

2021 年 12 月 10 日
株式会社アイスタット
News Release

株式会社アイスタット マンスリーレポート

- 見た目年齢に関する調査 -

(調査期間：2021年12月2日)

年齢を重ねるごとに気になってくるのが「見た目年齢」。同じ年齢でも年齢よりも若く見える人、老けて見える人がいます。見た目の年齢は、髪型、体型、服装、振る舞いなど多くの情報から推定されますが、決め手となる要因は何なのでしょう。

株式会社アイスタット（本社：東京都杉並区、代表取締役社長：志賀保夫）は、「見た目年齢」に関するアンケートを実施しました。

業界最大規模のモニター数を誇るセルフ型アンケートツールFreeasy を運営するアイブリッジ株式会社（本社：大阪府大阪市）の会員 30 歳～59歳の300人を対象に調査を実施しました。

調査結果サマリー

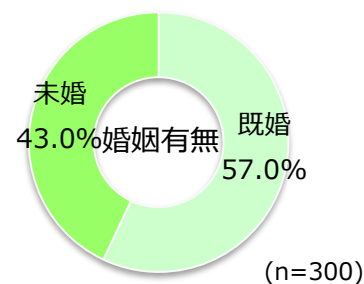
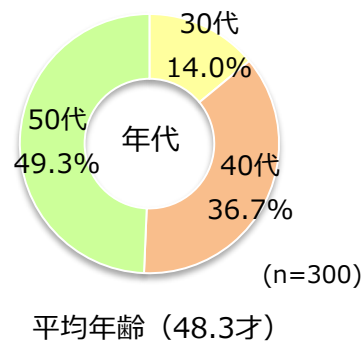
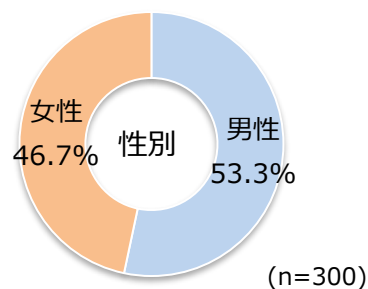
- ✔ **実年齢より老けて見られると回答した人は「30代」「男性」「未婚」「無職・その他」で最多！**
- ✔ **年齢を重ねることに抵抗がないと回答した人ほど、実年齢より老けて見られている！**
- ✔ **若く見られる努力をしていないと回答した人ほど、実年齢より老けて見られている！**
- ✔ **「素敵」「カッコよい」と思われたい、「もてたい」という感情がない人ほど、老けて見られている！**
- ✔ **見た目が「ツヤがない・乾燥肌」の人ほど、実年齢より老けて見られている！**
- ✔ **身だしなみを全く気をつけていない人ほど、実年齢より老けて見られている！**
- ✔ **年齢不詳と言われる行動をしていない人ほど、実年齢より老けて見られている！**
- ✔ **ストレスがある、規則正しい食事をとっていない人ほど、実年齢より老けて見られている！**

調査概要

形式	Webアンケート形式
調査期間	2021年12月2日
回答者	セルフ型アンケートツールFreeasyに登録している30歳～59歳の会員300人
調査機関	株式会社アイスタット

【回答者属性】

全体		300名	100.0%
性別	男性	160名	53.3%
	女性	140名	46.7%
年代	30代	42名	14.0%
	40代	110名	36.7%
	50代	148名	49.3%
有 婚 無 姻	未婚	129名	43.0%
	既婚	171名	57.0%
職 業	会社員(正社員)	129名	43.0%
	会社員 (契約・派遣社員)	16名	5.3%
	経営者・役員	2名	0.7%
	公務員 (教職員を除く)	4名	1.3%
	自営業	25名	8.3%
	自由業	9名	3.0%
	医師・医療関係者	4名	1.3%
	専業主婦	42名	14.0%
	パート・アルバイト	36名	12.0%
	無職	26名	8.7%
	その他	7名	2.3%
居 住 地	北海道・東北地方	27名	9.0%
	関東地方	123名	41.0%
	中部地方	58名	19.3%
	近畿地方	61名	20.3%
	四国・中国・九州地方・沖縄	31名	10.3%



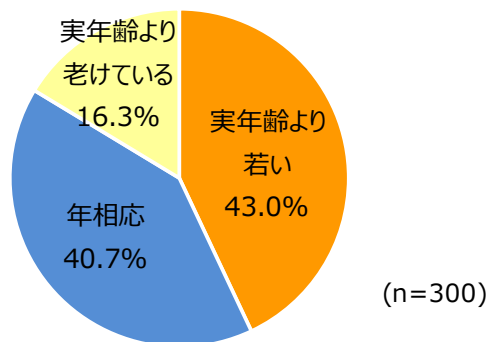
主な分析結果

実年齢より老けて見られると回答した人は「30代」「男性」「未婚」「無職・その他」で最多！

「見た目年齢」は他の人からどう見られているかを聞いたところ、「実年齢より若い」の43.0%が最も多く、次に「年相応」の40.7%、「実年齢より老けている」の16.3%の順で続いた。

