず、【現在、自分磨きとして取り組んでいること】について聞いたところ、1位は「スキンケア・美肌作り」(66.3%)、2位は「ヘアケア・ツヤ髪作り」(44.1%)、3位は「姿勢・立ち姿の改善」(35.7%)となりました。身だしなみや姿勢など、外見に関連する自分磨きに取り組んでいる20代働き女子が多いようです。

Q.現在、自分磨きとして取り組んでいることは？ (複数回答)

※上位10位までを表示



また、【過去に、“好きな人からドン引きされるほど”怠ったこと】を聞いたところ、1位は「部屋の整理整頓」(6.9%)、2位は「スキンケア・美肌作り」(5.7%)、3位は「ヘアケア・ツヤ髪作り」(4.3%)となりました。また、「過去に、“好きな人からドン引きされるほど”怠ったことはない」が4人に3人の割合(74.4%)となったことから、20代働き女子のおよそ4人に1人が、仕事などに熱中しすぎたのか、自分磨きを怠ってしまった経験があることがわかりました。

◆過去に、“好きな人からドン引きされるほど”怠ったことは？ (複数回答)

※全体 n=1,000 ※上位5位までを表示

1位 「部屋の整理整頓」(6.9%)

2位 「スキンケア・美肌作り」(5.7%)

3位 「ヘアケア・ツヤ髪作り」(4.3%)

4位 「姿勢・立ち姿の改善」 / 「美しい言葉遣い」(同率、2.8%)

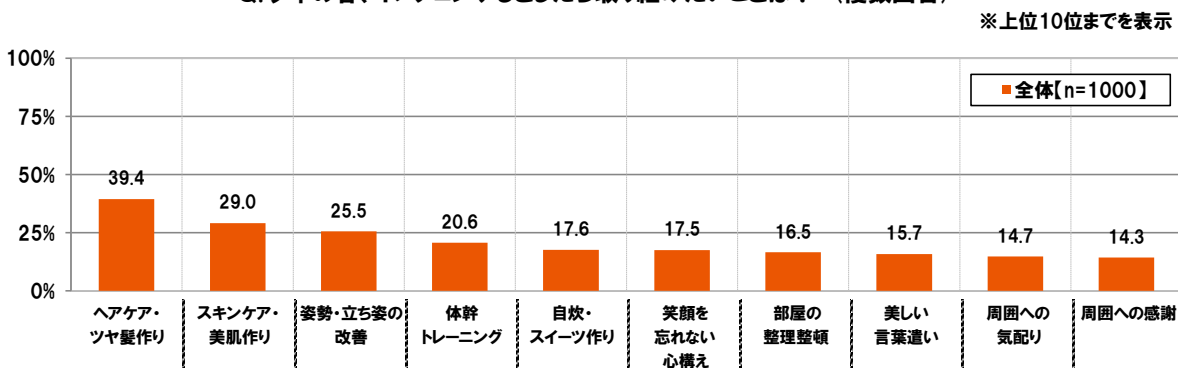
番外 「過去に、“好きな人からドン引きされるほど”怠ったことはない」(74.4%)

- » この春、イメチェンするなら「体幹トレーニング」！ 20代働き女子の5人に1人が注目
- » 目指すは内面も美しい30代？ 30代に必須だと思う自分磨きは“気配り・感謝・家事スキル”
- » 「30代になったら内面磨きが欠かせない」20代後半になるとより強く意識

それでは、20代働き女子は、今後はどんな“イメージチェンジ”や“自分磨き”に取り組んでいきたいと考えているのでしょうか。

【今年の春、イメチェンするとしたら取り組みたいこと】を聞いたところ、1位は「ヘアケア・ツヤ髪作り」(39.4%)、2位は「スキンケア・美肌作り」(29.0%)、3位は「姿勢・立ち姿の改善」(25.5%)となり、1位～3位には【現在、自分磨きとして取り組んでいること】と同様の取り組みが並びましたが、4位には、現在取り組んでいることの上位10位までにはみられなかった「体幹トレーニング」(20.6%)が挙がりました。太りにくい体質作りや美しい姿勢の維持、冷え性や生理痛などにも良い影響があると言われていた体幹トレーニングに注目している20代働き女子が多いようです。

