



JMAR生活者調査レポートシリーズ 健康ニーズ基本調査2024

コロナ前の日常を取り戻した生活者の健康意識と生活行動を捉える



15～79歳の男女を対象とした
1998年～2024年の27年にわたる時系列調査



Feature

健康ニーズ基本調査 2024 レポートの特徴

01 健康に関する食品・栄養素・ 症状・用語を幅広く網羅

健康のために食べる食品・飲料・栄養素・サプリメント約400項目、体調・体型・病気等の症状約100項目と、健康意識・情報源・健康キーワードを網羅して聞いたデータベースです。

02 15～79歳の男女対象、男女 差・年代差を詳細に把握

15～79歳の幅広い年代の男女を対象に健康について調査、性・年代別に分析します。
男性・女性特有の差や、加齢に伴う身体の変化、ライフステージによる変化が分かります。

03 1998年～2024年、27年間 の時系列データベース

1998年～2024年最新調査に渡る27年間のデータを蓄積しています。毎年各社のマーケティングが定点観測に利用している、健康マーケティングのための定番調査です。

04 認知・摂取意向が伸長して いる栄養素・健康食品素材

毎年200を超える栄養素・健康食品素材の認知と摂取意向を聴取しています。認知・摂取意向が伸長した栄養素・健康食品素材を押さえることはマーケティング上、必須です。

05 コロナ前の日常を取り戻した 2024年の生活者実態

各種イベントも解禁され、外国人観光客もコロナ前の水準に戻り、コロナ前の日常を完全に取り戻した2024年。最新の生活者の健康意識と生活行動を把握します。

レポートの 活用シーン <<<

1 商品開発担当者様
社内で仮説を通す
説得材料として活用
▶ 開発プロセスを効率化！

2 営業企画担当者様
消費者ニーズの
裏付けデータとして
▶ プレゼン時の説得力UP！

3 ブランドマネージャー様
各部門で消費者を理解する
ナレッジ共有に
▶ ニーズを踏まえたブランド管理を実現

4 調査担当者様
汎用性の高い
お助けデータとして重宝
▶ コスト・労力を大幅削減！





健康ニーズ基本調査2024 調査項目

Survey item

1. 健康状態と健康観

- ◇現在の健康状態
- ◇健康への気づかい度
- ◇健康についての関心領域：*隔年で選択肢変更
体調の維持・回復/体質改善/ストレスの解消・発散
美容/外見の若さを保つ/身体老化防止...etc
- ◇健康に関する意識と行動：
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...etc

3. 健康に関する行動

- ◇健康のためにおこなっていること：
【生活習慣】規則正しい生活/早寝/早起き/昼寝/
水を飲む/手を洗う/うがい/マスクを使う...etc
【運動】なるべく歩く/階段を使う/ウォーキング/
ラジオ体操/ヨガ/ストレッチ/ジョギング...etc
【健康管理】健康診断を受ける/歯科検診を受ける/
体重測定/血圧測定/ウェアラブル端末を使う...
【リラクゼーション】眠る/枕や寝具にこだわる...etc
- ◇健康機器の使用率と使用意向：
体重計/体脂肪計/体組成計/骨密度計/体温計/
婦人体温計/血圧計/塩分計/血糖値計...etc

4. 食生活に関する行動

- ◇健康のために食生活でおこなっていること：
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...etc
- ◇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...
【くだもの】バナナ/ブルーベリー/レモン...etc
【飲料】トマト・野菜ジュース/スムージー/乳酸菌飲料/炭酸水/青汁/プロテイン飲料/白湯...etc
【畜産・海産物】牛乳/チーズ/ヨーグルト/寒天...
【その他食材・加工食品】玄米/オートミール...etc
- ◇定期的に摂取している健康志向食品：

2. 健康情報と気になる症状

- ◇健康に関する情報源：
テレビ番組「あさイチ」/「林修のレッスン!今でしょ」/
テレビのニュース番組/ラジオ番組/健康雑誌/
家族から/インターネット:HP/インターネット:
SNS/インターネット:動画サイト...etc
- ◇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/
血糖値スパイク/血栓/骨密度/γ-GTP値/
肝機能向上/中性脂肪/免疫力/尿酸値/
プリン体/活性酸素/フレイル/疲労回復/
腸内環境(腸内フローラ)/口内環境(口内フローラ)/
滋養強壮/セカンドミール効果...等70項目以上
- ◇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/目覚め/日中の眠気...etc
【自覚症状】アトピーの症状/花粉症の症状/
通年性のアレルギー性鼻炎/食物アレルギー/
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/老化...etc
【体型など】太りすぎ(肥満)/やせすぎ/体脂肪率/
適正体重の維持/ぜい肉/お腹が出ている...etc
【病気に対する不安】生活習慣病(成人病)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/肝機能障害/痛風/緑内障...etc
【その他】日焼け/しみ・そばかす/紫外線/肌荒れ
しわ/にきび・ふきでもの/白髪/髪につや...etc

