

報道関係者各位

2013年12月5日
ドコモ・ヘルスケア株式会社

—“35歳の女性”300人の妊活に関する意識調査—

**妊活中の35歳女性が最も重視する“体の冷え”対策が必要な冬到来！
35歳の大人妊活、キーワードは「楽しく手軽な体調管理」****35歳の2人に1人は“今後子供がほしい”と感じている！
2020年東京での五輪を“自分の子供と一緒に観戦したい”人は全体の6割以上！**

ドコモ・ヘルスケア株式会社(東京都渋谷区、代表取締役社長:竹林一、以下ドコモ・ヘルスケア)が提供する、ドコモスマートフォン向け健康支援サービス「カラダのキモチ」では、このたび様々な観点で“ターニングポイント”と言われてきた35歳の女性に対し、妊活にフォーカスした生活・健康実態について300人に意識調査を実施致しました。

近年女性を取り巻く社会環境が大きく変化する中、晩婚化およびそれに伴う出産の高齢化が進行しつつあると言われてしています。本調査では、妊娠・出産におけるターニングポイントと言われる35歳の女性300名(未既婚女性)を対象に、生活実態や健康意識の実態について、インターネットによる意識調査を行いました。

※本調査は、全国の35歳女性(既婚、未婚)300名を対象に、2013年10月にインターネットで実施。
※本リリースに含まれる調査結果をご掲載頂く際は、**必ず「ドコモ・ヘルスケア調べ」と明記ください。**

《調査結果概要》

～35歳大人女子の妊活に関する意識～

- ◆35歳大人女子の5割以上は今後妊活を予定している！
- ◆「今後、妊活をしたい」と考える35歳大人女子のうち、7年後の2020年東京での五輪開催決定を受け、“この五輪は、自分の子供と一緒に観戦したい”と考えた人は6割を超えることが判明。

～35歳大人女子の望む「妊活」～

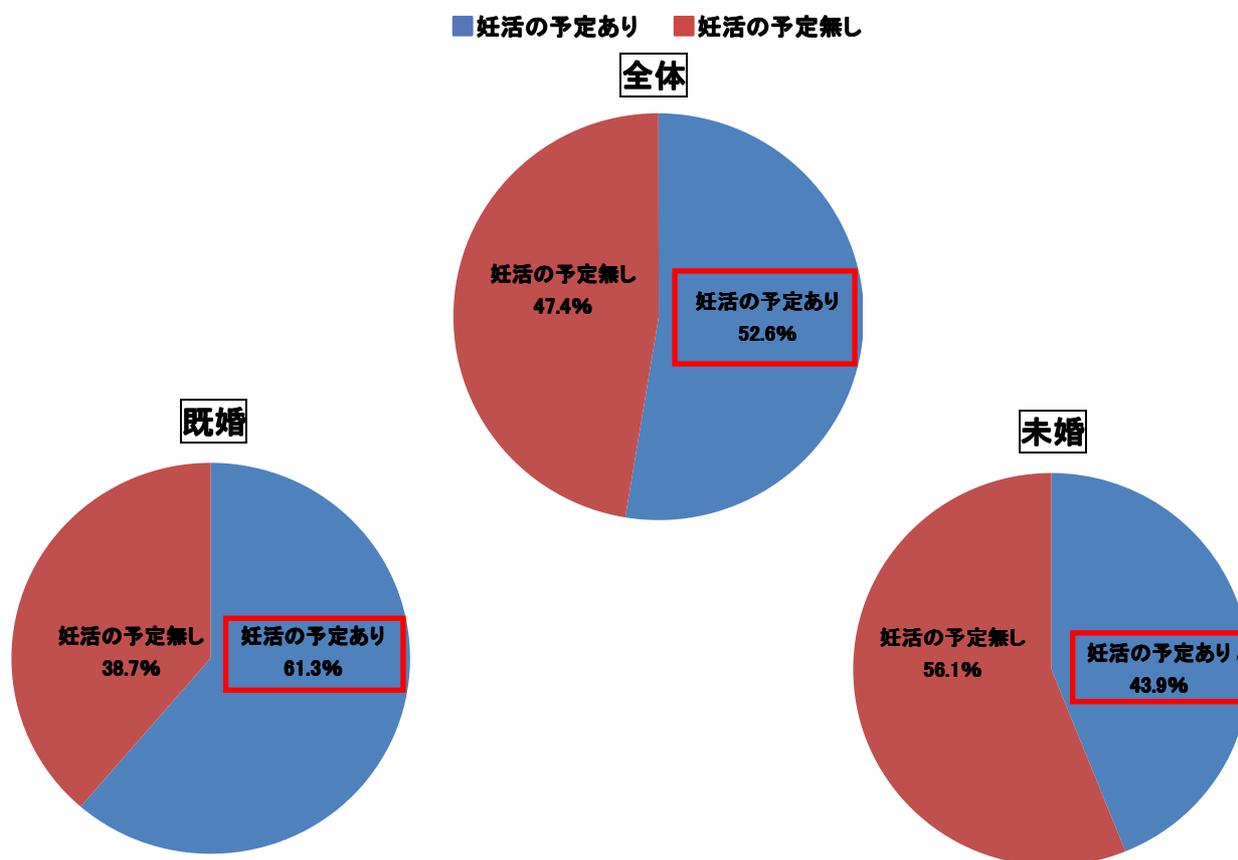
- ◆35歳大人女子の妊活は、「楽しんでやるべき」と考えている人が全体の8割を超えることが判明。その中で「生理日などの体調管理ができるアプリ・Webサービスを利用したい」人は、そのうちの9割を超えることが判明。
- ◆「基礎体温を測る」ことが妊活に重要と分かっているものの、約4割の人がまだ取り組めていないことが明らかに。
- ◆35歳大人女子が現在行っている対策の1位は「体を冷やさないようにする」こと。本格的な冬の到来に向け、しっかり準備を行っていることが明らかに。