実年齢より若く見られていると回答した人の属性をみると、「30代」「女性」「未婚」「職業あり」で最も多かった。一方、実年齢より老けて見られていると回答した人の属性は「30代」「男性」「未婚」「無職・その他」で最も多かった。「30代」が共に最も多かった要因は、ほんのちょっとしたことで見た目の印象を左右する年代である、また、加齢スピードの格差が生まれやすいと推測した。

【図1】 あなたの見た目年齢は、他の人からどう見られていると思いますか。（回答は1つ）



(横%表)

		見た目年齢			n
		実年齢より若い	年相応	実年齢より老けている	
全体		43.0	40.7	16.3	300
年代	30代	47.6	28.6	23.8	42
	40代	40.0	38.2	21.8	110
	50代	43.9	45.9	10.1	148
性別	男性	40.0	41.9	18.1	160
	女性	46.4	39.3	14.3	140
婚姻有無	未婚	43.4	37.2	19.4	129
	既婚	42.7	43.3	14.0	171
職業	職業あり	47.6	34.9	17.5	189
	パート・アルバイト	41.7	52.8	5.6	36
	専業主婦	38.1	45.2	16.7	42
	無職・その他	24.2	54.5	21.2	33

カイ二乗検定

	クラメル 関係数	p 値	判定
年代 × 見た目年齢	0.1298	0.039	[*]
性別 × 見た目年齢	0.0711	0.469	[]
婚姻 × 見た目年齢	0.0808	0.375	[]
職業 × 見た目年齢	0.1396	0.069	[]

独立性 (カイ2乗) の検定

クロス集計を行った結果が、母集団においても関連性があるといえるかを調べる。判定[*]は母集団に関連性があるといえる。

クラメル関係数

クロス集計表における行要素と列要素の関連の強さを示す指標

各項目を縦に見て最大値に彩色

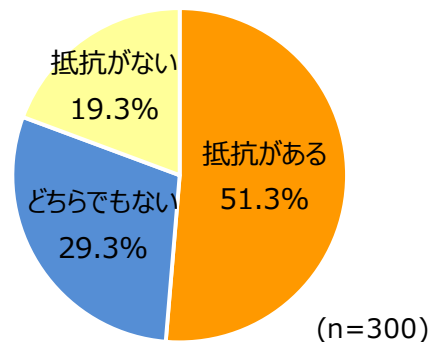
年齢を重ねることに抵抗がないと回答した人ほど、実年齢より老けて見られている！

年齢を重ねること（古い）に抵抗があるかを聞き、抵抗有無別に分類してみたところ、「抵抗がある」の51.3%が最も多く、次に「どちらでもない」の29.3%、「抵抗がない」の19.3%の順で続いた。年代別でみると、年代が高い人ほど抵抗がある妥当な結果であった。

抵抗の有無により、「見た目年齢」に違いがあるのかを「見た目年齢」別で調べた。「抵抗がある」を回答した人は「実年齢より若い」が最も多く、「抵抗がない」と回答した人は「実年齢より老けている」が最も多い結果であった。これより、実年齢より若く見られるためには、年齢を重ねることに抵抗意識を持つことが重要であることが示された。

【図2】 あなたは、年齢を重ねること（古い）に抵抗がありますか。（回答は1つ）

年齢を重ねること（古い）	n	%
非常に抵抗がある	51	17.0%
やや抵抗がある	103	34.3%
どちらでもない	88	29.3%
あまり抵抗がない	34	11.3%
全く抵抗がない	24	8.0%
全体	300	100.0%



(横%表)

		年齢を重ねること（古い）			n
		抵抗がある	どちらでもない	抵抗がない	
全体		51.3	29.3	19.3	300
見た目年齢	実年齢より若い	58.9	24.8	16.3	129
	年相応	48.4	38.5	13.1	122
	実年齢より老けている	38.8	18.4	42.9	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

カイ二乗検定	クラメル連関係数	p 値	判定
見た目年齢×年齢を重ねること	0.2108	0.000	【**】

(横%表)

		年齢を重ねること（古い）			n
		抵抗がある	どちらでもない ない	抵抗がない	
全体		51.3	29.3	19.3	300
年代	30代	35.7	38.1	26.2	42
	40代	48.2	34.5	17.3	110
	50代	58.1	23.0	18.9	148
性別	男性	43.1	35.0	21.9	160
	女性	60.7	22.9	16.4	140
婚姻	未婚	46.5	34.9	18.6	129
有無	既婚	55.0	25.1	19.9	171
職業	職業あり	50.8	29.1	20.1	189
	パート・アルバイト	61.1	25.0	13.9	36
	専業主婦	54.8	23.8	21.4	42
	無職・その他	39.4	42.4	18.2	33

