

【見た目の年齢と免疫に関する調査】

「老けて見える」のは免疫力の低下かも！？

約6割強の女性が「免疫力が低下すると普段より老けて見えると思う」と回答

イミニ免疫薬粧株式会社（本社所在地：東京都中野区、代表取締役：泉 奈越子）は、40歳以上の女性を対象に、「見た目の年齢と免疫」に関する調査を実施しました。

「最近、何だかいつも疲れたような顔をしている」

そう感じるが増えたという女性が多いのではないのでしょうか。

例えば、冬になるとインフルエンザが流行しますが、その理由の1つとして寒さによって免疫力が低下するためとする研究もあります。

風邪をひいてしまったときや疲れているときには、「実年齢よりもお肌が…」と気になることが多いのではないのでしょうか。

では、なぜ「免疫力が低下」している時には、肌も衰えているように見えるのでしょうか？

普段からお肌を意識している方々は、お肌と免疫力についてどのように考え、またどのように感じているのでしょうか。

そこで今回、イミニ免疫薬粧株式会社 (<https://www.imini-immunity.jp/>) は、40歳以上の女性を対象に、「見た目の年齢と免疫」に関する調査を実施しました。

調査概要：「見た目の年齢と免疫」に関する調査

【調査期間】2022年12月8日（木）～2022年12月9日（金）

【調査方法】インターネット調査

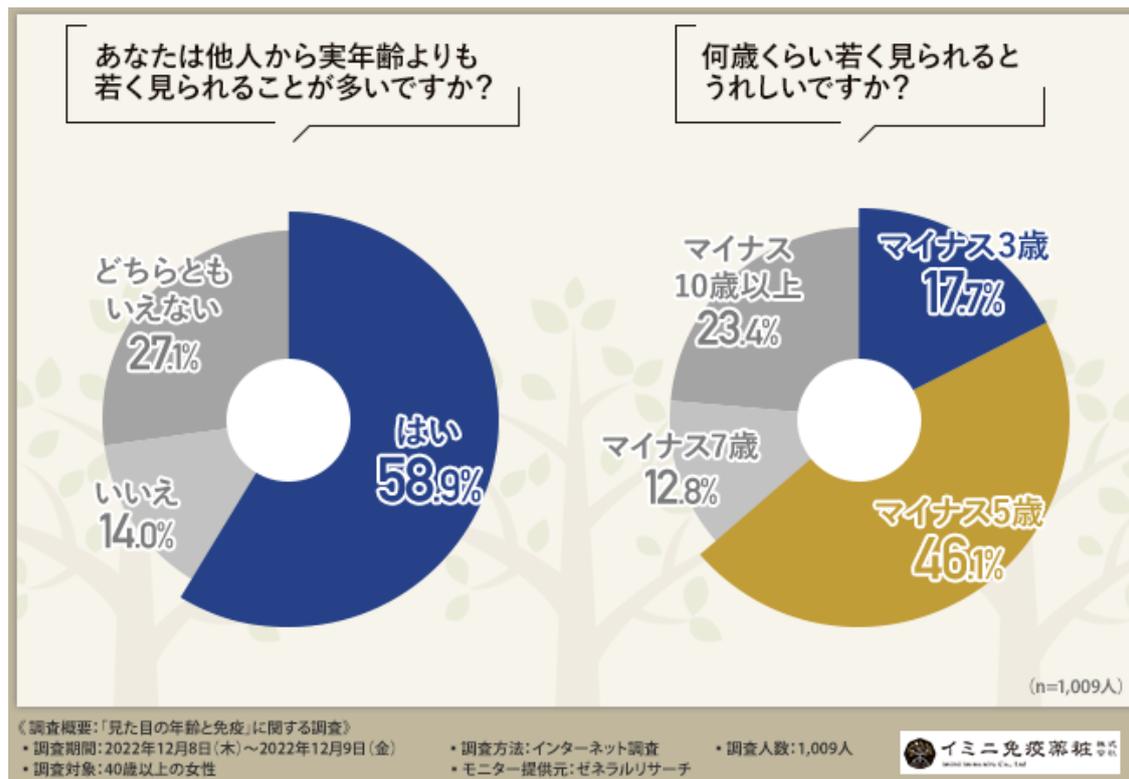
【調査人数】1,009人

【調査対象】40歳以上の女性

【モニター提供元】ゼネラルリサーチ

あなたの肌年齢は？どこを見て年齢を判断する？

はじめに、40歳以上の女性の方のお肌事情について伺いました。



「あなたは他人から実年齢よりも若く見られることが多いですか？」と質問したところ、『はい (58.9%)』『いいえ (14.0%)』『どちらともいえない (27.1%)』という回答結果になりました。

