

## 「健康ニーズ基本調査 2004」結果の速報

### 今年の悩みは「運動不足」、注目栄養素は「大豆イソフラボン」

株式会社日本能率協会総合研究所（代表取締役社長：榮 武男 本社：東京都港区）の運営する情報提供サービス機関マーケティング・データ・バンクは、首都圏（一都三県）に在住する15～69代の男女個人を対象に、「健康ニーズ基本調査 2004」を実施いたしました。1998年から定期的に行ってきた調査の継続調査で、健康状態と健康観、健康意識と気になる症状、健康に関する行動、食生活に関する行動、栄養素・健康食品素材の認知・摂取意向、を網羅的に調査いたしました。その結果、下記のような実態が明らかになりました。

([http://www.jmar.co.jp/MDB/hot\\_anq/hotanq22.html](http://www.jmar.co.jp/MDB/hot_anq/hotanq22.html))

#### 「運動不足」は男女共通の悩みのトップ、 男性の「腰痛」、女性の「肩こり」は、どうにかしたいつらい症状。

「運動不足」は、男女共通に悩みのトップで、1998年の半数弱から2004年の56%と半数以上の方が挙げた。「腰痛」は、40%の人が気になり、26%が改善希望、「肩こり」は、46%の人が気になっており、29%が改善希望と、悩んでいる人の3人に2人は積極的に改善したいと思っている症状だった。

#### 「アミノ酸」ブームは一段落、「ポリフェノール」は凋落傾向、 注目の出世栄養素は「大豆イソフラボン」。

アミノ酸は1999～2003年にかけて摂取意向が30ポイント上昇。「ポリフェノール」は1999～2000年に摂取意向が2割から4割へ。「大豆イソフラボン」は初登場時の2001年と比較して、2004年現在は認知率・摂取意向共に2倍近くの上昇を続けている。

#### 男性は40代を境に「きたえる」から「老化防止」へ、 女性は30代で「スリム」から「老化防止」へ。

男性は、「身体をきたえる・筋肉をつける」への関心が、10代7割、20代6割が減少していき、40代で「身体老化防止」と逆転。女性は、10代・20代の6割が関心を持っている「スリムな身体づくり」は30代以降3割以下と激減し、「身体老化防止」は30代から40代にかけて2割から5割に急増する。

#### 【調査概要】

- ・ 調査対象 : 首都圏の15～69歳の男女個人
- ・ 調査方法 : 日本能率協会総合研究所「J-FAXリサーチ」システム利用によるFAX調査
- ・ 有効回収数 : 1,074人(発送数1,400人、有効回収率76.7%)
- ・ 調査実施日 : 2004年9月7日(火)～9月13日(月)

