

OL vs 女性社長 働く女性のスッキリ大調査

**働く女性の約4割がおなかの調子で悩み中。
OLは女性社長に比べて約1.5倍が「とても悩んでいる」と回答！**

グリコ乳業株式会社(本社:東京都昭島市、代表取締役社長:梅崎 信彦)は、働く女性の食生活や仕事への取組みが多様化する中、「おなかスマイル!プロジェクト」の活動の一環として、働く女性のスッキリ大調査を行った。

※調査方法=インターネット調査

※調査対象=OL:300名(20代:100名、30代:100名、40代:100名)、女性社長:300名(20代:100名、30代:100名、40代:100名)

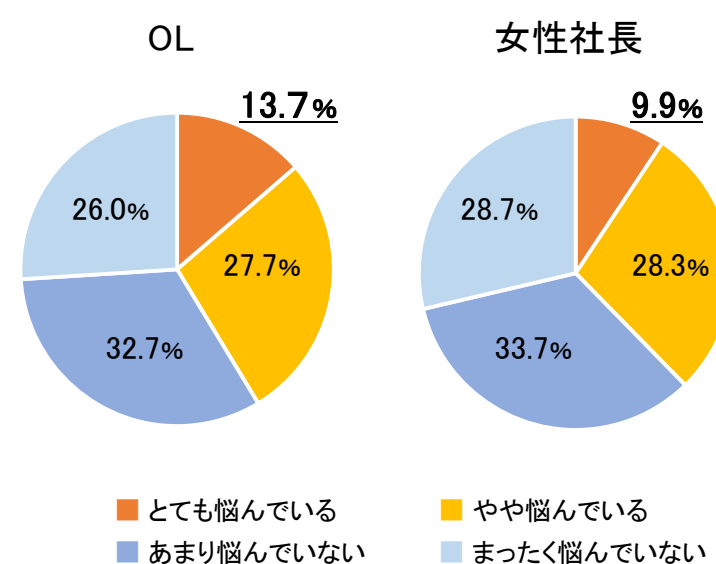
※調査期間=2014年9月4日~8日

おなかの調子で「とても悩んでいる」と答えたOLは、女性社長に比べて約1.5倍

調査の結果、「あなたは、おなかの調子で悩んでいますか?」という質問に対し、悩んでいると答えた方は、全体の39.5%と約4割の女性が悩んでいる模様。その中でも「とても悩んでいる」と答えた方は、OL=13.7%、女性社長=9.3%と、OLの方が、とくに悩んでいる事が分かった。

その理由として、OLと女性社長の生活スタイルにヒントがありそう。「あなたがトイレに行くのは、朝/昼/夜/一番多いものを選んでください」という質問では、OLの38%が「特に決まっていない」と回答。それに対し、女性社長の「特に決まっていない」は、27%と、トイレにも一定の生活リズムがあるよう。また、30代、40代の女性社長は「朝派」が多く、30代女性社長は61%、40代女性社長は63%が「朝」と回答。それに対し、30代OLの朝派は41%、40代OLは56%と、特に30代女性の生活リズムに大きな差がでた。

あなたは、おなかの調子で悩んでいますか?

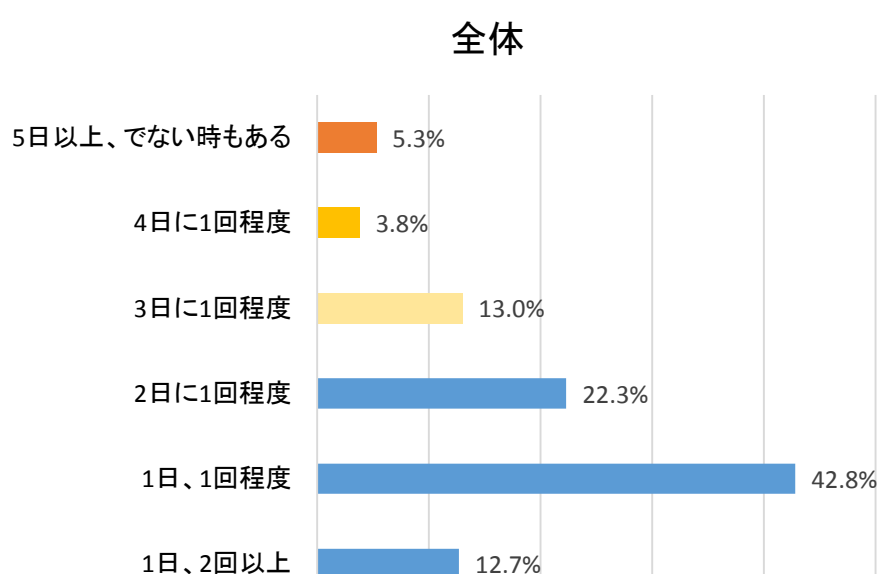


5人に1人は、トイレの頻度が「3日に1回程度~5日に1回以上」

また「あなたは、どのくらいのペースでトイレをしますか?」との質問には、全体で5人に1人が「3日以上でない時がある」と回答。「5日以上でない時がある」と答えた方も、全体の5.3%存在し、慢性的に悩んでいる女性がいることが分かった。

またキャリア別にみると、「1日1回以上」と答えた方は、OLが約5割、女性社長は約6割。と、全体で見ても女性社長は「スッキリ派」という傾向が見られました。

あなたは、どのくらいのペースでトイレをしますか?





