

「健康ニーズ基本調査 2006」結果の速報

“メタボ”な人は、わかっているけどつい食べる

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（MDB）は、2006年9月～10月に首都圏在住の15～69歳の男女個人を対象に、「健康ニーズ基本調査 2006」を実施いたしました。本調査は、一般男女の健康に対するニーズを明らかにするため、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・摂取意向等について、調査いたしました。この調査の中から、“メタボリックシンドローム”予備群に焦点をあて、下記のような実態が明らかになりましたので、ご報告いたします。

(<http://www.jmar.biz/hot/hotanq26.html>)

40代～60代は、男性の半数以上・女性の2割以上が、“メタボ”な予備群と判定

“メタボリックシンドローム”の予備群（有病者を含む）は、男性は20代から30代にかけて15ポイント急増し、40代～60代では過半数、50代が55%とピーク。BMIオーバーより腹囲オーバーの割合が高いのも特長。女性の予備群は、10代～30代までは1割前後なのが、40代で2割を超え、60代ではほぼ3割に達する。

わかっている、太りたくないと思いつつ、“おいしいもの”に負けてしまう予備群男女

予備群男女に目だったのは「病気になるため、やせたい・太りたくない」「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」と、やせなくては・気づかわなくてはという意識はそれなりにある。一方、「食べる時健康にいいものよりおいしいものを選ぶことが多い」も予備群男女に多い。

「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」は、“メタボ”な人が気になる脂肪系用語

最も気になる用語は「体脂肪」の66%、次いで、「血液サラサラ」58%、「内臓脂肪」53%と続く。予備群で見ると、男性予備群に多かったのは「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」。女性予備群に多かったのは「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」に加え、「皮下脂肪」「血糖値」で10ポイント以上の差。

予備群男性は健康のための心がけには消極的、

予備群女性は食べることで健康になりたい

「朝食は必ず食べる」64%、「野菜を多く食べる」57%、「三食欠かさない」56%と、食生活の基本的な心がけが上位。予備群男性は男性の平均とほとんど差は見られなかった。予備群女性は、「なるべく水を飲む」「魚を食べる」「海藻類を食べる」は10ポイント以上、「体重を測る」「健康診断を受ける」「なるべく歩く・なるべく階段を使う」「夜遅く食べない」「摂取している健康志向食品はひとつもない」「くだものを食べる」は5ポイント以上上回っている。

【 調査概要 】

- ・ 調査対象 : 首都圏に居住する15～69代の男女個人
- ・ 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 : 1,070人(発送数1,500人、有効回収率71.3%)
- ・ 調査実施日 : 2006年9月28日(木)～10月5日(木)

本件の連絡先

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
「生活者HOTアンケート」事務局 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

40代～60代は、男性の半数以上・女性の2割以上が、 “メタボ”な予備群と判定

今回の調査では、自己申告の体重・身長・腹囲(ウェストサイズ)を答えてもらいました。そこから、「男性の腹囲85cm以上」「女性の腹囲90cm以上」、かつ、体重と身長より計算した「BMI値が25.0以上」の人をいわゆる“メタボリックシンドローム”の予備群(有病者を含む)と定義しました。その割合について、性・年代別にみたのが図表1です。そのうちBMI値でオーバーした人(身長に対して体重の多い人)、腹囲でオーバーした人(タイコ腹の人)の割合も図示しています。

