

2013年4月24日

報道関係各位

GMO リサーチ株式会社

『健康管理に関する意識・実態調査』を実施 ～お金・時間をかけず日々の中での取り組みが上位に～

GMO インターネットグループでインターネットリサーチ事業を展開する GMO リサーチ株式会社(代表取締役社長 細川 慎一 以下、GMO リサーチ)は、GMO リサーチが保有する日本国内のモニターを対象に「健康管理に関する意識・実態調査」を実施いたしました。

- 調査テーマ: 健康管理に関する消費者意識について
- 調査対象: 20代～60代の男女 各年代男女 100名ずつ 計 1,000名
- 調査期間: 2013年3月12日～2013年3月15日
- 調査方法: インターネット調査(クローズド調査)
- 調査地域: 全国

【背景と目的】

近年、生活習慣病の予防として食生活改善や日常的な運動など、健康への関心が高まっていることを受けて、巷には健康に関する様々な種類の情報やサービス、食品等があふれています。こうした中で GMO リサーチは、消費者の健康管理に関する意識と実態を把握することを目的にアンケート調査を実施いたしました。

【まとめ】

■過去一年間の身体の不調について(表 1～4)

- ・身体の不調では、男女合計では「肩や首筋がこる」(37.7%)、「疲れやすい」(30.8%)が上位となったが、男性だけを見ると「髪の毛が抜けやすい」(36.4%)、「頭痛が起きる」(32.8%)が多かった一方、女性だけを見ると圧倒的に「肌が乾燥する」(70.4%)が多く、続いて「肩や首筋がこる」(48.6%)、「疲れやすい」(36%)が挙げられた。これにより、男女ともに上位を占める「肩や首筋がこる」や「疲れやすい」といった症状を訴える割合は、圧倒的に女性が多いことが判った。
- ・挙げられている症状で3割を超える人が感じている症状は、男性は2種類だが、女性は9種類にもものぼることが判った。
- ・全体で最近1年間で感じた症状数については、全体で「2症状」以上の選択肢を回答した割合が合計で73.7%と圧倒的に多くなった。このことから、身体の不調を覚えると、1つではなく 同時に複数の症状に悩まされる傾向が強いことが明らかになった。

■健康のために行っている対策(表 5～7)

- ・健康を意識して行なっていることとして、普段の生活の中で、「規則正しい食生活を心がけている」(31.3%)と回答した人が最も多いが、「特に何もしていない」(29.8%)が続いて多い結果となった。
- ・「規則正しい食生活を心がけている」(31.3%)をはじめ、「栄養のバランスを考えた食生活を心掛けている」(28.2%)や、「糖分や塩分の取り過ぎに注意している」(28.1%)など、普段の食生活に関する意識の高さが窺えた。
- ・実際に、健康のために行っている行動については、「特に何もしていない」(35.0%)が最も多く、続いて、「野菜や果物の摂取」(34.2%)、「サプリメント」(24.4%)、「ジョギングなどの運動を自主的に行う」(20.8%)といった順番とな

り、日常の中で比較的容易に取り組める対策が上位を占めている。男性だけを見ると「ジョギングなどの運動を自主的に行う」(26.0%)、「野菜・果物の摂取」(25.2%)と回答する人が多く、女性だけを見ると「野菜・果物の摂取」(43.2%)、「サプリメント」(31.6%)と回答する人が多く、この結果から男性に運動を行う人が多いのに対して、女性は食から健康対策を行う人が多い傾向にあることが判った。

■健康のために費やしている時間、金額(表 8)

- ・健康のために費やしている時間は、「30 分以内」(24.0%)が最も多いが、「全く時間は使わない」(24.0%)人も同じ割合でいることが判った。
- ・月々に健康のために費やしている金額は「全くお金を掛けていない」(24.3%)が最も多く、続いて、「1,000～2,000 円」(10.8%)または「5,000～10,000 円」(10.8%)と回答する人が約 1 割という結果になった。

