

『健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2025』発刊 ～若年層を中心に広がる韓国発健康食品・サプリメントの人気～

株式会社インテージヘルスケア(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:村井 啓太)は、生活者 13 万人へのアンケート調査からセルフヘルスケア(生活者の健康消費・活動)に関わる市場実態をまとめた『健康食品・サプリメント+ヘルスケアフーズ+セルフヘルスケア市場実態把握レポート 2025 年度版』(以下『健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2025』)を 12 月 11 日に発刊します。

高齢化が進み、増え続ける医療費が課題となっている昨今、「セルフヘルスケア」への期待が高まっています。また、コロナ禍を経て、健康であることの重要性や価値も改めて認識されるようになりました。市場全体の把握、商品・サービスの企画、ニーズボリュームの確認、販売チャネル選定など、幅広い目的に活用いただける本レポートより、最新の市場動向の一部をご紹介します。

■健康食品・サプリメント市場動向

- 2025 年度の日本の健康食品・サプリメント市場規模(インテージヘルスケア推計)は 1 兆 1,763 億円で、前年(1 兆 2,382 億円)から減少しています。同利用者数(インテージヘルスケア推計)は 4,678 万人で、対前年 2.2%減少となりました。1 人当たり平均購入金額は 25,143 円と、対前年 2.8%の減少です。
- 性年代別にみると、利用者数は「男性」が対前年で 1.9%、「女性」では 2.5%減少しています。特に「男性 70 代」で 6.5%、「女性 70 代」で 6.2%、「女性 40 代」で 4.1%と減少幅が大きくなっています。
- ヘルスベネフィット別(※)に顕在市場規模をみると、「美肌・肌ケア」が最も大きく、次いで「健康維持・増進」、「栄養バランス」、「目の健康(ドライアイ対策を除く)」、「関節の健康」、「疲労回復」の順となりました。しかし、これら上位の顕在市場規模はいずれも対前年で減少しています。
※インテージヘルスケア規定のヘルスベネフィット 47 種類中

