

報道関係各位

2024年9月10日

株式会社LIXIL

## 【敬老の日】

シニア世代の健康と入浴事情についてオースタンスと共同調査を実施  
9割以上がお風呂好き、一方3人に1人は入浴に困難を感じているという結果に

水まわり・タイルの国内事業が100周年を迎える株式会社LIXIL（以下、LIXIL）は、国内最大級のシニア向けコミュニティサービス『趣味人倶楽部』（しゅみーとくらぶ）を運営する株式会社オースタンス（本社:東京都渋谷区/代表取締役社長:菊川諒人）と、45歳以上のシニアを対象に入浴、健康、介護における意識・動向調査を実施しました。

シニア世代 **750** 名以上に聞いた！

## 「健康」と「入浴」 に関する調査

**9割以上**がお風呂好き  
一方3人に1人は入浴に困難も…。



## ■調査サマリ

- 健康の指標は「長生きであること（17.9%）」よりも「自分のことが自分でできること（81.3%）」「自分の足で歩けること（80.3%）」を重視
- 半数以上のシニアが、健康のために実践していることは「食事」「運動」に次いで「趣味」と「入浴」と回答
- シニア世代の9割以上がお風呂好き！その内、4割以上が、毎日浴槽に浸かると回答
- 湯船に浸かることで期待している効果は、「心身のリラックス（84.1%）」が最多
- 3人に1人が入浴に関する不安や困難を実感
- 6割以上が、今後の「家族の介護に不安を感じる」
- 介護経験者の4割以上が、入浴介助に「身体的な負担がある」



## ■シニア市場と調査の背景

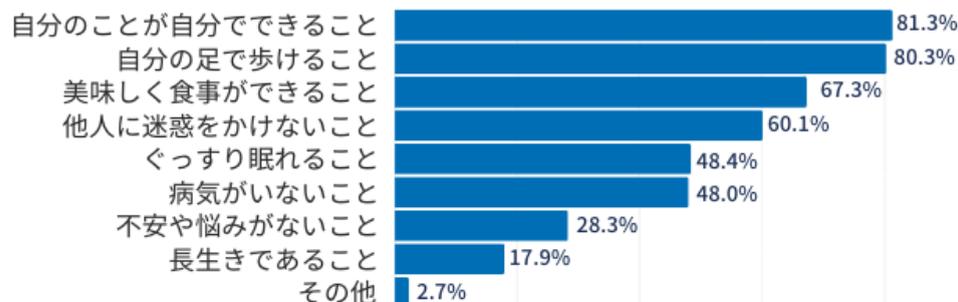
日本国内では少子高齢化が急速に進行し、社会保障給付費は2004年度の86兆円から、2025年度には152兆円に達する<sup>\*</sup>と予想されています。2019年に政府が策定した「健康寿命延伸プラン」では、健康寿命の延伸を目指し、さまざまな施策が進められています。

LIXILは、社会環境やニーズが大きく変化するなか、浴室事業を始めとし、快適な住まいの実現や社会課題の解決に向けた製品・サービスを開発・提供しています。今回は、シニアの新しい趣味や「好き」を通じて健康維持や健康寿命の延伸に取り組んでいるオースタンスと連携し、シニア世代の健康と入浴事情について調査を行いました。

<sup>\*</sup>出典：厚生労働白書 高齢者が生きがいを持ち安心して暮らせる社会づくりの推進 p.236

## ■健康の指標は「長生きであること（17.9%）」よりも「自分のことが自分でできること（81.3%）」「自分の足で歩けること（80.3%）」を重視

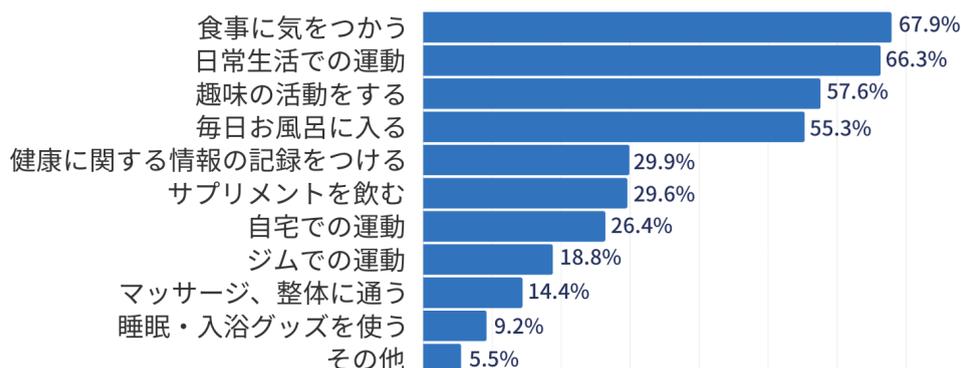
### Q. 健康の度合いを判断する際に重視する点を教えてください。



自身の健康の度合いを判断する際に重視する点を尋ねたところ、「長生きであること（17.9%）」「病気がないこと（48.0%）」よりも、「自分のことが自分でできること（81.3%）」「自分の足で歩けること（80.3%）」が重視されていることが分かりました。単に長生きすることよりも、自立した生活を維持できることが健康の指標として重視されているようです。

