

『素敵なあの人』が60代女性の「目の悩み・眼鏡事情」を大調査

眼鏡を利用している人の2割が「合っていない」と悩んでいる

65%が複数持ち。各部屋に眼鏡を置いている人も多数！

ファッション雑誌販売部数トップシェア(※)の株式会社宝島社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:関川誠)が発行する日本初の60代女性向けファッション誌『素敵なあの人』は、読者154人を対象に、60代女性の「目の悩み・眼鏡事情」についてアンケートを実施しました。 ※日本ABC協会 雑誌発行社レポート2024下半年(7~12月)より

【60代女性の目の悩み・眼鏡事情調査サマリー】

- ★眼鏡を持っている人の約2割は、今の眼鏡は自分に合っていないと悩んでいる
- ★眼鏡を持っているひとの半数以上は、複数の眼鏡を使い分けている
- ★約5割の人が「遠近両用眼鏡」に興味を持っている
- ★眼鏡購入はチェーン店が主流。機能だけではなく、「かけ心地」と「おしゃれ」もポイント
- ★目の悩みのトップは「老眼」！次に「疲れ目」「近視」「ドライアイ」など多様化している
- ★40代以降から目の悩みを感じる人が急増し、日常行動に制限が出ている人も多数



『素敵なあの人』12月号
発売日:2025年10月16日/特別価格:1780円(税込)

・調査期間:2025/8/16~9/15 ・調査機関:宝島社『素敵なあの人』
・調査対象:60代女性 ・有効回答数:154名 ・調査方法:Webアンケート

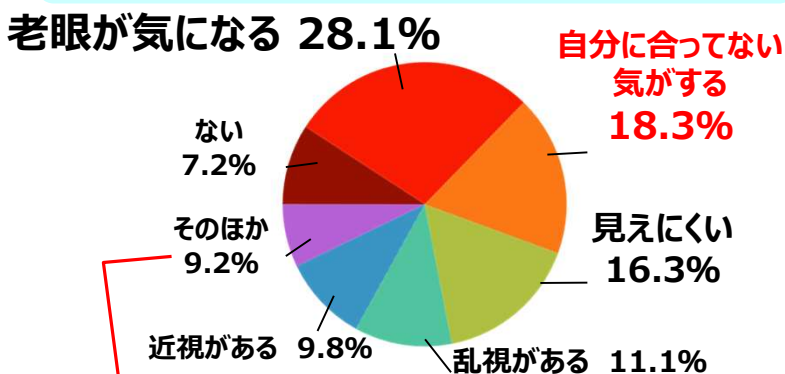
アンケート結果によると、悩みのトップは「老眼」、ほぼ同数で「疲れ目」が挙げられ、そのほか「近視」「ドライアイ」「乱視」など悩みが複雑・多様化していることが判明。また、それにより本を読む・スマホを見る・運転するときなど日常生活に支障が出ていることもわかりました。

普段は近視・老眼用の眼鏡を使用する人が4割と一番多く、次にコンタクトレンズを使用する人が挙げた一方で、裸眼の人も2割近くいました。眼鏡に関しての悩みも「老眼」がトップとなり、次いで「自分に合っていない」「見えにくい」との声が。「遠近両用眼鏡」をかけたことがない人は6割で、「今後使用することに興味がある人」は5割近くと関心の高さがうかがえました。一方、遠近両用眼鏡を以前使用していた人からは「目が疲れる」「慣れない」などの声もありました。また、眼鏡を持っている本数は「1本」が約4割と一番多く、次に約3割が「2本」で、普段用とお出かけ用とで使い分けているとの声も。眼鏡を買い替えるタイミングとして「度数が合わない、壊れた」以外に「素敵な眼鏡を見つけた」「イメチェンしたい」という意見もあり、フレームを選ぶポイントの多くは「かけ心地」であるなど、眼鏡は機能性だけを重視しているわけではないこともわかりました。

今後も『素敵なあの人』では、リアルな読者の声をお届けする60代女性のアンケート調査を行ってまいります。

アンケート結果

眼鏡に関する悩みは何ですか？



(その他) 手入れ、うっとうしい、疲れる、すぐに曇る、鼻にあとがつく、すぐ指紋で汚れる、似合っているかわからない、似合うフレームが見つからない、目が小さく見える、紫外線対策 など

目の悩みを感じる方、その悩みはいつから始まりましたか？

- 1位 40代から 視力が落ちた、ドライアイ、まぶしいと感じる など (36.2%)
- 1位 50代から 視力が落ちた、ドライアイ、目の疲れ など (36.2%)
- 3位 30代から 目の疲れ、乱視 など (7.4%)
- 4位 60代から 視力が落ちた、かすんで見える (5.3%)
- 4位 20代から 視力が落ちた など (5.3%)

少数意見も含めると今の眼鏡は自分に似合っていないと悩んでいる人は2割超えに

どんな場面で目の悩みを感じますか？（複数選択可）

- 1位 本を読むとき(54.2%)
- 2位 スマホを見るととき(54.2%)
- 3位 車の運転(26.1%)
- 4位 テレビを観るとき(25.5%)
- 4位 夜間の外出(25.5%)