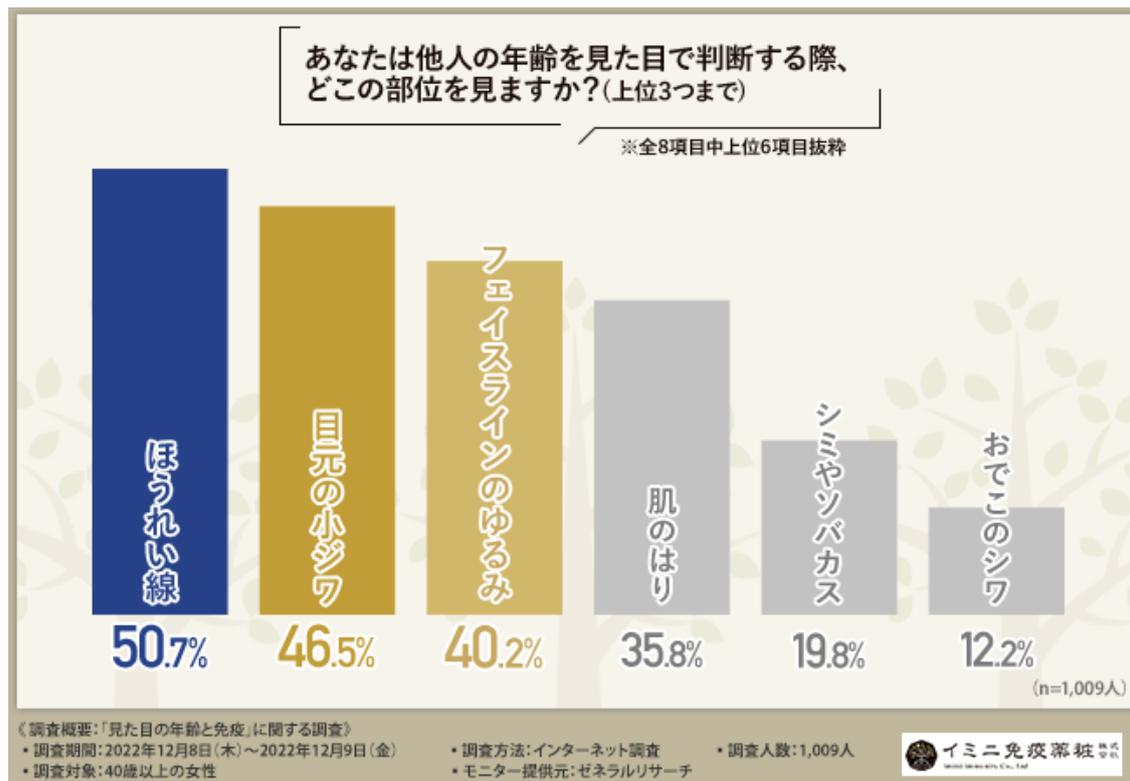
約6割の方が、実年齢よりも若く見られることが多いようです。

では、一般的に女性は実年齢よりも何歳くらい若く見られるとうれしいと感じる方が多いのでしょうか。

続いて、「何歳くらい若く見られるとうれしいですか？」と質問したところ、『マイナス3歳 (17.7%)』『マイナス5歳 (46.1%)』『マイナス7歳 (12.8%)』『マイナス10歳以上 (23.4%)』という回答結果になりました。