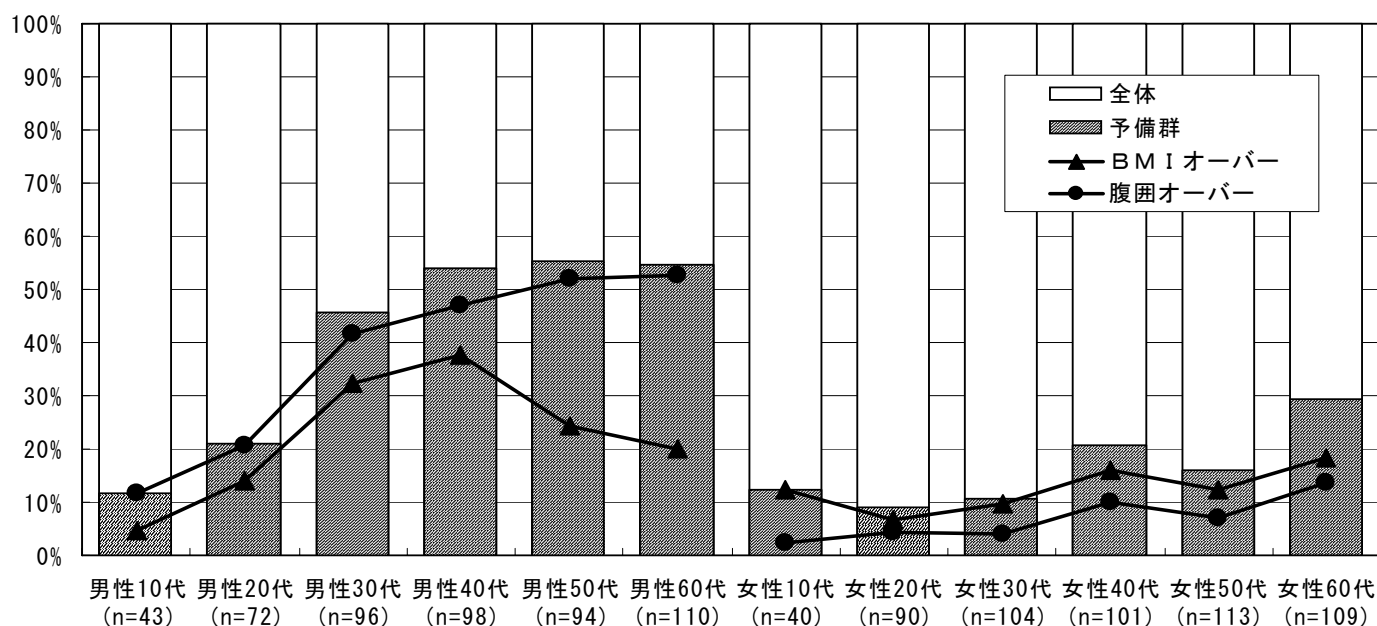
予備群の割合は、男女とも年齢を重ねるごとに増加する傾向です。

男性は20代から30代にかけて15ポイントも急増し、この年代で著しく増えていることが分かります。働き盛りの男性30代は、若い頃と比べて運動する機会が減っているのに、食べたいものを好きなだけ食べ、生活も不規則で急に太りはじめる年代なのでしょう。

また、男性40代～60代では過半数が予備群と判定され、50代が55%とピークです。男性はBMIオーバーより腹囲オーバーの割合が高いのも特長です。30代で太りはじめた男性は、お腹が出てもそれほど気にせずに放置し、そのままタイコ腹の“予備群”になってしまったものと思われます。この結果は、昨年5月に「40～74歳でみると、男性の2人に1人、女性の5人に1人が、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が強く疑われる者又は予備群と考えられる」と厚生労働省から発表された衝撃の結果(「平成16年 国民健康・栄養調査結果の概要について」より)とほぼ同様の傾向でした。

一方、女性の予備群の割合は、10代～30代までは1割前後なのが、40代で2割を超え、60代でほぼ3割に達します。男性より、体重や体型を気にしたり、ダイエットを心がけている人が多いものと思われます。また、女性は腹囲オーバーよりBMIオーバー(身長に対して体重の多い人)の割合が高いのが目立ちます。女性は元々皮下脂肪が多いので、よっぽどのお腹ポッコリ体型でなくては予備群の定義にはあてはまらないものの、予備群の人はふくよか過ぎる体型なのでしょう。

