

20・30代女性 “残業女子”意識調査

73.7%が定期的な残業あり 終電の理由は「デート・合コン」より「残業」 毎日“メイクしたまま就寝”女性は彼氏ゼロの実態も

株式会社マンダム（本社：大阪市 社長執行役員：西村元延 以下マンダム）は、メイク落としブランド「うる落ち水クレンジング」のターゲットである20・30代の働く女性の、残業やメイク落としの実態について、意識調査を実施いたしましたのでご報告いたします。

【結果趣旨】

1. 働く女性の73.7%が、定期的な残業あり。4人に1人(子供なし女性)は、“ほぼ毎日”。

20・30代働く女性の73.7%が、定期的な残業をしており、その頻度は、平均2.7回/週。さらに、子供がいない女性に限ると、4人に1人が、ほぼ毎日残業をしていることが明らかに。

2. 平均残業時間は約1時間半。繁忙期は倍の約3時間に。

1回あたりの残業時間は、平均1時間36分。繁忙期になると、平均2時間54分と倍増した。

3. 直近1～2年での終電近い帰宅経験、63.0%。「デート・合コン」より、「残業」での終電多い。

直近1～2年で、終電近くまで外出し帰宅する経験をした女性は63.0%。その理由1位は「友達と飲食」。「残業」も3位に入り37.4%と、「デート・合コン」より多い結果となった。終電を逃したことがある人も、2人に1人という結果に。

4. 働く女性の約7割が、メイクを落とさず就寝経験あり。頻度は10日に1回。

メイク落としに関する実態では、64.6%がメイクを落とさずに寝たことがあると回答。その頻度は10日に1回。夜時間がないときに省略したいこと、1位「メイク落とし・洗顔」という結果からも、メイク落としの負担度合いが伺える。

5. 忙しい夜の時間に欠かせないこと、スマホを抜いてスキンケアが1位に。

忙しい夜の時間（プライベート時間）に欠かせないことに関する質問では、「スマホチェック」を抜き、「スキンケア」が1位に。スマホが浸透したネット社会にあっても、女性にとって肌のお手入れは欠かせない様子が伺える。

6. メイク落としと彼氏の有無は関連あり？ 毎日“メイクしたまま就寝”女性は彼氏ゼロ？！

独身女性に対して、メイクを落とさずに寝る頻度とパートナーの有無を調べたところ、パートナーがいない人の方がメイクを落とさず寝る頻度が高い結果に。ほぼ毎日メイクを落とさず寝てしまう女性はパートナーがいないという結果も。

【調査概要】

調査方法：インターネットリサーチ 調査時期：2013年5月実施

調査対象：関東在住の20・30代女性1035名（内訳 独身：386名、既婚子供なし：353名、子供あり：296名）

この件に関するお問い合わせ先

株式会社マンダム
PR担当

● 東京オフィス 下川(しもかわ)／萩原(はぎわら)
／生井(なまい)

