

全国の20歳～69歳の男女1000人に聞いた

## 「飲料と熱中症予防に関する調査」

**「夏の飲み物」といえば1位「麦茶」90.8% 2位「炭酸飲料」46.0%  
61.5%が「ミネラル入りの麦茶を飲む」ことで熱中症予防したいと回答  
「熱中症予防の対策に小学生以下の子どもに飲ませたい」はさらに高く 82.8%**

総合マーケティング支援を行なう株式会社ネオマーケティング（所在地：東京都渋谷区）では、世の中の動向をいち早く把握するために、独自で調査を行なっております。今回2016年5月2日（月）～2016年5月9日（月）の8日間、全国の20歳～69歳の男女1000名を対象に「飲料と熱中症予防」をテーマにしたインターネットリサーチを実施いたしました。

### ＜調査背景＞

環境省は5月13日から今年の暑さ指数(WBGT)の公表をホームページで始めました。また、同省は5月27日（金）、28日（土）の2日間、全国8ヶ所で、「熱中症対策シンポジウム」を開催しました。熱中症を予防するには涼しい服装や水分補給が重要とされています。そこで、今回は全国の20歳から69歳の男女を対象に「夏場、冷蔵庫に常備しておく飲み物」や「熱中症予防で子どもに飲ませたい飲み物」など「飲料と熱中症予防」に関する調査を行ないました。報道の一資料として、ぜひご利用ください。

### 【調査概要】

1. 調査の方法：株式会社ネオマーケティングが運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用したWEBアンケート方式で実施
2. 調査の対象：アイリサーチ登録モニターのうち、全国20歳から69歳の男女を対象に実施
3. 有効回答数：1000名  
（最高気温の歴代全国ランキング上位5都市、高知県 四万十市、埼玉県 熊谷市、岐阜県 多治見市、山形県 山形市、山梨県 甲府市の暑いエリア・それ以外のエリア：各500名）  
出典：気象庁ホームページ（<http://www.data.jma.go.jp/obd/stats/etrn/view/rankall.php>）
4. 調査実施日：2016年5月2日（月）～2016年5月9日（月）