もちろん、若ければ若いほどうれしいという方も少なくはないようですが、マイナス3歳からマイナス5歳ほど若く見られれば…という方が多いようです。

こうした「見た目の若さ」について、お肌のどのような部分を見て判断しているのでしょうか。



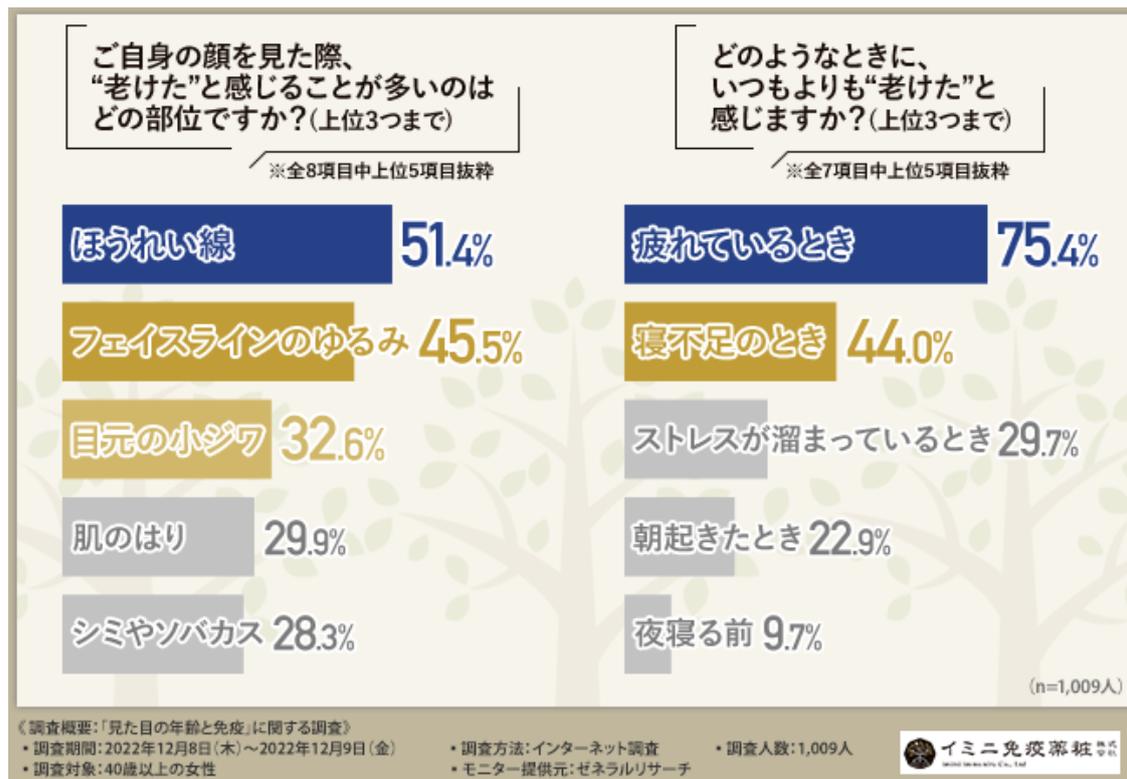
「あなたは他人の年齢を見た目で判断する際、どの部位を見ますか？(上位3つまで)」と質問したところ、『ほうれい線 (50.7%)』と回答した方が最も多く、次いで『目元の小ジワ (46.5%)』『フェイスラインのゆるみ (40.2%)』『肌のはり (35.8%)』『シミやソバカス (19.8%)』『おでこのシワ (12.2%)』『肌のくすみ (8.1%)』と続きました。

ほうれい線は、頬のたるみにより、年齢とともに深くなり、目元の小ジワやフェイスラインのゆるみは、皮膚の乾燥や加齢によるハリ不足によって目立つようになると言われています。

どちらも加齢が影響していることもあり、このような部位で年齢を判断することが多くなるようです。ただ、加齢以外にも、お肌の見た目に影響する要因はあるかもしれません。

ご自身が“お肌の衰え”を感じるのはどんなとき？

見た目で他人の年齢を判断する際、女性の多くはどのような部位を見ているのかがわかりました。では、ご自身の衰えを感じるのは、お顔のどの部位でしょうか。



「ご自身の顔を見た際、「老けた」と感じる人が多いのはどの部位ですか？（上位3つまで）」と質問したところ、『ほうれい線（51.4%）』と回答した方が最も多く、次いで『フェイスラインのゆるみ（45.5%）』『目元の小ジワ（32.6%）』『肌のはり（29.9%）』『シミヤソバカス（28.3%）』『おでこのシワ（14.3%）』『肌のくすみ（13.5%）』と続きました。

