

# ビジネスウェアのケアに年間平均468時間費やしている!?

## 多様化するライフスタイルと働き方を支える

### “理想のビジネスウェア”を徹底調査

#### ～国際女性デーに考える、現代女性が求める働く服とは～



株式会社AOKI(代表取締役社長:森裕隆)が運営する『ジャケットヨ研究所』では、ジャケットに関するお悩みやHOW TO情報を提供することで、ジャケットを着用する女性をサポートする活動を実施しています。

3月8日の国際女性デーにあわせ、20～50代の働く女性を対象に「多様化する働き方と服装に関する意識調査」を実施。ライフスタイルや働き方の変化に伴うビジネスウェアの価値観やニーズを調査し、服装が日常に与える影響やストレスの要因、理想のビジネスウェアの条件を明らかにしました。

本調査を通じて、働く女性の服装ストレスを軽減し、より快適で自由な働き方を後押しする可能性を探ります。

ジャケットヨ研究所: <https://www.aokistyle.com/feature/jacketjoshi/>

#### ■トピックス

##### 1. 約8割の女性が働き方の柔軟性を実感、仕事とプライベートの両立を重視

調査では、働く女性の約8割(81.5%)が「働き方の柔軟性が増した」と感じていることが判明。ライフスタイルに応じた働き方を選択する傾向が強まっています。

##### 2. ビジネスウェアのケア(アイロン・クリーニング・洗濯など)に年間約468時間、時短・快適性のニーズが加速

週約9時間、年間約468時間がビジネスウェアのケアに費やされていることが明らかに。特に、キャリアアップやライフステージの変化を経ても働き続けたい女性ほどこの負担を感じています。さらに、服装ストレスの主な要因として「ケアの手間(30.3%)」や「疲れやすさ(29.9%)」が挙げられ、時短や快適性を重視したビジネスウェアへのニーズが高まっています。

##### 3. 「働きやすい服装」がストレスを軽減し、心身の負担を和らげる要因に

「働きやすい服装」の影響として、1位「ストレスが減り、心身に余裕を持って働ける(41.6%)」、2位「職場でも自分らしく振る舞え、自信が持てる(28.9%)」が上位に。ストレスの軽減は心身の負担を和らげる要因となり、自分の時間を確保する助けにも繋がる結果に。服装選びが、働く女性のウェルビーイングを支える要素となっていることが明らかになりました。

## 「多様化する女性の働き方と服装に関する意識調査」概要

#### ■調査目的

「多様化する女性の働き方と服装に関する意識調査」を実施。働き方やライフスタイルの多様化に伴い、ビジネスウェアへの価値観やニーズを調査。日常における服装の影響、ストレスの原因、理想のビジネスウェアの条件など、幅広い視点から働く女性にとって心地よい働く服を探ります。

#### ■調査概要

調査期間:2024年12月/調査機関:調査委託先株式会社ノウンズ

調査対象:ジャケットを着用する機会のある20代～50代の女性

有効回答数:1002件/調査方法:インターネット調査

# 1. ライフスタイルと働き方の価値観

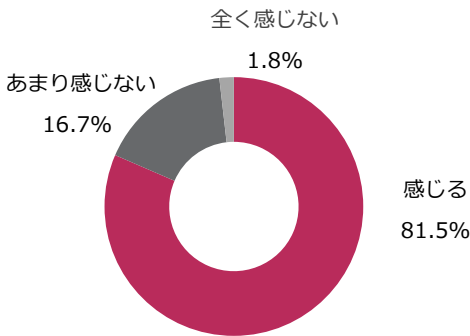
## ■約81.5%の女性が働き方の柔軟性を実感。仕事とプライベートの両立に積極的な傾向も

調査によると、約8割(81.5%)の働く女性が「昨今、働き方の柔軟性が増している」と感じていることがわかりました(グラフ1)。この結果は、女性活躍推進や労働環境の変化を背景に、多様化するライフスタイルが働き方の選択肢にも影響を与えていることを示しています。