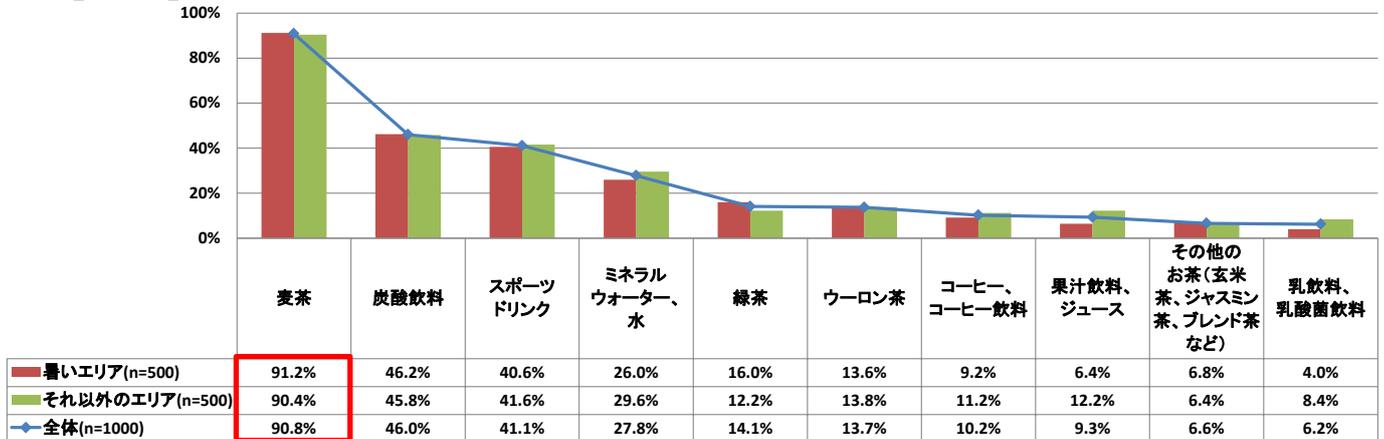
### ◆「飲料と熱中症予防に関する調査」主な質問と回答

- ◆「夏の飲み物」と言われてイメージする飲み物は？：「**麦茶**」が**90.8%**と圧倒的な結果に。  
「暑いエリア」でも91.2%が「麦茶」と回答。
- ◆熱中症の経験は？：全体では21.8%が「自分や家族が熱中症になったことがある」と回答。  
一方「**埼玉県 熊谷市**」では**15.0%**と全体より**6.8ポイント**低く、  
“暑い街”だからこその熱中症に対する意識の高さが伺える。
- ◆熱中症予防には水分とともに「ミネラル」を摂ることが効果的。今後どのように摂取したい？：  
「**ミネラル入りの麦茶を飲む**」が**61.5%**で**第1位**に。  
第2位の「スポーツドリンクを飲む」の約2倍の方が回答。
- ◆熱中症予防の対策でお子様に飲ませたい飲み物は？：  
「**ミネラル入りの麦茶を飲む**」ことで熱中症予防をしたいと回答した方が多い結果に。

Q1. 「夏の飲み物」と言われて、あなたがイメージする飲み物をすべてお答えください。(複数回答)

【n=1000】

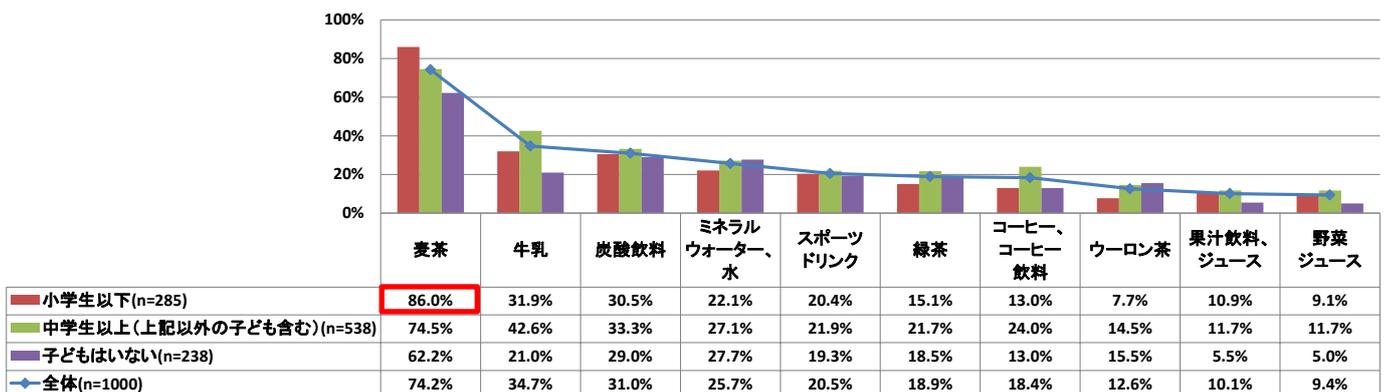
【TOP10】



「夏の飲み物」と言われて、イメージする飲み物をお聞きしたところ、最も多い回答は「麦茶」となり90.8%が回答しました。最高気温の歴代全国ランキング上位5都市の高知県四万十市、埼玉県熊谷市、岐阜県多治見市、山形県山形市、山梨県甲府市の「暑いエリア」でも91.2%が「麦茶」と回答しています。「その他のエリア」はもちろん「暑いエリア」でも“夏の飲み物=麦茶”というイメージがあるようです。

