

～2016年夏・「スポーツ観戦」に関する意識・実態調査～

今年の夏は6割以上が「テレビでスポーツ観戦」予定！

テレビを見る時間は通常よりも平均 1.7 時間増…睡眠不足になる人も一方で、**「疲れ目を懸念」も4割超！** 原因は**「長時間視聴」**や**「画面への集中」**など

参天製薬株式会社（本社：大阪市、代表取締役社長 兼 CEO 黒川 明）では、このたび、20～50 代の男女 500 名を対象とした、「夏のスポーツ観戦」に関する意識・実態調査を行いました。

【調査概要】	調査名	：「夏のスポーツ観戦」に関する意識・実態調査
	調査対象	：20～50代 男女 500名（性別・年代で均等割り付け）
	調査期間	：2016年7月14日（木）～2016年7月15日（金）
	調査方法	：インターネット調査

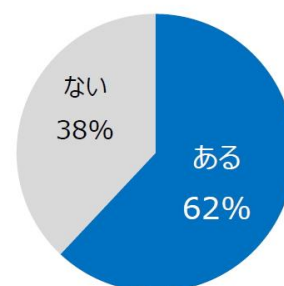
■ 延長戦やスポーツニュースもチェック…テレビでのスポーツ観戦は、視聴時間が長くなりがち!?

はじめに、「今年の夏、テレビでスポーツ観戦をする予定がありますか？」と聞いたところ、**6割以上（62%）が「ある」と回答**。〈グラフ1〉 また、今夏は「テレビでスポーツ観戦をする時間が増えそう」と答えた人も60%にのびりました。

さらに、テレビでスポーツ観戦をする時は、「1日あたりのテレビ視聴時間が長くなりやすい」という回答が59%と約6割に。そこで、通常時と視聴時間を比較してもらったところ、**スポーツ観戦時には、1日あたり平均およそ1.7時間もテレビを視聴する時間が長くなる**という結果になりました。

具体的には、「深夜帯の試合では延長戦も放送することが多いため、結果が気になって見てしまう」（36歳・男性）、「試合の後は、必ずスポーツニュースも見するため長くなりがち」（47歳・女性）などの声があがっています。

Q：今年の夏、テレビでスポーツ観戦をする予定がありますか？



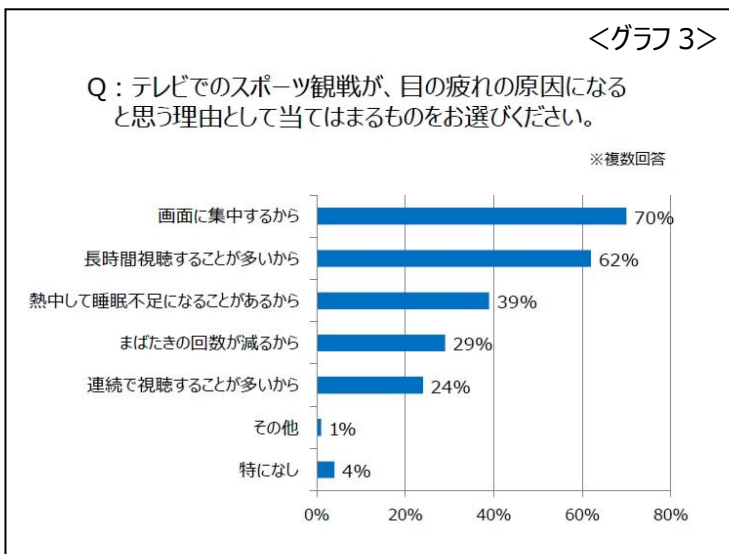
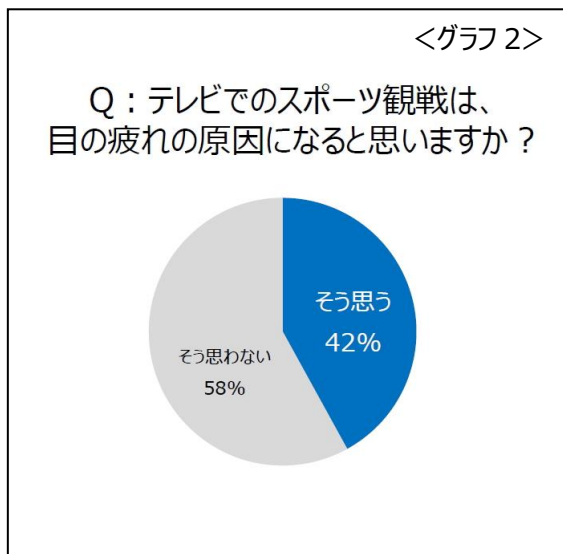
■ テレビでのスポーツ観戦で「睡眠不足」、半数近くが経験アリ！

