

健康ニーズ調査 2009

節約時代の健康マーケットを解明する生活者調査

健康意識・食生活・食品・栄養素・健康素材の[1998年⇒2009年]基本データ集
～不況下に注目の“心の健康”“健康投資”、正念場の“メタボ対策”～

◆恒例の健康マーケティングのバイブル、12年目の時系列調査です!!

2008年「健康ニーズ基本調査2008」	2007年「健康ニーズと情報行動に関する調査2007」
2006年「健康ニーズ基本調査2006」	2005年「健康と食生活に関する調査2005」
2004年「健康ニーズ基本調査2004」	2003年「健康ライフに関する調査2003」
2002年「健康ニーズ基本調査2002」	2001年「健康と食習慣に関する調査」
2000年「健康ニーズ基本調査2000」	1999年「健康志向食品に関する調査」
1998年「健康ニーズ基本調査」	

◆健康のために食べる食品・栄養素・健康食品素材・サプリメントなど 344アイテムの時系列データベースです。

◎食品の定番:緑黄色野菜・乳製品・豆腐・納豆、今年も成長続くか:黒酢・豆乳・ゴーヤ・健康油…

◎栄養素・健康食品素材:セサミン・グルコサミン・コエンザイムQ10…今年の成長株は何?

◆“疲労”“ストレス”に焦点を当て、癒し市場の今後を検証します。

◎疲れやストレスの質:眠り・こり・精神疾患・仕事・将来・交友関係・金銭トラブル…

◎癒し行動:安眠グッズ・入浴グッズ・スポーツ・カラオケ・精神科医・カウンセリング…

◆家計節約意識の高まる中、健康への投資の行方、変化を検証します。

◎出費の増減:サプリメント・スポーツ・インフルエンザ対策・医療費・メタボ対策…

◆今後の市場への波及効果が期待の“メタボリックシンドローム”、 その不安感・関心領域・予防行動・キーワードを捉えます。

◎話題ピークの2007年⇒メタボ検診スタートの2008年⇒2009年は対策の浸透期???

【調査概要】

- ・調査対象:首都圏の15～69歳の男女個人
- ・調査方法:「J-FAXリサーチ」システム利用によるFAX調査
- ・サンプル数:1,000人程度(発送数1,500人)
- ・調査期間:2009年10月1日(木)～10月8日(木)

今回も“メタボ予備群”を定義(腹囲・BMIより)し、健康意識や行動の差を分析します。

【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。

- ・調査参加・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・約80ページ・2009年11月発刊予定(全体、男女・年代別比較、時系列比較、他)
- (2)集計結果表: A4判・2分冊約800ページ・2009年10月発刊予定
単純集計表、クロス集計表(性年代別・属性別・5歳階級別・体型別・未既婚属性別・家族形態別・生活習慣別・健康意識別・生活習慣病リスク別・気になる健康用語別…他を予定)
- (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。

「健康ニーズ調査2009」調査項目一覧

★印：2009年の追加項目

1. 健康状態と健康観

*健康状態 *健康への気づかひ度

*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

*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/心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
- ・食べる時、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
- ・不足を補うより、身体に溜まったものを出したい
- ・病気になるため、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

*健康に関する情報源：テレビ「おもいっきりイイテレビ」/テレビ「ためしてガッテン」/テレビ「はなまるマーケット」/テレビ「たけしの本当は怖い家庭の医学」/テレビショッピングの番組/その他健康に関連するテレビ番組/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/その他健康に関する雑誌記事/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)

*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/中性脂肪/悪玉コレステロール(LDL)/尿酸値/プリン体/抗酸化作用/抗酸化物質(スカベンジャー)/活性酸素/メタボリックシンドローム/プロバイオティクス/デトックス(毒抜き)/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/マイナスイオン/酸素/宿便/腹式呼吸法/部分やせ/骨盤矯正★/セルライト/加齢臭/食育/食事バランスガイド/LOHAS(ロハス)/マクロビオティック/新型インフルエンザ★

