

# 健康ニーズ調査2015 = サブテーマ 健康表示 =

1998年⇒2015年、健康マーケットを解明する生活者調査

～期待膨らむ“機能性表示食品”、需要喚起の方策は？～

最新調査

## ◆健康マーケティングのバイブル、18年目の時系列調査です!! 10代～70代男女の“健康ニーズ”について

価値観・意識と行動実態を探ります。

2014年「健康ニーズ基本調査2014」  
2012年「健康ニーズ基本調査2012」  
2010年「健康ニーズ基本調査2010」  
2008年「健康ニーズ基本調査2008」  
2006年「健康ニーズ基本調査2006」  
2004年「健康ニーズ基本調査2004」  
2002年「健康ニーズ基本調査2002」  
2000年「健康ニーズ基本調査2000」  
1998年「健康ニーズ基本調査」

2013年「健康ニーズ調査2013＝不調ケア＝」  
2011年「健康ニーズ調査2011＝食の安全＝」  
2009年「健康ニーズ調査2009＝節約時代＝」  
2007年「健康ニーズと情報行動に関する調査2007」  
2005年「健康と食生活に関する調査2005」  
2003年「健康ライフに関する調査2003」  
2001年「健康と食習慣に関する調査」  
1999年「健康志向食品に関する調査」

## ◆健康のために食べる食品・栄養素・健康食品素材・サプリメント 約390アイテムの時系列データベースです。

◎健康イメージ、今年の食品は何？ 話題のスーパーフードへの関心は？ ブームのヨーグルトは？  
◎栄養素・健康食品素材：乳酸菌系・酵素・アスタキサンチン・ナイアシン…、今年の成長株は何？

## ◆約100項目の症状と、健康行動・情報源・健康キーワードを網羅。

## ◆“機能性表示食品”解禁後の、生活者の変化を検証します。

### 【調査概要】

- ・調査対象：首都圏の**15～79歳**の男女個人
- ・調査方法：「モニターリサーチ・システム」利用によるFAX調査
- ・サンプル数：有効回収数1,268人（発送数1,800人・有効回収率70.4%）
- ・調査期間：2015年9月30日（水）～10月6日（火）

### 【調査参加・購入のご案内】

本調査は、弊社自主企画による調査に複数企業に参加・購入いただく方式で実施いたします。

- ・定価430,000円（税別）・MDBメンバー価格390,000円（税別）

### 【アウトプット】

- (1) 調査報告書：A4判・64ページ・2015年11月発行（全体、男女・年代別比較、過去5年の時系列比較、他）
- (2) 集計結果表：A4判・1,066ページ・2015年10月発行  
単純集計表、クロス集計表（性年代別・未既婚家族形態別・子供の有無・職業別・体型別・予備群別・住居形態別・世帯年収・生活習慣・持病別・健康意識別・情報源別・健康用語別…）、全体ベース17年間の時系列一覧表、他
- (3) 集計データ（CD-ROM）：クロス集計、ローデータ、他一式  
※本調査の成果物の著作権は（株）日本能率協会総合研究所が保有します。  
※弊社は、本調査にご参加・購入いただいた企業（法人・個人）以外には、成果物を提供いたしません。ただし、本調査を告知するための限定的な利用、及び発刊から一定期間経過後はこの限りではありません。  
※本調査の成果物のご利用はご参加・購入いただいた企業（法人・個人）の内部でのご利用のみに限らせていただきます。

# 「健康ニーズ基本調査2015」調査項目

★印：2015年追加項目

## 1. 健康状態と健康観

- ◎健康状態：健康だと思う～健康ではないと思う ◎健康への気づかひ度：積極的に気づかっている～全く気づかしていない
- ◎健康への関心領域：食生活/睡眠/身体を動かす/ストレスをためない/生活習慣病予防/ダイエット/美容/老化防止←奇数年用
- ◎健康についての考え方や行動：以前より健康に気づかうようになった/将来の健康には不安がある/自分の健康は自分自身で管理している/身体/健康より心の健康づくりに関心がある/健康によいことに関する出費はあまり惜しまない/とりたてて今より健康になりたいとは考えていない/食べるとき健康にいいものよりおいしいものを選ぶことが多い/いつも食べるものの栄養成分やその効果を意識している/栄養成分の摂取量が足りているのかわからない/不足しがちな栄養成分は、普段の食事を工夫して摂りたい/不足しがちな栄養成分は、サプリメントなどで補いたい/不足しがちな栄養成分は、医薬品で補いたい/不足を補うより、身体に溜まったものを出したいため、やせたい・太りたくない/美容のため、やせたい・太りたくない/身軽に動くため、やせたい・太りたくない/若さを保つため、やせたい・太りたくない/いつまでも元気でいたいので、健康には気づかっている