## ■半数以上のシニアが、健康のために実践していることは「食事」「運動」に次いで「趣味」と「入浴」と回答

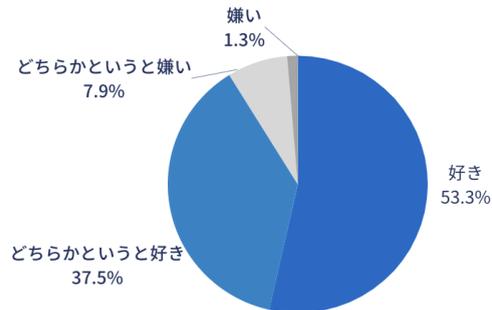
### Q. 健康のために実践していることを教えてください。



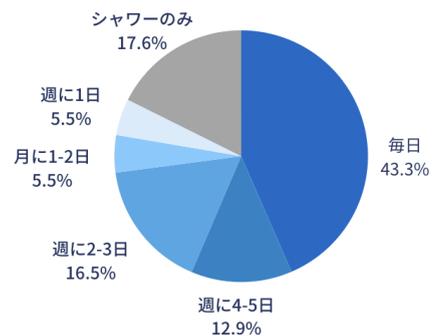
健康のために実践していることは、「食事に気をつかう（67.9%）」「日常生活での運動（66.3%）」が最も多く、次いで「趣味の活動をする（57.6%）」「毎日お風呂に入る（55.3%）」が半数以上を占めました。自分の好きなことを楽しみながら、心身共に健康な生活を送りたいシニアが多いことが伺えます。

## ■シニア世代の9割以上がお風呂好き！その内、4割以上が、毎日浴槽に浸かると回答

Q. あなたは入浴（お風呂）が好きですか。



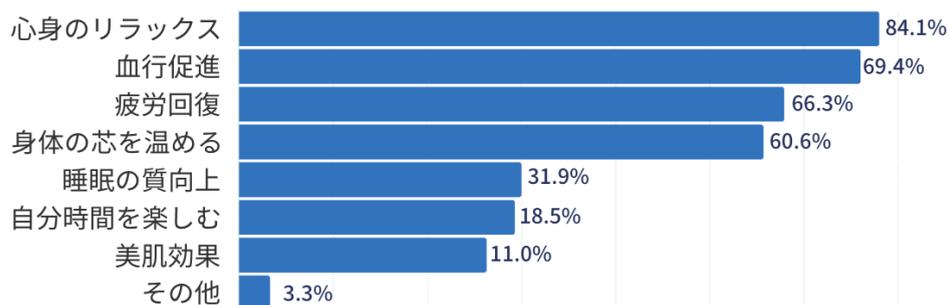
Q. 湯船に浸かる頻度を教えてください。



入浴（お風呂）は好きかという質問に対しては、「好き（53.3%）」「どちらかという好き（37.5%）」と9割以上がお風呂好きと回答しました。また、その内、4割以上の方が毎日湯船に浸っていることが明らかになりました。

## ■湯船に浸かることで期待している効果は、「心身のリラックス（84.1%）」が最多

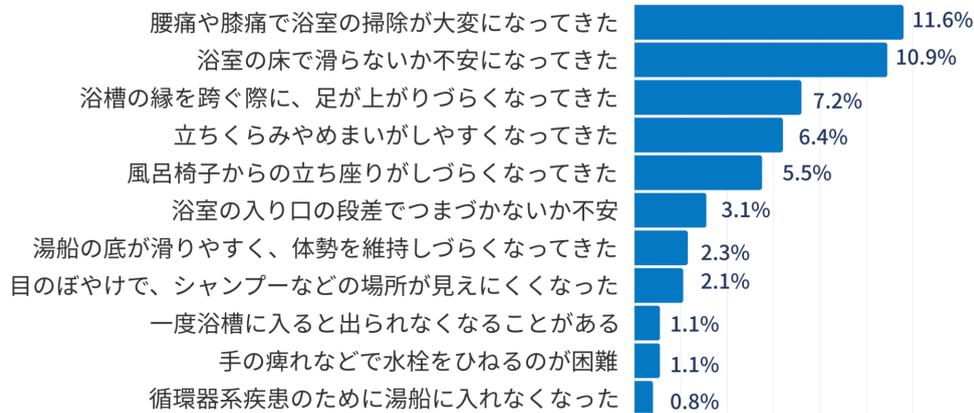
Q. 湯船に浸かることで期待している効果を教えてください。



湯船に浸かることで期待している効果は、「心身のリラックス（84.1%）」が最も多く、次いで「血行促進（69.4%）」「疲労回復（66.3%）」「身体の芯を温める（60.6%）」が上位を占めました。