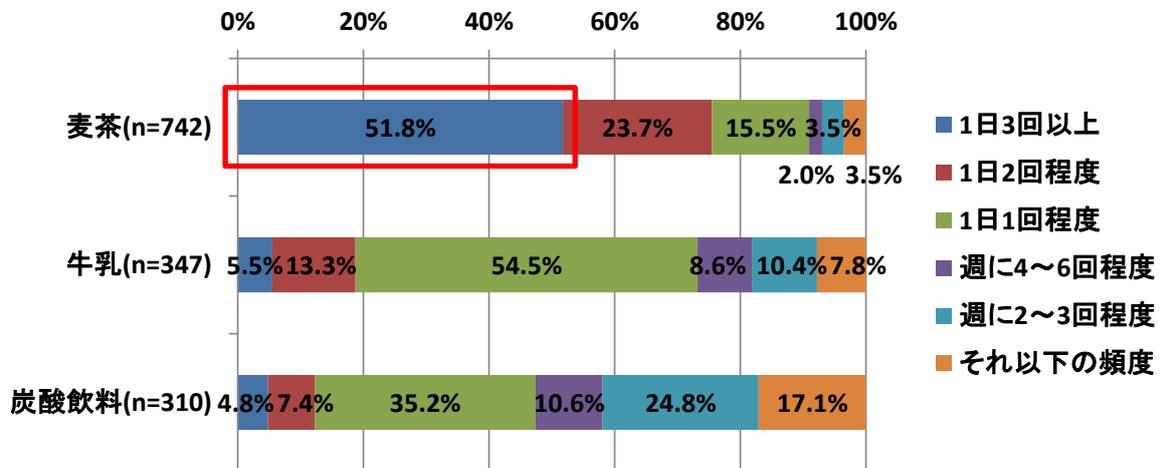
Q2. あなたが、夏場、冷蔵庫に常備しておく飲み物を5つまでお答えください。(複数回答) 【n=1000】

【TOP10】



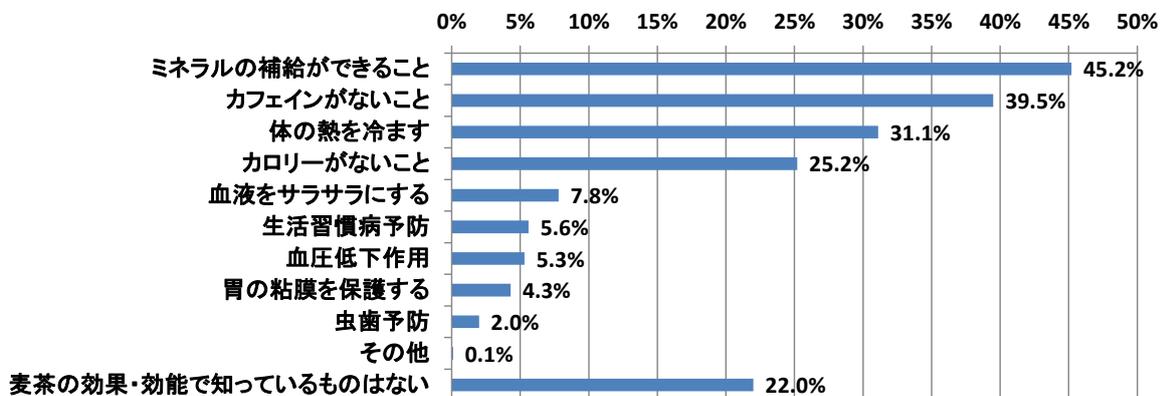
夏場、冷蔵庫に常備しておく飲み物を5つまでお聞きしたところ、「麦茶」が第1位となりました。「夏の飲み物」と言われて、イメージする飲み物と同様の結果となっています。第2位の「牛乳」は34.7%となり、その差は39.5ポイントと大きく差をつける結果となりました。イメージだけではなく、実際に冷蔵庫に常備しておく方も多いようです。また、子どもの有無で比較をすると、「小学生以下」の子どもがいる方は86.0%が麦茶を冷蔵庫に常備していると回答しています。カフェインがないことや、糖分がないことなどが要因の可能性があります。

Q3. 夏場、冷蔵庫に常備しておく飲み物について、あなたが、夏場に飲む頻度についてそれぞれお答えください。(単数回答)