## 2. 健康情報と気になる症状

- ◎健康に関する情報源：「ためしてガッテン」/「あさイチ」/「たけしの健康エンターテインメント!みんなの家庭の医学」/テレビショッピングの番組/その他テレビ番組/ラジオ番組/健康に関する新聞記事/健康雑誌/フィットネス雑誌/料理雑誌/育児雑誌/その他雑誌記事/健康についての実用書/スーパー等の店頭で/健康食品等の広告/通信販売のカタログ・広告/友人・知人から/家族から/医師・保健師・医療関係者から/スポーツ関係の指導者から/インターネット(ホームページ)/インターネット(ブログ・SNS)/インターネット(ニュース・記事・その他)
- ◎気になる健康用語：有酸素運動/体脂肪/基礎代謝/BMI/かくれ肥満/皮下脂肪/内臓脂肪/血圧/血糖値/骨密度/γ-GTP値/肝機能向上/中性脂肪/悪玉コレステロール(LDL)/尿酸値/プリン体/活性酸素/抗酸化作用・抗酸化物質(スカベンジャー)/抗糖化・抗糖化物質・終末糖化産物(AGE)/サイレントキラー(慢性炎症)★/メタボリックシンドローム/ロコモティブシンドローム/プロバイオティクス/腸内環境(腸内フローラ)/デトックス/アンチエイジング/ピロリ菌/疲労回復/滋養強壮/血液サラサラ/免疫力/NK細胞/サーチュイン遺伝子(長寿遺伝子)/マイナスイオン/酵素/麹/菌活★/宿便/腸内洗浄/腹式呼吸法/部分やせ/サルコペニア肥満/骨盤矯正/セルライト/加齢臭/食育/マクロビオティック/ファイトケミカル★/ミネラル★/スーパーフード★/オメガ3★/血流改善★/糖質制限食/熱中症/ホットフラッシュ
- ◎症状 ①気になる症状 ②改善したい症状
- 【体調】肩こり/腰痛/手足の関節の痛み/冷え性/貧血/不眠・寝つきが悪い/目覚めが悪い/疲れやすい/だるい/気分がすぐれない/風邪をひきやすい・治りにくい/食欲不振/胃痛・胸焼け/胃腸が弱い/便秘気味/下痢気味/ストレス/イライラする
- 【自覚症状】アトピーの症状/花粉症の症状/通年性アレルギー性鼻炎/食物アレルギー/その他アレルギー症状/立ちくらみ/のぼせ・ほてり・発汗/頭痛/動悸・息切れ/目の疲れ・かすみ目/せき、声・のどのかすれ/鼻づまり/鼻血/めまい・耳鳴り/老化/気力・活力の衰え/体力の衰え/筋力の衰え/姿勢が悪い/物忘れ/目・視力の衰え/耳・聴力の衰え/生理痛/生理不順/更年期障害/低体温/痔/排尿トラブル
- 【体型など】太りすぎ(肥満)/やせすぎ/適正体重の維持/ぜい肉・お腹が出ている/体脂肪率/運動不足
- 【病気に対する不安】生活習慣病全般/糖尿病/高血圧/低血圧/動脈硬化/中性脂肪/高脂血症/コレステロール値/心臓病/脳血栓/脳卒中/がん/胃や腸の病気/肝機能障害/痛風/骨密度・骨粗しょう症/骨折★/緑内障★/認知症(痴呆)/うつ/不妊★
- 【その他】日焼け/しみ・そばかす/紫外線の害/肌の張り/肌のたるみ/肌荒れ/肌のかさつき・乾燥/しわ/顔色が悪い/顔のむくみ/目の下のくま/にきび・ふきでもの/しっしん・かゆみ/ムダ毛・体毛/白髪/抜け毛/髪質・髪のかさつき/虫歯/口臭/歯周病/歯の色/体臭/腋臭/加齢臭/水虫/足のにおい