【総論】

今回の調査から、何らかの身体の不調を抱えている人が多くいる中で、多くの症状を抱えている人が特に女性に多いことが判りました。

健康管理に関する意識での調査では、食生活に関する回答が目立ち、「健康管理＝食生活の管理」と考える傾向にあることが読み取れます。実際の健康対策では、男性は運動を中心に、女性は食品・医薬品・サプリメントを中心に、毎日の暮らしの中で自主的に行えることを意識しながら対策が行われていることが判りました。こうした調査結果から、精神的・肉体的に負担をかけずに健康管理をしたいという意識が垣間見えると GMO リサーチは考えます。

【GMO リサーチ株式会社について】

市場調査・分析および調査データを基にしたコンサルティングサービスを提供しております。従来通りの市場調査手法はもちろん、MROC やアイトラッキングなど、最先端の技術と手法を駆使した GMO リサーチの市場調査サービスは、企業の迅速かつ最適な意思決定のお手伝いをいたします。

【報道関係お問い合わせ先】

- GMO リサーチ株式会社 広報部 藤崎
TEL:03-5784-1100 FAX:03-5784-1105
E-mail: pr@gmo-research.jp
- GMO インターネット株式会社 グループ広報・IR 部 福井・石井
TEL:03-5456-2695 FAX:03-3780-2611
E-mail: pr@gmo.jp

【調査に関するお問い合わせ先】

- GMO リサーチ株式会社 JMI 事業本部 山田
TEL:03-5784-1100 FAX:03-5784-1105
E-mail: takatoshi.yamada@gmo-jmi.jp

【GMO リサーチ株式会社】(URL: <http://www.gmo-research.jp/>)

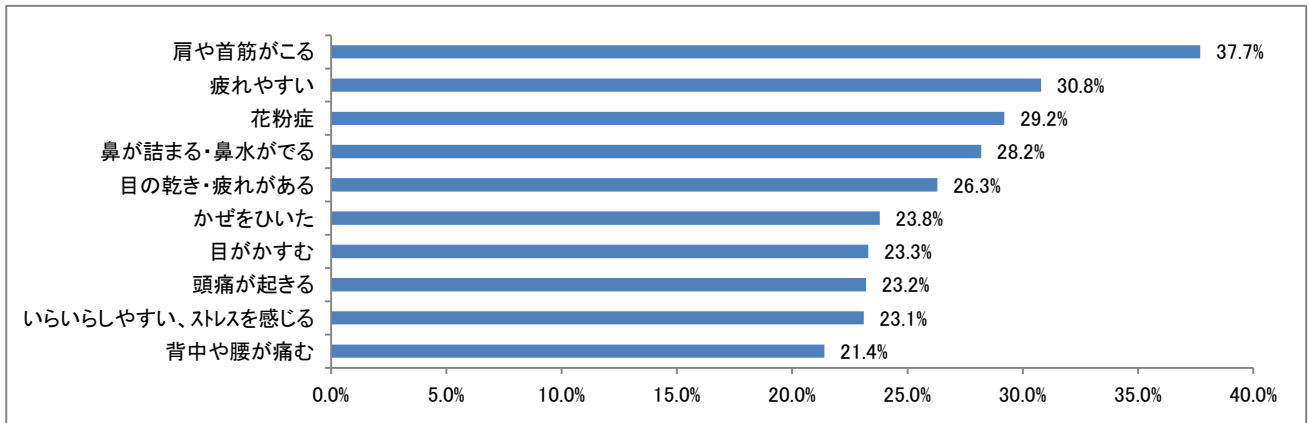
会社名	GMO リサーチ株式会社
所在地	東京都渋谷区桜丘町 26 番 1 号 セルリアンタワー
代表者	代表取締役社長 細川 慎一
事業内容	<ul style="list-style-type: none"> ■市場調査分析、広告、宣伝、出版に関する業務 ■市場の調査並びにマーケティング調査に関するコンサルタント業務 ■マーケティングリサーチ及び経営情報の調査、収集、提供 ■各種市場調査の企画、実施

【GMO インターネット株式会社】(URL: <http://www.gmo.jp/>)

会社名	GMO インターネット株式会社 (東証第一部 証券コード:9449)
所在地	東京都渋谷区桜丘町 26 番 1 号 セルリアンタワー
代表者	代表取締役会長兼社長・グループ代表 熊谷 正寿
事業内容	<ul style="list-style-type: none"> ■WEB インフラ・EC 事業 ■インターネットメディア事業 ■インターネット証券事業 ■ソーシャル・スマートフォン関連事業