（そのほか）小さな文字を見るととき
足の爪を切るとき、料理中、
編み物をするとき ほか

感じている目の悩みを教えてください（複数選択可）

- 1位 老眼(53.9%)
- 2位 疲れ目(53.2%)
- 3位 近視(34.4%)
- 3位 ドライアイ(34.4%)
- 5位 乱視(22.1%)

（そのほか）かすみ目、まぶしさ
視界のゆがみ

目の悩みを感じる方、その悩みに気づいたきっかけは何ですか？（複数選択可）

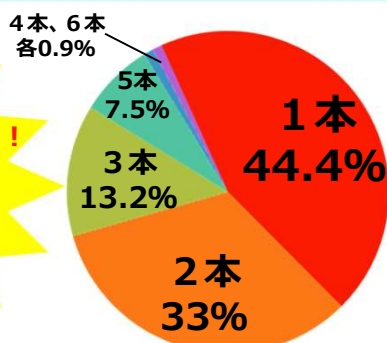
- 1位 新聞・本を読むとき(55.2%)
- 2位 スマホの使用中(48.1%)
- 3位 眼科で指摘(16.9%)

（その他）車の運転中、文字を書いているとき
飛蚊症の症状が現れた ほか

目の悩みは
老眼・疲れ目のほか様々。
日常生活に支障を来してから
気が付く人が多い

メガネをお持ちの方、何本持っていますか？

半数以上が
メガネは2本以上持っている！
2つ持っている人は
普段用とお出かけ用で
使い分けしている。
部屋ごとに
眼鏡を置いている人も！



メガネをお持ちの方、どういったときにメガネを買い替えたり、買い足したりしますか？

- 1位 度数が合わなくなったとき
- 2位 壊れたとき
- 3位 店頭で素敵な眼鏡を見つけたとき
- 4位 接客(22.9%)
- 5位 修理対応(19%)

（そのほか）デザインに飽きたとき、イメチェンしたいとき、
気分転換、フィット感が合わなくなったとき、セールのとき、
SNSや雑誌でおしゃれな眼鏡を見つけたとき など

『素敵なあの人』を見て購入したという声も！

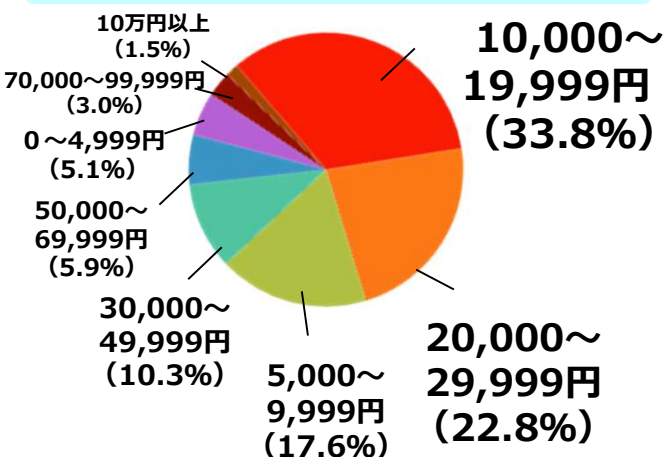
どこで購入することが多いですか？

- 1位 眼鏡チェーン(86.1%)
- 2位 個人眼鏡店(8.0%)
- 3位 百貨店(3.6%)
- 4位 そのほか
- 5位 通販サイト

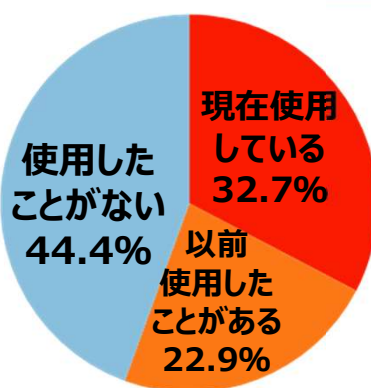
そのお店で選ぶ理由は何ですか（複数選択可）

- 1位 価格(59.5%)
- 2位 検査の丁寧さ(31.4%)
- 3位 自宅から近い(29.4%)

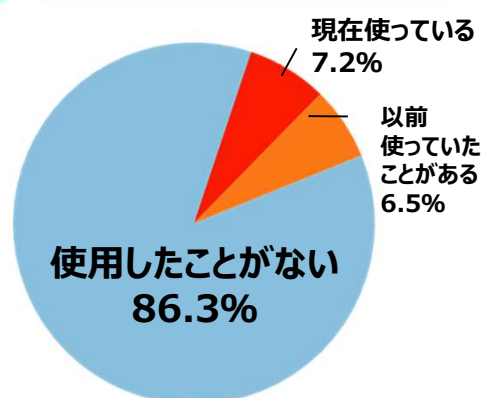
眼鏡をお持ちの方、金額を教えてください。



コンタクトレンズは使用していますか？



遠近両用のコンタクトレンズは使用していますか？



眼鏡をお持ちの方、フレームを選ぶときに重視するポイントは何ですか？

- 1位 かけ心地(34.8%)
- 2位 デザイン(32.6%)
- 3位 顔映り(19.3%)
- 4位 軽さ(10.4%)