## 3. 健康に関する行動

- ◎健康のために行っていること
- 【生活習慣】規則正しい生活/早寝/早起き/水を飲む・水分を摂る/手を洗う/うがい/マスクを使う/食後に歯を磨く/禁煙/お酒を飲まない日(休肝日)をもうける/強いお酒は飲まないようにする★
- 【運動】歩く・階段を使う/日常生活で体を動かす/散歩・ウォーキング/自転車・サイクリング/ラジオ体操/ヨガ/ストレッチ/ジョギング/水泳・水中ウォーキング/エアロビクス・ダンス等/筋力トレーニング/その他スポーツ/脳のトレーニング
- 【健康管理】健康診断を受ける/体重を測る/体脂肪を測る/体温を測る/血圧を測る/血糖値を測る★/骨密度を測る★/カロリー計算をする/遺伝子検査をする/ウェアラブル端末を使う★/スマホのアプリやパソコンを使って健康管理をする★
- 【リラクゼーション】眠る/枕や寝具にこだわる/寝る前に温かいものを飲む/睡眠を意識して寝酒を飲む/入浴/半身浴/寝る前にぬるい湯の入浴/寝起きに熱い湯の入浴・シャワー/足湯/ゲルマニウム温浴/岩盤浴/入浴剤を使う/アロマセラピー/マッサージ/湿度に気づかう(加湿・除湿等)/空気の汚れに気づかう(ニオイ・除菌・ハウスダスト等)

## 4. 健康表示について

- ◎健康表示の認知★：特定保健用食品(トクホ)/機能性表示食品/栄養機能食品
- ◎健康表示で選ぶ食品★ ①特定保健用食品(トクホ) ②機能性表示食品：サプリメント/飲料/菓子/調味料/加工食品/乳製品/炭酸飲料・コーラ/ビール・アルコール飲料/生鮮食品
- ◎定期的に摂取している健康志向食品：健康食品/サプリメント/栄養ドリンク/機能性ドリンク/機能性お茶ドリンク/バランス栄養食/ゼリー飲料/ゼロ表示の食品・飲料/特定保健用食品(トクホ)★/機能性表示食品★/栄養機能食品の認知★

## 5. 食生活に関する行動

◎健康のために食生活で行っていること：三食欠かさない／朝食は必ず食べる／腹八分目を心がけている／バランスのよい食事／1日30品目(種類を多く)食べる／テレビ等で健康にいいと取り上げられたものを食べてみる／昔から食べられている食品を食べる／外食を減らす／中食(買った弁当や惣菜)を減らす／夜遅く食べない／ダイエットする／なるべくカロリーを摂らない／なるべく塩分を摂らない／なるべく脂肪を摂らない／なるべく甘いものを摂らない／なるべく炭水化物を摂らない／なるべく糖質を摂らない★／なるべく食品添加物を摂らない／インスタント食品を摂らない／和食中心にする／野菜を多く食べる／緑黄色野菜を食べる／有機(オーガニック)野菜を食べる／野菜を最初に食べる★／大豆など植物性たんぱく質を食べる／くだもの食べる／乳製品を食べる／海藻類を食べる／魚を食べる／肉を食べる／なるべく水を飲む／なるべくよく噛む

### ◎健康を意識して食べる食品

**【野菜】**ほうれん草／にんじん／かぼちゃ／トマト／ピーマン／ブロッコリー／グリーンアスパラガス／おくら／春菊／小松菜／チンゲンサイ／ニラ／しそ／パセリ／モロヘイヤ／あしたば／ゴーヤー／キャベツ／なす／さつまいも／いも類／ごぼう／ねぎ／たまねぎ／にんにく／しょうが／しいたけ／まいたけ／きのこ類／枝豆／大豆／あずき／豆類／ごま／唐辛子／こしょう

**【くだもの】**みかん／バナナ／いちご／ブルーベリー／ラズベリー(フランボワーズ)／クランベリー／りんご／桃／ぶどう／さくらんぼ／パイナップル／梅／あんず／スイカ／ゆず／すだち／梨(和梨)／プルーン／グレープフルーツ／オレンジ／レモン／ライム／シークワーサー／アセロラ／カシス／アボカド／ザクロ／かりん／いちじく／干しぶどう／パパイヤ／マンゴー／プラム／キウイ／アサイー／くこの実(ゴジベリー)／アーモンド／くるみ／チアシード★／麻の実(ヘンプ)★

