

報道関係者各位

2024年7月10日

Rem3dy Health Ltd.

## 健康ブームが続く中、手軽に健康法を取り入れたい “ショートカット健康志向”が明らかに Rem3dy Health、『年代別健康志向調査』を発表

イギリス発のスタートアップ企業であるRem3dy Health（レメディ・ヘルス）はこのたび、コロナ禍をきっかけの健康ブームがまだまだ続く中、多様化する健康トレンドを明らかにするため、全国の20代～50代の男女400人を対象に健康志向に関する調査を実施いたしました。

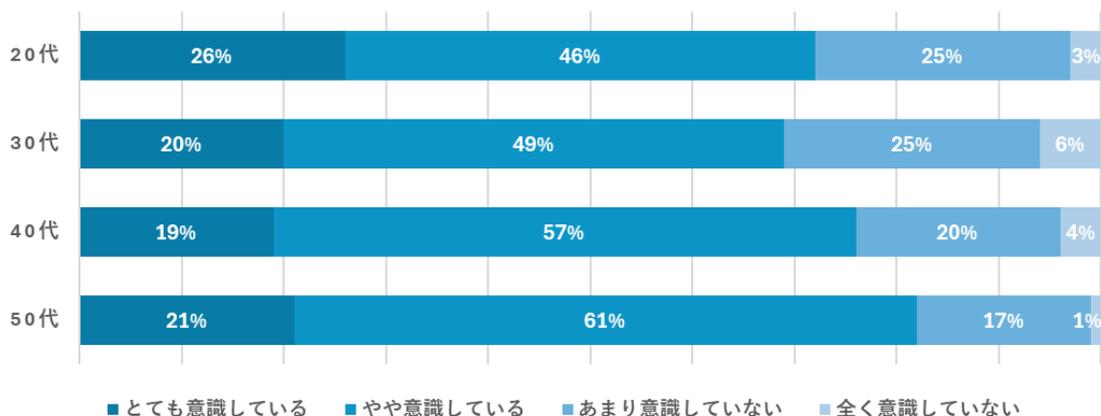
### <調査結果サマリー>

- ・20代の70%以上が健康を意識していると回答！体調や体力の低下を気にする40代並みに健康意識が高いことが明らかに
- ・食生活や栄養バランスを意識することを負担に感じている人が半数以上！金銭面の負担や選択肢の狭さがネックであると判明
- ・健康法について、半数以上の人々が「出来るだけ簡単な方法を取り入れたい」と回答。さらに、4割が「出来るだけ早く自分に合った方法を知りたい」と回答。  
自分に合った方法を手っ取り早く知りたい”ショートカット健康志向”が明らかに！
- ・20代が最も「パーソナライズされた栄養素（サプリ）」に興味があると回答！

### <調査結果>

- 20代の70%以上が健康を意識していると回答！体調や体力の低下を気にする40代並みに健康意識が高いことが明らかに

健康や美容のために食生活や栄養バランスを意識していますか？

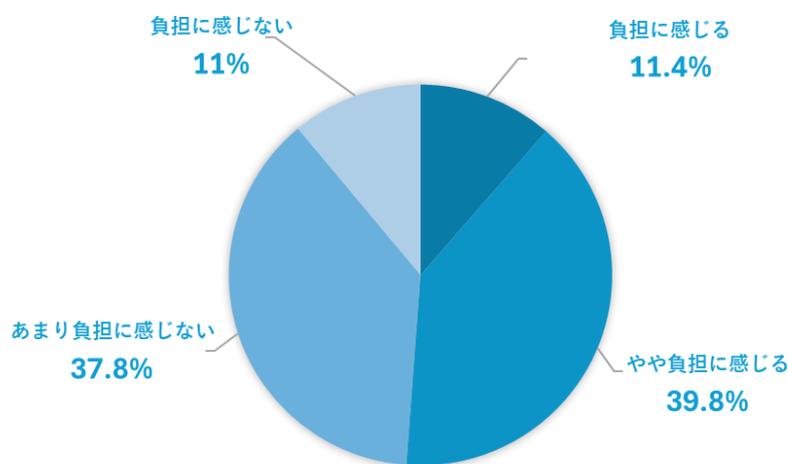


健康や美容のために食生活や栄養バランスを意識しているかを調査したところ、20代の72%が、40代の76%が「とても意識している・やや意識している」と回答し、特に体調や体力の低下を気にする40代と比較しても、若い世代でも健康・美容意識の高さが目立ちました。

さらに、普段の生活で健康のために意識していることを聞いたところ、一番意識していることは「十分な睡眠（61%）」、次に「バランスの取れた食事（50.3%）」、続いて「水分補給（49.3%）」という結果となりました。