機能だけではなく、
「かけ心地」と「おしゃれ」がポイント

好きな眼鏡ブランドや、使ってみたいブランドがあれば教えてください

1位 Zoff

（そのほか）JINS、Ray-Ban、
パリミキ ほか

レーシックに興味はありますか？

- 1位 興味あるが心配(25.9%)
- 2位 興味なし(25.2%)
- 3位 興味なし、こわい(17%)
- 4位 興味はあるがやらない(6.7%)
- 4位 興味なし、いい印象がない(6.7%)
- 6位 興味ある、やってみたい(5.9%)
- 7位 もうこの歳になったので今更良い(5.2%)

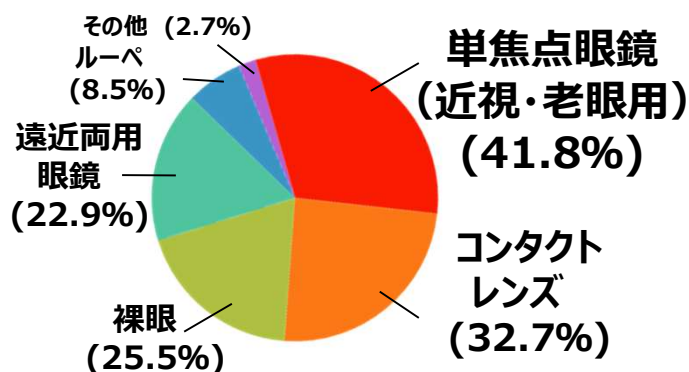
(その他) 既にしている、レーシックが何か知らない、レーシックの時代はおわった ほか

目の健康のためにしていることがあれば教えてください(複数選択可)

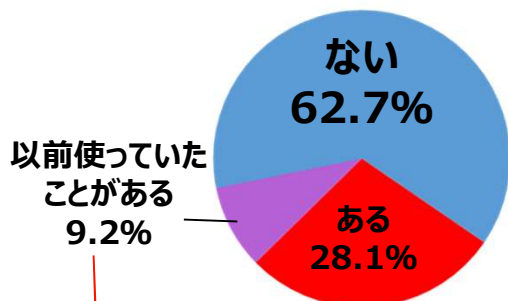
- 1位 目薬を使う(51.6%)
- 2位 何もしていない(25.5%)
- 3位 ブルーベリーなどのサプリを飲む(19%)
- 4位 温める(18.3%)
- 5位 マッサージ(15%)

(その他) 『マジカル・アイ』など目にいい本を読む、スマホを控える ほか

普段使用している視力補助アイテムを教えてください(複数選択可)



遠近両用眼鏡を使用したことはありますか？



遠近両用メガネを使わなくなった理由は？

- 1位 目が疲れてしまう(43.9%)
- 2位 慣れなかった(34.1%)
- 3位 見えにくかった(14.6%)

(その他) 白内障の手術をしたから、ずれるようになったから

老眼になってから、やめてしまったことや減ってしまったことはありますか？

- 1位 読書の時間が減った(65.3%)
- 2位 お裁縫・手芸の時間が減った(18.4%)
- 3位 雑誌を読まなくなった(6.1%)

(その他) スマホ時間を減らした、映画の字幕がおっくうになった、コンタクトをやめた、テレビを観ることが減った

効果を感じたサプリや商品があれば教えてください。

1位 ブルーベリーを食べる

(その他) DHCの速攻ブルーベリー、アイボン、わかさ生活のブルーベリーアイ、あずきのチカラ、いきいきルテイン・アイ、エクオール、えんきん、ベネフィークのクリスタルビュー、めぐりズム ほか

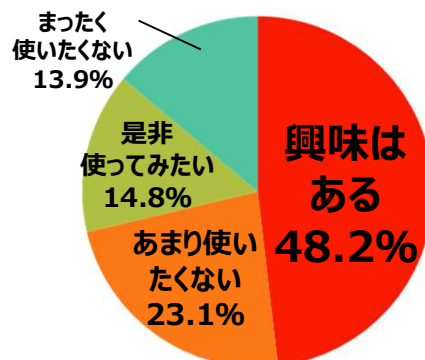
目に関することで困っていることや、知りたいことがあればご記入ください

- 1位 白内障について
- 2位 ドライアイの対処法
- 3位 老眼について 3位 視力を上げたい
- 5位 疲れ目になる一番の原因、対処法
- 6位 レーシック、ICLのリスクや方法
- 7位 目にいいサプリや目薬
- 8位 眼科健診は定期的に行うべきか
- 9位 目の日焼け、紫外線

(その他)

飛蚊症、どのブランドのコンタクトレンズがいいのか、目にいいマッサージ、まぶたが年々下がってくる、眼鏡を紛失しない方法、目の病気、軽くて使い心地がいい眼鏡を紹介してほしい、遠近両用眼鏡のメリットとデメリット ほか

遠近両用メガネを使用したことがない方、今後、使用してみたいですか？



半数の人が遠近両用メガネに興味あり！