図表1 性・年代別予備群の割合



わかっている、太りたくないと思いつつ、 “おいしいもの”に負けてしまう予備群男女

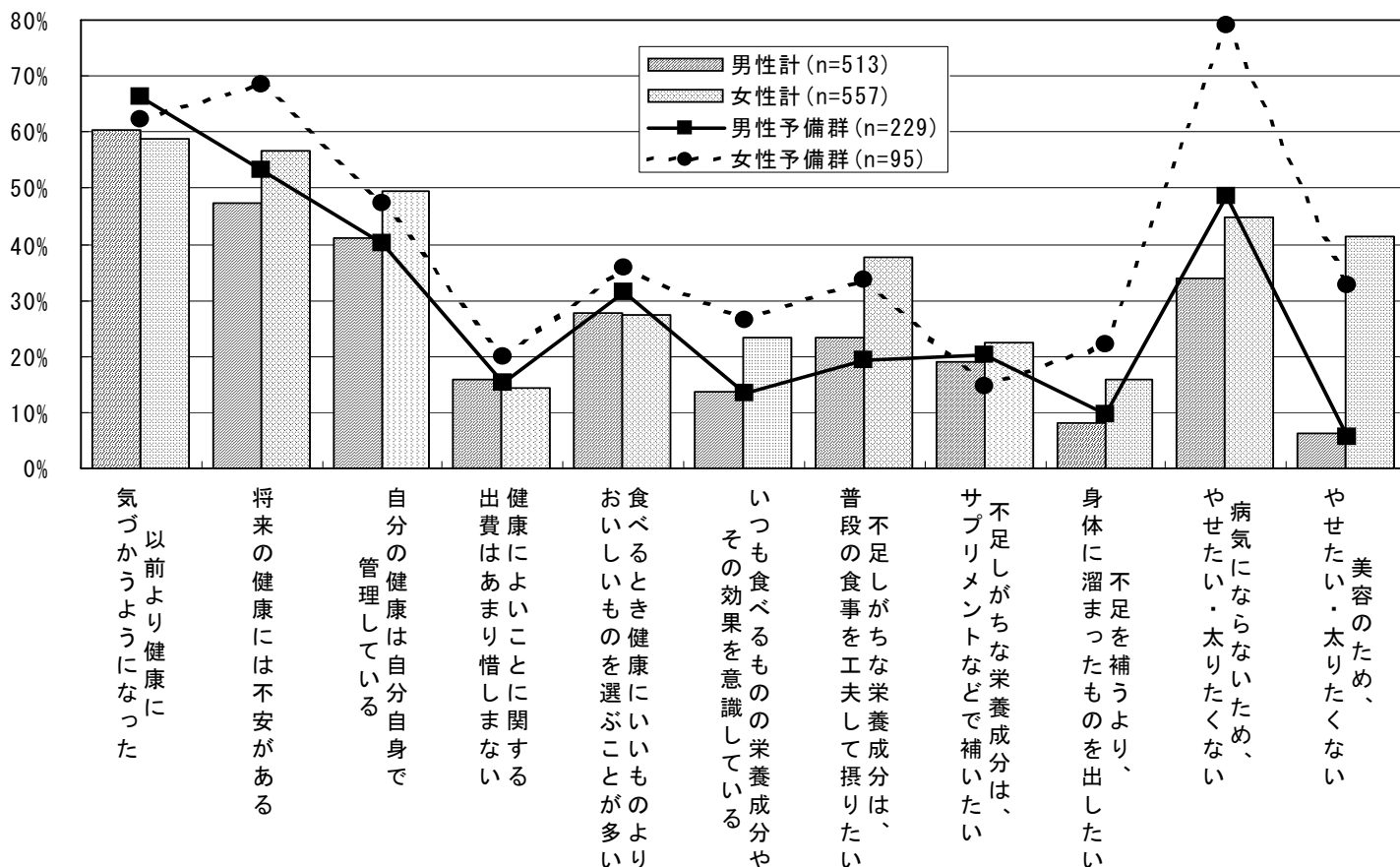
健康についての考え方や行動を、性別・予備群別で比較したのが図表2です。

ここであげた11項目のうち、8項目で、女性計の方が男性計より高い比率した。また予備群同士で見ても、9項目で予備群女性の方が予備群男性より高いという結果でした。一般に、女性の方が男性より健康意識・やせたい願望は強いようです。

予備群男女が一般男女より大幅に高く目だったのは「病気になるため、やせたい・太りたくない」でした。また、「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」も高く、予備群男女には、やせなくては・気づかわなくてはという意識はそれなりにあるようです。一方、「食べる時健康にいいものよりおいしいものを選ぶことが多い」も予備群男女の方が多く、わかっているけど、食べる時には“おいしいもの”という誘惑に負けてしまうのが実情なのでしょう。

その他に予備群女性が女性計より高いのは、「身体に溜まったものを出したい」「健康によいことに関する出費はあまり惜しまない」、低いのは、「不足しがちな栄養成分はサプリメントなどで補いたい」「美容のため、やせたい・太りたくない」でした。予備群男性と男性計については、上記以外で差の目立つ項目はありませんでした。