### ■ 食生活や栄養バランスを意識することを負担に感じている人が半数以上！ 金銭面の負担や選択肢の狭さがネックであると判明

食生活や栄養バランスについて意識するのは負担に感じますか？

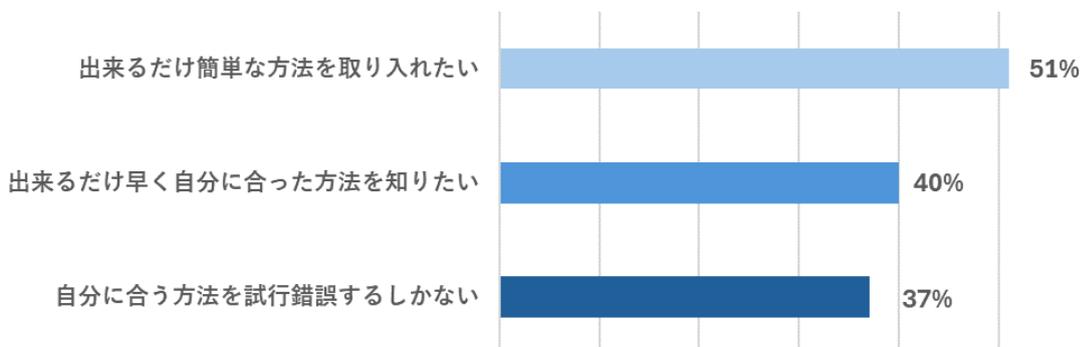


健康を意識している人が多くいる一方で、食生活や栄養バランスについて意識することを「負担に感じる・やや負担に感じる」と回答した人が51.2%と半数以上の方が負担に感じていることが明らかになりました。その理由として、多くの人が「お金がかかるから（55.6%）」「食事の選択肢が狭まるから（50.3%）」という理由をあげ、さらに3割近くの方が「時間がかかるから（28.1%）」「自分に必要な食事や栄養素が分からないから（27.5%）」と回答しました。

さらに、健康や美容のために食生活や栄養バランスを「とても意識している・やや意識している」人に対して、自身の食のスタイルに他人を付き合いわせてしまうこと（自分の選びたい食スタイルに応じてお店や食品を選ぶなど）があるかを聞いたところ、20代が一番多く、6割以上（62.5%）が「ある・たまにある」と回答し、さらに、20代・30代の半数以上（20代：62%、30代：65%）が、自身の食のスタイルに他人を付き合いわせてしまうことに抵抗が「ある・ややある」と回答したことから、健康意識は高いと思われたいものの、自身の健康習慣に周囲を巻き込むことには抵抗があることが分かりました。

- 健康法について、半数以上の人が「出来るだけ簡単な方法を取り入れたい」と回答。
- さらに、4割が「出来るだけ早く自分に合った方法を知りたい」と回答。
- 自分に合った方法を手っ取り早く知りたい”ショートカット健康志向”が明らかに！

### 健康に関して共感することTOP3

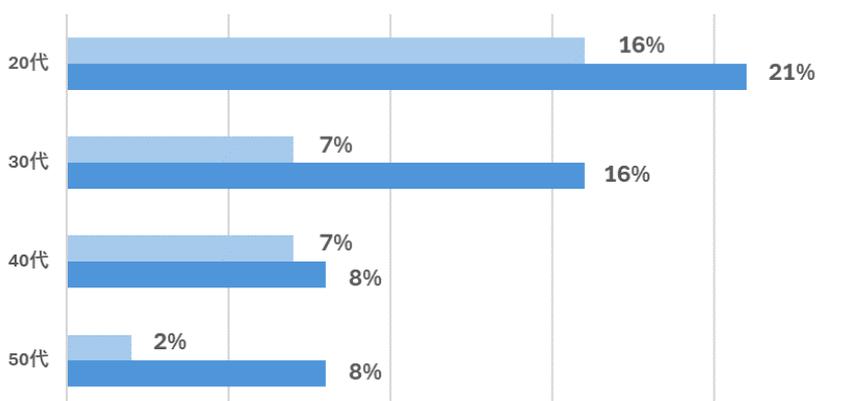


健康について共感することを調査したところ、多くの人が「出来るだけ簡単な方法を取り入れたい（51%）」と回答し、続いて「出来るだけ早く自分に合った方法を知りたい（40%）」、「自分に合う方法を試行錯誤するしかない（37%）」という結果となりました。

また、「なるべく多くの人の情報を参考にすべき」「お金をかけてもジムや栄養士などの専門家から個別に指導を受けることが望ましい」という考えについて、20代が一番共感しており、若い世代ほど周囲から得る情報を参考にしていることが分かりました。

上記により、健康を意識している若年層は、試行錯誤をしながら自身の健康を改善していくのではなく、できるだけ早く手軽に、自身の体に合う最善な方法を求める、いわば自分にあった健康法を”ショートカット”で知る「ショートカット健康志向」の人が多くいることが伺えます。