また、「テレビでスポーツ観戦をしたことで、睡眠不足になった経験はありますか？」という質問には**47%と約半数が「ある」と回答**。特に、「海外中継は夜になってしまうことが多く、リアルタイムで見ようと思うと深夜になってしまう」（32歳・女性）「ゴルフ中継は早朝がほとんどなので、睡眠時間を減らして見ている」（56歳・男性）など、**いつもは寝ている時間に試合があった時には、特に睡眠不足になりやすい**ことがわかります。

■ 画面への集中、長時間の視聴、睡眠不足…4割超が「目の疲れ」を懸念

こうした状況下で気になるのが「疲れ目」です。今回の調査でも、テレビでのスポーツ観戦が「目の疲れの原因」になることを懸念する人が4割以上（42%）にのぼっています。〈グラフ2〉 また、実際にテレビでのスポーツ観戦によって、目の疲れを感じたことがある人も約3人に1人（31%）となりました。

目の疲れの原因になる理由としては、「画面に集中するから」が最も多く70%という結果に。また、前述の回答でもあがったような、「長時間視聴することが多いから」（62%）、「熱中して睡眠不足になることがあるから」（39%）という声も目立ちました。〈グラフ3〉 思わず観戦に熱中してしまうからこそ、画面への集中、長時間の視聴、睡眠不足につながってしまい、結果として目の疲れが生じると考える人が多いようです。

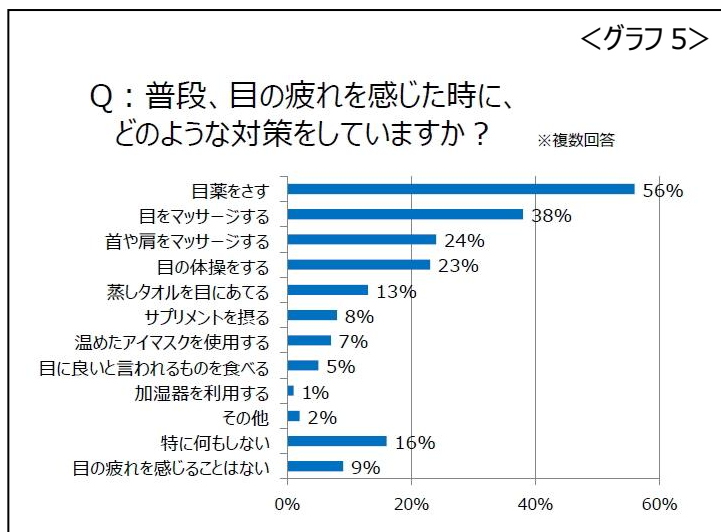
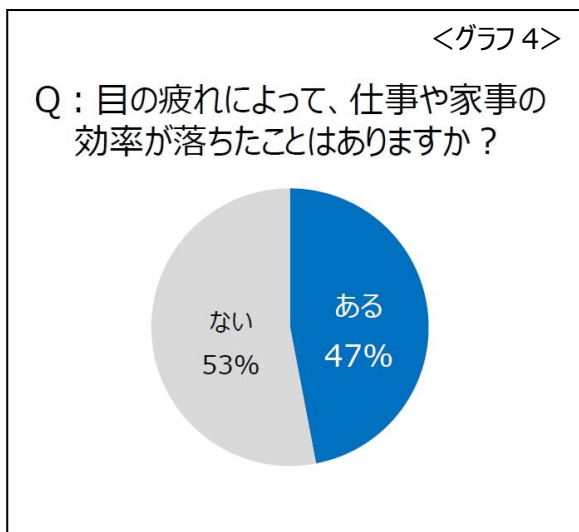


■ 仕事や家事の効率など、目の疲れによって生活にも支障が…

さらに、目の疲れは日常生活へも影響をおよぼすことがあるようで、「目の疲れによって、仕事や家事の効率が落ちたことがありますか？」という質問には、47%と半数近くが「ある」と回答。〈グラフ4〉 また、「目の疲れによって、気持ちがいらいらしたことがある」と回答した人も41%にのぼっています。

そこで、「普段、目の疲れを感じた時に、どのような対策をしていますか？」と聞いたところ、最も多かった回答は「目薬をさす」で56%。〈グラフ5〉 画面への集中、長時間視聴、睡眠不足など、目の疲れにつながりやすいテレビでのスポーツ観戦時には、目薬などを使った疲れ目対策が求められると言えます。

一方で、実際に「テレビでのスポーツ観戦時に、疲れ目の対策をしている」人は、10%とわずか1割にとどまりました。



参考：参天製薬の疲れ目対応目薬「サンテメディカル 10」「ソフトサンティア ひとみストレッチ」

参天製薬では、疲れ目対応目薬として、「サンテメディカル 10」および「ソフトサンティア ひとみストレッチ」を展開しています。

「サンテメディカル 10」は、**ピント調節筋*1 に直接働いて**、目の疲れを緩和する点眼薬です。また、**10の有効成分**により、眼疲労の改善に効果を発揮するだけでなく、**目の組織代謝を円滑にし、疲労回復を促進**。さらに、**かゆみ・充血**を改善する有効成分、**炎症**に効く有効成分も配合しています。

