

# 第 1 章

## 見た目年齢を 決める要因 —顔の加齢変化—

加齢とともに人は老けて見えるようになる。このような見た目の老化は多くの女性の悩みとなっている。しかし同じ年齢でも、年齢よりも若く見える人も、老けて見える人もいる。この「見た目年齢」はどのように決まるのだろうか。本章では見た目年齢を決める顔の老化の実態を見ていく。

## 1-1 見た目年齢とは何か

見た目年齢とは、外観から受ける印象を基に推定した年齢のことである。中でも顔は衣服で覆われておらず、コミュニケーションを担う主要な部位であり、印象形成に重要な役割を果たしている。そのため、多くの場合、見た目年齢は顔の外観上の特徴から推定されている。顔の外観は加齢とともに大きく多様に変化する。この形状の変化が見た目年齢を決める大きな要因となっている。このように、見た目年齢を理解するためには、顔の老化の実態や要因を理解することが必要となる。これに関して以下で見ていく。

## 1-2 見た目年齢を決める要因

---

**【概要】** 見た目年齢を決める大きな要因は、加齢とともに増加するシワ、たるみ等の顔の形の変化である。シワは皮膚に刻まれた溝である。たるみは重力で皮膚が垂れ下がった状態である。たるみは様々な顔の形の変化を引き起こすと同時に、シワ等の原因ともなる重要な変化である。また顔を見る角度により、たるみの見え方が変わり、見た目年齢も変化する。

---

加齢とともに顔の見た目は大きく変化する（図1-1）。頬はたるみ、ほうれい線（法令線）やマリオネットラインが現れ、フェースラインが曖昧となる等、老けて見える大きな要因となる。実際、これらは女性の肌に関する悩みの上に挙げられる。若年層では毛穴が目立つこと、ニキビや肌あれといった肌のトラブルが上位に挙げられるが、年代が上がるにつれ、たるみやほうれい線といった顔の形状の変化に関する悩みが上位となる（図1-2）。こうした形状の変化は見た目年齢に対してどのような影響を与えているのだろうか。ここでは見た目年齢を決める顔の加齢変化の実態を見ていく。

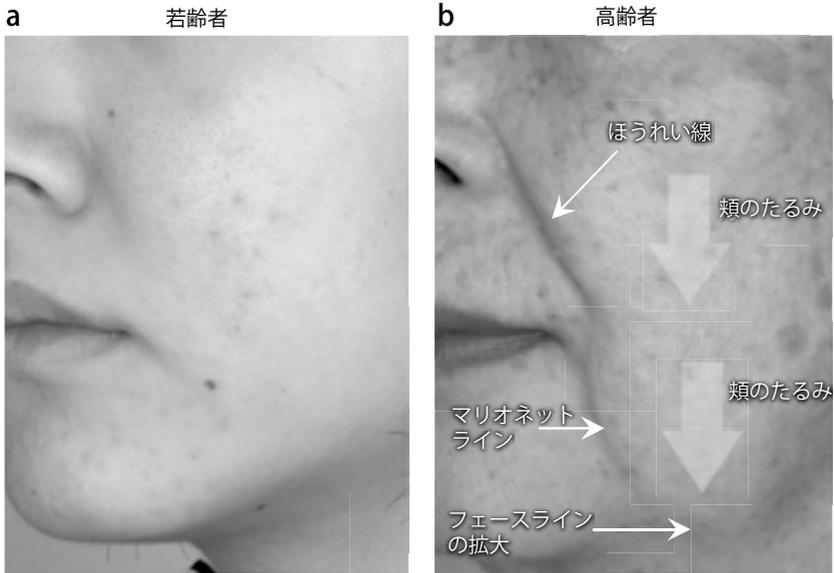


図1-1 加齢に伴う顔の形状変化

a) 若齢者では形状は滑らかである。b) 高齢者では顕著な形状の変化が認められる。頬のたるみ、ほうれい線、マリオネットライン、フェースラインの拡大などである。

### 1-2-1 ほうれい線

**【概要】**ほうれい線は、加齢とともに鼻から口元にかけて現れる溝状の形状のことである。従来は深く刻まれたシワと考えられていたが、著者らはほうれい線はたるみの大きい部分と、たるみの少ない部分の間でできる境界線であることを明らかにしてきた。

図1-3aの女性は若々しく見えるが、たった1本ほうれい線を書き加えるだけで非常に老けた印象となる（図1-3b）。このように、ほうれい線は老けて見える大きな要因となっている。イラストでは、ほうれい線は老けた印象を作り出す表現手法として用いられている。ほうれい線に関する一般情報を調べると、「この部分に刻まれた深いシワ」との記載を見ることが多い。では、ほうれい線への対応策は従来のシワへの対応で十分なのだろうか。