TEL. 03-5204-9085 FAX. 03-5204-9086

<http://www.mandom.co.jp/press/> ユーザ名:mandom パスワード:0125

リリースのご提供

・掲載時のクレジットは「マンダム」でお願いします。

・製品に対するお問い合わせ先:(株)マンダム お問い合わせ窓口 TEL. 0120-37-3337

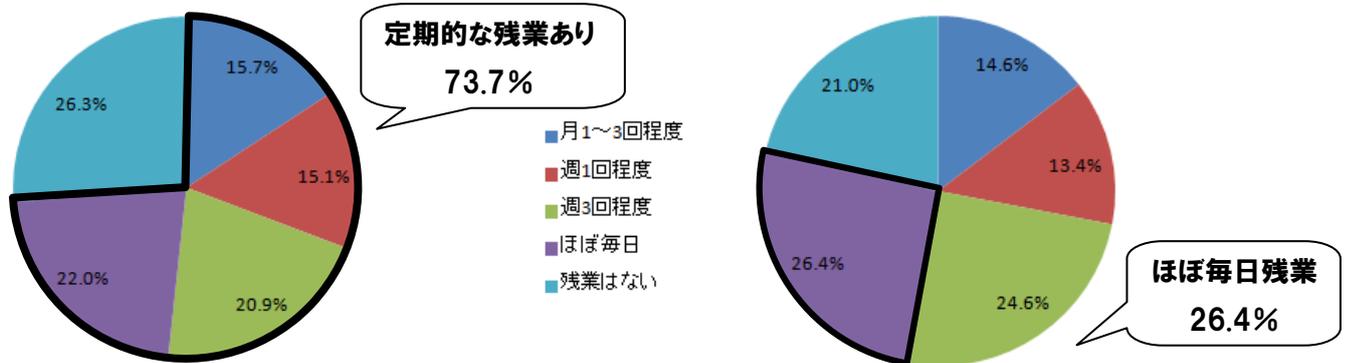
働く女性の「残業」に関する実態

～定期的な残業あり 8 割、デートより残業、忙しい女性の実態とは～

1. 働く女性の 73.7%が、定期的な残業あり 子供がいない女性の 4 人に 1 人は「ほぼ毎日」

グラフ 1：仕事で残業する頻度（SA、n=1035）

グラフ 2：【子供がいない女性のみ】仕事で残業する頻度（SA、n=739）



20・30代の働く女性 1035 名に、仕事で残業する頻度を尋ねたところ、73.7%が定期的な残業を行っているという回答。その頻度は、平均 2.7 日/週と、週の半分は残業を行っていることが明らかになった。また子供がいない女性に絞ると 26.4%と、4 人に 1 人が「ほぼ毎日」残業していることも明らかに。仕事を頑張る女性の、忙しい実態が浮き彫りになった。

2. 平均残業時間は約 1 時間半。繁忙期は倍の約 3 時間。残業時にしたくなることも明らかに

グラフ 3：仕事で残業をする時間（1 回あたり）（SA、n=763）



表 1：残業時にしたくなること（MA、n=1035）

- | | | |
|-----|------------|---------|
| 1 位 | なにかを食べたくなる | (56.3%) |
| 2 位 | ストレッチ | (34.9%) |
| 3 位 | メイク落とし | (25.2%) |

定期的な残業がある人に対し、1回あたりの残業時間を尋ねたところ、平均で1時間36分という結果に。さらに繁忙期になると、平均2時間54分と倍増した。また、残業時にしたくなることという問いについては、「なにかを食べたくなる」「ストレッチ」といった定番に次いで、「メイク落とし」が3位に。女性にとってメイクを落とすことは、気分転換として大きな役割を果たすようだ。

3. 直近1~2年での終電近い帰宅経験 63.0%。「デート・合コン」より「残業」での終電多い

グラフ4：終電近くまで外出し遅く帰宅する頻度（SA、n=1035）

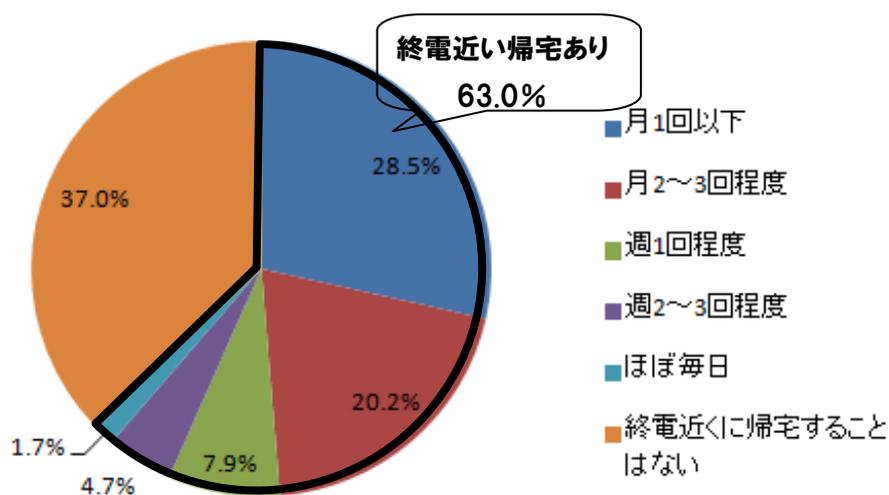


表2：終電近くに帰宅した理由（MA、n=652）

- | | | |
|----|----------|---------|
| 1位 | 友達と飲食 | (69.5%) |
| 2位 | 同僚や上司と飲食 | (43.9%) |
| 3位 | 残業 | (37.4%) |
| 4位 | デート・合コン | (27.5%) |

表3：終電を逃した時の対処法（MA、n=491※終電を逃したことがある人）

- | | | |
|----|-------------------|---------|
| 1位 | タクシーで帰宅する | (53.4%) |
| 2位 | 漫画喫茶やネットカフェで時間を潰す | (15.3%) |
| 3位 | ファミレスやカフェで時間を潰す | (12.9%) |
| 4位 | 歩いて帰宅する | (12.6%) |