「おなかがスッキリする」と思う成分、第1位はビフィズス菌、 2位：繊維類、3位：乳酸菌

「おなかがスッキリすると思う成分を全て選んでください」という質問では、1位がビフィズス菌＝72.2%、2位が繊維類＝69.5%、3位が乳酸菌＝63.5%という結果に。食事の中でも手軽に摂取できそうなビフィズス菌飲料やヨーグルトなどの人気うかがえた。

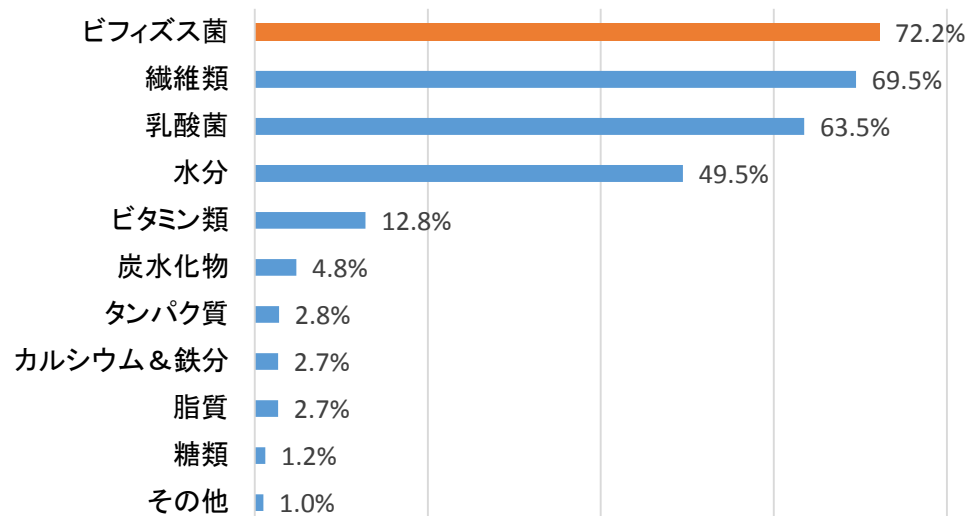
一方、「普段の生活でおなかがスッキリするよう心掛けていることがありますか？」という質問には、若い世代ほど「特にない」という結果も。（最も多いのが、20代OLの26%。次いで20代女性社長の23%。）

また「全身運動をする」や「おなかの運動をする」と答えた方は、OL・女性社長ともに40代が多く、年齢を重ねるにつれて身体を動かすことにポジティブになるなど、おなかの調子のケアに対する意識の違いや、日頃のケアの方法の違いが見えてきた。

おなかがスッキリすると思う成分を全て選んでください。

(いくつでも)

全体



普段の生活でおなかがスッキリするよう心掛けていることがありますか？ (いくつでも)

	全体	OL			女性社長		
		20代	30代	40代	20代	30代	40代
水分をとる	51.2%	42.0%	52.0%	50.0%	54.0%	55.0%	54.0%
バランスよく食事をとる	45.8%	44.0%	39.0%	51.0%	41.0%	51.0%	49.0%
ビフィズス菌等が入ったヨーグルトを食べる	29.8%	32.0%	24.0%	32.0%	30.0%	29.0%	32.0%
全身運動をする	19.0%	9.0%	17.0%	22.0%	17.0%	23.0%	26.0%
特にない	19.0%	26.0%	20.0%	13.0%	23.0%	18.0%	14.0%
睡眠をとる	18.5%	17.0%	13.0%	19.0%	15.0%	25.0%	22.0%
おなかの運動をする	13.5%	9.0%	11.0%	14.0%	12.0%	17.0%	18.0%
サプリ等を摂取する	9.0%	4.0%	6.0%	9.0%	12.0%	10.0%	13.0%
下剤などを飲む	7.3%	5.0%	7.0%	9.0%	8.0%	8.0%	7.0%
その他	2.2%	2.0%	0.0%	2.0%	2.0%	3.0%	4.0%

おなかスマイル！プロジェクトについて

おなかスマイル！プロジェクトとは

「日本の女性をおなかから笑顔にしたい！」というグリコ社員の熱い思いから生まれたプロジェクトです。

詳しくは

http://www.bifix.jp/project2/vs/?utm_source=20141020&utm_medium=research

おなかスマイル！プロジェクト

で、検索して下さい。