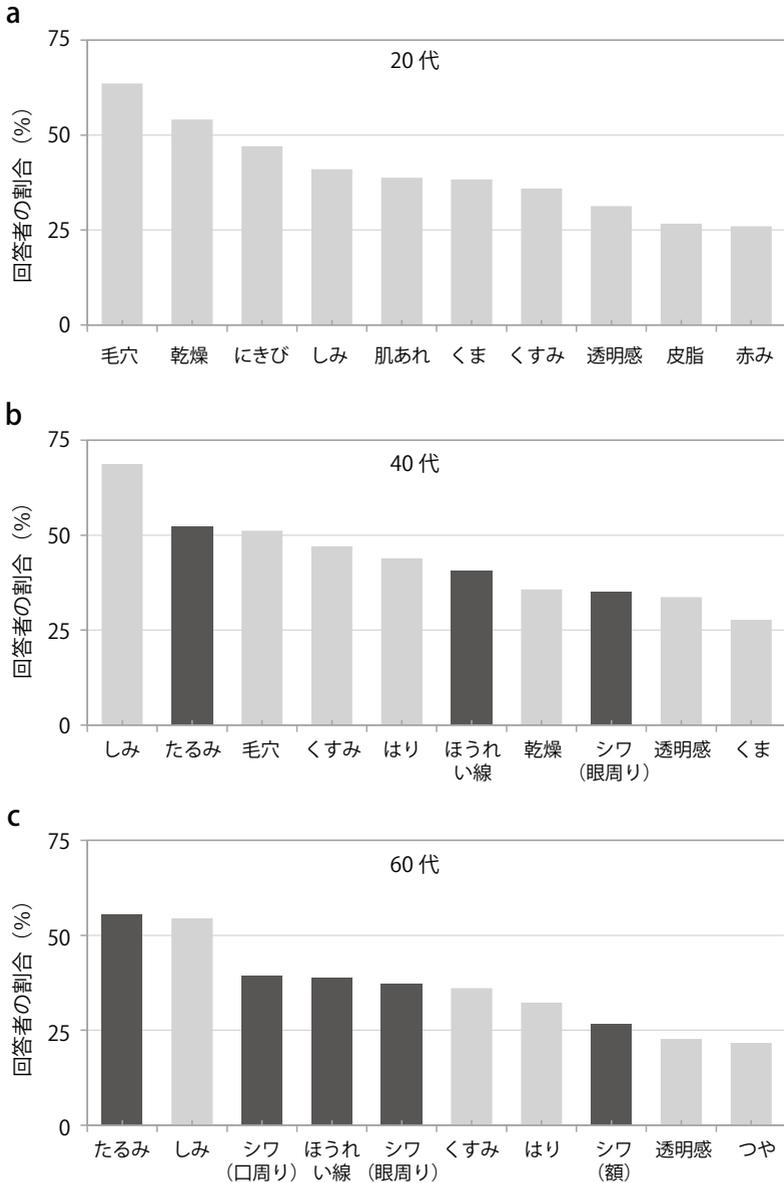


図1-2 年代別の肌に関する悩み

a) 20代、b) 40代、c) 60代女性の肌に関する悩み。顔の形状に関する悩みを濃く表示した。加齢に伴い、顔の形状に関する悩みが上位となる（回答者：約400名、複数回答可能）。