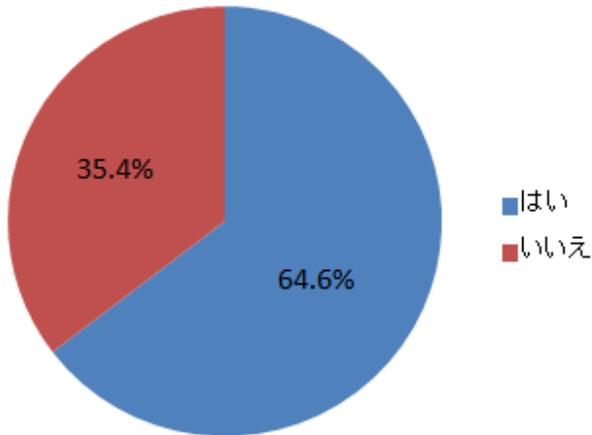
続いて終電に関して尋ねたところ、63.0%が終電近い帰宅経験があると回答。その頻度は、平均3回/月であった。終電近くに帰宅した理由については、飲食が上位を占める一方、「残業」も37.4%と「デート・合コン」を上回り、3人に1人が回答した。また、終電を逃した経験については、47.4%があると回答。その際の対処法では、「タクシーで帰宅する」が1位に。その他、漫画喫茶やカフェで時間を潰すという回答も上位に入った。

働く女性の「メイク落とし」に関する実態

～ついやってしまう“メイクを落とさず就寝”～

4. 働く女性の約7割が、メイクを落とさず就寝経験あり 頻度は10日に1回

グラフ5：メイクを落とさず寝たことがあるか（SA、n=1035）



グラフ6：メイクを落とさず寝た頻度（SA、n=669）

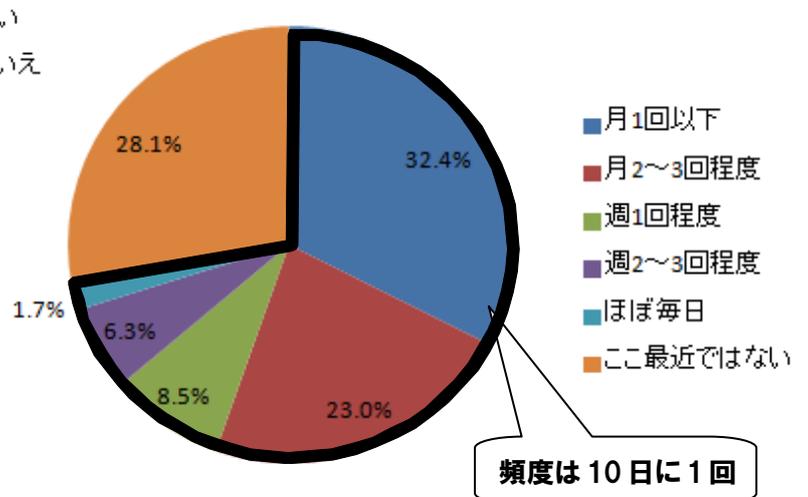


表4：夜時間がないときに省略したいこと（MA、n=1035）

1位	メイク落とし・洗顔	(44.9%)
2位	洗髪	(40.4%)
3位	肌ケア	(39.6%)

メイク落としに関して尋ねたところ、64.6%がメイクを落とさずに寝たことがあると回答。その頻度は、「ここ最近ではない」と回答した人を除くと、平均10日に1回という結果に。

メイクをしたまま寝てしまう経験は、たまにやってしまう“あるある体験”のようだ。また、夜時間がないときに省略したいことを尋ねたところ、「メイク落とし・洗顔」が1位に。