【参考資料】

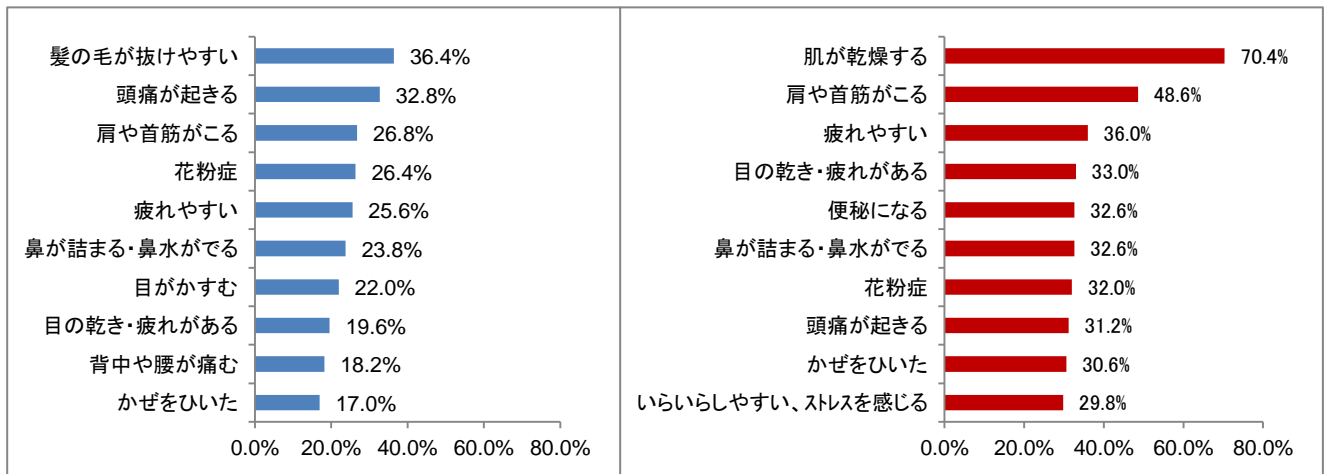
(表 1) 過去 1 年間の身体の症状(全体)[N=1000、複数回答]



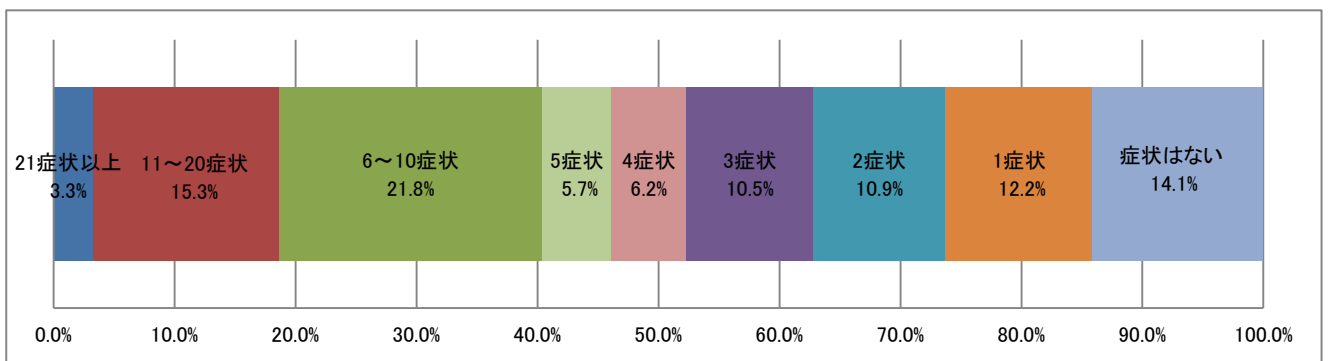
(表 2) 過去 1 年間の身体の症状(男女別)[N=500 ずつ、複数回答]

