

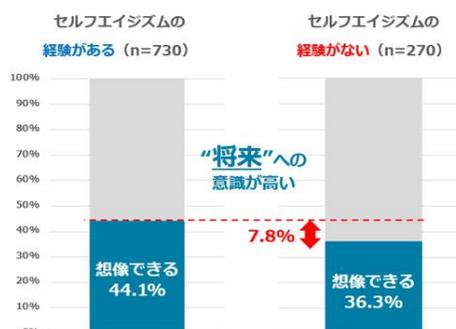
報道関係 各位

全国約 9,000 人のアンケート結果【全国セルフエイジズム調査】
73%が経験した「いい歳して」などの言動・体験は
自らの将来の健康状態を考える転換点となる可能性を示唆

キューサイ株式会社（本社：福岡市中央区、代表取締役社長：石川 順朗）は、2025年4月に立ち上げた【セルフエイジズム脱却プロジェクト】の一環として、全国約9,000人を対象としたアンケート調査『全国セルフエイジズム調査』を実施しました。調査結果では73%が「いい歳して」などのセルフエイジズム（自身の加齢に対するネガティブな思い込み）が原因と思われる言動・体験をした経験があると回答しました。一方で、“セルフエイジズム”を経験した人ほど「10年後の自身の健康状態を想像できている」という興味深い結果も得られました。“セルフエイジズム”は、必ずしもマイナスに働くわけではなく、むしろ自身の健康状態への重要な気づきをもたらす転換点となっている可能性を示唆しています。個人の社会活動や消費行動にまで影響を及ぼしている社会課題“セルフエイジズム”の実態と新たな可能性について明らかにしていきます。



Q5.あなたは10年後の自分の健康状態を具体的に想像できますか？
(n=1,000)



全国セルフエイジズム調査 ▶ <https://corporate.kyusai.co.jp/selfageism/research/>

■ 調査まとめ

- I. 約 7 割が「いい歳して」などのセルフエイジズムが原因と思われる言動・体験をした経験があると回答**
 - 全体の 73%が、セルフエイジズムが原因と思われる言動・行動をした経験
 - 男女別では、男性 69.8%に対して女性 76.2%と女性が 6.4%高い
- II. セルフエイジズムを感じた場面、「体力や健康の衰えを感じた時」が男女ともに TOP**
 - 「体力や健康の衰えを感じた時」が男女ともに TOP（男性 37.5%、女性 48.6%）
- III. セルフエイジズムに陥る要因は、「身体的な衰えや健康問題」が男女ともに TOP**
 - 「身体的な衰えや健康問題」が男女ともに TOP（男性 38.1%、女性 46.2%）
 - 2位は男女で異なり、男性：「他人との比較」（37.0%） 女性：「老いに対する不安や恐れ」（42.0%）
- IV. セルフエイジズム経験者は、10年後の健康状態（将来）への意識が高い傾向**
 - 10年後の健康状態を具体的に想像できると回答した割合は、セルフエイジズム経験者が 44.1%、未経験者が 36.3%と経験者の方が 7.8%高い

■「セルフエイジズム」とは

「若いから何でも挑戦できていい」「いい歳してこんな服は着られない」など、なにごととも若い方が良く、老いることは悪だと決めつけてしまう偏見は国内外問わず「エイジズム」という差別として知られています。中でも自己の加齢に対するネガティブな思い込みは年齢を重ねるほどに強まる傾向があり当社はそれを「セルフエイジズム」と名付け、「ウェルエイジング」な生き方の妨げとなる社会課題として着目しました。

<調査概要>

本調査では、無意識に生じる自身の加齢に対するネガティブな思い込み「セルフエイジズム」の実態を明らかにします。

調査期間：2025年2月6日～2月12日

調査対象：全国の30～69歳の男女

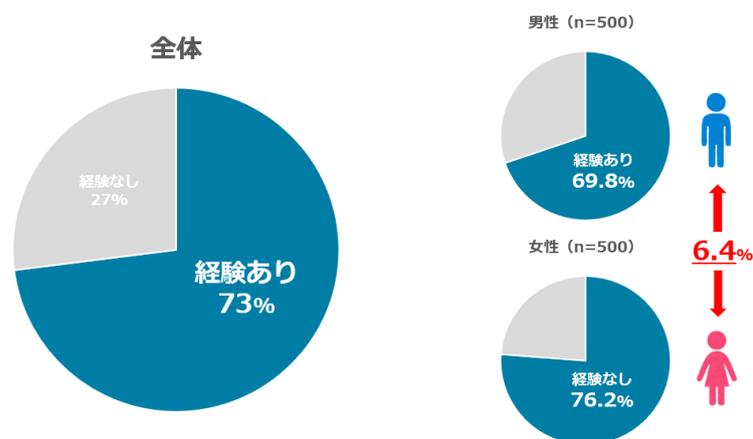
対象：スクリーニング調査9,794人、有効回答数：1,000名（性別・年代で均等割付）