また、柔軟な働き方の普及が、女性のキャリア形成や活躍の場を広げるきっかけになっていることもわかりました。「柔軟な働き方が普及(36.3%)」が最も多くの支持を集めたほか、「女性管理職の増加(32.8%)」や「結婚・出産後もキャリアの継続が可能(31.8%)」といった変化が挙げられています(グラフ2)。

調査結果から、女性の多様なライフスタイルに対応した柔軟な働き方の重要性が明らかになりました。

【グラフ1】  
Q. 昨今の働き方に柔軟性が増していると感じるか？



ジャケジョ研究所

【グラフ2】  
Q. 働く女性の活躍領域の広がりを実感する具体的な場面や変化は？

1位	柔軟な働き方が普及	36.3%
2位	女性管理職が増加している	32.8%
3位	結婚・出産後もキャリアの継続が可能	31.8%
4位	性別問わず同等の責任を任される	27.5%
5位	キャリアアップの機会が拡大	21.0%

ジャケジョ研究所

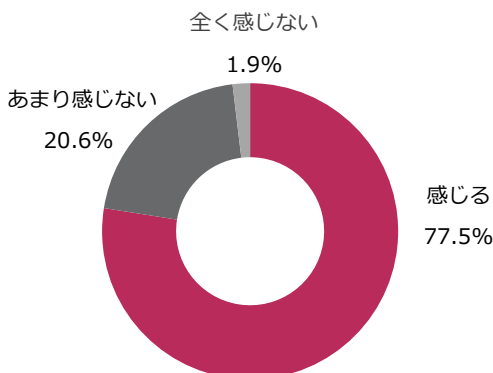
## ■ライフスタイル・働き方の多様化によって、約78%の女性がビジネスウェアの変化を実感

約78%の働く女性が、ライフスタイルの多様化に伴い、ビジネスウェアの変化を感じていると回答しました(グラフ3)。働き方や環境の変化を背景に、ビジネスウェアにおいて求める要素として、1位「シンプルで着まわし重視(35.8%)」、2位「動きやすさや快適性重視(31.0%)」、3位「カジュアルにもフォーマルにも使える(24.5%)」という結果に(グラフ4)。

さらに、4位には「機能性や着心地を重視(23.4%)」、5位には「ケアが簡単で時短を重視(20.1%)」がランクイン。これらの結果から、働く女性たちは、ケアの時短をサポートする機能性や実用性、快適さを兼ね備えた服装を求めていることがみて取れます。

ライフスタイルや働き方の多様化に伴い、ビジネスウェアにも汎用性や高機能性が求められています。着まわしや快適性に優れたデザインはもちろん、仕事と家庭、趣味の時間を効率よく両立させるため、ケアが簡単で使い勝手の良い服装が重視される傾向が明らかになりました。

【グラフ3】  
Q. ライフスタイルの多様化に合わせて、ビジネスウェアの変化を感じるか？



ジャケジョ研究所

【グラフ4】  
Q. 働き方や環境によって変化した、ビジネスウェアに求める要素は？

1位	シンプルで着まわし重視	35.8%
2位	動きやすさや快適性重視	31.0%
3位	カジュアルにもフォーマルにも使える	24.5%
4位	機能性や着心地を重視	23.4%
5位	ケアが簡単で時短を重視	20.1%
6位	季節やシーンに応じた柔軟性	17.9%
7位	オンオフ兼用のデザイン重視	17.5%
8位	女性らしいデザインより実用性を優先	15.6%
9位	ブランドより質や機能重視	14.3%

ジャケジョ研究所

## 2. 働く現代女性が抱える服装ストレス

### ■ビジネスウェアのケアに週約9時間・年間約468時間費やす実態が明らかに

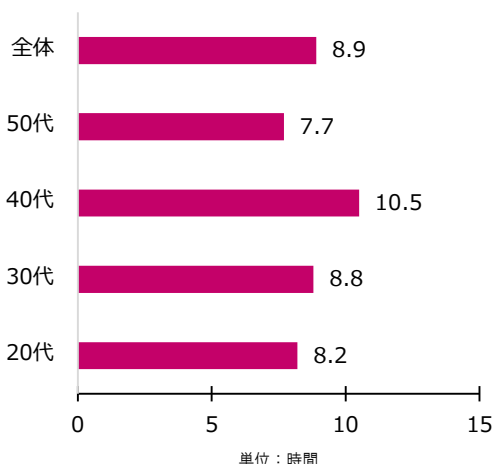
調査によると、働く女性がビジネスウェアのケア(アイロン・クリーニング・洗濯など)に費やす時間は、週平均約9時間、年間では約468時間にのぼることが明らかになりました。