男性

女性

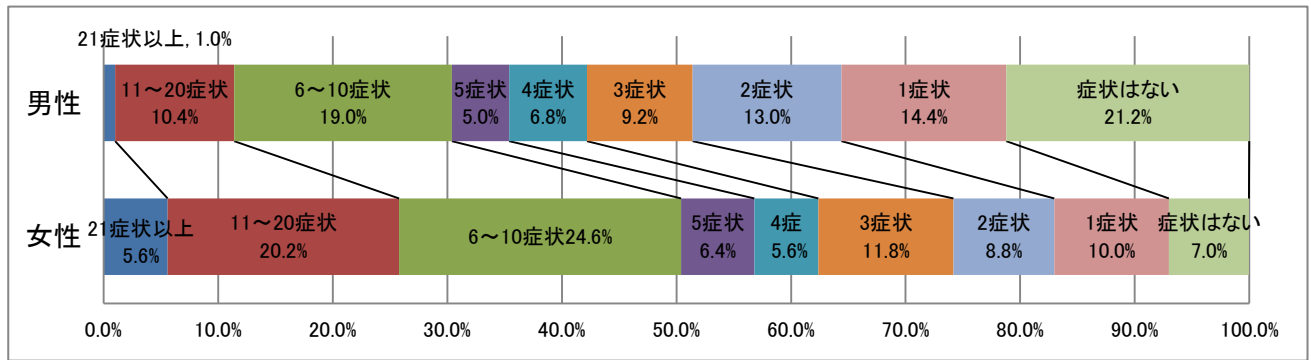


(表 3) 過去一年間の身体の症状 症状数別(全体)[N=1000 対象者ごとに症状数を合算し算出]