各項目を縦に見て最大値に彩色

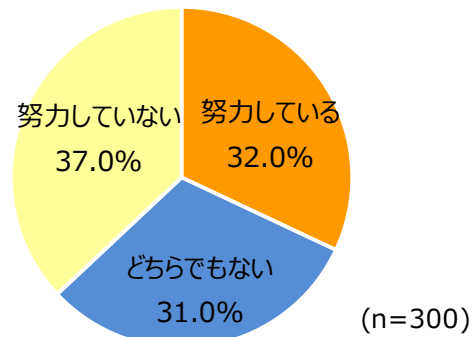
若く見られる努力をしていないと回答した人ほど、実年齢より老けて見られている！

若く見られるための努力をしているかを聞き、努力有無別に分類してみたところ、「努力していない」の37%が最も多く、次に「努力している」の32%、「どちらでもない」の31%の順で続いた。年代別でみると、努力している人は40代で最も多かった。

努力の有無により、「見た目年齢」に違いがあるのかを「見た目年齢」別で調べた。「努力している」を回答した人は「実年齢より若い」が最も多く、「努力していない」と回答した人は「実年齢より老けている」が最も多い結果であった。これより、実年齢より若く見られるためには、若く見られるための努力をすることが不可欠であることが示された。「努力なくして成功せず！」ですね。

【図3】 あなたは、いつまでも若くいられる、または若く見られるための努力をしていますか。
(回答は1つ)

若くいられるための努力	n	%
非常に努力している	9	3.0%
やや努力している	87	29.0%
どちらでもない	93	31.0%
あまり努力していない	64	21.3%
全く努力していない	47	15.7%
全体	300	100.0%



(横%表)

		若くいられるための努力			n
		努力している	どちらでもない	努力していない	
見た目年齢	全体	32.0	31.0	37.0	300
	実年齢より若い	46.5	25.6	27.9	129
	年相応	21.3	41.0	37.7	122
	実年齢より老けている	20.4	20.4	59.2	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

カイ二乗検定	クラメル連関係数	p 値	判定
見た目年齢×若くいられる努力	0.2282	0.000	【**】

(横%表)

		若くいられるための努力			n
		努力している	どちらでもない	努力していない	
年代	全体	32.0	31.0	37.0	300
	30代	31.0	33.3	35.7	42
	40代	34.5	29.1	36.4	110
	50代	30.4	31.8	37.8	148
性別	男性	28.1	29.4	42.5	160
	女性	36.4	32.9	30.7	140
婚姻有無	未婚	31.0	34.1	34.9	129
	既婚	32.7	28.7	38.6	171
職業	職業あり	34.4	26.5	39.2	189
	パート・アルバイト	22.2	50.0	27.8	36
	専業主婦	38.1	28.6	33.3	42
	無職・その他	21.2	39.4	39.4	33

各項目を縦に見て最大値に彩色

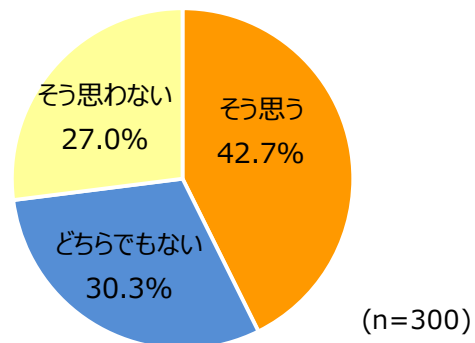
「素敵」「カッコよい」と思われたい、「もてたい」という感情がない人ほど、老けて見られている！

他人から「素敵」「カッコよい」と思われたい、「もてたい」と思っているかを聞き、思う・思わない別に分類してみたところ、「そう思う」の42.7%が最も多く、次に「どちらでもない」の30.3%、「そう思わない」の27.0%の順で続いた。年代別でみると、「そう思う」の回答は40代で最も多く、次に50代が多い意外な結果であった。この感情は思春期、20代、30代に多いイメージであったが、いくつになっても人から良く思われたい願望があることがうかがえた。

「素敵」「カッコよい」「もてたい」の感情の有無により、「見た目年齢」に違いがあるのかを「見た目年齢」別で調べた。「そう思う」を回答した人は「実年齢より若い」が最も多く、「そう思わない」と回答した人は「実年齢より老けている」が最も多い結果であった。これより、実年齢より若く見られるためには、「素敵」「カッコよい」「もてたい」といった感情を持つことが重要であることが示された。

【図4】 あなたは、現在、他人から「素敵」「カッコよい」と思われたい、もしくは「もてたい」と思っていますか。
(回答は1つ)

「素敵」「カッコよい」と思われたい	n	%
非常にそう思う	33	11.0%
ややそう思う	95	31.7%
どちらでもない	91	30.3%
あまりそう思わない	53	17.7%
全くそう思わない	28	9.3%
全体	300	100.0%



(横%表)

		「素敵」「カッコよい」と思われたい			n
		そう思う	どちらでもない	そう思わない	
見た目年齢	全体	42.7	30.3	27.0	300
	実年齢より若い	52.7	28.7	18.6	129
	年相応	37.7	36.1	26.2	122
	実年齢より老けている	28.6	20.4	51.0	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

カイ二乗検定	クramer's 連関係数	p 値	判定
見た目年齢×「素敵」	0.1955	0.0001	【**】

(横%表)