図表2 健康についての考え方や行動(MA)



「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」は、 “メタボ”な人が気になる脂肪系用語

気になる健康用語について聞いてみたところ、図表3のような結果でした。

最も気になる用語は「体脂肪」、次いで、「血液サラサラ」、「内臓脂肪」の順でした。

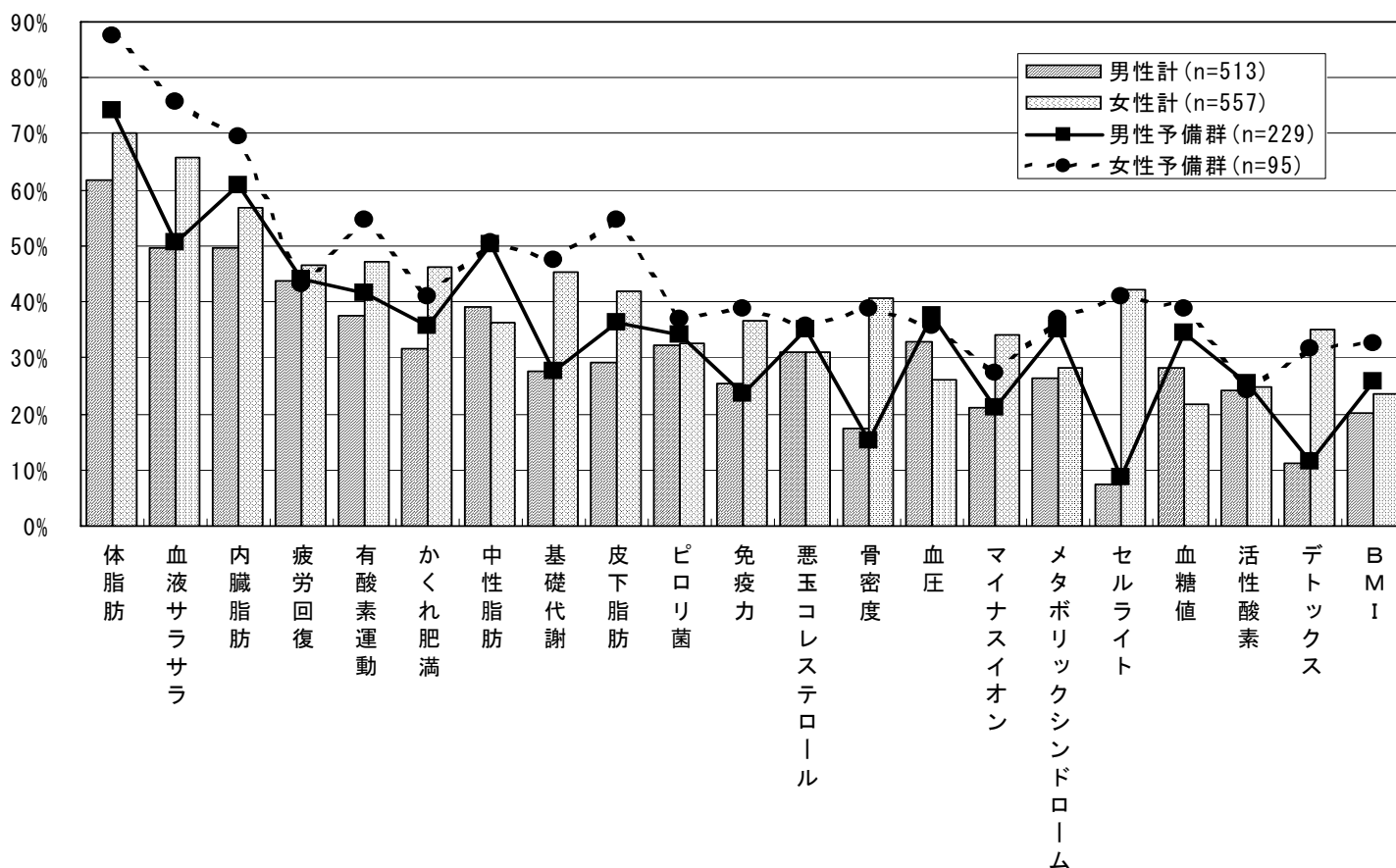
ここであげた21項目のうち、18項目は男性計より女性計の方が高く、男性計が女性計を上回ったのは、「中性脂肪」「血圧」「血糖値」の3項目だけでした。一般的に女性の方が健康用語に敏感、男性は具体的な病気につながる数値に敏感ということが言えます。