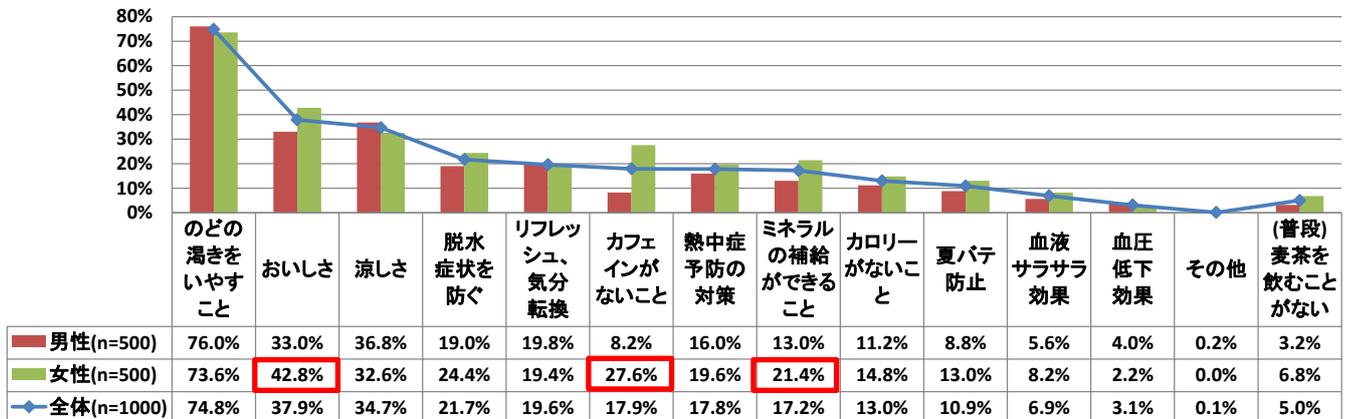
夏場、冷蔵庫に常備しておく飲み物の上位3項目の飲む頻度についてお聞きしました。「麦茶」は「1日3回以上」と回答した方が51.8%で最も多く、「牛乳」と「炭酸飲料」は「1日1回程度」と回答した方が最も多い結果になりました。他の飲み物と比較し、「麦茶」を飲む頻度が高いことがわかります。

Q4. あなたが、麦茶について知っていることをお答えください。(複数回答)【n=1000】



麦茶について知っていることをお聞きしました。第1位は「ミネラルの補給ができること」45.2%となりました。第2位は「カフェインがないこと」39.5%、第3位は「体の熱を冷ます」31.1%となっています。第4位の「カロリーがないこと」は25.2%と3割を切り、様々な効果があるとされる麦茶ですが、まだ知られていない効果・効能も多いようです。

Q5. あなたが、麦茶に求めることについてお答えください。(複数回答)【n=1000】



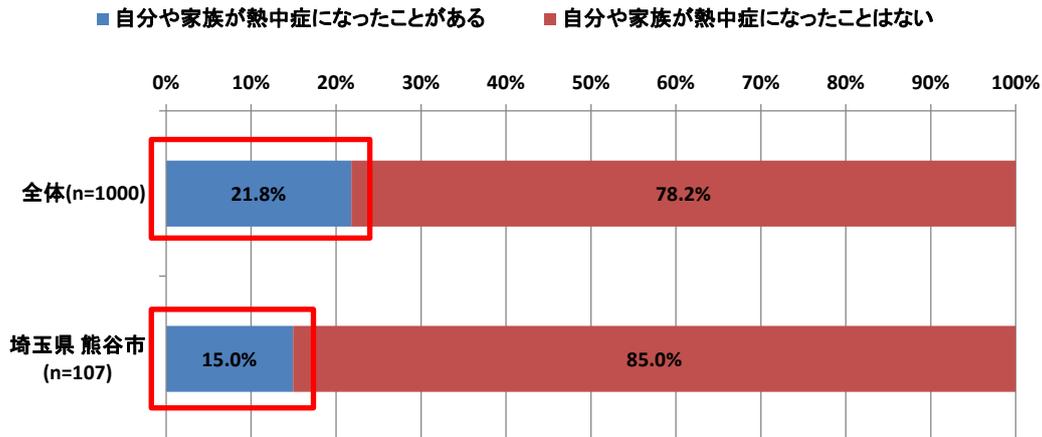
麦茶に求めることをお聞きしたところ、「のどの渇きをいやすこと」が74.8%で最も多い結果となりました。また、性別で比較をすると、女性は男性よりも「カフェインがないこと」、「おいしさ」、「ミネラルの補給ができること」を求める傾向にあるようです。