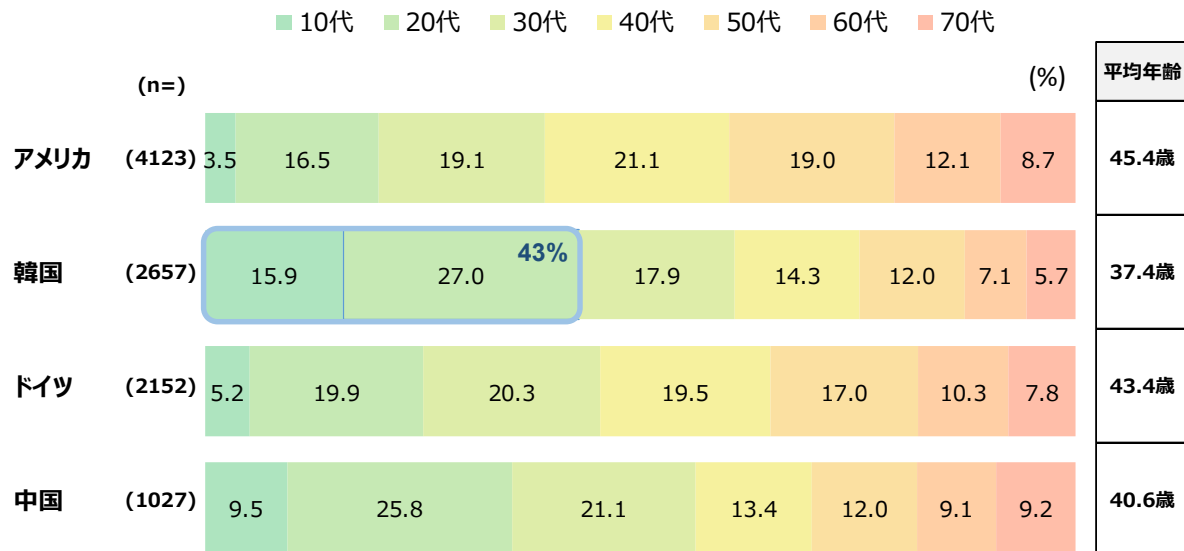
■海外産の健康食品・サプリメントのトレンド

- 全国の生活者に、「アメリカ」「韓国」「中国」「ドイツ」4 カ国が原産国の健康食品・サプリメントの使用意向を聴取したところ、「使いたい、今後使ってみたい健康食品・サプリメントがある」と回答した割合は「アメリカ」が 3.9%、「韓国」が 2.5%、「ドイツ」が 2.0%、「中国」が 1.0%となりました。
- 注目は、10-20 代の若年層の動向です。「使いたい、今後使ってみたい健康食品・サプリメントがある」と回答した使用意向者層の年代構成比を生産国別にみると、「アメリカ」の 10-20 代の割合が 20%であるのに対し、「韓国」では 10-20 代の割合が 43%と他の国に比べ高くなっています。平均年齢が韓国では 37.4 歳と若い点も特徴的で、韓国コスメや美容医療などの韓国ブームは美容領域だけでなく、健康領域でも、若年層の消費行動に影響を与えている可能性を示唆しています。(図①)
- 韓国の健康食品・サプリメントの使用意向者層が抱くイメージとしては、「効果が高そう」(26.5%)に加えて、「流行している」(24.5%)、「話題性がある」(23.4%)が上位を占めました。「話題性」や「流行」だけ

でなく、「効果が高そう」というイメージがトップである点から、韓国製品に対する期待の高さがうかがえます。(図②)

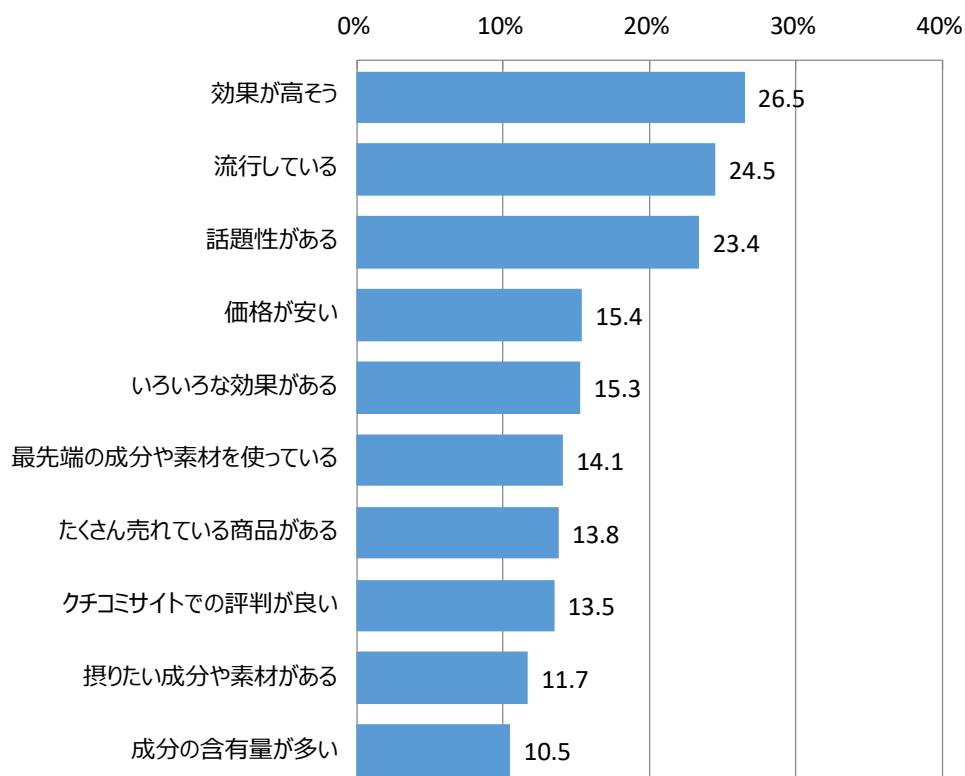
- この動きは、「話題性」「流行」の一時的なブームに留まるのか、あるいは若年層を起点とし、「韓国の健康食品・サプリメント」という新たな選択肢が市場に定着するのか、今後の動向を注視していきます。

(図 1) 生産国別の「使いたい、今後使ってみたい健康食品・サプリメントがある」と回答した人の年代構成比



(年齢、ベース:「各国の健食サプリー、使いたい、今後使ってみたい製品がある」回答者、n 数はグラフに記載の通り、調査時期 2025 年 8~9 月)