特に女性の方が高かったのは「骨密度」「セルライト」「デトックス」で、「セルライト」は35ポイント、「骨密度」「デトックス」は20ポイント以上、女性の関心が男性より高いという結果でした。それぞれ、高齢女性の寝たきりを招く“骨粗しょう症”、肌に形となって現われる“皮下脂肪”、美容・ダイエットの大敵“毒素”と結びつきの強い言葉で、より女性の方に、不安や恐怖を呼び起こすのでしょう。

一方、予備群でみると、男性予備群が男性計より多かったのは「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」でした。女性予備群が女性計より多かったのは男性予備群と共通する「体脂肪」「内臓脂肪」「中性脂肪」に加え、「皮下脂肪」「血糖値」であり、10ポイント以上の差でした。ほとんどが“脂肪”系の用語で、太り気味の予備群は、太っていることの原因として各種の“脂肪”に関連する用語に関心が高いものと思われます。

予備群の人達は、「メタボリックシンドローム」という言葉についても、予備群男性の35%、予備群女性の37%が気にしており、男性計・女性計より10ポイント弱多く、「BMI」についても予備群で気にする人が多いという結果でした。本人が予備群であることを自覚しているかどうかはともかく、少なくとも“メタボ”関連用語には関心が高いようです。

図表3 気になる健康用語(MA)



予備群男性は健康のための心がけには消極的、 予備群女性は食べることで健康になりたい

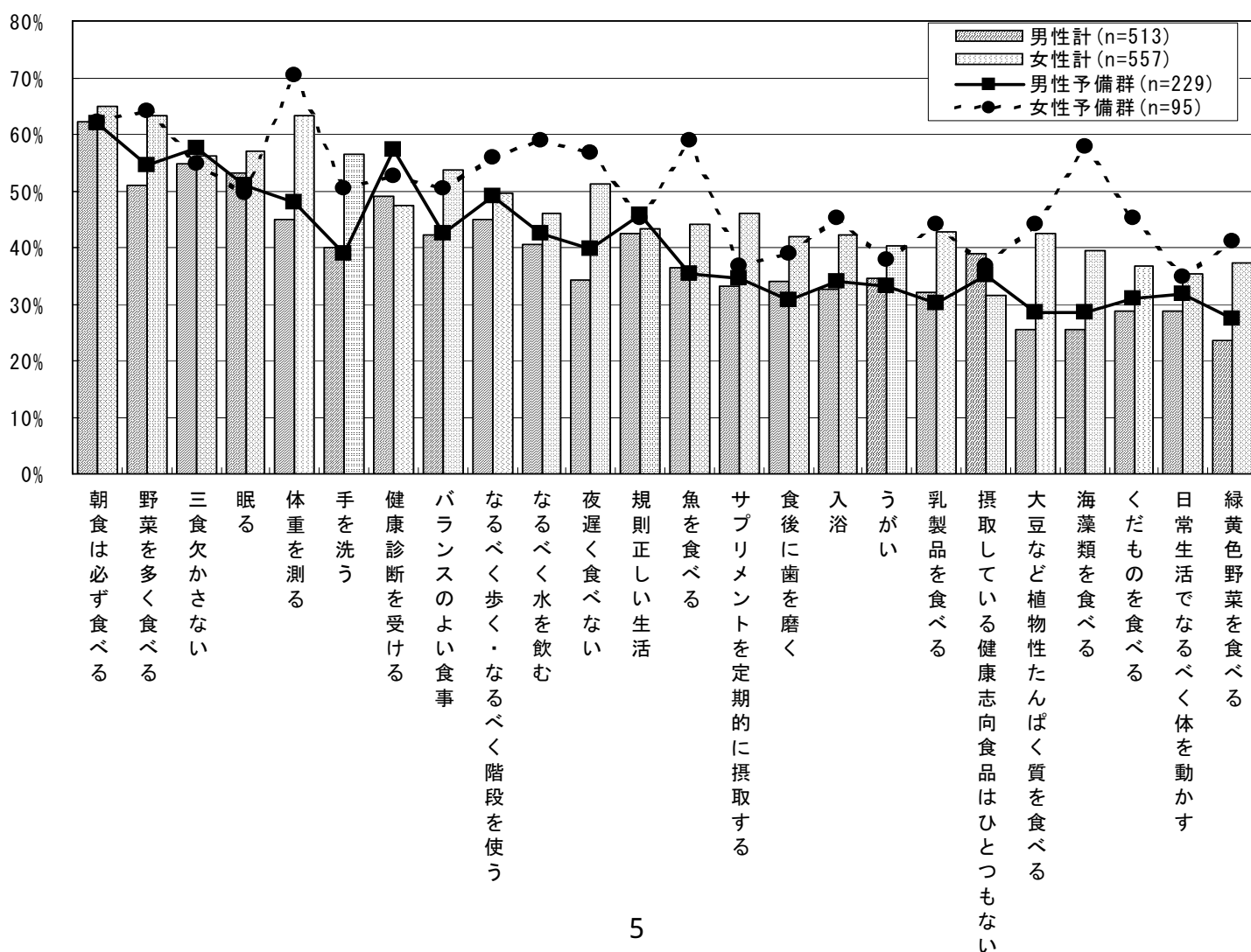
生活全般での心がけ、食生活での心がけ、サプリメントなど健康志向食品の摂取、といった三領域の健康行動について聞いた中から、ベスト24（全体で3割以上の項目）を男女・予備群で比較しました（図表4）。