先程の調査結果と比較して大きな差がないことから、女性は女性の年齢を見た目で判断する際には、ほうれい線やフェイスラインのゆるみ、目元の小ジワといった部位で判断することが多いといえそうです。

これら以外では、例えば体調が優れないときなどは、お肌の調子も今一つ…と感じることがあるかもしれません。では、具体的に「どのようなとき」にそのように感じる人が多いのでしょうか。

そこで、「どのようなときに、いつもよりも“老けた”と感じますか？（上位3つまで）」と質問したところ、『疲れているとき（75.4%）』と回答した方が最も多く、次いで『寝不足のとき（44.0%）』『ストレスが溜まっているとき（29.7%）』『朝起きたとき（22.9%）』『夜寝る前（9.7%）』『風邪をひいたとき（7.7%）』と続きました。

4人に3人が、「疲れているとき」はいつもより老けたと感じると回答しました。また、5人に2人以上が「寝不足のとき」と回答したことから、このような生活習慣の乱れが「肌の見た目年齢」を加速させる原因の1つとなっている可能性もあるのではないのでしょうか。

6割強が「免疫力が低下すると老けて見える」と感じている

ここまでの調査で、「ほうれい線」や「フェイスラインのゆるみ」「目元の小ジワ」といった部位によって年齢を判断する（される）ことが多く、体調面では「疲れているとき」や「寝不足のとき」には、いつもより“老けた”と感じ