**【飲料】**トマト・野菜ジュース／野菜・くだもの混合ジュース／天然果汁飲料／乳酸菌飲料／ミネラルウォーター／海洋深層水／スポーツドリンク／コーヒー／ココア／紅茶／緑茶／麦茶／はと麦茶／そば茶／烏龍茶／プーアール茶／ハーブティ／ジャスミン茶／ブレンド茶／ゆず茶／ルイボ스티ー★／その他の健康茶／お酢飲料／しょうが湯／甘酒★／赤ワイン／カロリー・糖質オフ等の機能性ビール／ノンアルコール飲料(ビール・カクテル等)／トクホ(特定保健用食品)のコーラ・炭酸飲料／エナジードリンク／薬用酒／青汁／酵素ドリンク★／白湯(湯ざまし)★

**【畜産・海産物】**牛乳／チーズ／ヨーグルト／スキムミルク／卵／こんぶ／わかめ／めかぶ／のり／ひじき／もずく／寒天／青ざかな(いわし・さば・あじ等)／小魚／えび・イカ・たこ／カキ／貝類／うなぎ／レバー／豚肉

**【その他の食材・加工食品】**そば／麦／大麦／全粒粉／玄米／発芽玄米／雑穀(五穀米・古代米等)／お粥／栄養強化米／オートミール／シリアル(コーンフレーク等)／豆腐／納豆／豆乳／きなこ／こんにゃく／紅花油／ごま油／米油／健康油(脂肪のつきにくい油等)／オリーブオイル／グレープシードオイル／ココナッツオイル／エゴマ(しそ油)／アーモンドミルク★／ライスミルク★／カレー／キムチ／黒砂糖(黒糖)／はちみつ／黒酢／もろみ酢／香酢／果実酢・その他の酢／梅干し／チョコレート(カカオ)／こんにゃくゼリー／にがり／ダイエット食品(シェイク・スープ等)★

## 6. 栄養素・健康食品素材の認知・摂取意向

◎成分・栄養素 ①認知 ②摂取意向：ビタミンA／ビタミンD／ビタミンE／ビタミンK／ビタミンB群／ビタミンB1／ビタミンB2／ビタミンB6／ビタミンB12／ビタミンC／パントテン酸／ナイアシン(ニコチン酸)／葉酸／β-カロチン／リコピン／ケルセチン(ビタミンP)／ヘスペリジン(ビタミンP)／コエンザイムQ10／カプサンチン／ルテイン／β-クリプトキサンチン／α-リボ酸／ポリフェノール／カテキン／フラボノイド／テアフラビン／タンニン／アントシアニン／プロアントシアニジン(PAC)／ルチン／アスタキサンチン／サラシア／グリコーゲン／レスベラトロール／クルクミン／コーヒーポリフェノール／リンゴポリフェノール／カルシウム／カリウム／鉄／ヘム鉄／亜鉛／マグネシウム／セレン／白金ナノコロイド／ナトリウム／ヨウ素／リン／クロム／モリブデン／フッ素／バナジウム／食物繊維／セルロース／ペクチン／難消化性デキストリン／アルギン酸ナトリウム／キチン・キトサン／グルコマンナン／ムチン／不飽和脂肪酸／中鎖脂肪酸／オレイン酸／リノール酸／共役リノール酸(CLA)／γ-リノレン酸／EPA／DHA／レシチン／ホスファチジルセリン(PS)／卵黄コリン／セラミド／ミルクセラミド／植物ステロール／アラキドン酸／たんぱく質(プロテイン)／アミノ酸／ペプチド／ミルクペプチド／卵黄ペプチド／卵白ペプチド★／イミダペプチド／アスパラギン酸／グルタミン酸／アルギニン／オルニチン／タウリン／カゼイン／L-シトルリン／L-カルニチン／コラーゲン／ヒアルロン酸／グルコサミン／MSM／CPP／MBP／ラクトフェリン／鉄ラクトフェリン／グルタチオン／テアニン／ギャバ(γ-アミノ酪酸)／エラスチン／アンセリン／スルフォラファン／オリゴ糖／ニゲロオリゴ糖(NOS)／ミルクオリゴ糖(ラクチュロース)／アスパルテーム／キシリトール／リカルデント／トレハロース／アラビノース／アルギン酸／ラクトビオン酸／フコイダン／フコキサンチン／コンドロイチン／ベータグルカン／大豆イソフラボン／大豆サポニン／大豆グロブリン／大豆ペプチド／エクオール★／クロロゲン酸／クエン酸／乳酸／フルーツ酸／リンゴ酸／キナ酸／カプサイシン／ゴマリグナン／セサミン／アリシン／カフェイン／クロロフィル／ナットウキナーゼ／ベータラクトグロブリン／エミューオイル