全体では、「朝食は必ず食べる」64%、「野菜を多く食べる」57%、「三食欠かさない」56%と、食生活の基本的な心がけが上位でした。また、ベスト24のうち男性の方が多い項目は2項目のみで、22項目が女性が男性を上回っています。女性の方が、積極的に健康を管理し、様々な食品を食べ、健康的な習慣を身に付けているといえるようです。

予備群男女を男性計・女性計と比較すると、予備群男性は「健康診断を受ける」「夜遅く食べない」が男性計を5ポイント以上上回る程度で、男性の平均像とほとんど差は見られませんでした。健康を意識はしているものの、行動面では一般男性と同様、消極的な様子です。

予備群女性は、女性計と比べて「なるべく水を飲む」「魚を食べる」「海藻類を食べる」は10ポイント以上、「体重を測る」「健康診断を受ける」「なるべく歩く・なるべく階段を使う」「夜遅く食べない」「摂取している健康志向食品はひとつもない」「くだもの食べる」は5ポイント以上上回っています。一方「眠る」「手を洗う」「サプリメントを定期的に摂取する」は5ポイント以上少なく、特に「サプリメント」は10ポイント弱の差がありました。予備群女性は、測って健康を管理しつつ、水・魚・海藻・くだものなど、健康イメージの高い食品をいっそう食べる方向で健康になりたいと思っています。一方、サプリメントなどの健康志向食品は苦手なようで、それより普段の食事・身近な食品を食べることが好きなようです。

図表4 実行している健康行動(MA)



「健康ニーズ基本調査2006」は、一般男女の健康に対するニーズを明らかにするため、首都圏在住の15～69歳男女個人を対象に、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

食生活に関する行動

健康意識と気になる症状

栄養素・健康食品素材の認知・摂取意向

健康に関する行動

【調査購入のご案内】

本調査は、弊社自主企画による調査に複数企業にご参加いただく方式で実施し、以下のアウトプット一式を提供いたします。

・購入費用：定価400,000円(税込420,000円) / MDBメンバー価格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・76ページ・2006年11月発行

(2) 集計結果表：A4判2分冊・834ページ・2006年10月発行

(3) 集計データ(CD-ROM)：クロス集計、ローデータ、他

本調査の報告書はご購入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、健康マーケティングのための基本データです。今回はその中から、“メタボリックシンドローム”予備群に焦点をあて、「性・年代別予備軍の割合」「健康についての考え方や行動」「気になる健康用語」「実行している健康に関する行動」について結果の速報を報告しております。

(<http://www.jmar.biz/hot/hotanq26.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36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15万点の蔵書を有し、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情報コンサルタントにより、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。

本件の連絡先

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
「生活者HOTアンケート」事務局 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

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。