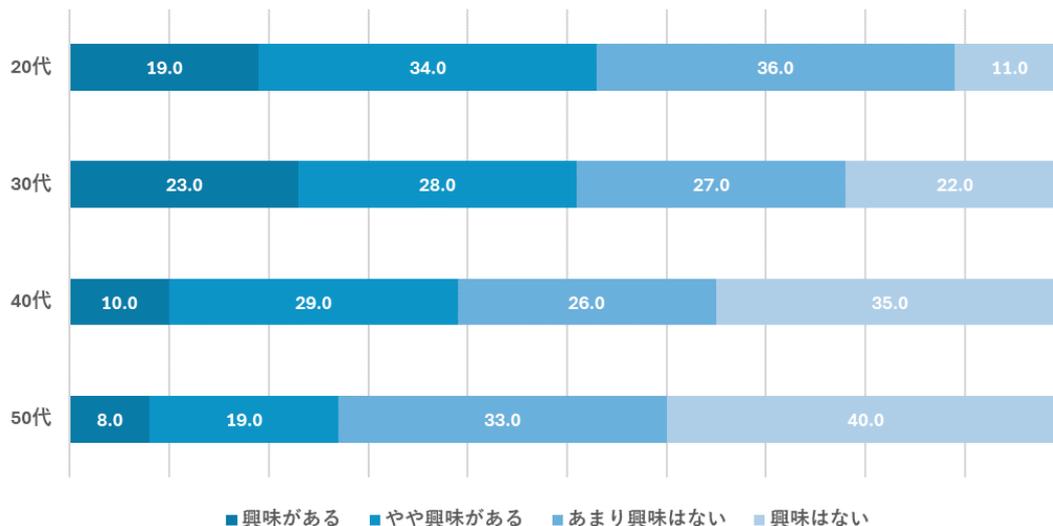
### 健康における情報収集について



- お金をかけてもジムや栄養士などの専門家から個別に指導を受けることが望ましい
- なるべく多くの人の情報を参考にすべき（一般人、インフルエンサーなど）

## ■ 20代が最も「パーソナライズされた栄養素（サプリ）」に興味があると回答！

パーソナライズされた栄養素（サプリ）に興味はありますか？



最後に、パーソナライズされた栄養素（サプリ）に興味はあるか聞いたところ、20代の半数以上（53%）、さらには30代の半数以上（51%）が「興味がある・やや興味がある」と回答しました。一方、40代は39%、50代は27%にとどまる結果となり、できるだけ早く手軽に、自身の体に合う最適な方法を求める「ショートカット健康志向」が強い若年層の興味・関心を裏付ける結果となりました。

### ■ 調査概要

調査主体 : Rem3dy Health  
調査対象者 : 全国の20代～50代の男女400名  
調査期間 : 2024年3月25日（月）～2024年3月26（火）  
調査方法 : オンラインアンケート調査

### ■ アンケートに回答するだけで完成！自分だけのパーソナライズ・サプリメントグミ「NOURISH3D」

NOURISH3Dは、3Dプリント技術を活用した栄養食品を提供するイギリス発のスタートアップ企業「Rem3dy Health（レメディ・ヘルス）」が開発した、7つの栄養成分が1粒になったパーソナライズ・サプリメントグミです。ウェブサイト上で回答した睡眠状況など直近の体調、食生活、運動頻度や味の好みなどの健康状態をもとに、32の栄養成分・600億通りの中から、一人ひとりに合わせたサプリメントグミをお届けします。自身の身体について気になるところに効果的な栄養素や、自身の好きな栄養、さらには好きな味を選んで作ることのできる栄養グミであるNOURISH3Dは、水なしで美味しく続けることができます。さらに砂糖不使用、植物由来成分のヴィーガン素材でできており、アレルギーに配慮した高品質な原材料を使用しております。

詳しくはこちらをご覧ください。 <https://nourish3d.jp/>

###

## Rem3dy Healthについて

Rem3dy Healthは、NOURISH3D（パーソナライズ・サプリメントグミ）やScripted（パーソナライズ医療）を展開する、予防と治療のヘルスケア分野におけるパーソナライズ・ソリューションのパイオニアです。2023年には栄誉ある「The King's Awards for Enterprise」のイノベーション部門でアワードを受賞しました。特許取得済みの3Dプリント技術と独自に開発したヴィーガンのカプセル化式を活用し、NOURISH3Dは消費者の目標やライフスタイルに合わせたパーソナライズ・サプリメントグミをオンデマンドで提供します。これまでに、Rem3dy Healthはジョンソン・エンド・ジョンソンやコルゲートなどの大手企業とコラボレーションをし、直近ではヨーロッパと日本では製品を拡大、さらに主要市場であるイギリスとアメリカでも新しい限定製品の販売を行っています。