～35歳大人女子の妊活に関する意識～

◆35歳大人女子の5割以上は今後妊活を予定している！

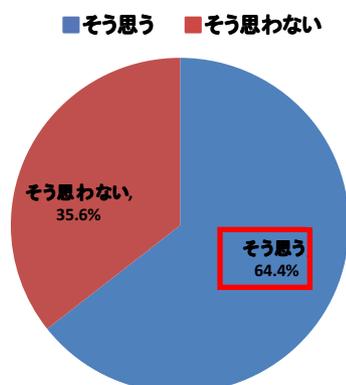
35歳の女性300人に、今後“妊活”をしようと考えているかどうかを聞いたところ、**全体の5割以上**、そのうち**既婚は6割以上**、**未婚は4割以上**が**妊活したいと考えている**ことが明らかになりました。

【今後、「妊活」をしたいと考えている35歳女性】(女性、既婚・未婚 n=300)



◆「今後、妊活をしたい」と考える35歳大人女子のうち、7年後の2020年東京での五輪開催決定を受け、“この五輪は、自分の子供と一緒に観戦したい”と考えた人は6割を超えることが判明。

【2020年東京での五輪開催決定を受け、この五輪は自分の子供と一緒に観戦したいと思った】
(女性、妊活意向あり n=163)



「今後、妊活をしたい」と考える35歳大人女子のうち、7年後の2020年の東京での五輪開催決定を受け、「この五輪は自分の子供と一緒に観戦したい」と考えた人は、6割を超えることが判明。

この結果からは、35歳大人女子が、五輪のような「未来の出来事」を「子供と一緒に迎える」ことに楽しみを見出し、**妊活を、“人生をより楽しく、ワクワクしながら過ごすための一助”と捉えている可能性がある**ことが明らかになりました。