Q6. 『麦茶』と聞いて思い浮かぶことは何ですか。(自由回答)【n=1000】

- ・カフェインレス。(28歳女性)
- ・蒸し暑い夏をいやす飲み物。(67歳男性)
- ・ミネラルが入っている。(66歳女性)
- ・夏の飲み物の代表。庶民的な飲み物。(65歳男性)
- ・カフェインがない。乳幼児にも飲ませやすい。(34歳女性)
- ・笑福亭鶴瓶のTVコマーシャル。(53歳女性)
- ・ミネラル豊富でカフェインも入ってないので子どもにもたくさん飲ませられる。(33歳女性)
- ・母親が麦茶のパックをヤカンに入れて煮出す姿と、冷蔵庫から冷やした麦茶を取り出す姿が目につく。(69歳男性)
- ・熱中症予防のために飲用する。(65歳男性)
- ・若干の苦みと香ばしいにおい。夏だけとは言わずにどの季節でも、飲みたい飲みもの。(34歳女性)
- ・がぶ飲みできる安心飲み物。(61歳男性)
- ・カフェインが含まれていないので、乳幼児にも飲ませやすい。夏が近づくとCMでよく見る。(35歳女性)

麦茶と聞いて思い浮かぶことをお聞きしたところ、“夏”、“ミネラル”、“カフェインがない”などのコメントが多く集まりました。“ミネラル”に関してはCMを通して記憶に残っているという方が多いのかもしれませんが。女性は「カフェインゼロで安心して飲める」など機能面の回答。男性は子どもの頃、「よく飲んだ」などの懐かしさを感じる回答が目立つ結果となっています。

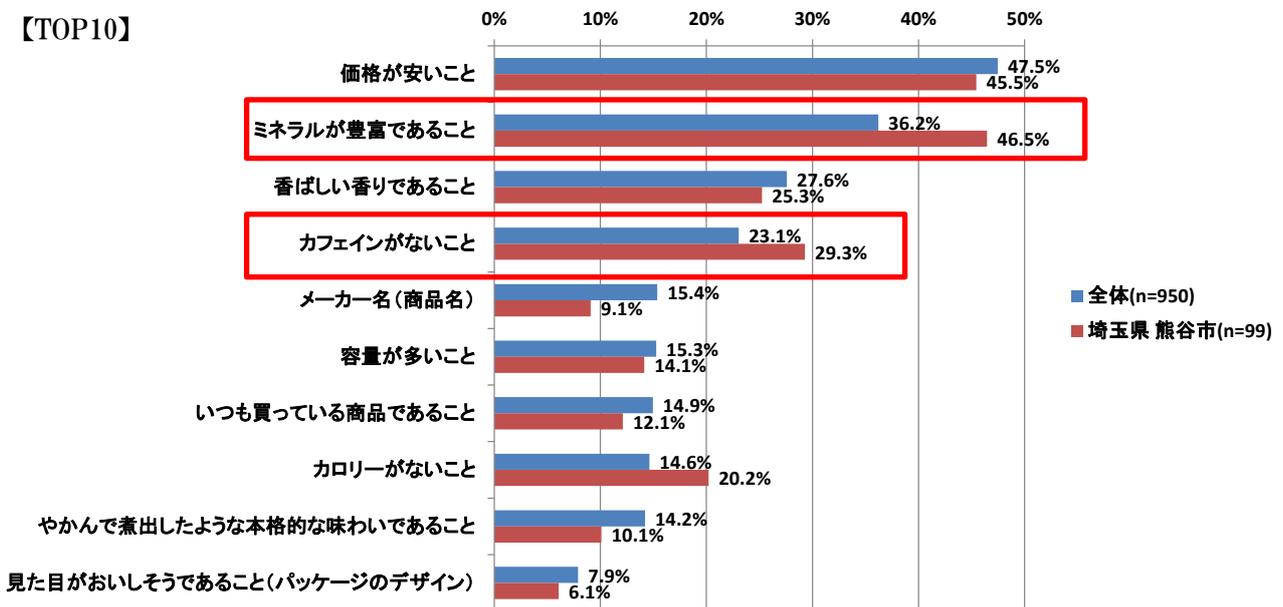
Q7. 今まであなた自身やご家族が熱中症になったことはありますか。(単数回答)【n=1000】



熱中症の経験についてお聞きしたところ、全体では 21.8%が「自分や家族が熱中症になったことがある」と回答しました。一方、暑いエリアの「埼玉県 熊谷市」は「自分や家族が熱中症になったことがある」の回答が 15.0%となり、全体と比較をすると 6.8 ポイント低い結果となっています。夏場の高温・猛暑に関する多くの最高記録が観測されている埼玉県 熊谷市では 2011 年 6 月 24 日に 39.8 度を記録し、熱中症が増え始める 6 月の最高気温 歴代全国ランキング 1 位となりました。それでも熱中症の発症経験は、全国と比較し少ないことがわかりました。これからさらに暑い季節を迎える埼玉県 熊谷市では「クールシェアくまがや」など様々な暑さ対策に取り組んでいるようです。