#### 《本件についてのお問い合わせ先》

株式会社日本能率協会総合研究所  
マーケティング・データ・バンク

担当：土井

〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-4-2 東銀ビル9F

TEL:03-6212-9135 FAX:03-6212-9132 E-mail:haruko\_doi@jmar.co.jp

## 「運動不足」は男女共通の悩みのトップ、 男性の「腰痛」、女性の「肩こり」は、どうにかしたいつらい症状。

体調・自覚症状・体型・病気への不安・美容など85項目の症状を挙げ、普段気になっていることと、そのうち積極的に改善したいことを聞きました。

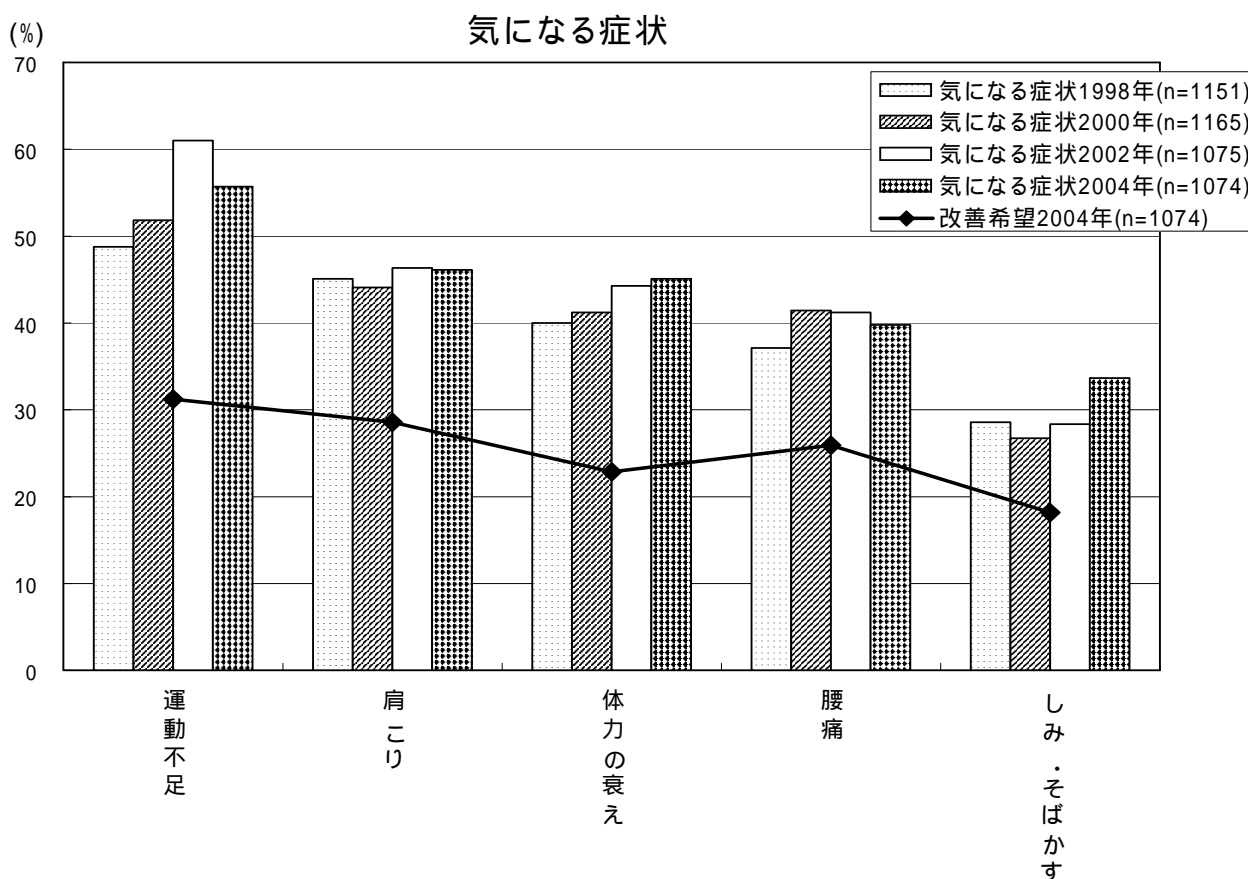
気になる症状のベスト3は、男性が「運動不足」「体力の衰え」「腰痛」、女性が「運動不足」「しみ・そばかす」「肩こり」という結果でした。この項目について、1998年からの推移をみたのが下のグラフです。

「運動不足」は、男女共通に悩みのトップでした。1998年は半数に満たなかったのが、2004年では56%と半数以上の方が挙げる悩みとなっていますが、2002年と比較すると減少しています。また、31%の人が積極的に改善したいと回答しており、気になる人の半数以上が何とかしたいと思っているようです。

「体力の衰え」は男性の悩みの2位でしたが、過去からの比較で増加傾向にあります。3位の「腰痛」は、時系列の変化はあまりありませんが、全体では40%の人が気になっており、26%が改善希望と、悩んでいる人の3人に1人は何とかしたいと思っている、つらい症状のようです。

「しみ・そばかす」は女性の悩みの2位でしたが、3割以下だったのが34%と気になる人が増加しました。3位の「肩こり」は、「腰痛」と同様、時系列の変化はあまりありませんが、全体では46%の人が気になっており、29%が改善希望と、悩んでいる人のうち積極的に改善したいと思っているの比率の多い症状のようです。

また、悩みの上位には挙がっていませんが、「花粉症の症状」は、気にしている人が1998年の17%から2004年の27%まで毎回数ポイント以上上昇しています。この症状も、積極的に改善したい人が全体の18%と、悩んでいる人の3人に1人は何とかしたいと思っている、改善希望の高い症状のようです。