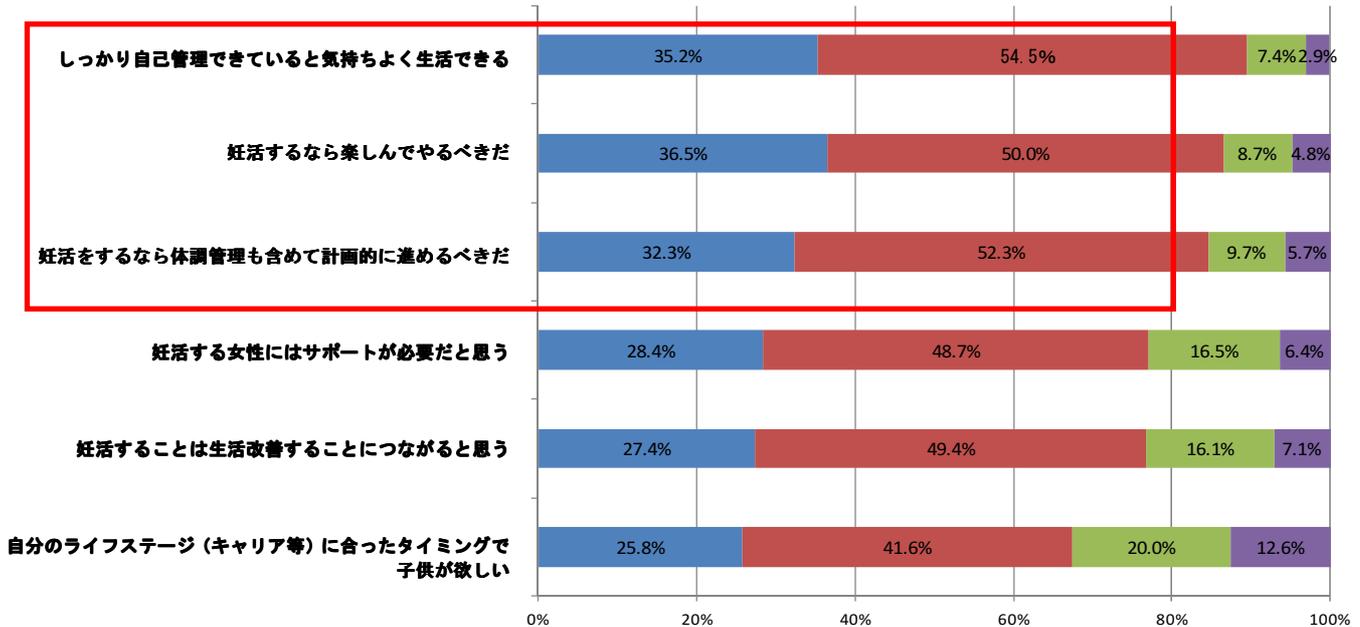
～35歳大人女子の望む「妊活」～

◆35歳大人女子の妊活は、「楽しんでやるべき」と考えている人が全体の8割を超えることが判明。また、「生理日などの体調管理ができるアプリ・Webサービスを利用したい」人は、そのうちの9割を超えることが判明。

妊活についての意識を聞いたところ、「しっかり自己管理できていると気持ちよく生活できる(89.7%)」、「妊活するなら楽しんでやるべきだ(86.5%)」、「妊活するなら体調管理も含めて計画的に進めるべきだ(84.6%)」が、“そう思う”と“ややそう思う”の合計が全体の8割以上になることが判明しました。

【妊活について、どのように考えますか？】（女性、未婚・既婚 n=300）

■ そう思う ■ ややそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない

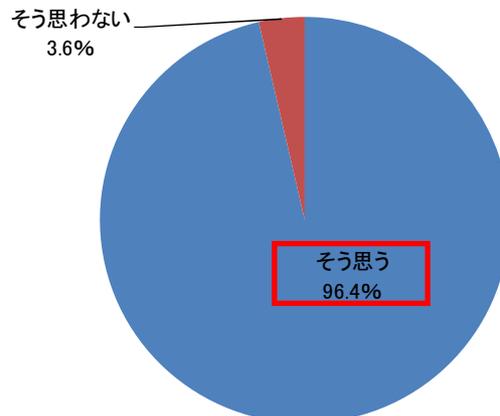


「妊活するなら楽しみながらやるべきだ」と答えた人に、「生理日などの体調管理ができるアプリ・Webサービスを利用したいかどうか」について聞いたところ、“そう思う”と“ややそう思う”の合計は、そのうちの9割を超えることが明らかになり、35歳女子のイマドキ妊活のキーワードが「楽しく・手軽な体調管理」であることが浮かび上がりました。