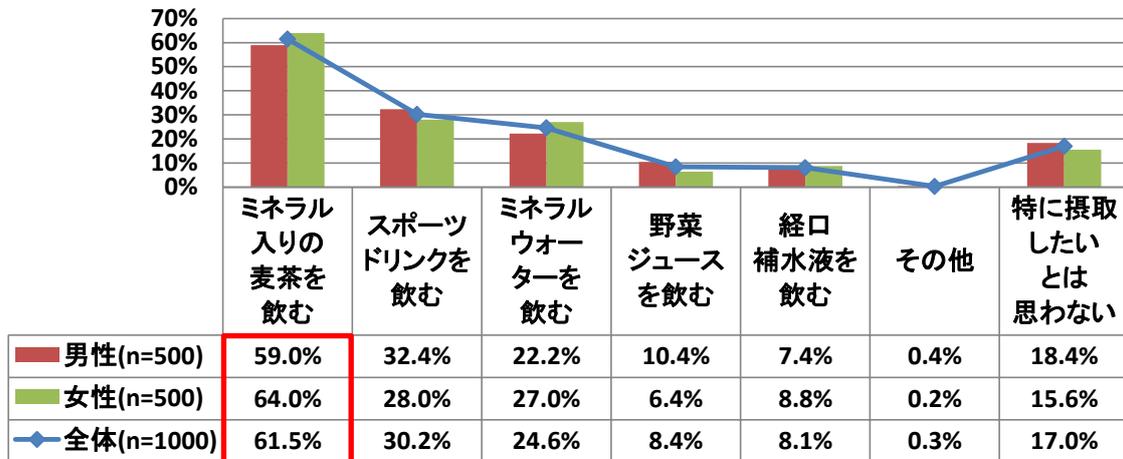
Q8. あなたが、麦茶を購入する際に重視する点についてお答えください。(複数回答)【n=950】

【TOP10】



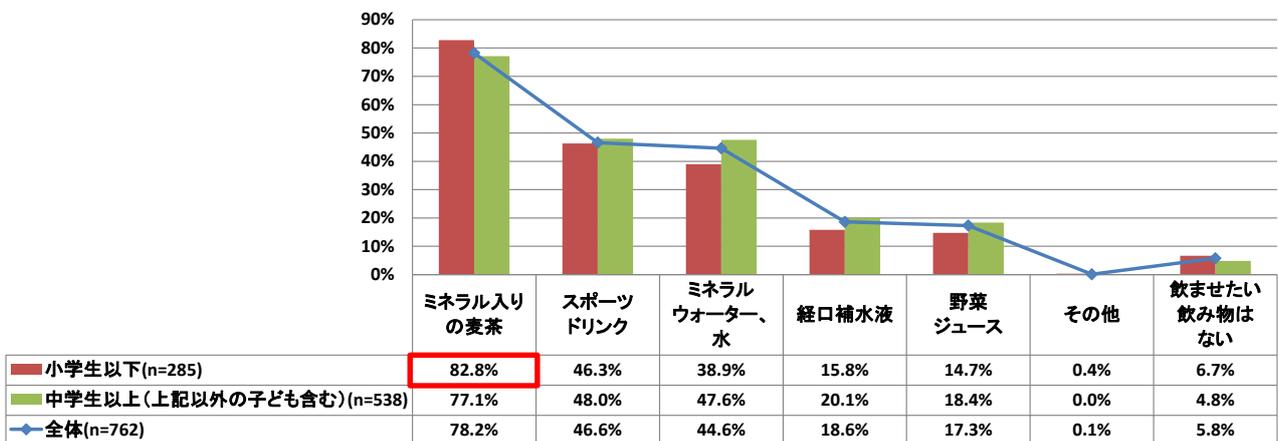
麦茶に求めることをお聞きした際に「(普段) 麦茶を飲むことがない」と回答した方以外に対し、麦茶を購入する際に重視する点をお聞きしました。最も多い回答は「価格が安いこと」47.5%となりました。次いで「ミネラルが豊富であること」が 36.2%となりました。暑い夏は熱中症予防に「ミネラル」を摂取したいという方が多いのかもしれませんが。また、埼玉県 熊谷市は全国と比較し、「ミネラルが豊富であること」や「カフェインがないこと」が高い結果となっています。熱中症対策として水分、ミネラルを麦茶で補給しているようです。また、「カフェインがないこと」から子どもへも飲ませている方が多いのかもしれませんが。