2. 疲れ・ストレスについて

*疲れやストレスの自覚

**疲れやストレスの感じ方

- ・肉体的な疲れが多い
- ・肉体的な疲れを感じる頻度が増えた
- ・肉体的な疲れを以前より強く感じるようになった
- ・精神的なストレスが多い
- ・精神的なストレスを感じる頻度が増えた
- ・精神的なストレスを以前より強く感じるようになった
- ・常に、疲れやストレスを感じている
- ・寝ても疲れやストレスが取れない
- ・心身に不調を感じるほどの疲れやストレスがある
- ・以前、心身が不調になる疲れやストレスを感じたことがある

*疲れやストレスの自覚症状・心身の不調：眠りが浅い・寝つきが悪い/不眠症/睡眠障害/胃や腸など消化器の障害/摂食障害/肩や首筋のこり/イライラする/不安感が強まる/怒りっぽくなる/やる気がなくなる/集中力が続かない/うつ症状

*疲れやストレスの原因：仕事の量や時間の長さ/仕事の悩み/将来についての悩み/健康・病気の悩み/家族の仕事や進学/家族の病気や介護の悩み/家族関係/家庭環境/友人との人間関係/仕事や職場での人間関係/家族の友人・知人との人間関係/その他の人間関係/家計・借金など金銭的な悩み/睡眠不足/忙しい・時間的なゆとりがない/体力の衰え・加齢・老化

*疲れやストレス対策でよく行なうこと：眠る/枕・マット等の安眠グッズ/アロマセラピー・お香/お茶・コーヒー・ハーブティー/何もしない時間を作る/家族団らん/お風呂/半身浴/足湯等/温泉/旅行/アウトドア(海・山等)/スポーツ/運動/買い物(衝動買い等)/おいしいものを食べる/甘い物/お菓子を食べる/お酒を飲む/カラオケ/おしゃべり/ゲーム/読書/音楽を聴く/マッサージ等に行く/睡眠薬・抗うつ薬等の医薬品/精神科医・カウンセラーにかかる

3. 生活の変化と健康

**生活の変化 ①この1年で増えたこと ②この1年で減ったこと ③今後増やしたいと思うこと ④今後減らしたいと思うこと

【生活時間】睡眠時間/仕事(勉強)時間/家事や育児の時間/家族団らんの時間/趣味の時間/運動・スポーツの時間

【お金】自分のこづかい/食費/医療費(病院・医薬品)/運動・スポーツの出費/その他健康関連の出費

【健康管理】体重・体脂肪を計る/体温を測る/健康診断を受ける

【飲食機会】家庭での食事/手作りの弁当/買った弁当・惣菜/外食(食事中心)/外での飲酒(飲食店等)/家での飲酒/お菓子・嗜好品/いれたお茶や手作りの飲み物/市販の飲料(缶・ペット等)/たばこ/サプリメント・健康茶・トクホ等、健康関連の食品

【その他】手洗い・うがいをする/マスクを使う

4. メタボリックシンドロームについて

*メタボリックシンドロームの自覚 *メタボリックシンドロームの将来不安 *メタボリックシンドローム予防への気づかひ

*症状 ①心配している ②*要注意と診断された：太りすぎ/急に太った/体重/体脂肪率/お腹が出ている/ぜい肉/内臓脂肪/基礎代謝/運動不足/やせにくい体質/高血圧/糖尿病/動脈硬化/心臓病/脳卒中/脳血栓/高コレステロール/高脂血症

*予防のための方法：日常生活で身体を動かす/積極的な運動(体操・トレーニング・スポーツ等)/普段の食事の中で気をつかう/健康にいいといわれている食品を食べる/トクホ(特定保健用食品)を食べる/効果のある成分を含んだ・強化したお茶や飲料を飲む/効果のある成分をサプリメント・健康食品で摂る/市販の医薬品を飲む/医療機関に行く・病院のクスリを飲む/休息・安眠を心がける/東洋・民間療法(ヨガ・気功・針灸・マッサージ・整体等)/健康診断・人間ドックを受ける