## 「アミノ酸」ブームは一段落、「ポリフェノール」は凋落傾向、 注目の出世栄養素は「大豆イソフラボン」

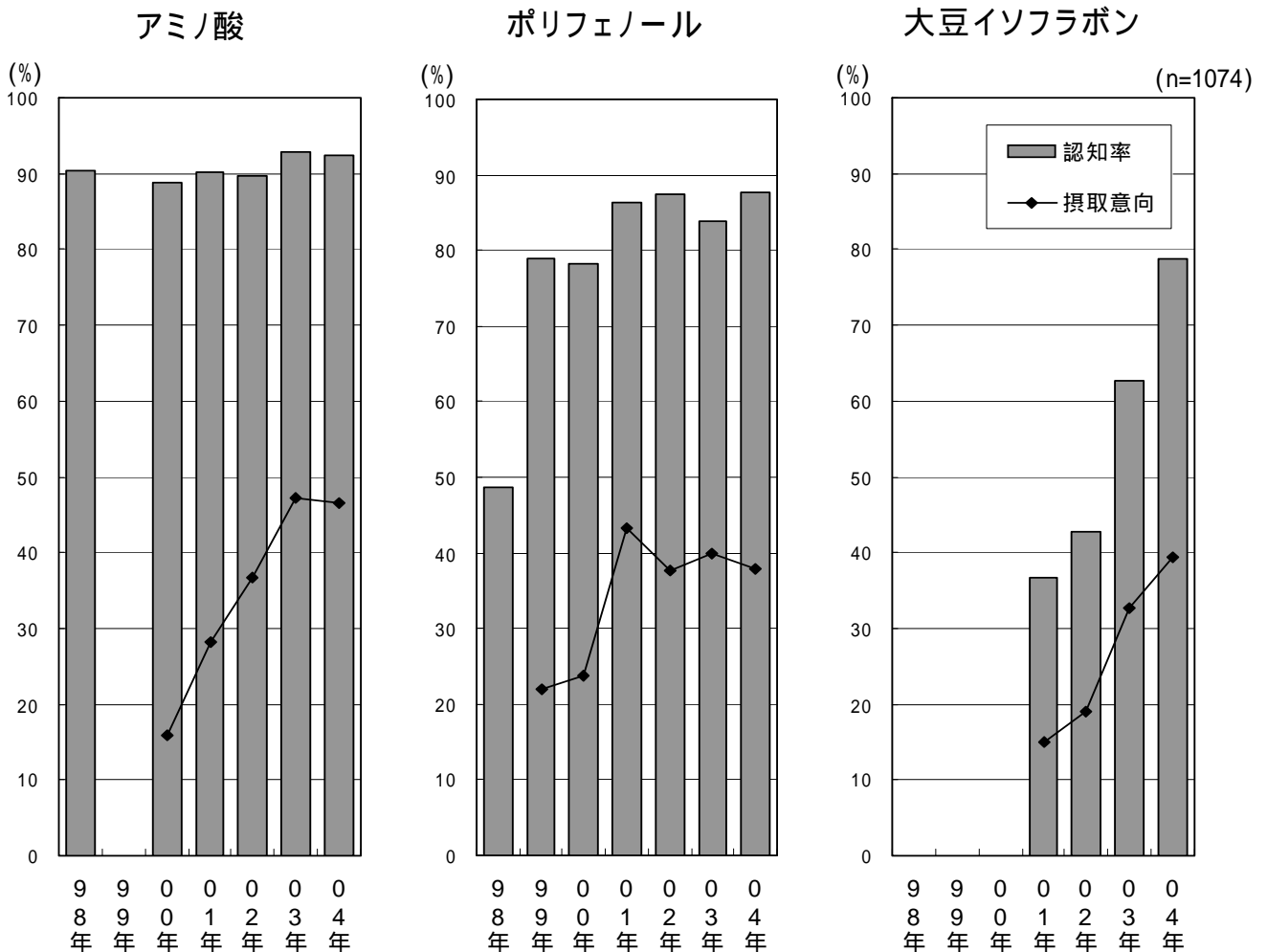
1998年より毎年、栄養素について、名前だけでも知っているという認知率と、積極的に摂りたいという摂取意向を聞いています。下記のグラフのとおり、「アミノ酸」「ポリフェノール」「大豆イソフラボン」はこの7年間で動きが目立った栄養素でした。

「アミノ酸」は、認知率はこの7年間通じてほぼ9割と変化なく、昔から誰でも聞いたことがあったメジャーな栄養素です。昨年はスポーツドリンクなどの飲料を中心にアミノ酸をうたったヒット商品が数多く出現しました。そのアミノ酸ブームを反映し、2000年から2003年で摂取意向が3倍近くになっていますが、今年はブームが一段落したようです。

「ポリフェノール」は、7～8年前に「ココア」「赤ワイン」などが健康にいいと騒がれたときの主役の栄養素で、ここ数年の健康ブームの申し子ともいえます。認知率は1998年の最初のブームのときで半数弱だったのが、1999年に一気に30ポイント上昇し、その後9割弱で安定し、誰でも知っている栄養素のひとつとなりました。摂取意向はピークの2001年まで急増したものの、その後は積極的に摂りたい人が4割前後と、落ち着いてしまいました。