Q9. 熱中症予防には水分とともに「ミネラル」を摂ることが効果的と言われていますが、今後どのように摂取したいですか。(複数回答)【n=1000】



これから暑い季節を迎えるにあたり、「ミネラル入りの麦茶を飲む」ことで熱中症予防をしたいと回答した方が多いようです。「ミネラル入りの麦茶を飲む」は第2位の「スポーツドリンクを飲む」の約2倍の方が回答しています。性別で比較をすると、男性は59.0%に対し、女性は64.0%と女性に多い結果となりました。女性は「スポーツドリンク」の糖分を気にしている可能性も考えられます。

Q10. 熱中症予防の対策で子どもに飲ませたい飲み物をお答えください。(複数回答)【n=762】



子どもがいる762名に対し、熱中症予防として子どもに飲ませたい飲み物をお聞きしたところ、「ミネラル入りの麦茶」が78.2%で最も多い結果となりました。特に「小学生以下」の親は82.8%と高い数値となりました。カフェインが含まれておらず、糖分のない「ミネラル入りの麦茶」ならば安心という親も多いと推測されます。

## ■ 専門家からのコメント（ノザキクリニック院長 野崎豊氏）

【幼児や高齢者は特に熱中症に要注意】

熱中症は体内の水分やミネラルのバランスが崩れたり、体内の調整機能が低下するなどして発症する障害の総称で、最悪の場合は死に至る可能性もある病態です。体温調節機能が未発達な乳幼児や、体温調節や発汗機能が低下している高齢者は、特に注意が必要です。

【日中だけでなく、夜間の熱中症にも注意】

熱中症は日中だけでなく、夜間や深夜こそ注意が必要です。睡眠中の熱中症は、夜になっても室内の温度と湿度が下がらず、体温も下がりにくい上、睡眠中は汗で体内の水分とミネラルが多量に失われることなどが原因と考えられます。

麦茶はノンカロリーの上、カフェインゼロですから、寝る前などシーンを選ばず飲むことができ、また小さなお子様や高齢者、妊婦の方でも安心してお飲みいただけます。

【ミネラル入り麦茶の効果】

ミネラル入りの麦茶には、血流が改善し、全身に血が巡る『血流改善効果』が熱中症に一定の効果がありそうなのが我々の研究から分かっています。

体内で発生した熱は、血液によって皮膚に集めることで、その熱を体外に放出して血液の温度を下げて体内に戻していくことで、体内の熱を下げます。そのため水分やミネラルが不足していて、血液がドロドロ状態ですと血液の流れが悪いため皮膚に血液を集めることができずに熱を放出できないため、熱が体内にこもり、熱中症にかかってしまいます。

ミネラル入りの麦茶の血流を改善する研究成果は2003年に第11回日本ヘモレオロジー学会で発表しています。

また日本の夏は湿度が高いため、熱中症になりやすい環境だと言えますが、ミネラル入りの麦茶には体の余分な熱を奪い、内部体温を低下させる『体温下降効果』があることも、我々の研究から明らかになっています。

熱中症の予防には、水分と同時にミネラルの補給が大切ですが、ミネラルの補給は血液内に吸収されたときにしか効果がないため、少しずつ毎日継続的に飲むことが大切です。ミネラル入りの麦茶などを上手に取り入れ、水分とミネラルを継続的に補給することをお勧めします。

## ノザキクリニック院長 野崎豊先生 プロフィール



日本小児学会専門医  
認定産業医  
日本体育協会 公認スポーツドクター  
日本東洋医学会 代議員  
漢方専門医  
臨床内科医会専門医

## ■ 引用・転載時のクレジット表記のお願い

※本リリースの引用・転載は、必ずクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。  
<例>「総合マーケティング支援を行なうネオマーケティングが実施した調査結果によると……」

## ■ 「アイリサーチ」

URL : <http://www.i-research.jp/>