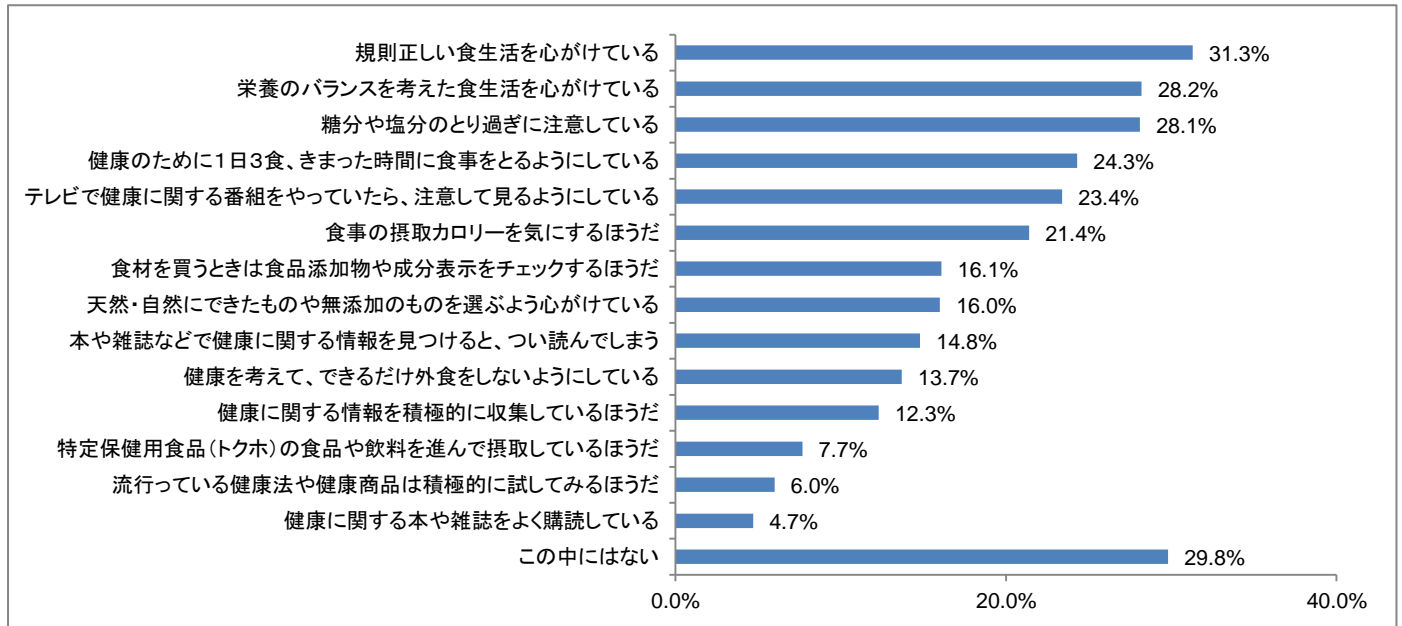


2症状以上 計 73.7%

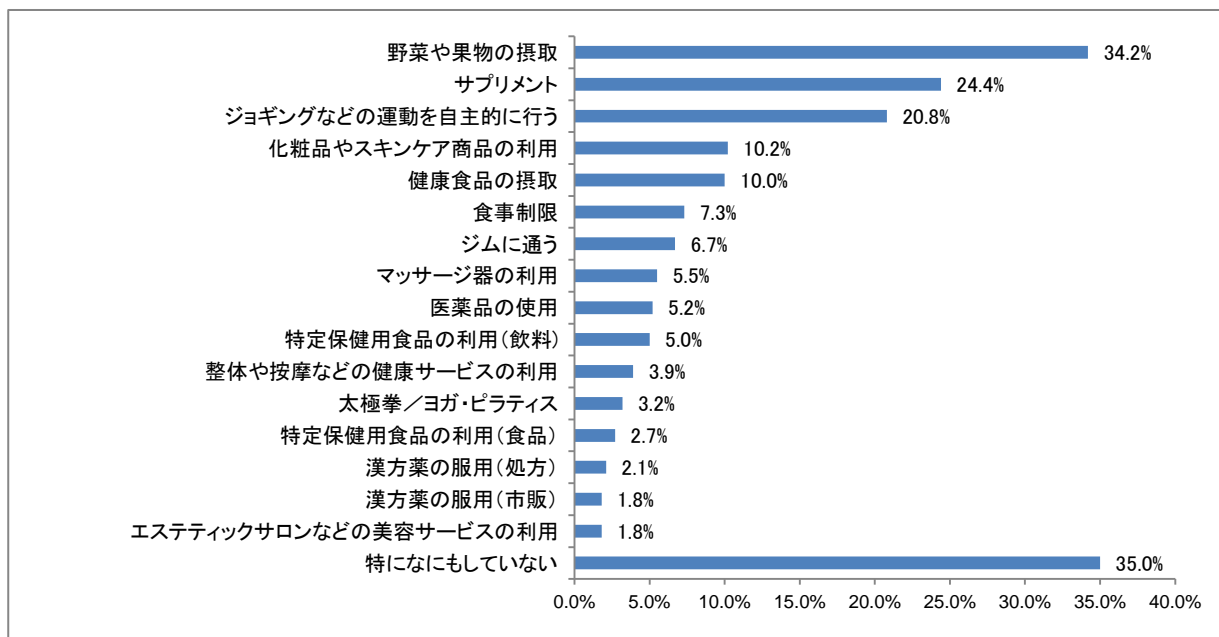
(表 4) 過去一年間の身体の症状 症状数別(男女別)[N=500 ずつ 対象者ごとに症状数を合算し算出]



(表 5) 健康管理の意識 (全体)[N=1000、複数回答]