年代別では、20代が「平均8.2時間」、30代が「平均8.8時間」、40代が「平均10.5時間」と、年代が上がるにつれてケアに費やす時間が増加する傾向が見られます(グラフ5)。

また、「重視する働き方の価値観」別に調査したところ、最もケアに時間をかけているのは、キャリアアップを目指す女性で「平均16.3時間」、次いで、結婚・出産後も仕事を継続する女性が「平均12.2時間」という結果になりました(グラフ6)。

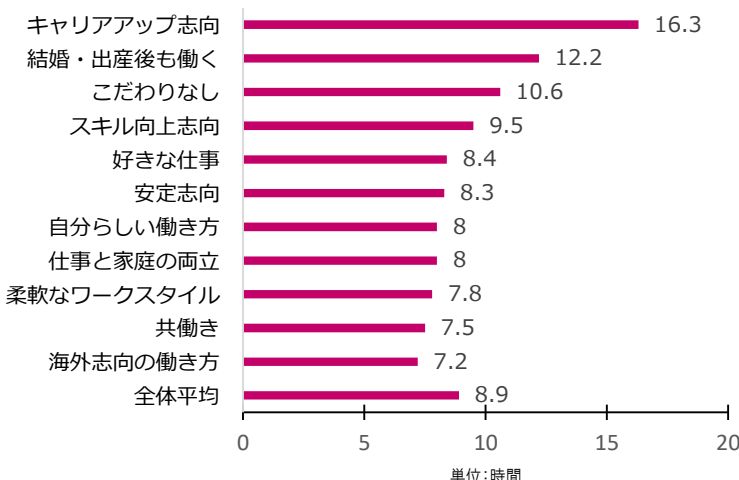
キャリアアップやライフステージの変化を経ても働き続けたいと考える女性ほど、ビジネスウェアのケアに多くの時間を費やしていることが分かります。一方で、仕事とプライベートを両立させるには時間の確保が不可欠であり、ケアの時短が女性の負担軽減や活躍を支える重要な要素となることが示唆されます。

【グラフ5】  
Q.ビジネスウェアのケアに費やす時間は週当たりで平均何時間？  
<年代別>



ジャケジョ研究所

【グラフ6】  
Q.ビジネスウェアのケアに費やす時間は週当たりで平均何時間？  
<価値観・重視する働き方別>



ジャケジョ研究所

### ■ビジネスウェアの三大ストレス「ケア・疲労・動きにくさ」働く服の快適さに関するニーズが顕在化

働く女性が抱えるビジネスウェアの主なストレスとして、1位「ケアに手間がかかる(30.3%)」、2位「長時間着ると疲れやすい(29.9%)」、3位「動きづらく快適さが足りない(28.6%)」が挙げられました(グラフ7)。

ライフスタイルや働き方が多様化する中で、ビジネスウェアに対する進化を求める声は高まっています。特に、仕事とプライベートを両立させ、充実したライフスタイルを確立するには、時間の確保が不可欠であり、「ケアが簡単で時短できる」「快適に動ける」といった要素が、働く女性をサポートするための重要なポイントとして明らかになりました。

女性がより自由で快適に活躍できる環境を実現するためには、ライフスタイルに寄り添い、負担を軽減する利便性の高いビジネスウェアのさらなる進化が求められています。

【グラフ7】  
Q.ビジネスウェアに感じる服装ストレスは？

1位	ケアに手間がかかる(洗濯やアイロンなど)	30.3%
2位	長時間着ると疲れやすい	29.9%
3位	動きづらく快適さが足りない	28.6%
4位	自分に合うサイズやデザインが見つからない	22.9%
5位	フォーマルとカジュアルの両立が難しい	21.1%
6位	季節に応じた機能性が不足	19.6%
7位	女性特有の体型に合ったデザインが少ない	11.6%
8位	職場や環境に合った柔軟な服装に対応できていない	11.6%