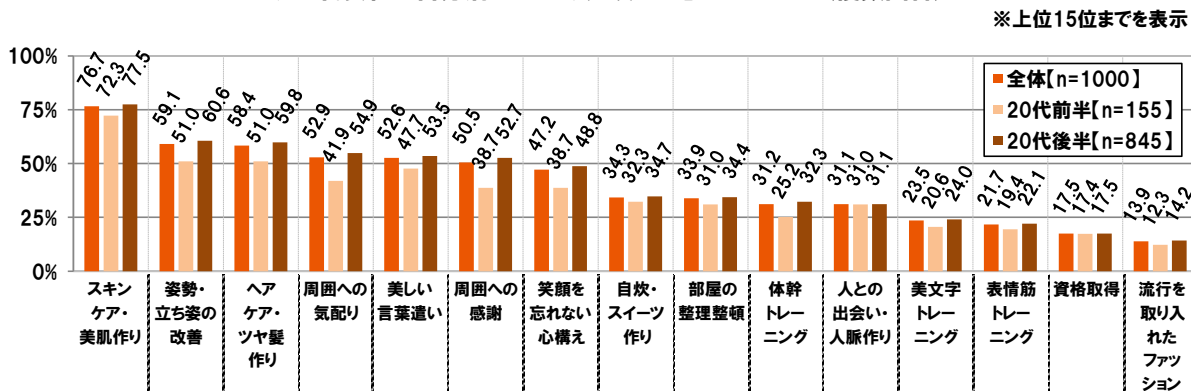
Q.今年の春、イメチェンするとしたら取り組みたいことは？（複数回答）



また、【30代女性の自分磨きとして、必須だと思うこと】を聞いたところ、1位は「スキンケア・美肌作り」(76.7%)、2位は「姿勢・立ち姿の改善」(59.1%)、3位は「ヘアケア・ツヤ髪作り」(58.4%)となり、こちらも外見に関する自分磨きがトップ3に挙がりました。そのほか、「周囲への気配り」(4位、52.9%)、「周囲への感謝」(6位、50.5%)などの人間関係を円滑に進めるための心がけが5割台、「自炊・スイーツ作り」(8位、34.3%)や「部屋の整理整頓」(9位、33.9%)といった家事スキルの向上が3割台で上位に入りました。30代になったら、外見だけでなく内面も美しい女性になりたい、という思いが表れた結果と言えるのではないのでしょうか。

20代前半と20代後半を比較すると、「周囲への気配り」(20代前半 41.9%、20代後半 54.9%、以下同順)や、「周囲への感謝」(38.7%、52.7%)、「笑顔を忘れない心構え」(38.7%、48.8%)は、20代後半のほうが10ポイント以上高くなりました。20代後半になって、30代女性には内面磨きが不可欠だと気付く方が多いようです。

Q.30代女性の自分磨きとして、必須だと思うことは？（複数回答）



- » 20代働き女子が自分磨きをするワケ 1位は「可愛い・美しい女性になりたいから」
- » 自分改革はそれだけで楽しい！ 自分磨きの理由は「自分磨き自体が楽しいから」5人に1人
- » 「自分磨きは恋人ゲットのため！」20代未婚女子の5人に1人

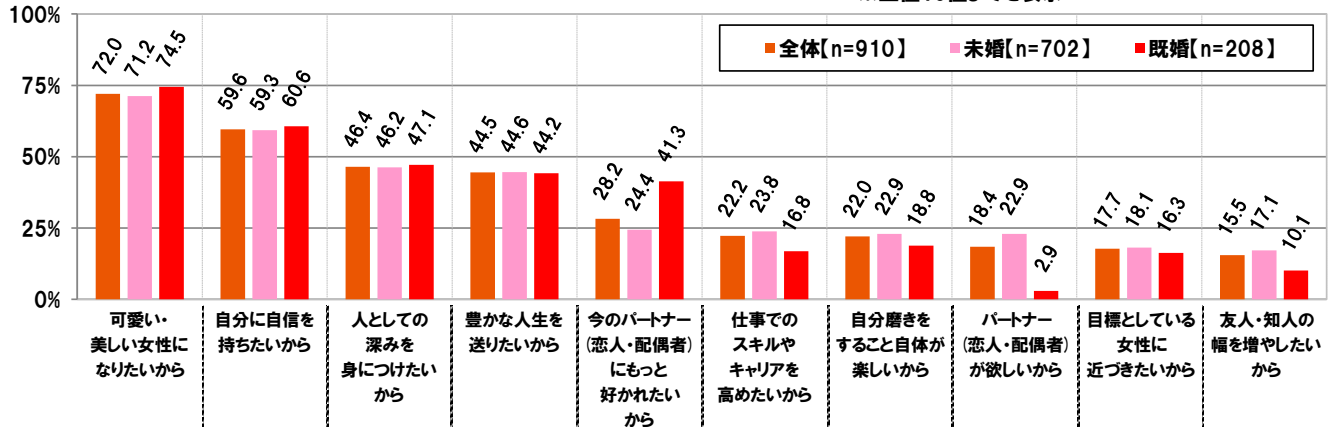
20代働き女子は、どのようなことをモチベーションとして自分磨きに取り組んでいるのでしょうか。