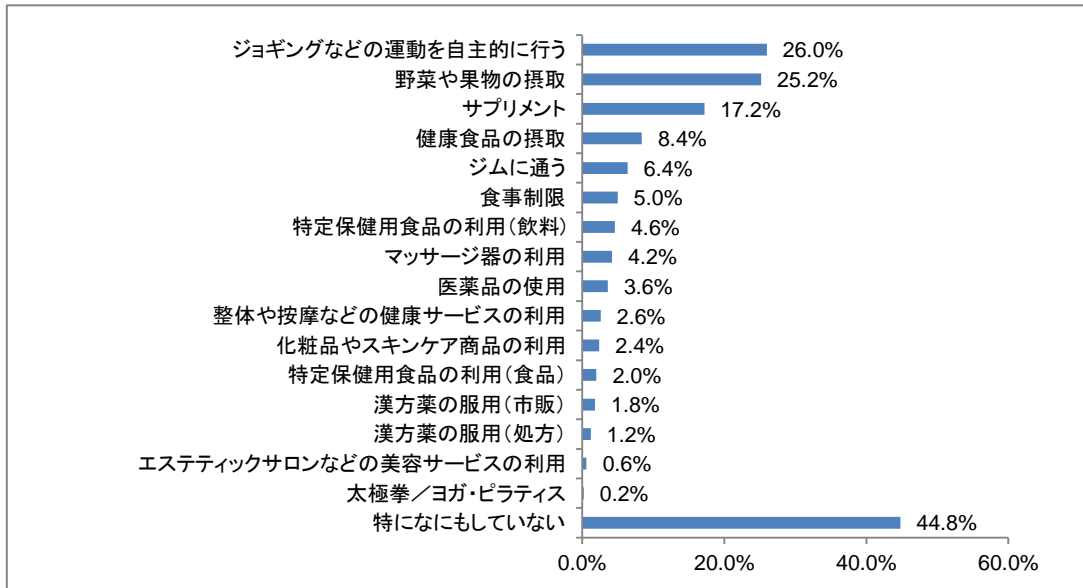


(表 6) 健康対策(全体) [N=1000、複数回答]

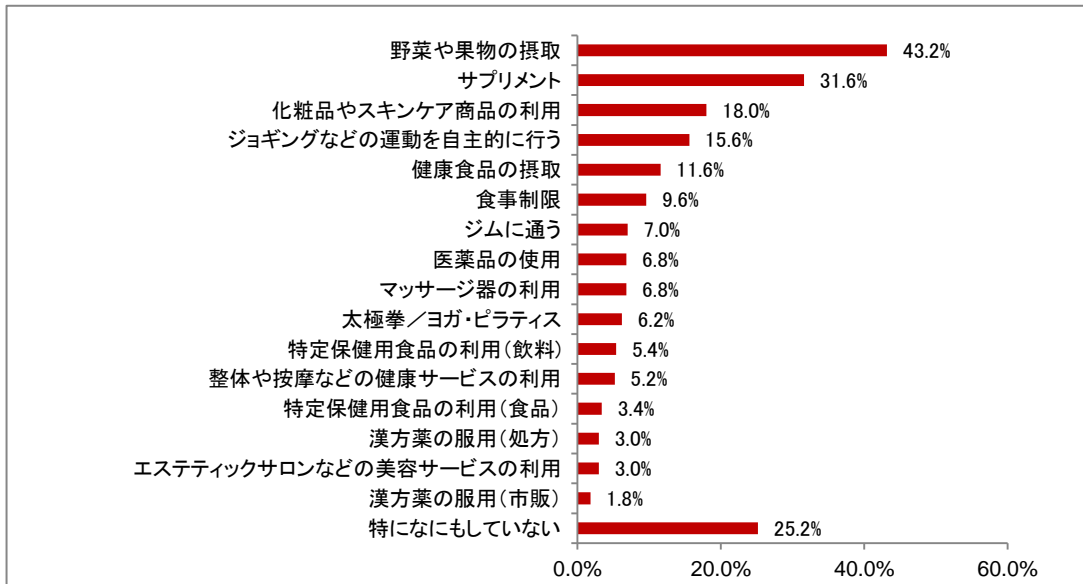


(表 7)健康対策(男女別) [N=500 ずつ、複数回答]

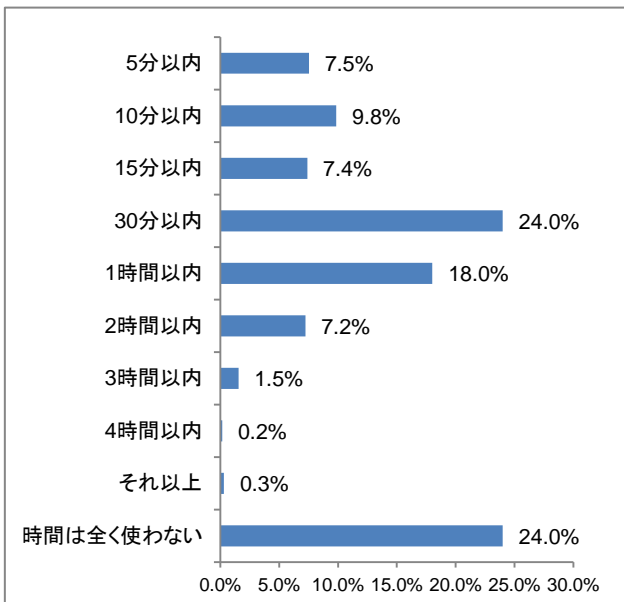
男性



女性



(表 8)健康管理に費やしている時間[N=1000、単回答]



健康管理に費やしている金額 [N=1000 単回答]