◎健康食品素材 ①認知 ②摂取意向：小麦はい芽油／大麦若葉エキス／クロレラ／スピルリナ／青汁／梅肉エキス／にんにくエキス／アロエ／高麗人参／うこん／スッポン／ブルーベリーエキス／こんぶエキス／シイタケエキス／霊芝／アガリクス茸／冬虫夏草／メシマコブ／杜仲茶／甜茶／どくだみ茶／イチョウ葉エキス／桑の葉エキス／★びわ／★柿の葉／グアバ葉／ローズヒップ／エキナセア／キャットクロー／ノコギリヤシ／マカ／ノニ／ガルシニア・カンボジア／ギムネマ・シルベスタ／サイリウム／セント・ジョンズ・ウォート／ピクノジェノール／フラバンジェノール／★マリアアザミ／乳酸菌／ビフィズス菌／ガセリ菌(LG菌／ラクトパチルス・ガッセリ菌)／植物性乳酸菌／免疫ミルク／乳清(ホエイ)／プラセンタ／酵素／核酸／酵母／ビール酵母／紅麹／パフィア／納豆菌★／ユーグレナ★／R-1乳酸菌／乳酸菌シロタ株／ラブレ菌／フェカリス菌／プロポリス／ローヤルゼリー／花粉(ビーポーレン)／アマニ油／卵黄油／キトサン／カキ肉エキス／しじみエキス／スクワラン／シルク

### 【フェースシート】

\*属性：性別／年齢／未既婚／職業／家族構成／同居の子供／住居形態／世帯年収 \*体型：身長／体重／BMI値／腹囲

\*生活習慣：お酒／たばこ／お茶／コーヒー／甘いもの／濃い味付け／朝食／車／健康診断／メタボ健診… \*持病(慢性疾患)

■『時系列2014』のご案内

「健康ニーズ時系列分析レポート2014」は、

17年間の時系列分析を実施しました。

「健康ニーズ時系列データ集2014」は、

性・年代別に、17年間の変化が解るデータベースです。

◎健康意識の変遷：健康ブームを経て、「健康ニーズ」は何がどのくらい変化したのか？

◎性・年代別の分析：健康ブームを牽引した属性は？ 実際に行動が変化した属性は？

この年代で需要が拡大した食品・栄養素・健康食品素材・サプリメントは何？

【『時系列2014』のアウトプット】

- (1) 健康ニーズ時系列分析レポート2014：A4判・76ページ・2014年12月発行
  - ・全体ベース時系列比較・分析
  - ・性年代別時系列比較・分析
  - ・男女別時系列比較・分析
  - ・健康年表20年史、他
- (2) 健康ニーズ時系列データ集2014：A4判・2分冊・1,458ページ・2014年10月発行
  - ・全体ベース／男女別／性年代別：1998年～2014年の17年間の時系列集計表
- (3) 時系列データ集（CD-ROM）：2014年10月発行
  - ・全体ベース／男女別／性年代別：1998年～2014年の17年間の時系列集計表

**2014年は  
時系列分析を  
実施しました**

【購入費用】

- ・『健康ニーズ基本調査2014（本調査）』+『時系列2014』セット：定価72万円（税別）・MDBメンバー価格65万円（税別）
- ・『時系列2014』のみ：価格60万円（税別）・MDBメンバー価格56万円（税別）

連絡先・申込書ご送付先

●（株）日本能率協会総合研究所 消費者研究部（担当：土井）  
〒100-0004 東京都千代田区大手町2-2-1 新大手町ビル2階  
TEL 03-6202-1287 FAX 03-6202-1294

e-mail <info\_mlmc@jmar.co.jp>

URL<http://www.jmar.biz/>

JMAR生活者調査レポート●申込書

※下記にレ印を付け、必要事項をご記入の上、ご送付ください。FAXにてご送信いただいても結構です。

「健康ニーズ調査2015」について

- 購入する
- 購入を検討する  興味がある（説明が聞きたい、調査票が見たい、報告書が見たい）
- 『時系列2014』の詳細が知りたい

※下記所定欄にご記入いただくお客様の個人情報は、商品の発送及び小社からの新商品・調査・企画・情報提供サービスのご案内に利用させていただきます。本主旨をご了承賜りご記入くださいますようお願いいたします。

(GF2338)		20 年 月 日	
フリガナ		MDBメンバーコード	
会社名		印	
部課・役職名	フリガナ		
	ご担当者名		
TEL		FAX	
郵便番号	〒 —	e-mail	
住所			
連絡事項	ご請求金額		お支払い予定日
	円 (消費税別)		年 月 日