## ■ 3人に1人が入浴に関する不安や困難を実感

### Q. 入浴に関して、以前と比べて困難や不安を感じることはありますか



入浴に関して以前と比べて困難や不安を感じるかどうか質問したところ、30%以上（750名中239名）が何らかの困難や不安を感じると回答しました。「浴室の掃除が大変になってきた（11.6%）」「滑らないか不安になってきた（10.9%）」「浴槽の縁を跨ぐ際に、足が上がりづらくなってきた（7.2%）」と、年齢と共に身体が衰えるにつれて日常の動作に困難や不安を感じる方が多いようです。

### Q. 湯船に浸からない理由を教えてください。

浸かっていると息苦しいから

浴室との温度差でめまいがする

夫がデイサービスで入ってきたときは、私一人だけお湯を張るのがもったいない

心不全で、湯船に入ると水圧で、体調が悪くなる

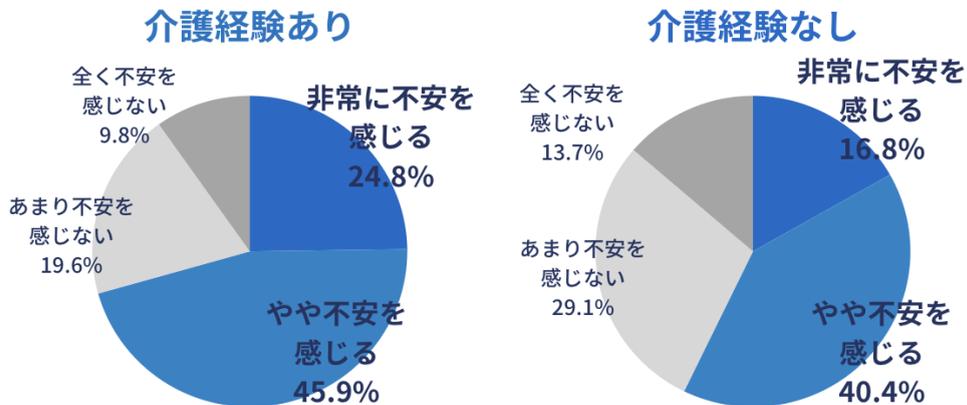
※浴槽に浸かる頻度に関する設問で、「毎日」以外を選択した方への設問

さらに、浴槽に浸からない日がある方に理由を質問したところ、「浸かっていると息苦しい」「浴室との温度差でめまいがする」など、年齢を重ねるに連れて危険性が増すシニア世代ならではのコメントを挙げている方が複数名いました。次に、本人ではなくそのご家族や身の回りの方が、どのような不安を抱えているのかについても聞いてみました。



## ■約6割が、今後の「家族の介護に不安を感じる」

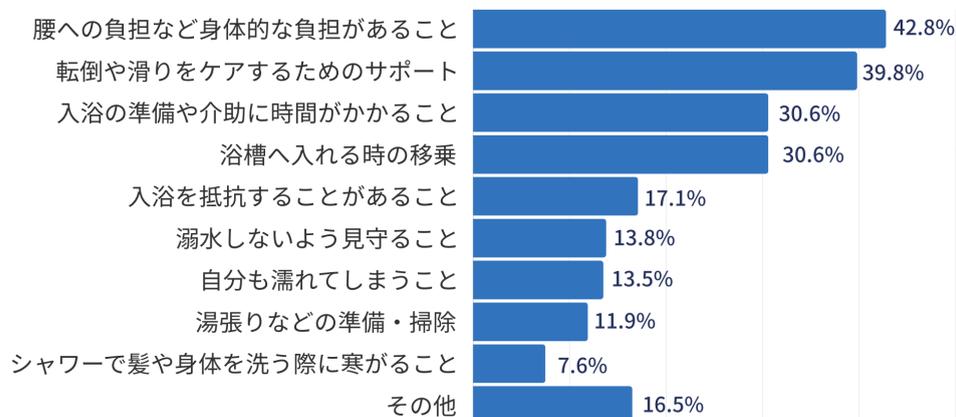
Q. 今後、あなたのご家族もしくは身のまわりの方を介護することにどのくらい不安を感じていますか。