現在、何らかの自分磨きに取り組んでいる方(910名)に対し、自分磨きに取り組む理由について聞いたところ、「可愛い・美しい女性になりたいから」が72.0%で最も高く、次いで、「自分に自信を持ちたいから」(59.6%)や「人としての深みを身につけたいから」(46.4%)、「豊かな人生を送りたいから」(44.5%)が続きました。自分磨きを通じて、きれいになったり、内面の強さを身につけたりすることで、人生を豊かにしたい、という思いがうかがえる結果と言えるのではないのでしょうか。また、「自分磨きをする事自体が楽しいから」は5人に1人の割合(22.0%)となりました。自分磨きに楽しく取り組んでいる20代働き女子も少なくないようです。

婚姻状況別にみると、既婚女性は「今のパートナー(恋人・配偶者)にもっと好かれないから」が41.3%、未婚女性は「パートナーが欲しいから」が22.9%となりました。恋人や配偶者からの印象を良くしたい、または、新たな出会いにつなげたい、意中の人の心をつかみたいとの思いも、自分磨きのモチベーションとなっているようです。

Q.自分磨きに取り組む理由は？ (複数回答)

※対象：現在、何らかの自分磨きに取り組んでいる方
 ※上位10位までを表示



【20代働き女子が自分磨き・イメチェンにけるお金】

- **20代働き女子が自分磨きにける金額 仕事力向上は月々2,700円 身だしなみ向上は月々10,200円**
- **未婚女性の自分磨き予算は、既婚女性より月々3,000円以上高い**
- **今年の春、イメチェンするならいくらかけたい？ 「1万円超」が約4割、平均16,300円**

自分磨きには、どのくらいお金を費やしているのでしょうか。現在、何らかの自分磨きに取り組んでいる方(910名)に対し、【1.仕事力向上(資格勉強など)】、【2.女子力向上(料理教室など)】、【3.身だしなみ向上(化粧品やファッションなど)】の、3つの自分磨きについて、月々かけている金額を聞いたところ、【1】は平均2,713円、【2】は1,687円、【3】は10,169円となりました。これら3つの自分磨きのなかでは、特に身だしなみ向上にお金を費やす傾向にあるようです。また、【1】～【3】を合計し、自分磨きに月々かけている金額を算出すると、平均は14,570円となりました。

婚姻状況別に、自分磨きに月々かけている金額を比較すると、未婚女性は平均15,329円と、既婚女性(12,007円)に比べて3,000円以上高くなり、自分磨きによりお金を費やす傾向があることがわかりました。

◆自分磨きに月々かけている金額は？(平均、自由回答:数値より算出)

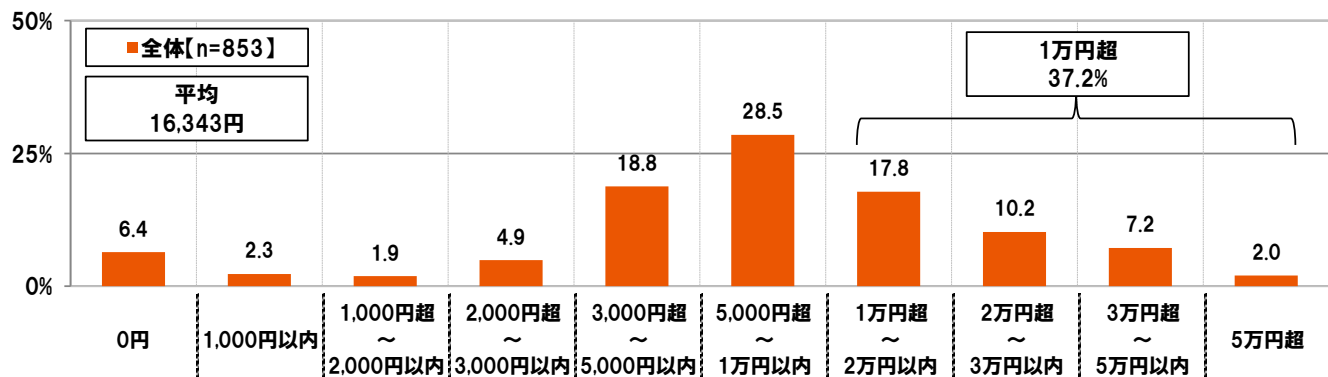
※対象:現在、何らかの自分磨きに取り組んでいる方(全体 n=910、未婚 n=702、既婚 n=208)

【1.仕事力向上】	全体:2,713円 / 未婚:2,811円 / 既婚:2,382円
【2.女子力向上】	全体:1,687円 / 未婚:1,742円 / 既婚:1,502円
【3.身だしなみ向上】	全体:10,169円 / 未婚:10,776円 / 既婚:8,123円
【1～3合計】	全体:14,570円 / 未婚:15,329円 / 既婚:12,007円