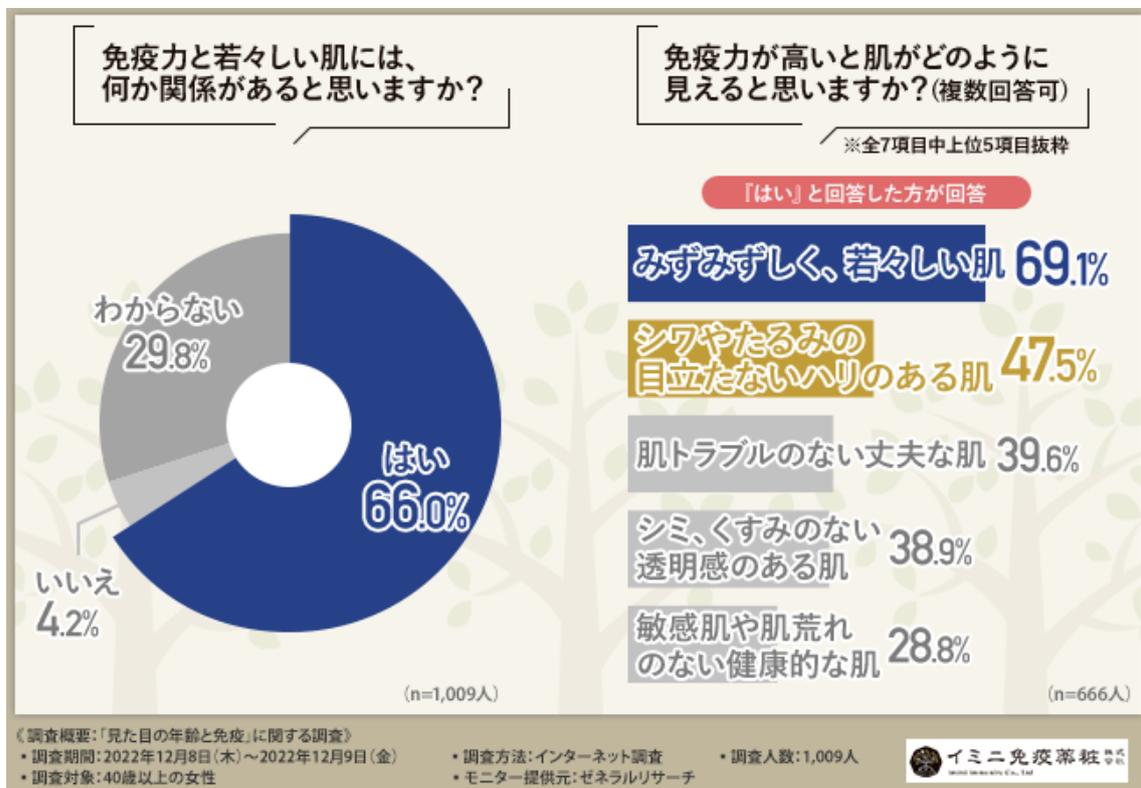
る方が多いことが明らかになりました。

では、「疲れているとき」や「寝不足のとき」といった生活習慣の乱れは、お肌にどのような悪影響を及ぼしていると考えられるでしょうか。

例えば、生活習慣の乱れによる「免疫力の低下」は、お肌と何か関係があるのでしょうか。

そこで、「免疫力が低下しているときは、普段よりも老けて見えますか？」と質問したところ、『はい (66.7%)』『いいえ (5.2%)』『どちらともいえない (28.1%)』という回答結果になりました。

6割強の方が「免疫力が低下しているときは、普段よりも老けて見える」と感じているようです。実のところ、免疫力と若々しい肌にはどのくらい関係があると感じているのでしょうか。



続いて、「免疫力と若々しい肌には、何か関係があると思いますか？」と質問したところ、『はい (66.0%)』『いいえ (4.2%)』『わからない (29.8%)』という回答結果になりました。

若々しい肌との関係についても、前の質問とほぼ同じ割合の方が「免疫力」が関係していると感じていることがわかりました。

では、免疫力が高いとお肌はどのように見えると思うのか、前の質問で『はい』と回答した方に、「免疫力が高いと肌がどのように見えますか？(複数回答可)」と質問したところ、『みずみずしく、若々しい肌 (69.1%)』と回答した方が最も多く、次いで『シワやたるみの目立たないハリのある肌 (47.5%)』『肌トラブルのない丈夫な肌 (39.6%)』『シミ、くすみのない透明感のある肌 (38.9%)』『敏感肌や肌荒れのない健康的な肌 (28.8%)』『毛穴の目立たない滑らかな肌 (24.2%)』と続きました。

いずれの回答項目も2割以上と高い割合となりましたが、中でも比較的多く回答が寄せられたのが「みずみずしく、若々しい肌」と「シワやたるみの目立たないハリのある肌」でした。

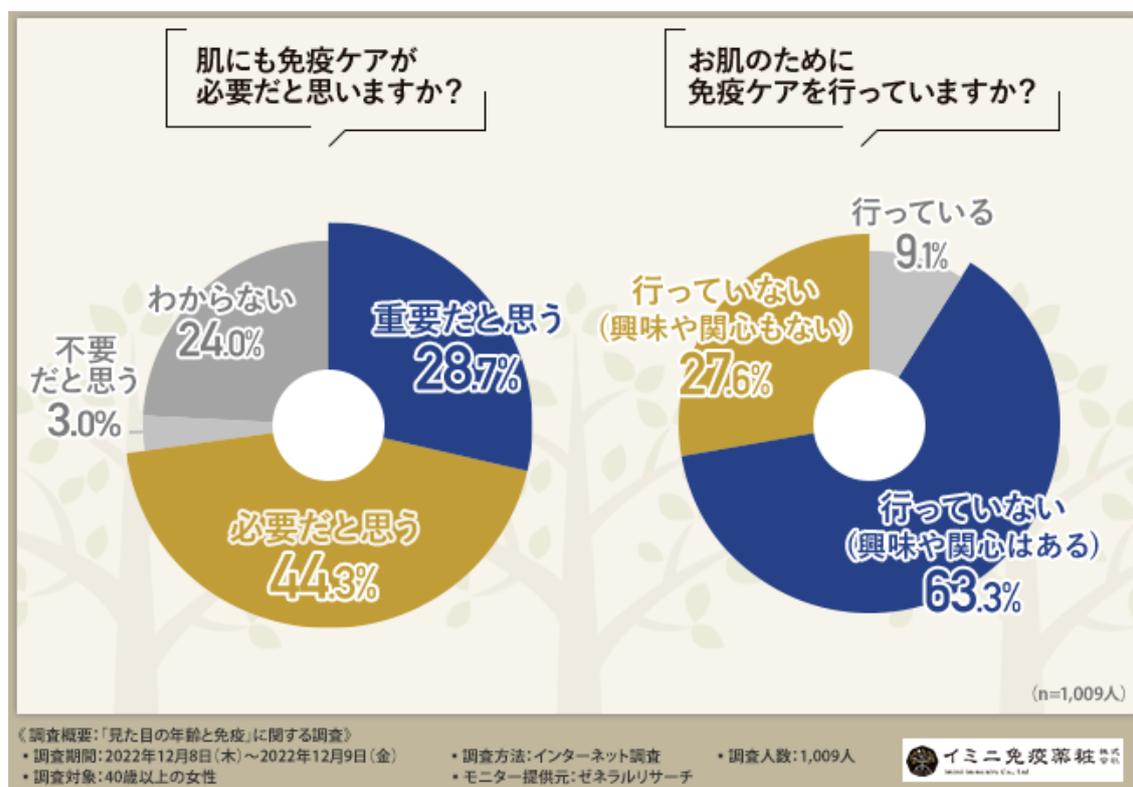
冒頭の調査にて約6割の方が、実年齢よりも若く見られることが多いと回答しましたが、ご自身に当てはめると「免疫力とお肌には関係がある」と感じている方が多いことが明らかになりました。