【生理日などの体調管理ができるアプリ・WEBサービスを利用したいと思いますか？】

（女性、未婚・既婚、「妊活するなら楽しんでやるべき」選択者 n=137）

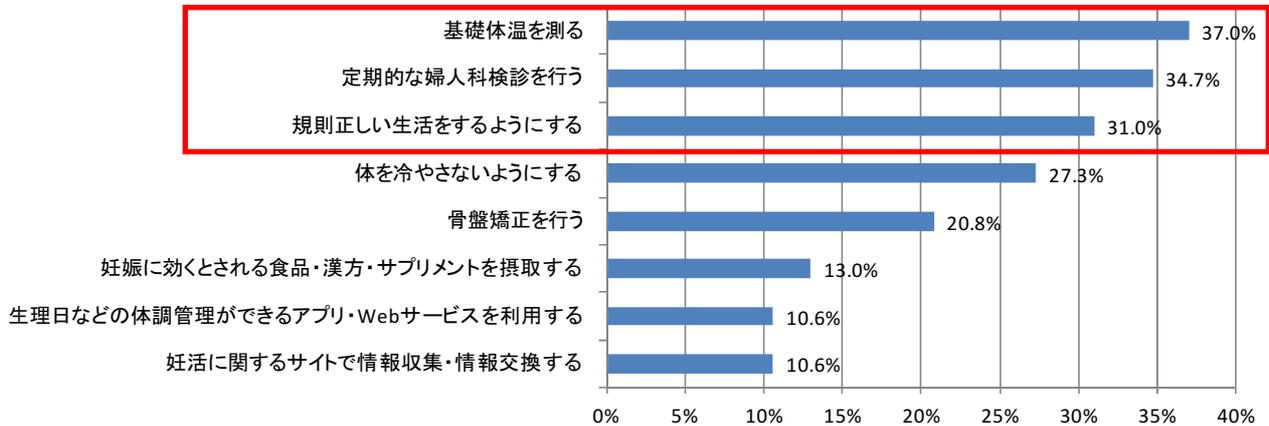
■ そう思う ■ そう思わない



◆「基礎体温を測る」ことが妊活に重要と分かっているものの、約4割の人がまだ取り組めていないことが明らかに。

妊娠したいと考えている35歳大人女子が、「やらなければならないと思っているが、取り組めていないこと」について聞いたところ、上位は「基礎体温を測る(37.0%)」、「定期的な婦人科検診を行う(34.7%)」「規則正しい生活をするようにする(31.0%)」という結果になりました。特に、「基礎体温の計測」については、約4割の人がやらなければならないと思いつつも、まだ実施できていないということが判明しました。

【やらなければならないと思っているが、取り組めていないこと】(女性、未婚・既婚、妊娠・出産意向あり n=216)