ジャケジョ研究所

### 3. 理想の働く服装

#### ■働く女性の理想のビジネスウェア、約83.5%が「洗える」「ケアの時短」を選択

調査によると、理想のビジネスウェアに求める機能として、1位は「自宅で洗える・速乾性(42.7%)」、2位は「防シワや防汚などの機能素材(40.8%)」が挙げられました(グラフ8)。これらの結果から、働く女性たちがケアの簡便さや時短を強く求めていることが明らかになりました。また、3位には「コストパフォーマンスの良さ(36.8%)」、4位には「長時間着ても疲れない軽量素材(33.3%)」がランクイン。

デザインや見た目以上に、効率的で快適な着心地やコスパを重視する傾向がうかがえます。働き方やライフスタイルが多様化する中で、女性に寄り添うビジネスウェアには「利便性・快適性を提供する」ことが求められる傾向に。

この結果は、日常のストレスを軽減しながら、仕事とプライベートを両立させるための新たな方向性を示しています。女性がより自由に快適に働ける環境を支えるために、こうしたニーズに応える製品開発が求められていると推察されます。

【グラフ8】  
Q. 理想のビジネスウェアの条件は？

1位	自宅で洗える・速乾性	42.7%
2位	防シワや防汚などの機能素材	40.8%
3位	コストパフォーマンスの良さ	36.8%
4位	長時間着ても疲れない軽量素材	33.3%
5位	きちんと感と着心地の両立	30.9%
6位	動きやすいデザイン	30.5%

ジャケジョ研究所

#### ■「働きやすい服装」がもたらす影響

##### 1位「ストレス軽減」2位「自分らしく振る舞える」メンタル面への作用に支持集まる

「働きやすい服装」が女性の働きやすさや日常に与える影響として、1位は「ストレスが減り、心身に余裕を持って働ける」、2位「職場でも自分らしく振る舞え、自信が持てる」、3位「服装準備が効率化し、自分の時間が増える」という結果が得られました(グラフ9)。

現代女性にとって、ビジネスウェアの高機能性や汎用性は生活の質を向上させる重要な要素ですが、それにとどまらず、「自分に合った服」を選択することで、快適な状態をつくり、ストレスの軽減や、ポジティブなメンタル状態を維持するはたらきが期待されていることが示唆されます。

働く女性がさらに活躍の場を広げるためには、職場環境やサポート体制の充実も重要ですが、「働きやすい服装」という視点からの支援も、女性の心身の健康や生産性向上を助ける重要な要素となるでしょう。

【グラフ9】  
Q. 「働きやすい服装」が女性の働きやすさや日常にどのような影響を与える？

1位	ストレスが減り、心身に余裕を持って働ける	41.6%
2位	職場でも自分らしく振る舞え、自信が持てる	28.9%
3位	服装準備が効率化し、自分の時間が増える	24.4%
4位	仕事へ没頭できて生産性が向上する	20.9%
5位	家事や育児と仕事の両立が楽になる	19.3%

ジャケジョ研究所

#### 『ジャケジョ研究所』特設サイトのご紹介

ジャケジョ研究所とは、『#ジャケジョ』＝ジャケットを着用するすべての女性を応援・サポートする研究機関です。ビジネスウェアに対するお悩み解決方法や、ジャケットがある毎日がより豊かになるようなお役立ち情報の発信を行っています。日々のお手入れ、着まわしやトレンドなどファッションにまつわる情報やレポート記事、コラボ漫画を通して、みなさまにお伝えしてまいります。



サイトはこちらから

<https://www.aoki-style.com/feature/jacketjoshi/>

#### ■報道関係からのお問い合わせ

ジャケジョ研究所 事務局(株式会社フロンティアインターナショナル内)

担当: 関野 (070-2197-8799) TEL:03-5778-4844 / Mail: [frontier-pr@frontier-i.co.jp](mailto:frontier-pr@frontier-i.co.jp)