5. 食生活に関する行動

* 食生活の心がけ

- ・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
- ・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
- ・有機野菜を食べる
- ・大豆など植物性たんぱく質を食べる
- ・くだものを食べる
- ・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(ピーチ)／ぶどう／さくらんぼ(チェリー)／パイナップル／梅／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／パパイア／マンゴー／プラム／キウイ／くこの実／アーモンド／くるみ【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／プーアル茶／ハーブティ／ジャスミン茶／ブレンド茶／ゆず茶／その他の健康茶／お酢飲料／しょうが湯／赤ワイン／カロリー・糖質オフのビール／薬用酒／青汁【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／オートミール／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／エゴマ(しそ油)／カレー／キムチ／黒砂糖(黒糖)／はちみつ／黒酢／もろみ酢／香酢／その他の酢★／梅干し／チョコレート／こんにゃくゼリー★／にがり

* **健康志向食品**：健康食品／サプリメント／ダイエットサプリメント／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

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(CoQ10)／カプサンチン／ルテイン／β-クリプトキサンチン／α-リポ酸／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★／カルシウム／カリウム／鉄／ヘム鉄／亜鉛／マグネシウム／セレン(セレンウム)／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／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(エイコサペンタエン酸)／DHA(ドコサヘキサエン酸)／レシチン／ホスファチジルセリン(PS)／卵黄コリン／セラミド／植物ステロール／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／アスパラギン酸／グルタミン酸／アルギニン／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(メチルサルフォニルメタン)／CPP(カゼインホスホペプチド)／MBP(ミルクベシックプロテイン)／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(GABA、γ-アミノ酪酸)／エラスチン／アンセリン★／オリゴ糖／ニゲロオリゴ糖(NOS)／アスパルテム／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／フコイダン／コンドロイチン／ペーダグルカン／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／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／ペーダラクトグロブリン

* **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／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・ジョーンズ・ウォート／ピクノジェノール／フラバンジェノール(フランス海岸松樹皮エキス)／プロポリス／ローヤルゼリー／花粉／亜麻仁油(アマニ油)／卵黄油／キトサン／カキ肉エキス／しじみエキス／深海鮫エキス(スクワラン)／シルク／乳酸菌／ビフィズス菌／ガセリ菌(LG菌)／植物性乳酸菌／免疫ミルク／乳清(ホエイ)／酵素／核酸／酵母／ビール酵母／紅麹

● **フェースシート** *属性：性別／年齢／未婚／職業／家族構成／住居形態／世帯年収

* **生活習慣**：【お酒】毎日飲む／飲む／飲まない【たばこ】吸う／やめた／吸わない【生活習慣】お茶／コーヒー／甘いもの／濃い味付け／早食い・ドカ食い／夜食や間食／朝食を抜く／寝る2時間以内に夕食／外食／常に薬／身体を動かすのはきらい

【健康診断】メタボ健診で要注意と判定／メタボ健診を受け異常なし／メタボ健診で異常なし／体重増減／体重増加

* **持病(慢性疾患)**：治療中／過去治療／未治療／要注意／健康 * **体型**：身長／体重／BMI値／腹囲・ウェストサイズ

第31弾 健康ニーズ基本調査2008

◇気になる症状・健康行動・施設や健康機器の利用、食生活・食品・栄養素・健康素材の基本データ集

- ・調査対象：首都圏在住の15歳～69歳までの男女個人
- ・有効回収数：1,401人
- ・調査時期：2008年9月25日(木)～10月1日(水)
- ・価格：定価 40万円/MDBメンバー価格 36万円(セット価格あり)

【女性対象★二次調査】 家族の健康ニーズ調査

- ◇夫の健康管理・メタボ対策／子供の健康管理・食育…
- ・調査対象：15歳～69歳の女性(健康ニーズ基本調査2008の回答者)
- ・有効回収数：585人
- ・調査時期：2008年10月23日(木)～29日(水)
- ・価格：定価 32万円/MDBメンバー価格 28万円(セット価格あり)

【男性対象★二次調査】 男の“見た目”ケア調査

- ◇身だしなみニーズと実態・メタボ意識と対策…
- ・調査対象：15歳～69歳の男性(健康ニーズ基本調査2008の回答者)
- ・有効回収数：538人
- ・調査時期：2008年10月30日(木)～11月5日(水)
- ・価格：定価 32万円/MDBメンバー価格 28万円(セット価格あり)

第28弾 健康ニーズと情報行動に関する調査2007

- ◇“健康情報番組”と、今後の健康情報源の行方？
- ◇“メタボリックシンドローム”不安感・予防…
- ・調査対象：首都圏在住の15歳～69歳までの男女個人
- ・有効回収数：1,099人
- ・調査時期：2007年9月28日(金)～10月3日(水)
- ・価格：定価 40万円/MDBメンバー価格 36万円