また、今年の春、イメチェンするとしたら取り組みたいことがある方(853名)に対し、【今年の春、イメチェンするとしたらどのくらいお金をかけたいと思うか】聞いたところ、「3,000円超～5,000円以内」は18.8%、「5,000円超～1万円以内」は28.5%、「1万円超～2万円以内」は17.8%となりました。「0円」は1割未満(6.4%)にとどまった一方、「1万円超」の回答は、合計で約4割(37.2%)となり、平均は16,343円となりました。新たな自分に出会うためならしっかり“イメチェン投資”をしたい、という思いがうかがえる結果と言えます。

Q.今年の春、イメチェンするとしたらどのくらいお金をかけたいと思うか？(自由回答:数値)

※対象:今年の春、イメチェンするとしたら取り組みたいことがある方



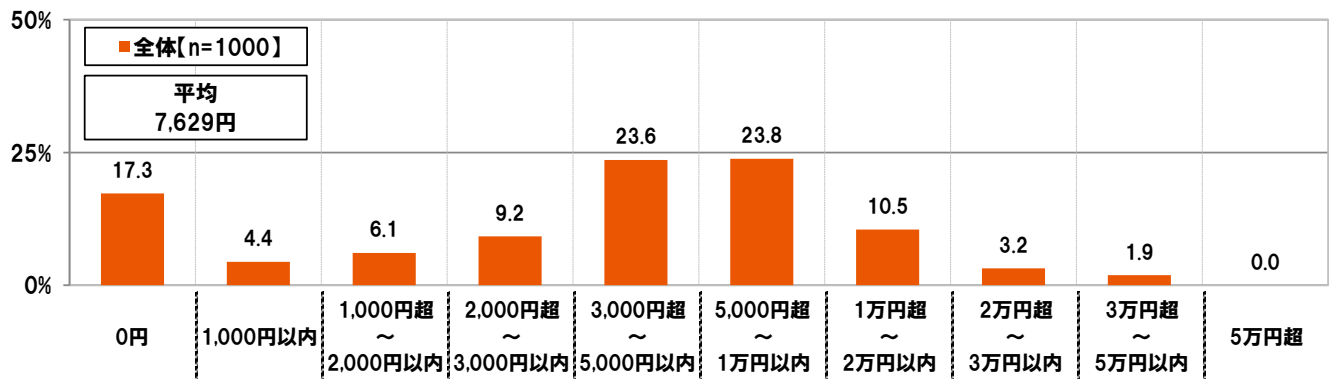
≫ **20代働き女子は初デート前に身だしなみを“盛る”のに平均 7,600 円かけている！**

20代働き女子は、勝負時での“臨時のイメージアップ”には、どのくらいお金をかけているのでしょうか。

【気になる相手との初デート前に、気合いを入れて身だしなみを“盛る”(*)としたらどのくらいお金をかけるか】を聞いたところ、「3,000円超～5,000円以内」(23.6%)や、「5,000円超～1万円以内」(23.8%)に回答が集中し、平均は7,629円となりました。20代働き女子の勝負時のイメージアップ予算は、7,500円程度が相場のようなようです。

(*)普段よりも良い自分を演出すること

Q.気になる相手との初デート前に、気合いを入れて身だしなみを“盛る”(*)としたらどのくらいお金をかけるか？ (自由回答:数値)



※“盛る”…普段よりも良い自分を演出すること

《調査概要》

- ◆調査タイトル : 20代働き女子の自分磨き・イメチェンに関する調査
- ◆調査対象 : ネットエイジアリサーチのインターネットモニター会員を母集団とする
20歳～29歳の有職女性(アルバイト・パート除く)
- ◆調査期間 : 2016年2月9日～10日
- ◆調査方法 : インターネット調査
- ◆調査地域 : 全国
- ◆有効回答数 : 1,000サンプル(有効回答から無作為抽出)
- ◆調査協力会社 : ネットエイジア株式会社

■■報道関係の皆様へ■■

本リリースの内容の転載にあたりましては、
「SMBC コンシューマーファイナンス調べ」と付記のうえ、
ご使用いただきますよう、お願い申し上げます。

URL: <http://www.smbc-cf.com/bincan-station/antenna/04.html>

■■本調査に関するお問合せ窓口■■

SMBC コンシューマーファイナンス株式会社

担当 : 広報 CSR 部 ポーイ、森川

TEL : 03-3543-7360

Eメール : corporate_info@smbc-cf.com

受付時間: 9時00分～18時00分(月～金)

■■会社概要■■

会社名 : SMBC コンシューマーファイナンス株式会社

(英訳名 SMBC Consumer Finance Co., Ltd.)

設立 : 1962年(昭和37年)3月20日

代表者名 : 幸野 良治

所在地 : 東京都中央区銀座四丁目12番15号

事業内容 : 貸金業・保証業

登録番号 : 関東財務局長(11)第00615号