「大豆イソフラボン」は女性ホルモンと似た働きをするということで、特にシニア女性に注目されている栄養素です。2001年の初登場とともに、認知率・摂取意向とも急成長を遂げ、現在では8割弱の人が名前を知っており、4割の人が摂りたがっている人気栄養素となりました。

今年選択肢に挙げた100種類の栄養素の中では、「大豆イソフラボン」に次いで「リコピン」「コエンザイムQ10」の急増が目立っています。



## 男性は40代を境に「きたえる」から「老化防止」へ、 女性は30代で「スリム」から「老化防止」へ。

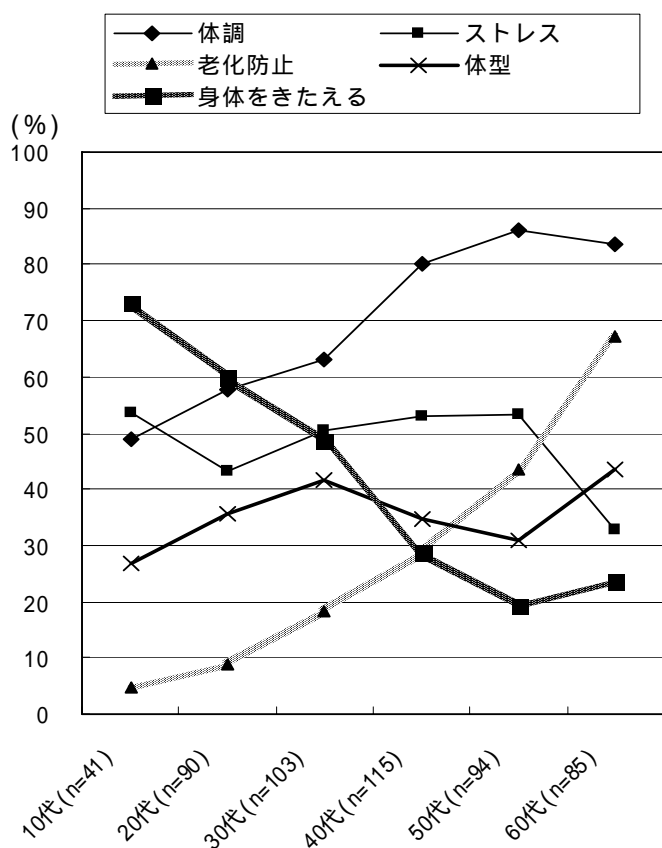
健康に関する関心領域について、9項目の選択肢を用意し、3項目を選んでもらいました。男性全体では、「体調の維持・回復」に関心を持つ人が72%と最も多く、以下「ストレスの解消・発散」48%、「身体をきたえる・筋肉をつける」39%の順でした。女性全体では、「体調の維持・回復」が59%と最も多く、以下「身体の老化防止」が42%、「ストレスの解消・発散」41%とほぼ4割でした。男女別に年代差が特徴的だった項目をピックアップしたのが下のグラフです。

男性は、「身体をきたえる・筋肉をつける」への関心が、10代は7割以上、20代は6割がもっていますが、年を取るとともに減少していき、40代で「身体の老化防止」と逆転します。また、「体調の維持・回復」は10代～30代まで6割だったのが、40代を境に8割と急増し、その傾向は60代まで続きます。

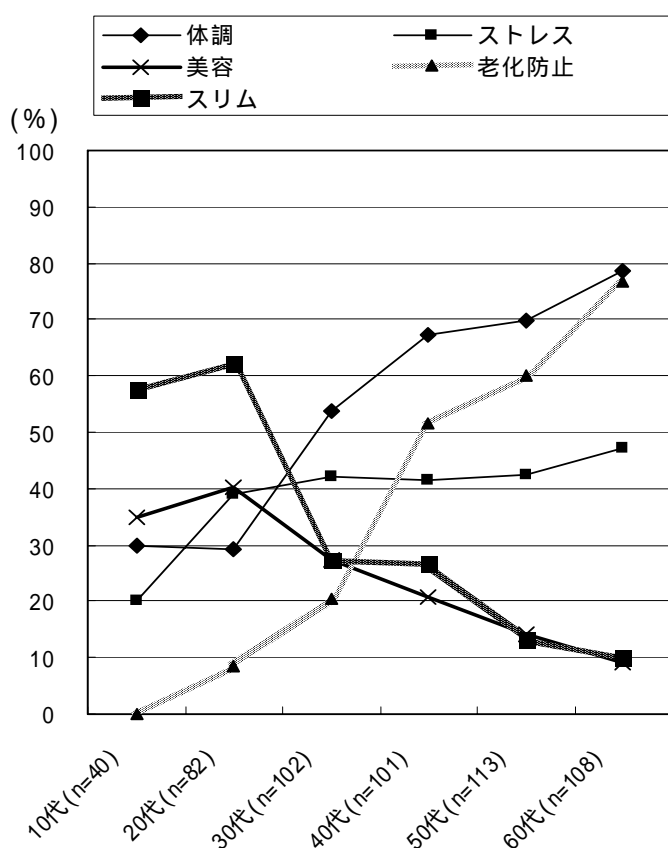
女性は、10代・20代の6割が関心を持っている「スリムな身体づくり」は30代以降3割以下と激減します。代って「体調の維持・回復」が、10代・20代の3割から30代で5割を超え、40代・50代で7割、60代で8割と急増していきます。また、「身体の老化防止」も30代から40代にかけて2割から5割に急増し、さらに年を取るにしたがって増加していきます。