		「素敵」「カッコよい」と思われたい			n
		そう思う	どちらでもない	そう思わない	
年代	全体	42.7	30.3	27.0	300
	30代	35.7	35.7	28.6	42
	40代	44.5	28.2	27.3	110
	50代	43.2	30.4	26.4	148
性別	男性	42.5	32.5	25.0	160
	女性	42.9	27.9	29.3	140
婚姻有無	未婚	38.8	31.0	30.2	129
	既婚	45.6	29.8	24.6	171
職業	職業あり	50.8	26.5	22.8	189
	パート・アルバイト	22.2	36.1	41.7	36
	専業主婦	38.1	31.0	31.0	42
	無職・その他	24.2	45.5	30.3	33

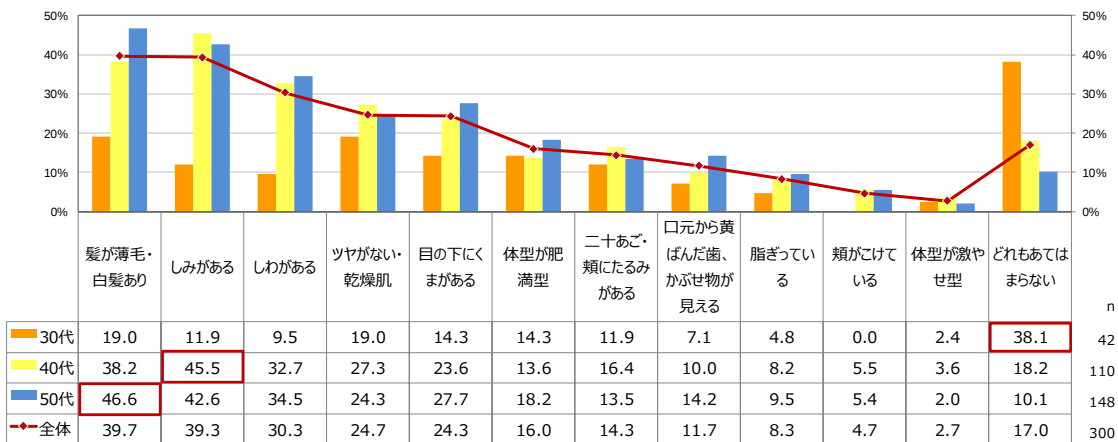
各項目を縦に見て最大値に彩色

見た目が「ツヤがない・乾燥肌」の人ほど、実年齢より老けて見られている！

現在の見た目について聞いたところ、「髪が薄毛・白髪あり」が39.7%で最も多く、次に「しみがある」の39.3%、「しわがある」の30.3%の順で続いた。年代ごとに最も多い見た目は何かを調べたところ、50代（148名）では「髪が薄毛・白髪あり」の46.6%、40代（110名）では「しみがある」の45.5%、30代（42名）では「どれもあてはまらない」の38.1%であった。ここにあげる11個の見た目を年代別に比較すると、ほとんどの内容で40代以降は30代より回答が上回ったことから、年代が高くなるにつれ避けて通れない現象であることがうかがえる。

そこで、この現象が「見た目年齢」にどのように影響しているのか、「見た目年齢」別で調べた。実年齢より老けて見える人は「ツヤがない・乾燥肌」「体型が肥満型」「口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える」「脂ぎっている」「頬がこけている」を回答した人ほど多かった。心当たりがある人は留意してほしい。

【図5】現在のあなたの見た目について、お知らせください。（回答はいくつでも）



(横%表)

		現在の見た目												n
		ツヤがない・乾燥肌	体型が肥満型	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	脂ぎっている	頬がこけている	髪が薄毛・白髪あり	しわがある	目の下にくまがある	二十あご・頬にたるみがある	しみがある	体型が激やせ型	どれもあてはまらない	
見た目年齢	全体	24.7	16.0	11.7	8.3	4.7	39.7	30.3	24.3	14.3	39.3	2.7	17.0	300
	実年齢より若い	24.0	13.2	11.6	7.8	3.9	35.7	28.7	23.3	14.0	44.2	3.9	14.0	129
	年相応	23.8	16.4	11.5	8.2	4.1	45.9	33.6	27.0	14.8	38.5	1.6	13.9	122
	実年齢より老けている	28.6	22.4	12.2	10.2	8.2	34.7	26.5	20.4	14.3	28.6	2.0	32.7	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

見た目年齢の彩色ごとに並び替え

～ 参考 ～

同じ年代、性別の違いで若く見える人と老けて見える人は何かを調べた。

しかし、n数が30未満のため、結果は参考値とする。赤枠の見た目の内容の人ほど、「見た目年齢」が老けている結果であった。

表側項目内を縦に見て最大に彩色、見た目年齢の彩色ごとに並び替え、n = 30未満は参考値

		現在の見た目											n
年代：30代		ツヤがない・乾燥肌	目の下にくまがある	体型が肥満型	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	体型が激やせ型	髪が薄毛・白髪あり	しみがある	しわがある	二十あご・頬にたるみがある	脂ぎっている	頬がこけている	
全体		19.0	14.3	14.3	7.1	2.4	19.0	11.9	9.5	11.9	4.8	0.0	42
見た目年齢	実年齢より若い	15.0	10.0	20.0	10.0	5.0	15.0	15.0	10.0	15.0	5.0	0.0	20
	年相応	16.7	16.7	16.7	8.3	0.0	25.0	16.7	16.7	16.7	8.3	0.0	12
	実年齢より老けている	30.0	20.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10