介護経験の有無にかかわらず、約6割の方が今後、ご家族や身のまわりの方を介護することに不安を感じていることが分かりました。

## ■介護経験者の4割以上が、入浴介助に「身体的な負担がある」

Q. 入浴介助に関して、大変だったことを教えてください。



介護経験者に入浴介助の際に大変だったことを尋ねたところ、「腰への負担など身体的な負担があること(42.8%)」に加え、「転倒や滑りをケアするためのサポート (39.8%)」「入浴の準備や介助に時間がかかる (30.6%)」「浴槽へ入れる時の移乗 (30.6%)」も負担であることが明らかになりました。

**■調査概要**

入浴と健康に関する意識調査

調査方法：Webアンケート

調査対象：「趣味人倶楽部」の会員

有効回答数：750人

(40代未満0.3% 40代2.0% 50代12.9% 60代34.0%、70代以上36.6% 80代以上14.3%)

調査日：2024年8月21日～8月27日

本調査の全文が掲載されたレポートはこちら

[https://newsroom.lixil.com/hubfs/newsroom/PDF/JapanComms/20240910\\_Fact-finding%20report%20on%20health%20x%20bathing%20x%20care.pdf](https://newsroom.lixil.com/hubfs/newsroom/PDF/JapanComms/20240910_Fact-finding%20report%20on%20health%20x%20bathing%20x%20care.pdf)

※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「(株)LIXIL 健康と入浴に関する調査調べ」と明記をお願いいたします。

**<参考資料>****■より快適な入浴を実現する「ボディハグシャワー」**

LIXILの「ボディハグシャワー」は、まるで、全身をお湯に包まれたかのように温まる新感覚のシャワーで、従来の入浴スタイルに代わる新しい入浴の形として、多くの方から注目されています。

通常のハンドシャワーよりも身体の深部温度が上がりやすく、たったの5分<sup>\*</sup>で身体の芯までぽかぽかに温まることができます。<sup>\*</sup>LIXIL調べ  
従来の浴槽に浸かったの入浴が困難な方や年齢と共に入浴に不安を感じるようになってきた方、そのご家族の方にも、安心して入浴空間を楽しんでいただけます。

さらに、車椅子を使用されている方でも安全かつ快適に身体を温めることができるため、介護施設や自宅介護をされている方々からも広く利用されています。

入浴は、シニア世代にとって身体を温め、心身のリラックスをする場であるだけでなく、健康を維持するための大切な時間です。ボディハグシャワーは、このような様々なニーズに応える新たな入浴の形として、多くの方に選ばれています。

ボディハグシャワー：<https://www.lixil-online.com/bathroom/parts/bodyhugshower/>



### ■オースタンスについて

国内最大級のシニア向けコミュニティサイト「趣味人倶楽部」(会員36.5万人)のプラットフォームと知見を活かし、シニア向け調査、コミュニティプロデュース、シニア向けUIUX設計/開発を行っています。

シニアDX推進企業として、テクノロジーを活用し様々な企業や自治体と連携することで、シニア世代の日常に、ポジティブな変化を生み出していきます。

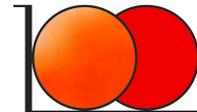
<https://ostance.com/>

### ■LIXILの水まわり・タイル事業100周年について

2024年、LIXILの日本国内の水まわり・タイル事業は今年で100周年を迎えます。1924年にINAXの前身となる伊奈製陶を創業以来、新たな暮らしの価値を追求し続け、数々のイノベーションを創出してきました。社会環境やニーズが大きく変化する今、そしてこれからの時代に向けて、これまで100年に渡り培ってきた革新的な技術と知見を礎に、お客様の暮らしの中にある何気ない日々の幸せのために挑戦し続けていきます。

[https://www.lixil.co.jp/lineup/s/water\\_tile\\_100th/](https://www.lixil.co.jp/lineup/s/water_tile_100th/)

おかげさまで  
LIXIL水まわり・タイル100年



LIXIL WATER TECHNOLOGY JAPAN  
100 YEARS ANNIVERSARY

#### About LIXIL

LIXILは、世界中の誰もが願う豊かで快適な住まいを実現するために、日々の暮らしの課題を解決する先進的なトイレ、お風呂、キッチンなどの水まわり製品と窓、ドア、インテリア、エクステリアなどの建材製品を開発、提供しています。ものづくりの伝統を礎に、INAX、GROHE、American Standard、TOSTEMをはじめとする数々の製品ブランドを通して、世界をリードする技術やイノベーションで、人びとのより良い暮らしに貢献しています。現在約53,000人の従業員を擁し、世界150カ国以上で事業を展開するLIXILは、生活者の視点に立った製品を提供することで、毎日世界で10億人以上の人びとの暮らしを支えています。

株式会社LIXIL（証券コード：5938）は、2024年3月期に1兆4,832億円の連結売上高を計上しています。

LIXILグローバルサイト：<https://www.lixil.com/jp/>