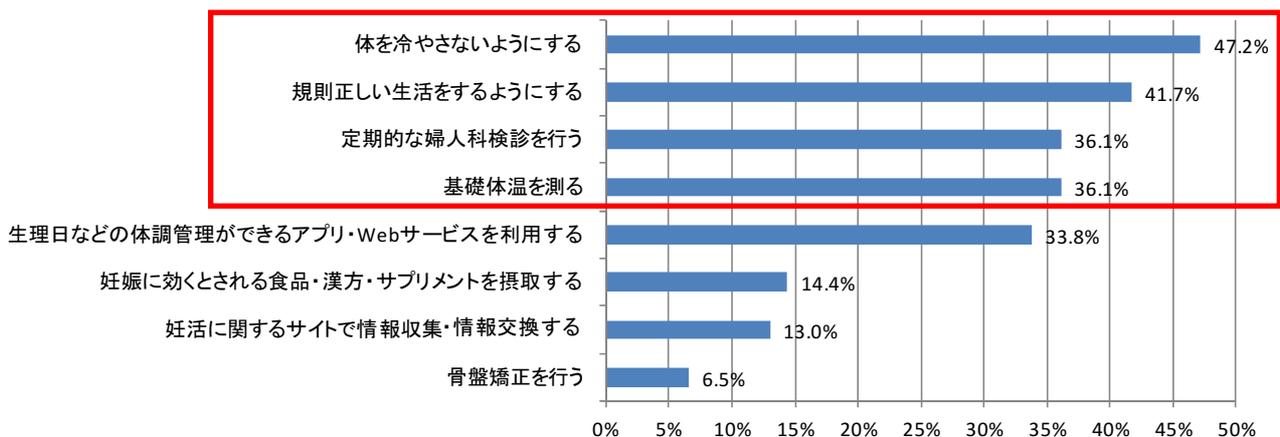


◆35歳大人女子が、妊活のために現在行っている対策の1位は「体を冷やさないようにする」こと。本格的な冬の到来に向け、しっかり準備を行っていることが明らかに。

妊娠したいと考えている35歳大人女子が「現在行っている対策」について聞いたところ、1位は「体を冷やさないようにする(47.2%)」であることが判明しました。女性の体調に冷えは禁物ですが、寒さが本格化する冬を目前に、約半数の人が妊活のための冷え対策を行っていることが判明しました。

また、2位「規則正しい生活をするようにする(41.7%)」、3位「定期的な婦人科検診を行う、基礎体温を測る(それぞれ36.1%)」となり、1位の「体を冷やさないようにする(47.2%)」も含め、**自分の体と日々向き合うなど、特別なことを行うわけではなく、日常の中での取り組みが重要視されていることが明らかになりました。**

【現在、妊活のために行っている対策】(女性、未婚・既婚、妊娠・出産意向あり n=216)



【参考】

カラダのキモチ

ドコモ・ヘルスケア「カラダのキモチ」

「カラダのキモチ」はドコモ・ヘルスケア株式会社が2013年6月1日(土)より提供を開始したサービスです。お客様が自分の体と会話をするように、体や心の調子が変わり、快適な生活を送るためのアドバイスを受けられる女性向け健康支援サービスです。また、入力された基礎体温などのデータから、体の変調を検知した際には、お客様に医師の診察を受けることを促し、「受診時のお見舞金」をお支払いする安心サポートを実現しました。



<サービスの主な特徴>

●アドバイス

月経や排卵によって変化する心と体の状態や天気、時間、季節に合わせて、食、ファッション、アロマなどの10種類(*)のカテゴリから、生活に関するアドバイスを表示。アプリ内のキャラクターがアドバイスを伝えます。
※「食、ダイエット、ビューティー(肌・コスメ)、ファッション、ワーク、ストレッチ、ツボ、レジャー、セルフケア、アロマ」

●みまもり

(受診勧奨メッセージ)

入力された基礎体温・生理周期データをもとに、生理不順や排卵異常が推定された場合や乳がんチェックで症状が見つかった場合などに、病院などを受診することを促すメッセージを表示します。

(見舞金)

アプリからの受診勧奨を受けて、婦人科や乳腺外科を受診した際に、受診時のサポートとして、お見舞金(「女性疾病見舞金」5,000円、「要精密検査見舞金」30,000円)をお支払いいたします。

※お見舞金の支払いには一定の条件があります。

●基礎体温記録

約10秒で測定可能なオムロンヘルスケア社製の婦人用電子体温計(MC-642L)をご利用いただくと、スマートフォンにかざすだけで、計測データが転送され、グラフで確認できます。

利用条件: ドコモのご契約者でspモード®のご契約が必要になります。
WM(わたしムーヴ)への登録(無料)が必要です。

対象機種: ドコモのスマートフォン
Android™ OS : Android 4.0 以上
※iOSは2014年2月以降対応予定。
※一部対応していない機種がございます。

ご利用料金: サービス利用料 月額315円(税込)

受付チャネル: 「カラダのキモチ」は、下記でお申しいただけます。
・ドコモショップ、量販店、一般販売店
・ドコモオンラインショップ
・My docomo(<http://www.mydocomo.com>)
・ドコモ インフォメーションセンター