		現在の見た目											n
年代：40代		髪が薄毛・白髪あり	ツヤがない・乾燥肌	体型が肥満型	頬がこけている	脂ぎっている	しみがある	体型が激やせ型	しわがある	目の下にくまがある	二十あご・頬にたるみがある	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	
全体		38.2	27.3	13.6	5.5	8.2	45.5	3.6	32.7	23.6	16.4	10.0	110
見た目年齢	実年齢より若い	29.5	27.3	6.8	4.5	6.8	50.0	4.5	27.3	18.2	11.4	6.8	44
	年相応	42.9	26.2	11.9	0.0	7.1	42.9	2.4	38.1	31.0	21.4	14.3	42
	実年齢より老けている	45.8	29.2	29.2	16.7	12.5	41.7	4.2	33.3	20.8	16.7	8.3	24

		現在の見た目											n
年代：50代		ツヤがない・乾燥肌	体型が肥満型	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	二十あご・頬にたるみがある	脂ぎっている	しみがある	しわがある	目の下にくまがある	体型が激やせ型	髪が薄毛・白髪あり	頬がこけている	
全体		24.3	18.2	14.2	13.5	9.5	42.6	34.5	27.7	2.0	46.6	5.4	148
見た目年齢	実年齢より若い	24.6	15.4	15.4	15.4	9.2	49.2	35.4	30.8	3.1	46.2	4.6	65
	年相応	23.5	19.1	10.3	10.3	8.8	39.7	33.8	26.5	1.5	51.5	7.4	68
	実年齢より老けている	26.7	26.7	26.7	20.0	13.3	26.7	33.3	20.0	0.0	26.7	0.0	15

		現在の見た目											n
男性		体型が肥満型	二十あご・頬にたるみがある	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	脂ぎっている	頬がこけている	しみがある	しわがある	ツヤがない・乾燥肌	目の下にくまがある	体型が激やせ型	髪が薄毛・白髪あり	
全体		18.8	10.6	11.3	10.6	3.1	28.1	27.5	22.5	18.1	4.4	41.9	160
見た目年齢	実年齢より若い	14.1	12.5	12.5	9.4	3.1	35.9	29.7	25.0	23.4	6.3	40.6	64
	年相応	19.4	6.0	7.5	10.4	3.0	22.4	26.9	19.4	13.4	3.0	46.3	67
	実年齢より老けている	27.6	17.2	17.2	13.8	3.4	24.1	24.1	24.1	17.2	3.4	34.5	29

		現在の見た目											n
女性		ツヤがない・乾燥肌	体型が肥満型	頬がこけている	脂ぎっている	体型が激やせ型	しみがある	髪が薄毛・白髪あり	目の下にくまがある	しわがある	二十あご・頬にたるみがある	口元から黄ばんだ歯、かぶせ物が見える	
全体		27.1	12.9	6.4	5.7	0.7	52.1	37.1	31.4	33.6	18.6	12.1	140
見た目年齢	実年齢より若い	23.1	12.3	4.6	6.2	1.5	52.3	30.8	23.1	27.7	15.4	10.8	65
	年相応	29.1	12.7	5.5	5.5	0.0	58.2	45.5	43.6	41.8	25.5	16.4	55
	実年齢より老けている	35.0	15.0	15.0	5.0	0.0	35.0	35.0	25.0	30.0	10.0	5.0	20