働く女性にとって夜のメイク落としは手間で、つい落とさず寝てしまっている実態が浮き彫りになった。

働く女性の「プライベート時間」に関する実態

～乙女心を忘れていない！働く女性はスマホよりスキンケア～

5. プライベート時間の過ごし方、スマホを抜いてスキンケアが1位に

グラフ7：忙しい毎日でもプライベート時間で欠かさないこと（MA、n=1035）

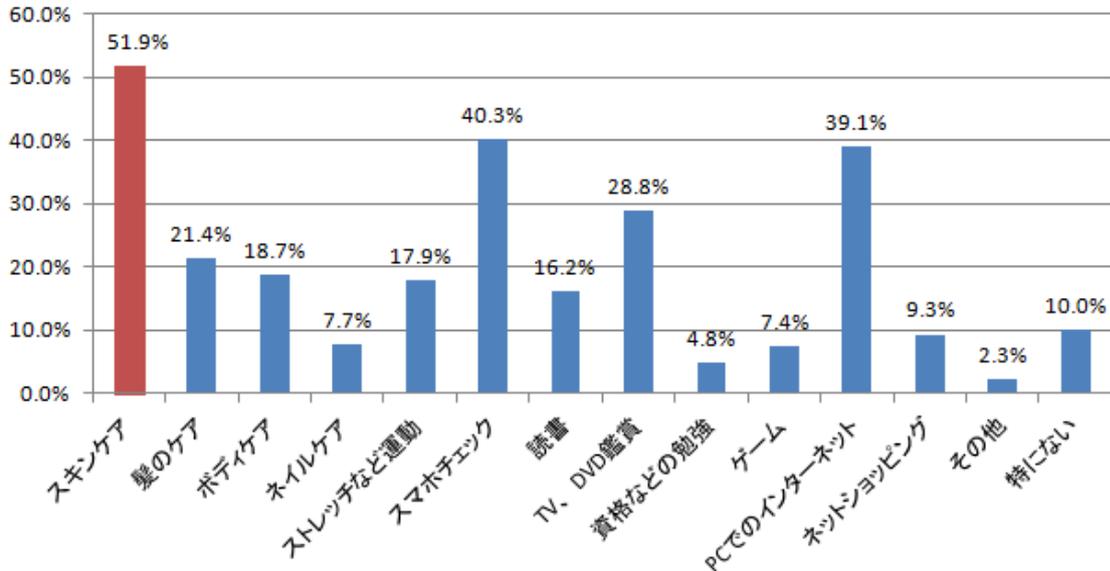


表5：プライベート時間に行うケアで重視するポイント（MA、n=1035）

- | | |
|----|----------------------|
| 1位 | 時間がかからないこと（63.2%） |
| 2位 | 簡単にできること（61.9%） |
| 3位 | 他の事をしながらできること（29.0%） |
| 4位 | しっかりと効果を実感できること |

プライベート時間で欠かさないことを尋ねたところ、「スキンケア」が、「スマホチェック」や「インターネット」を抜いて1位に。スマートフォンが浸透しネット利用時間が増えたといわれる現代であっても、働く女性にとってお肌のケアは、依然として重要であることが伺える。

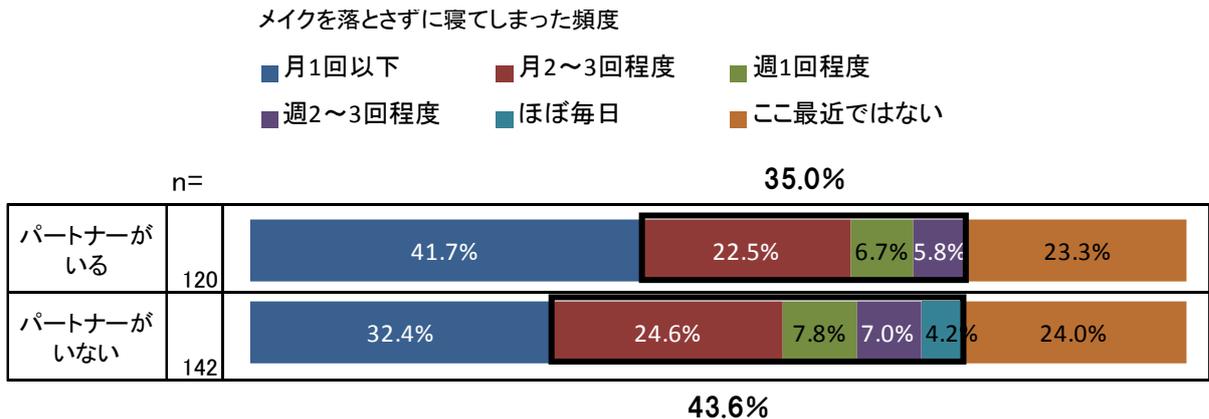
一方で、プライベート時間に行うケアで重視するポイントは「時間がかからないこと」「簡単にできること」が圧倒的上位になっており、お肌のケアは欠かせないがなるべく時間をかけたくないという女性の心理が明らかになった。

コラム：「メイク落とし」と「彼氏」の意外な関係

～毎日メイクしたまま寝ると彼氏ができない?!～

6. メイク落としと彼氏の有無は関連あり? 毎日“メイクしたまま就寝”女性は彼氏ゼロ?!

グラフ8：メイクを落とさずに寝てしまった頻度×パートナーの有無（SA、n=262）



独身女性に関して、メイクを落とさずに寝てしまう頻度と、パートナー（彼氏）の有無の関係を調べたところ、パートナーがいない人の方が、メイクを落とさずに寝てしまう頻度が高いことが分かった（月数回以上メイクを落とさずに寝てしまう人の割合、パートナーがいる女性：35.0%、パートナーがいない女性：43.6%）。

また、“ほぼ毎日”メイクを落とさずに寝てしまう人で、パートナーがいる人は0%であった（パートナーがいない人は4.2%）。

この結果から、メイクを落とさずに寝てしまう頻度が高い人ほど、彼氏がない確率が高いことが伺える。たかがメイク落とし、されどメイク落とし。メイクを毎晩しっかり落とす習慣をつけることで、女子力に影響があるようだ。独身女性にとっては気になる結果ではないだろうか。