## 見た目の印象

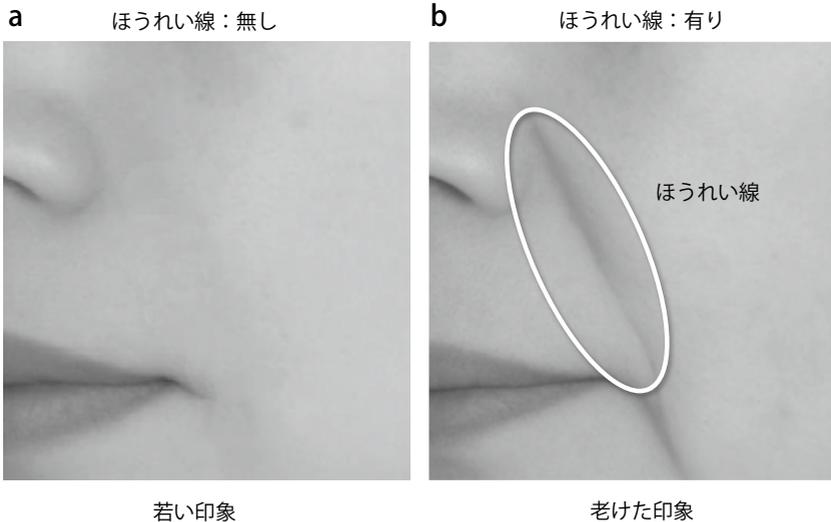


図1-3 ほうれい線による印象の変化

写真は同一人。画像処理によりほうれい線の有無を作成。ほうれい線が存在するだけで、老けた印象となる。

## 1) ほうれい線の実態

図1-4に加齢に伴うほうれい線の進行を示した。若齢者（20代前半）ではこの領域は滑らかな形状である。初めは鼻翼付近に僅かな窪みが見られるようになる。それが次第に伸長し、鼻翼と口角の中間点を越えると、明確なほうれい線として認識できるようになる。さらにほうれい線が伸長し、口角付近に達すると深い溝状の形状となる。著者はこの進行段階に判断基準を設定し、6段階（0～5）のほうれい線評価基準として確立した。ほうれい線は20代より形成されるが、それを自覚する女性は少ない。30代では明確になり、40代ではこの領域（鼻から口元）の半分を覆うほどに拡大し、多くの女性の悩みとなる。さらに50代ではほぼ領域全体に拡大する。

## 2) ほうれい線とシワの違い

一般にシワは皮膚が折れ曲がって変形し、深く刻まれた溝を指す（1-

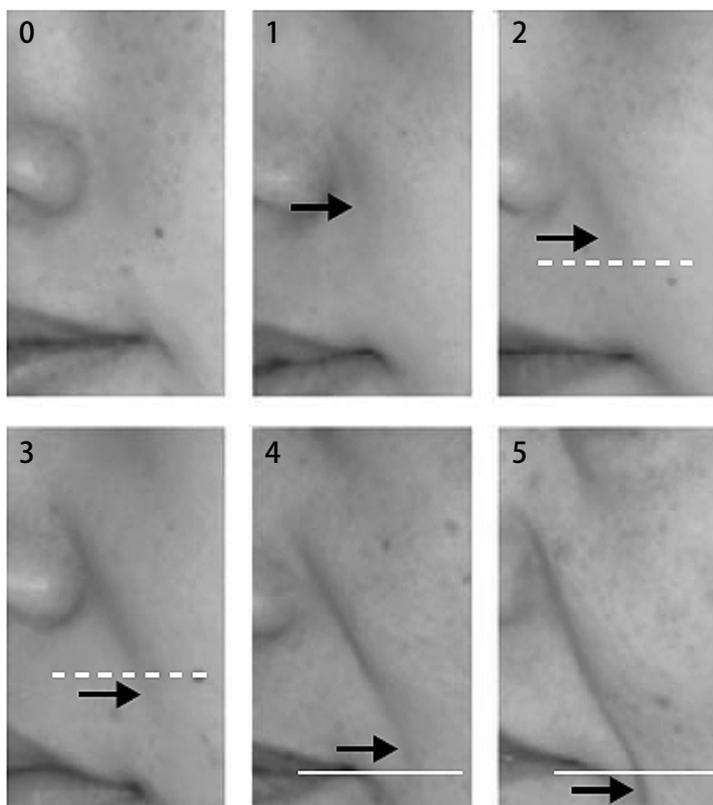


図1-4 ほうれい線の加齢変化

0：若齢者では形状は滑らかである。1：ほうれい線は初めは鼻の横に僅かに認められる。これが、2：明確に確認できるようになり、3：鼻と口の間中点に達するあたりから、立体的な形状変化として明瞭化する。さらに、4：口辺部に達すると深い溝状の形状を示し、5：口辺部を超えて拡大する。図1-10頬上部の加齢変化評価基準よりほうれい線部分を抜粋。

2-4項参照)。こうしたシワとほうれい線の関係は次のような簡単な試験で確認できる。ほうれい線の明確な中年代（40代）の女性被験者を仰向けにする。座った状態と仰向けになった状態で撮影した写真を図1-5に示す。仰向けになることでほうれい線が消失している。詳細にこの領域を観察しても、仰向けの姿勢でシワが見られる被験者はごく一部であり、そのシワも非常に短く浅い。そのため、ほうれい線として見えている形状の大半は、深く刻まれたシワとは異なることがわかる。