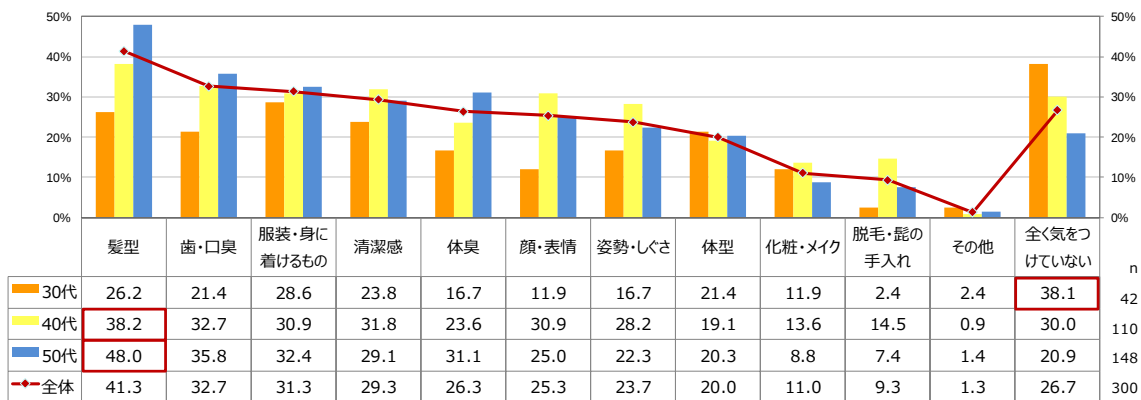
身だしなみを全く気をつけていない人ほど、実年齢より老けて見られている！

身だしなみで気をつけていることを聞いたところ、「髪型」が41.3%で最も多く、次に「歯・口臭」の32.7%、「服装・身に着けるもの」の31.3%の順で続いた。年代ごとに最も多い身だしなみは何かを調べたところ、50代（148名）では「髪型」の48.0%、40代（110名）では「髪型」の38.2%で、共に「髪型」であった。一方、30代（42名）では「全く気をつけていない」の38.1%が最も多かった。

「見た目年齢」別にみると、ほとんどの内容で気をつけていると回答した人ほど「見た目年齢」が「実年齢より若い」が多かった。一方、全く気をつけていないと回答した人ほど、「実年齢より老けている」が多い妥当な結果であった。これより、実年齢より若く見られるためには日頃より身だしなみを気をつけることが重要であるとうかがえた。

参考までに、実年齢より若く見られると回答した129名の身だしなみランキング1位は「髪型」50.4%、2位は「服装・身に着けるもの」45.0%、3位は「歯・口臭」37.2%であったので、老けて見られることを気にしている人は、留意していただきたい。

【図6】 あなたは、日頃、身だしなみで気をつけていることはありますか。（回答はいくつでも）



(横%表)

		身だしなみで気をつけていること												n
		髪型	服装・ 身に着 けるもの	歯・口 臭	清潔感	体臭	姿勢・し ぐさ	顔・表 情	体型	化粧・メ イク	脱毛・ 髭の手 入れ	その他	全く気を つけてい ない	
全体		41.3	31.3	32.7	29.3	26.3	23.7	25.3	20.0	11.0	9.3	1.3	26.7	300
見た目 年齢	実年齢より若い	50.4	45.0	37.2	35.7	33.3	31.8	27.1	25.6	15.5	14.0	0.0	16.3	129
	年相応	41.0	27.0	31.1	27.0	22.1	19.7	25.4	15.6	9.8	5.7	3.3	27.9	122
	実年齢より老けている	18.4	6.1	24.5	18.4	18.4	12.2	20.4	16.3	2.0	6.1	0.0	51.0	49

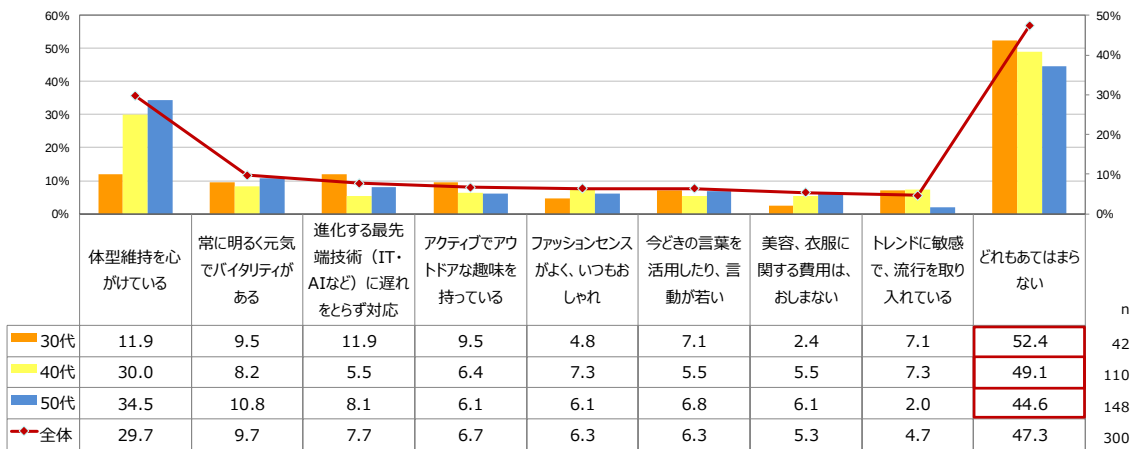
各項目を縦に見て最大値に彩色 ※ 見た目年齢の彩色ごとに並び替え

年齢不詳と言われる行動をしていない人ほど、実年齢より老けて見られている！

自身の行動であてはまるものを聞いたところ、「どれもあてはまらない」が47.3%で最も多く、次に「体型維持を心がけている」の29.7%、「常に明るく元気でバイタリティがある」の9.7%の順で続いた。年代ごとに最も多い行動は何かを調べたところ、全ての年代で「どれもあてはまらない」が最も多く、年代別で比較すると30代が最も多かった。