(図 2) 韓国の「健康食品・サプリメントのイメージ・印象」の上位 10 項目



(複数回答、ベース:「使いたい、今後使ってみたい健康食品・サプリメントがある:韓国」回答者、n=2,657、調査時期 2025 年 8~9 月)

■健食サブリ・ヘルスケアフーズレポート 2025 概要

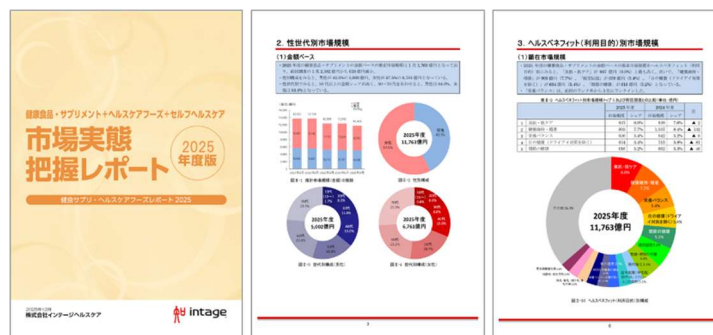
2012 年度に発刊を始めた本レポートは、漸次発展しつつ今年度で 14 年目となり、延べ 400 社以上に提供実績があります。生活者 13 万人以上に対する大規模サンプリング調査を行い、「健康食品・サプリメント市場」「ヘルスケアフーズ市場」「セルフヘルスケア市場」の 3 つの市場で、市場規模推計や商品・サービス利用者の分析結果をサマリーレポートにまとめました。最新のセルフヘルスケア市場の実態把握を通じて、皆さまの課題解決やビジネス拡大の一助となれば幸いです。

健食サブリレポート&KBI ブランドデータ

昨年度より新機軸として、「KBI(Kenshoku-supplement-Brand-Index) 健食サブリブランド調査データ」を提供開始しております。健食サブリ市場のブランド間の競争状況、ユーザーの特徴などが把握でき、差別化・満足度向上のヒントが得られます。本年度版は、2025 年 12 月下旬にリリースを見込んでおります。下記リンクよりご参照ください。※現在掲載されている情報は 2024 年度版です。

<調査概要・活用イメージ>

https://www.intage-healthcare.co.jp/wp-content/uploads/2024/11/kensyoku_kbi_leaflet.pdf



レポート名	健食サブリ・ヘルスケアフーズレポート 2025 (健康食品・サプリメント+ヘルスケアフーズ+セルフヘルスケア市場実態把握レポート 2025 年度版)
納品物	調査サマリーレポート(PDF)、EXCEL データシート(レポート掲載外の数表含む)
お見積	上記一式：45 万円(税抜き)
オプション	セルフヘルスケア・データベース 2025 (調査結果の ALL データ集計セット)：200 万円 ※貴社内で自由に集計できます
レポートのサンプル	レポートのサンプルは下記ページよりお問い合わせください。 https://www.intage-healthcare.co.jp/download/healthfood_supplement_sample-pdf/

調査・分析概要

	健康食品・サプリメント 全国 10.5 万人調査	健康食品・サプリメント 健食サブリ現使用 2 万人調査	ヘルスケアフーズ&セルフヘルスケア 全国 1.2 万人調査
対象者	日本全国の生活者、 15-79 歳男女	健食サブリ現使用者、 15-79 歳男女	日本全国の生活者、 15-79 歳男女
サンプル サイズ	n= 107,054	n= 20,913	n= 12,405 & n= 12,569

主な調査項目	✓ 健康や美容で気にしていること、関心 ✓ 健康や美容の対処、対処意向 ✓ 健食サプリの購入金額 ✓ 原料(成分・素材)の認知、使用意向 ✓ 機能性表示食品制度の浸透実態、購買動向 ✓ 健食サプリア今後の利用意向	✓ 健食サプリの購入実態・意識 ✓ 健食サプリの利用実態・意識 ✓ 主使用健食サプリのメーカー、成分、剤形、利用目的など	✓ ヘルスベネフィット別の対処動向(医薬品、食品・飲料、生鮮食品、健食サプリアなど) ✓ ヘルスベネフィットと食品・飲料カテゴリ、生鮮食品の品目との相互関係 ✓ セルフヘルスケア計の年間支出金額 ✓ セルフヘルスケア別の年間支出金額
対象ヘルスベネフィット	ヘルスベネフィット 47 種類		ヘルスベネフィット 20 種類 ※47 種類から集約
対象原料/食品	原料 70 種類		一般加工食品 99 種類
調査手法	インターネット調査(実査期間：2025 年 8～9 月)		