調査方法：ウェブリサーチ

※貴媒体にて本調査の内容およびデータをご使用になる場合は、【キューサイ調べ】と出典の明記をお願い申し上げます。

I. 約7割が「いい歳して」などのセルフエイジズムが原因と思われる言動・体験をした経験があると回答

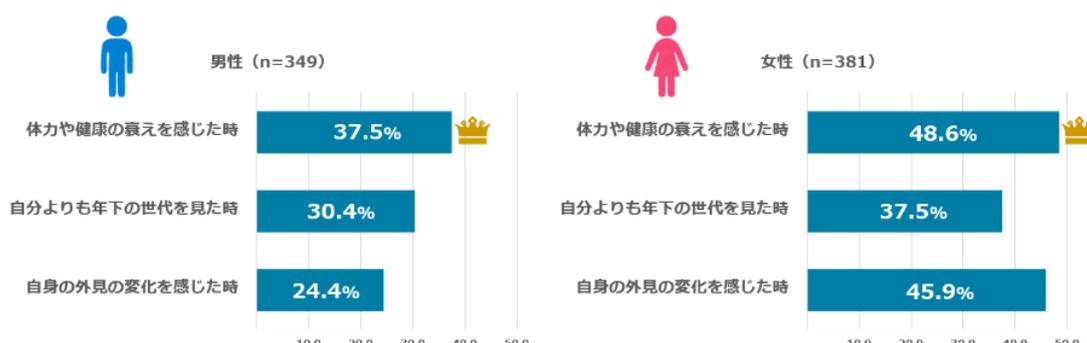
Q1 これまでセルフエイジズムが原因と思われる言動・行動をした経験がある（n=1,000）



「いい歳して」、「どうせおばさん（おじさん）だから」、「誕生日が来るのが怖い」などセルフエイジズムが原因と思われる言動・体験をしたことがあると回答した人が、73%にのぼることが明らかになりました。特に女性は76.2%と、男性の69.8%を6.4%上回り、女性により強く影響を及ぼす社会課題であることが示唆されています。

II. セルフエイジズムを感じた場面、「体力や健康の衰えを感じた時」が男女ともにTOP

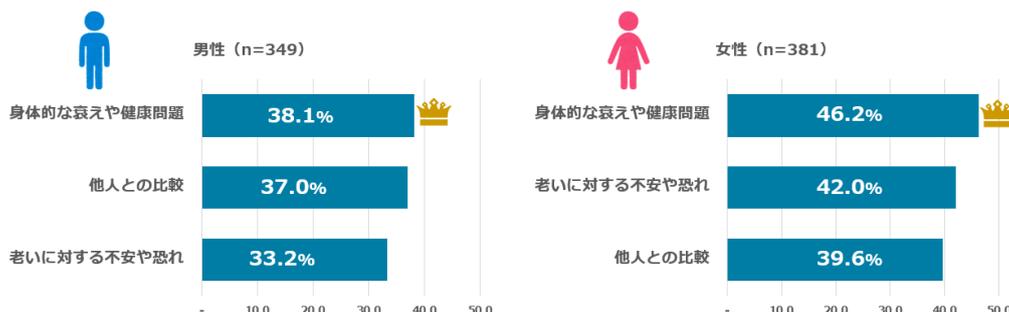
Q2. セルフエイジズムを感じた経験がある方にお聞きします。
どんな時にセルフエイジズムを感じますか。当てはまるものを全て教えてください。（n=730）



セルフエイジズムの経験者（730名）に、具体的にどのような場面で感じたことがあるかを調査したところ、「体力や健康の衰えを感じた時」が男女ともに最も多く、男性で37.5%、女性で48.6%という結果となりました。上位3位に挙げたものは男女ともに同じであるものの、いずれも女性の方が高い割合を示しており、女性はセルフエイジズムを感じる場面をより多く経験する傾向が明らかになりました。特に、「自身の外見の変化を感じた時」では女性45.9%、男性24.4%と、21.5%の差が見られ、外見の変化に対する受け止め方に大きな違いが表れる結果となりました。

Ⅲ. セルフエイジズムに陥る要因は、「身体的な衰えや健康問題」が男女ともに TOP

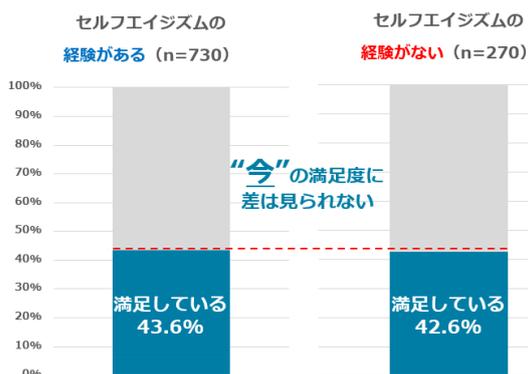
Q3.なぜ自分がセルフエイジズムに陥ってしまうと思いますか。
当てはまるものを全て教えてください。(n=730)