ピントが合いにくい、夕方になると目がズッシリ重い、目が凝るような感じがするなど、つらい目の疲れを感じている方におすすめです。

「ソフトサンティア ひとみストレッチ」は、**ピント調節筋*1**のコリをほぐすネオスチグミンメチル硫酸塩とビタミンB₁₂の2種類の成分、組織代謝を促進するビタミンB₆を最大濃度配合*2。**瞳をやさしく包む、しっとりしたさし心地で、防腐剤無添加*3**。すべてのタイプのコンタクトレンズ〔ハード・ソフト・O₂・ディスプレイザブル（使い捨て）〕*4を装着したまま点眼することができます（コンタクトレンズをお使いでない方にも、幅広くご使用いただけます）。

*1:毛様体筋 *2:一般用眼科用薬製造販売承認基準の最大濃度

*3:防腐剤（ベンザルコニウム塩化物など）は配合していません。 *4:カラーコンタクトレンズの装着時には使用しないでください。



◇ 「サンテメディカル 10」製品概要

商品名	サンテメディカル 10
医薬品分類	第 2 類医薬品
容量	12mL
成分	<p>ビタミンB₁₂（シアノコバラミン）：0.02%、ネオスチグミンメチル硫酸塩：0.005%、 ビタミン B₆（ピリドキシン塩酸塩）：0.05%、パンテノール：0.05%、 L-アスパラギン酸カリウム：1.0%、タウリン：1.0%、 クロルフエニラミンマレイン酸塩：0.03%、イプシロン-アミノカプロン酸：1.0%、 グリチルリチン酸二カリウム：0.1%、塩酸テトラヒドロゾリン：0.03%</p> <p>【添加物】 エデト酸ナトリウム水和物、クロロブタノール、ベンザルコニウム塩化物液、ホウ酸、 d-ボルネオール、l-メントール、pH 調節剤</p>
効能・効果	目の疲れ、結膜充血、目のかすみ（目やにの多いときなど）、目のかゆみ、眼病予防（水泳のあと、ほごりや汗が目に入ったときなど）、眼瞼炎（まぶたのただれ）、紫外線その他の光線による眼炎（雪目など）、ハードコンタクトレンズを装着しているときの不快感
用法・用量	1 回 1～3 滴、1 日 5～6 回点眼してください。
注意事項	※本剤は点眼後、ときに口中に甘味を感じることがあります。これは成分のひとつであるグリチルリチン酸二カリウムが、涙道を通して口中に流れ出てくることによるもので、品質などの異常によ

	るものではありません。
液の色	赤色透明
メーカー希望小売価格	1,200 円（税抜）

◇ 「ソフトサンティア ひとみストレッチ」製品概要

商品名	ソフトサンティア ひとみストレッチ
医薬品分類	第 3 類医薬品
容量	5mL×4 本入
成分	ビタミンB ₁₂ （シアノコバラミン）：0.02%、ネオスチグミンメチル硫酸塩：0.005%、 ビタミンB ₆ （ピリドキシン塩酸塩）：0.1% 【添加物】 エデト酸ナトリウム水和物、ホウ酸、ポビドン、等張化剤、pH 調節剤
効能・効果	目の疲れ、ソフトコンタクトレンズまたはハードコンタクトレンズを装着している時の不快感、眼病 予防（水泳のあと、ほこりや汗が目に入った時など）、目のかすみ（目やにの多い時など）
用法・用量	1 回 1～3 滴、1 日 5～6 回点眼する。
コンタクトレンズ対応	ハードコンタクト○、ソフトコンタクト○、O ₂ レンズ○、 使い捨てコンタクト○、カラーコンタクト×
注意事項	目薬には、ソフトコンタクトレンズ装着時に使用できるものと使用できないものがあります。ソフト コンタクトレンズを装着したまま目薬を使用する場合は、外箱や添付文書を確認し、必ず、ソ フトコンタクトレンズ装着中に使用できる目薬を使用しましょう。 なお、本品はカラーコンタクトレンズの装着時は使用しないでください。 ※使用期限を過ぎた製品は使用しないでください。また、使用期限内であっても、本品の開栓 後は約 1 か月を目安に使用してください。
液の色	赤色澄明
メーカー希望小売価格	1,200 円（税抜）

本リリースや調査データに関するお問い合わせ先

トレンドーズ株式会社

TEL : 03-5774-8871 FAX : 03-5774-8872

E-mail : press@trenders.co.jp

製品に関するお問い合わせ先

参天製薬株式会社「お客様相談室」 TEL : 0120-127-023