一口に「健康」といっても、そのイメージする関心領域は性年代によって大きく異なるようです。その意識の変わり目が、男性は40代、女性は30代ということがわかります。

### 関心領域【男性】



### 関心領域【女性】



「健康ニーズ基本調査 2004」は、最新の実態を捉えるため、下記項目について調査を企画・実施いたしました。

健康状態と健康観：現在の健康状態 / 健康への気づかい / 健康についての関心領域

健康意識と気になる症状：健康に関する意識と行動 /

健康に関する情報源 / 気になる健康用語 / 気になる症状

健康に関する行動：健康のために行っていること /

健康施設・サービスの利用 / 健康機器の使用率と使用意向

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 /

健康のために食べているもの / 健康志向食品の摂取

栄養素・健康食品素材の認知と摂取意向：栄養素の認知と摂取意向 / 健康食品素材の認知と摂取意向

#### 【調査報告書入手のご案内】

本調査は、弊社自主企画の調査のアウトプット一式を複数企業にご購入いただく方式（マルチクライアント型）です。

- ・調査購入費用：定価 400,000 円（税込 420,000 円）・MDB/MIA<sup>®</sup> -価格 360,000 円（税込 378,000 円）
- ・調査のアウトプット

(1)調査報告書：A4 判・79 ページ・2004 年 9 月発行

(2)集計結果表：A4 判・2 分冊合計 965 ページ・2004 年 10 月発行

(3)磁気データ(CD-ROM)：クロス集計、ローデータ、他一式

本調査の報告書はご参加いただいた企業以外は入手できません。また、データのご利用は社内に限らせていただきます。

本調査は、今後の食卓のニーズを探るためのマーケティングの基礎データとして、必要不可欠な調査です。今回はその中から、「**気になる症状**」「**注目栄養素**」「**健康に関する関心領域**」に焦点を当てて結果の速報をご報告しております。

([http://www.jmar.co.jp/MDB/hot\\_anq/hotanq22.html](http://www.jmar.co.jp/MDB/hot_anq/hotanq22.html))

#### 【マーケティング・データ・バンクとは】

マーケティング・データ・バンクは、社団法人日本能率協会グループのシンクタンク、株式会社日本能率協会総合研究所（社長：榮 武男 本社：東京都港区）が運営する、国内最大級のメンバー制ビジネス情報提供サービス機関です (<http://www.jmar.co.jp/MDB/>)

開設以来 30 年以上、日本を代表する様々な業種の企業約 2,000 社の企画 / 調査 / 営業 / 技術部門の方々にご利用いただいております。官庁統計、公開調査資料、業界紙、各種民間企業発表資料など約 12 万点の蔵書を有し、独自の検索システムを構築いたしております。

各種業界事情に通じ検索手法をマスターしたスタッフにより、さまざまなビジネスデータを提供することが可能です。

電話 1 本で必要な情報を入手できるシステムとして、年間約 12 万件のお問い合わせに的確、迅速に対応し、情報収集のパートナーとして高い評価をいただいております。

#### 《本件についてのお問い合わせ先》

株式会社日本能率協会総合研究所

マーケティング・データ・バンク

担当：土井

〒100-0005 東京都千代田区丸の内 1 - 4 - 2 東銀ビル 9 F

TEL:03-6212-9135 FAX:03-6212-9132 E-mail:haruko\_doi@jmar.co.jp

**本件引用の際は、お手数ですが、上記あて掲載紙をご送付ください。**