セルフエイジズムに陥る要因について調査したところ、男女ともに「身体的な衰えや健康問題」を挙げる回答が最も多く、男性で38.1%、女性46.2%という結果になりました。興味深いのは、2位以降の傾向の違いです。男性は「他人との比較」(37.0%)を挙げ、周囲との関係性の中で年齢を意識する傾向が強いのに対し、女性は「老いに対する不安や恐れ」(42.0%)を挙げ、より個人的な心理面での影響が大きいことが浮かび上がりました。

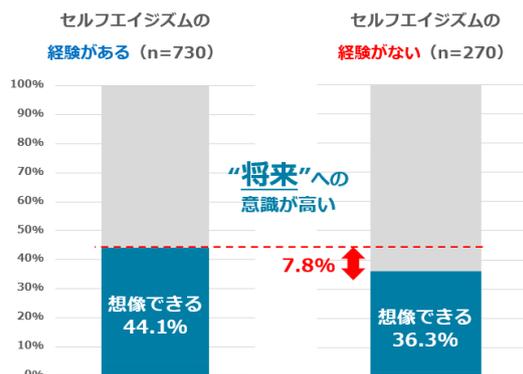
Ⅳ. セルフエイジズム経験者は、10年後の健康状態（将来）への意識が高い傾向

Q4.直近一年のご自身について教えてください。
あなたは、今の自分に満足（幸福と実感）していますか？
(n=1,000)



※「直近一年のご自身について教えてください。あなたは、今の自分に満足（幸福と実感）していますか？」の問いに対し、それぞれ満足度を4段階で自己評価してもらい、Top2を「満足している」、Bottom2を「満足していない」で集計した値

Q5.あなたは10年後の自分の健康状態を具体的に想像できますか？
(n=1,000)



※「あなたは10年後の自分の健康状態を具体的に想像できますか？」の問いに対し、それぞれ想像度合いを4段階で自己評価してもらい、Top2を「想像できる」、Bottom2を「想像できない」で集計した値

セルフエイジズムの経験者と未経験者を比較すると、「今の自分に満足している」という現在の幸福度には大きな差が見られませんでした。一方、注目すべきは「10年後の自分の健康状態を具体的に想像できますか」という問いに対し、セルフエイジズム経験者の方が7.8%も高い結果を示したことです。この事実は、セルフエイジズムは必ずしもマイナスに働くわけではなく、むしろ自身の健康について考えるきっかけとなっている可能性を示唆しています。

■ “セルフエイジズム”が示す可能性

“セルフエイジズム”は、社会活動や消費行動を躊躇させる原因となっていることも本調査でわかっています。しかし今回の調査で、新たな発見がありました。“セルフエイジズム”を感じる場面や要因で最も多いことが身体的な衰えや健康問題であり、さらにセルフエイジズム経験者は未経験者と比べて、10年後の健康状態を想像できていることが明らかになりました。この結果は、自身の加齢に対するネガティブな思い込みが、実は自身の健康状態に対する重要な「気づき」をもたらす転換点となっている可能性を示唆していると考えます。年齢を重ねることへの不安や戸惑いを、前向きな行動のきっかけへと変えていく。それこそが、私たちが目指すセルフエイジズム脱却の本質であり、「ウェルエイジング」な社会の実現につながるものと信じています。

■ 【セルフエイジズム脱却プロジェクト】とは

年齢を重ねる大人の豊かな人生を応援する

【セルフエイジズム脱却】プロジェクト



年齢を重ねると誰もがカラダの衰えを感じますが、加齢は決してネガティブな側面だけではありません。重ねた歳月で培われた知識・経験・自信・教養は大人だからこそその財産であり、それこそが生活を豊かにします。加齢のポジティブな面に目を向け、年齢を重ねることが喜びに変わるような文化をまずは長寿大国である日本から醸成するため、当社は創業 60 周年を迎える今年【セルフエイジズム脱却プロジェクト】を立ち上げます。

セルフエイジズム脱却プロジェクト特設サイト ▶ <https://corporate.kyusai.co.jp/selfageism/>

■ 会社概要

キューサイ株式会社

1965年に福岡県福岡市で創業し、ケールを原料とした青汁「ザ・ケール」をはじめとしたヘルスケア商品やスキンケア商品でカラダ本来のチカラを高め、カラダもココロもすこやかで、いくつになっても“人生初”の体験に踏み出せる「ウェルエイジング」な世の中の実現を目指し企業活動に取り組んでいます。

<https://corporate.kyusai.co.jp/>

人生初を、いつまでも。



ウェルエイジングカンパニー

なお、本プレスリリースは福岡経済記者クラブにお届けしております。

【本件のお問い合わせ先、画像のご依頼など】

キューサイ株式会社 広報窓口

TEL : 092-724-0179 メールアドレス : koho@kyusai.co.jp

<https://corporate.kyusai.co.jp/>

キューサイ 企業

検索