第26弾 健康ニーズ基本調査2006

- ◇食品・栄養素・健康食品素材、今年の成長株は？
- ◇健康意識・行動・情報源・キーワード…
- ・調査対象：首都圏在住の15歳～69歳までの男女個人
- ・有効回収数：1,070人
- ・調査時期：2006年9月28日(木)～10月5日(木)
- ・価格：定価 40万円/MDBメンバー価格 36万円

【2006年オプション】 健康ニーズ時系列編

- ◇“健康ブーム”は、誰にどんな変化をもたらしたのか
- 1998年 ⇒ 2006年、9回分の時系列データを分析
- ・分析レポート：健康意識10年史／時系列データ分析／健康意識分析
- ・時系列データ集&データ一式：9回分時系列×性・年代別クロス集計
- ・価格：定価 50万円(セット価格・時系列データの更新あり)

第24弾 健康と食生活に関する調査2005

- ◇生活習慣病予防・ダイエット・体調管理の食行動
- ◇「血液サラサラ」「ヤせる」「からだリセット」…

第22弾 健康ニーズ基本調査2004

- ◇健康ブームのホンネと背景を探ります
- ◇健康法・健康食品・機器・サービスの利用と金額

第19弾 健康ライフに関する調査2003

- ◇食生活と健康食品・サプリメント・飲料等…
- ◇眠りのニーズ／運動・スポーツの実態と意識

第16弾 健康ニーズ基本調査2002

- ◇健康マーケティングのための必携バイブル

第13弾 健康と食習慣に関する調査

- ◇食生活で健康のために実行している習慣は？
- ◇不足を補う健康食品・栄養素・健康素材のニーズ

第11弾 健康ニーズ基本調査2000

- ◇健康ブームの検証：話題の食材・栄養素はどこまで定着したのか？

第8弾 健康志向食品に関する調査

- ◇バランス栄養食・サプリメント・ゼリー飲料・ドリンク剤・乳製品・ニアウォーター摂取の実態

第6弾 健康ニーズ基本調査

- ◇健康マーケティングのバイブルとなる基本調査

※バックナンバーについてもお気軽にお問い合わせください

FAXフリーダイヤル 0120-78-7620

【連絡先・申込書ご送付先】

●(株)日本能率協会総合研究所

〒100-0004 東京都千代田区大手町2-2-1 新大手町ビル2階

「生活者HOTアンケート」事務局 (担当：土井)

TEL 03-6202-1287 FAX 03-6202-1294

●(株)日本能率協会総合研究所

〒541-0042 大阪市中央区今橋3-1-7 日本生命今橋ビル7階

MDB大阪 産業調査室 (担当：井下)

TEL 06-6233-2306 FAX 06-6233-2349

e-mail <info_mlmc@jmar.co.jp>
URL<http://www.jmar.biz/hot/>

生活者HOTメンバー登録(無料)のおすすめ

JMARでは、自主企画による「生活者HOTアンケート」をシリーズ化し、継続的に実施しております。家庭の中の変化に着目し、これから動き出す市場・大きな潮流となるテーマについて、タイムリーな調査を実施しております。注目市場の基礎データが欲しいが、本格的に自社調査を実施するには時機尚早…このようなテーマを総合的にとらえ、大規模調査を実施し、リーズナブルな費用で傾向値や企画開発のヒントとなる基礎データをご提供しております。

生活者HOTメンバー(無料)にご登録いただければ、新規テーマの調査予告・ご案内と、調査終了のご報告(A4判数頁程度のサマリー)を随時FAXにてご送付させていただきます。また、生活者HOTメンバーの皆様から、調査テーマの募集や調査設計時のご意見募集も随時行なっております。

「生活者HOTアンケート」シリーズ●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2009」について

- 参加・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)
- 「健康ニーズ調査」バックナンバーに興味がある ()
- 「生活者HOTメンバー」に登録する

※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。本主旨をご承賜りご記入くださいますようお願いいたします。
(GB1032) 200 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 (消費税込)	年 月 日	