調査分析の対象(ヘルスベネフィット／原料について)

ヘルスベネフィット (47 種類)	健康維持・増進	脳機能改善	ガン予防・改善	栄養バランス
	体力の増強・減退対策	目の健康(ドライアイ除く)	妊娠期の母体・胎児の健康	特定の栄養素の補給
	体質改善	ドライアイ対策	授乳期の母親・乳児の健康	高血圧予防・改善
	精力の増強・減退対策	口臭対策	更年期障害対策	血糖値のコントロール
	疲労回復	口内炎対策	血行促進・血流改善	体脂肪の抑制
	風邪などの感染症予防・免疫力改善 Renew	下痢の予防・改善	貧血予防・改善	血中脂質の抑制
	骨の健康	整腸・便秘の改善	美肌・肌ケア	肝機能の保護
	関節の健康	頻尿、尿漏れなど尿の悩み	体臭対策	血液サラサラ
	筋肉強化	生理痛・生理不順	花粉症などのアレルギー対策	尿酸値のコントロール
	首・肩・腰のハリ・コリ・痛み	むくみ対策	抗ストレス・ストレス対策	減量(とにかく体重を落とす)
	発毛・育毛、抜け毛・薄毛	冷え性対策	不眠・睡眠障害対策	痩身(スタイル良くスリムになる)
	認知症予防	抗酸化・老化予防	活力増進(やる気アップ)	
原料 (70 種類)	CBD(カンナビジオール)	オルニチン	スッポン	ブルーベリー・ビルベリー
	DHA・EPA(オメガ 3)	牡蠣	セラミド	プロテイン
	DNA・RNA(核酸)	カテキン	大豆イソフラボン	プロテオグリカン
	GABA	カルシウム	鉄	プロポリス
	HMB	葛の花由来イソフラボン	ナットウキナーゼ new	ポリフェノール
	L-カルニチン	グリシン	難消化性デキストリン	マカ
	L-テアニン	グルコサミン・コンドロイチン	乳酸菌・ビフィズス菌・プラズマ乳酸菌	マルチビタミン
	NMN	ククレラ	ニンニク	マルチミネラル
	亜鉛	桑の葉	ノコギリヤシ	ミドリムシ(ユーグレナ)
	青汁	酵素	バラ(ローズ)	葉酸
	アスタキサンチン	コエンザイム Q10	ヒアルロン酸	ラクトフェリン
	アミノ酸	ゴマ・セサミン	ビール酵母	リコピン

アルギニン	コラーゲン	ビタミン B 群	ルテイン（マリーゴールド）
アロエ	サラシア	ビタミン C	レスバトロール
イチョウ葉	シトルリン	ビタミン D	ローズヒップ new
イヌリン	しょうが（ジンジャー）	ビタミン E	ローヤルゼリー
ウコン	食物繊維（ファイバー）	ブラセンタ	* [new] は新規追加
エクオール	酢	ブラックジンジャー	* [Renew] は項目名を一部変更

【株式会社インテージヘルスケア】<https://www.intage-healthcare.co.jp/>

株式会社インテージヘルスケアは、ヘルスケア領域のマーケティングリサーチとデータサイエンスサービスをコアビジネスと位置付けています。インテージグループのヘルスケア領域を担う各社※と一体となり、ソリューションを提供。ヘルスケア領域のあらゆる課題に対して、「医療消費者」起点のデータの価値化による、最適な意思決定をサポートしていきます。

※ 株式会社協和企画、株式会社インテージリアルワールド、株式会社プラメド、Plamed Korea Co., Ltd.

【本件に関するお問い合わせ先】

■株式会社インテージヘルスケア

健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート担当

Mail: ihc-hcf-marketing@intage.com

お問い合わせフォーム: <https://www.intage-healthcare.co.jp/contact/service/>

【報道機関からのお問い合わせ先】

■株式会社インテージヘルスケア

経営企画部 広報担当: 駒井(こまい)・深谷(ふかや)

TEL: 03-5294-8393(代)

お問い合わせ: pr-ihc@intage.com