ここにあげる8個の行動は、年齢不詳と言われる男女の特徴を示したものであるが、あてはまるを回答した人はどのような「見た目年齢」かを調べた。「見た目年齢」が実年齢より若い人ほど「体型維持を心がけている」「常に明るく元気でバイタリティがある」「ファッションセンスがよく、いつもおしゃれ」「今どきの言葉を活用したり、言動が若い」「進化する最先端技術（IT・AIなど）に遅れをとらず対応」「トレンドに敏感で、流行を取り入れている」が多い結果であった。一方、「どれもあてはまらない」を回答した人ほど実年齢より老けて見られている結果であった。

【図7】 現在、あなた自身があてはまるものをお知らせください。（回答はいくつでも）



（横%表）

		現在、あてはまること									n
見た目年齢		体型維持を心がけている	常に明るく元気でバイタリティがある	ファッションセンスがよく、いつもおしゃれ	今どきの言葉を活用したり、言動が若い	進化する最先端技術（IT・AIなど）に遅れをとらず対応	トレンドに敏感で、流行を取り入れている	アクティブでアウトドアな趣味を持っている	美容、衣服に関する費用は、おしまない	どれもあてはまらない	
	全体	29.7	9.7	6.3	6.3	7.7	4.7	6.7	5.3	47.3	300
	実年齢より若い	34.9	14.0	13.2	10.1	9.3	6.2	7.0	7.0	38.8	129
	年相応	31.1	4.9	1.6	2.5	6.6	3.3	4.9	2.5	50.8	122
	実年齢より老けている	12.2	10.2	0.0	6.1	6.1	4.1	10.2	8.2	61.2	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

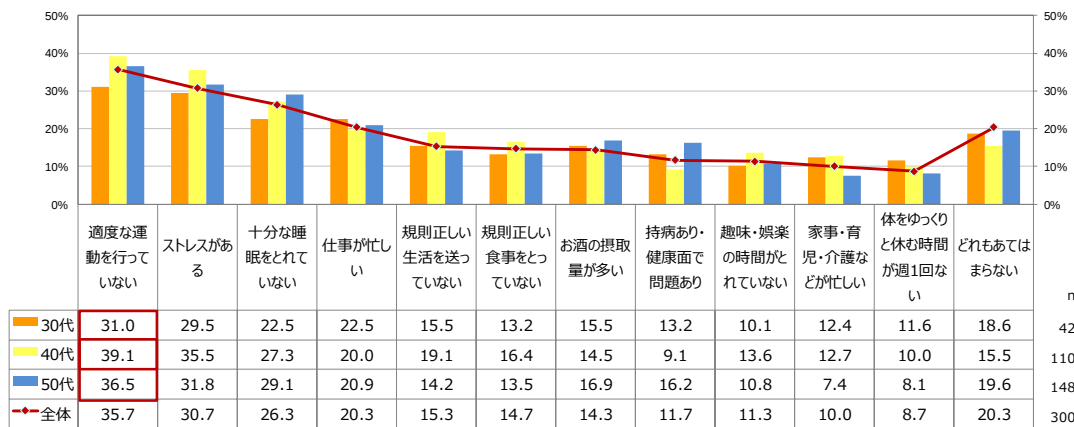
※ 見た目年齢の彩色ごとに並び替え

ストレスがある、規則正しい食事をとっていない人ほど、実年齢より老けて見られている！

最近1年間の日常の生活状況を聞いたところ、「適度な運動を行っていない」が35.7%で最も多く、次に「ストレスがある」の30.7%、「十分な睡眠をとれていない」の26.3%の順で続いた。年代ごとにみて最も多い日常生活は何かを調べたところ、全ての年代で「適度な運動を行っていない」が最も多く、年代別で比較すると40代が最も多かった。

ここにあげる11個のマイナスの生活状況を回答した人の「見た目年齢」を調べた。「実年齢より若い」は11個の内容のうち4個で最多、「年相応」は11個の内容のうち5個で最多、「実年齢より老けている」は11個の内容のうち2個で最多の結果であった。「実年齢より老けている」の最多が2個と少なかったことより、マイナスの生活を過ごすかどうかで「見た目年齢」が「老けている」「若い」につながるといった考えを断言してはいけないことがうかがえる。しかしながら、「ストレスがある」「規則正しい食事をとっていない」と回答した人ほど「実年齢より老けている」が多かったことから、日常生活でのストレスマネジメントや規則正しい食事の大切さがうかがわれた。

【図8】 あなたは、最近1年間の日常の生活状況で、あてはまるものはありますか。（回答はいくつでも）



(横%表)

		最近1年間の日常の生活状況												n
		ストレス がある	規則正 しい食事 をとって いない	適度な 運動を 行ってい ない	十分な 睡眠をと れていな い	規則正 しい生活 を送って いない	持病あ り・健康 面で問 題あり	趣味・娯 楽の時 間がとれ ていない	仕事 が忙しい	お酒の 摂取量 が多い	家事・育 児・介護 などが忙 しい	体をゆっ くりと休 む時間 が週1回 ない	どれもあ てはまら ない	
見た目 年齢	全体	30.7	14.7	35.7	26.3	15.3	11.7	11.3	20.3	14.3	10.0	8.7	20.3	300
	実年齢より若い	29.5	13.2	31.0	22.5	15.5	13.2	10.1	22.5	15.5	12.4	11.6	18.6	129
	年相応	31.1	14.8	43.4	31.1	15.6	13.9	12.3	20.5	13.9	9.0	7.4	18.9	122
	実年齢より老けている	32.7	18.4	28.6	24.5	14.3	2.0	12.2	14.3	12.2	6.1	4.1	28.6	49