お肌にも免疫ケアが必要？

コロナ禍でよく耳にするようになった「免疫力」。

「ウイルスなどから体を守る力」以外にも、「傷を修復する力」といった意味合いがあります。

お肌の健康を保つには、この免疫ケアはどのくらい必要なのでしょう。



そこで、「肌にも免疫ケアが必要だと思いますか」と質問したところ、『重要だと思う (28.7%)』『必要だと思う (44.3%)』『不要だと思う (3.0%)』『わからない (24.0%)』という回答結果になりました。

本当に免疫ケアが必要かどうか分からないという方もいらっしゃるでしょう。

しかし、経験則や感覚的に、お肌にも必要(重要)だと思うと回答した方の合計の割合は、7割以上となりました。

では、実際に免疫ケアを行っているのは、どのくらいの割合なのでしょう。

続いて、「お肌のために免疫ケアを行っていますか」と質問したところ、『行っている (9.1%)』『行っていない (興味や関心はある) (63.3%)』『行っていない (興味や関心もない) (27.6%)』という回答結果になりました。

「免疫ケア」といわれても、どのようなケアをしたらよいか分からないという方も多いのではないのでしょうか。

あるいは、免疫ケアがお肌の改善に関わりがあることをご存じない方も、いらっしゃるのかと思います。

【まとめ】老けて見えるのは免疫力の低下かも！？疲れや寝不足のときには免疫ケアを！

女性の見た目（年齢）は、ほうれい線で判断されることが多いことがわかりました。

しかし、加齢ばかりではなく、疲れているときや寝不足のときなど生活習慣が乱れていると、いつも以上に老けて見られるようです。

肌にも免疫ケアが必要と感じていながらも、免疫ケアを行っていない方が多いことがわかりました。

肌と免疫力は関係があると回答している方も多いことから、肌に必要な免疫ケアを正しく知ることが必要なのかもしれない。

イミニ免疫薬粧株式会社

「imini」ブランドコンセプト 免疫力を見つめる

iminiの願う美しさは、健やかさとともにあります。

年齢や生活環境、ストレスに左右されず、100歳になっても、いきいきと輝いていたい。

そのために、人から人へ古より伝え継がれる滋養の知恵と、ゆるぎない自然の恵みを取り入れることで「自己活力」を育むことを目指しています。

iminiは自然とともに、心地よさ、シンプルさを大切に、内からなる健やかな美しさを求めています。

※ブランド名である「imini」の語源は『immunity（免疫）』

<本資料に関する報道機関からのお問い合わせ先>

イミニ免疫薬粧株式会社 広報担当 真部・坂本

Tel : 03-5353-1101 e-mail : contact@imini-immunity.jp

<お客様からのお問い合わせ先>

イミニ公式オンラインショップ : <https://www.imini.jp/>

フリーダイヤル : 0120-65-1230 (受付時間 : 9時~19時 年始を除く)

お問い合わせフォーム : <https://www.imini.jp/shop/contact/contact.aspx>