5. 栄養素・素材の認知・摂取意向

- ◇栄養素：(1)認知 (2)摂取意向
ビタミンA/ビタミンC/パントテン酸/葉酸/
β-カロチン/リコピン/コエンザイムQ10/
カルシウム/カリウム/ヘム鉄/亜鉛/ヨウ素/
マグネシウム/リン/グルタチオン/テアニン/
トレハロース/大豆イソフラボン/エクオール...etc
- ◇健康食品素材：(1)認知 (2)摂取意向
小麦はい芽油/大麦若葉エキスをクロレラ/スピル
リナ/青汁/アロエ/高麗人参/ウコン/こんぶエ
キス/霊芝/アガリクス茸/杜仲茶/ケフィア/乳
清(ホエイ)/酵素/納豆菌/ユグレナ(ミドリムシ)
/ラブレ菌/黒にんにく/キトサン...etc



調査概要・ご案内

Overview

■調査概要

- ・調査対象：首都圏（一都三県）に居住する15～79歳の男女
- ・調査方法：「モニターリサーチ・システム」を活用した郵送・FAX調査
- ・サンプル数：1,600サンプル予定（性年代に基づき母集団人口構成比に準拠して回収）
- ・調査期間：2024年9月下旬

■調査のアウトプット

- ・調査報告書：PDFデータ（11月末完成予定）
 - ・集計データ：単純集計・クロス集計表（Excelデータ：年代別／職業別／健康状態別／健康意識別など）
 - ・ローデータ：Excelファイル
- ※アウトプットは、全て電子データにてご提供します。（「調査報告書」の紙媒体でのご納品は別途費用にてお承り致します。）

■調査購入のご案内

「健康ニーズ基本調査2024」 定価480,000円（税別）／MDBメンバー価格450,000円（税別）

- ◆集計表にないクロス集計をご希望の際は、オーダーメイド集計にてお承りいたします。
（都度お見積りさせていただきますのでお問い合わせください。）

※MDBメンバー価格の適用は、当社の会員制情報提供サービス「マーケティング・データ・バンク」にご登録いただいている事業所に限ります。
※本調査の成果物の著作権は、株式会社日本能率協会総合研究所が保有します。
※本調査をご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。

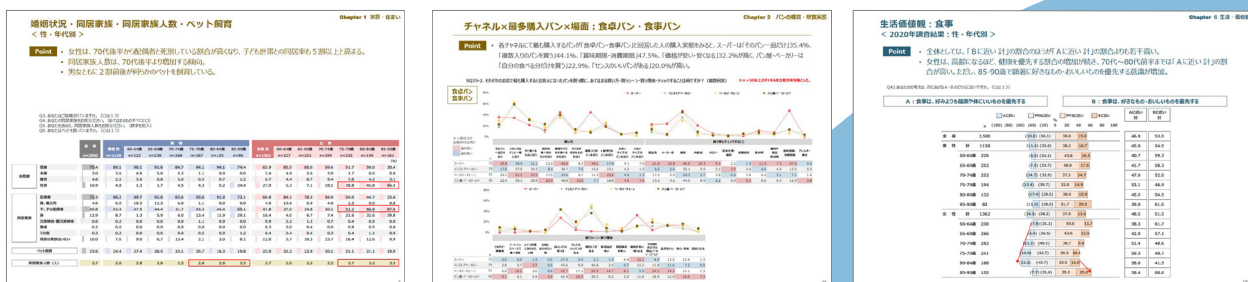
ご案内

別途1998年からの長期時系列集計データをパッケージ化した
セットもございます。お気軽にお問い合わせくださいませ。

調査の説明を聞きたい・調査票を確認したいなどございましたら、お気軽に下記の連絡先までお問い合わせください。

Output

アウトプットのパッケージ例



連絡先

株式会社 日本能率協会総合研究所
経営・マーケティング研究部（担当：山口・荒木）
〒105-0011 東京都港区芝公園3-1-22

TEL. 03-3578-7607

e-mail. info_mlmc@jmar.co.jp