各項目を縦に見て最大値に彩色

※ 見た目年齢の彩色ごとに並び替え

今月のレベルup♪ 【 多重比較法 】

前ページまでは回答比率（集団の中での割合を示す代表値）の解析でした。

ここでは、平均値（集団の真ん中を示す代表値）を使用した解析方法を紹介します。

2群の平均値を比較するには **t 検定** を用いますが、**3群以上** でどの群間に有意差があるかの検定は、t 検定を適用せず **多重比較法** を適用します。

集計項目	分類項目	群名	n	平均値	平均差	多重比較（ボンフェローニ）					信頼区間 95%	
						統計量	p 値	5%水準	1%水準	判定	下限値	上限値
年齢を重ねること（若い）	見た目年齢	実年齢より若い	129	3.61	0.20	1.44	0.1503	0.0167	0.0033	[]	-0.14	0.54
		年相応	122	3.41	0.20							
		実年齢より若い	129	3.61	0.73	3.94	0.0001	0.0167	0.0033	[**]	0.29	1.18
		実年齢より老けている	49	2.88	0.73							
		年相応	122	3.41	0.53	2.83	0.0050	0.0167	0.0033	[]	0.08	0.99
若くいられたための努力	見た目年齢	実年齢より若い	129	3.16	0.46	3.42	0.0007	0.0167	0.0033	[**]	0.14	0.78
		年相応	122	2.70	0.46							
		実年齢より若い	129	3.16	0.89	5.00	0.0000	0.0167	0.0033	[**]	0.46	1.32
		実年齢より老けている	49	2.27	0.89							
		年相応	122	2.70	0.43	2.40	0.0168	0.0167	0.0033	[*]	0.00	0.86
「素敵」「カッコいい」と思われた	見た目年齢	実年齢より若い	129	3.45	0.33	2.42	0.0161	0.0167	0.0033	[*]	0.00	0.67
		年相応	122	3.11	0.33							
		実年齢より若い	129	3.45	0.86	4.67	0.0000	0.0167	0.0033	[**]	0.42	1.30
		実年齢より老けている	49	2.59	0.86							
		年相応	122	3.11	0.52	2.82	0.0051	0.0167	0.0033	[]	0.08	0.97
		実年齢より老けている	49	2.59	0.52							

p 値 ≤ 5%水準 [**] 1%水準 < p 値 ≤ 5%水準 [*] p 値 > 5%水準 []

<ポイント>

☞ データが順位や5件法（5段階評価）などの順序尺度で母集団の分布が特定できない場合、また、サンプルサイズが小さく母集団の正規性や等分散性を検討できない場合は、ノンパラメトリック多重比較法を適用します。しかし、今回のデータはサンプルサイズが300件と大きいので、多重比較（ボンフェローニ）を適用しました。

☞ 解釈の仕方は、判定に[**] [*]がある内容は、有意な差がある。（違いがあると言える）

多重比較法➡

詳しい解説ページはこちら

サマリーレポートはこちらを参照ください。

こちらを参照ください。

<https://istat.co.jp/investigation/2021/12/result>

- 統計分析研究所 株式会社アイスタットについて

【株式会社アイスタット（統計分析研究所）会社概要】

◇所在地 〒166-0011 東京都杉並区梅里1-22-26 パラドール東高円寺3F（旧YTビル）

◇設立 2011年6月2日

◇代表者 代表取締役社長 志賀 保夫

◇事業内容 株式会社アイスタット(統計分析研究所)は、統計学 を礎とした情報サービス業 に従事しています。

◆本調査・弊社事業などに関するお問合せ先◆

統計分析研究所 株式会社アイスタット <https://istat.co.jp/>

総務部 橋本 有子 (somu@istat.jp) TEL: 03-3315-7637/FAX: 03-3315-7660

書籍発売のご案内



監 修 : 菅 民郎
著 者 : 志賀保夫、姫野尚子
出版社 : オーム社
価 格 : 2,500円(税抜き)
体 裁 : A5版256頁
発売日 : 2019年9月

使える51の統計手法

本書はビジネスの世界で統計解析を身につけ、実務で使いたい、しかし、難解な統計解析にどのように取り組めばいいのかわからないとする方々を対象に統計手法をやさしく解説しています。

業務や卒業研究・論文などで良く使われる51個の統計手法をピックアップ。イラストと例題、図表を用いてわかりやすく解説しています。また各手法ごとに「使える場面」が掲載されているので、学びたい手法を見つけやすく、ピンポイントで学ぶことができる便利な1冊です。

アイスタットでは統計セミナーを定期開催しています。
開催スケジュールは[こちら](#)をご参照ください。