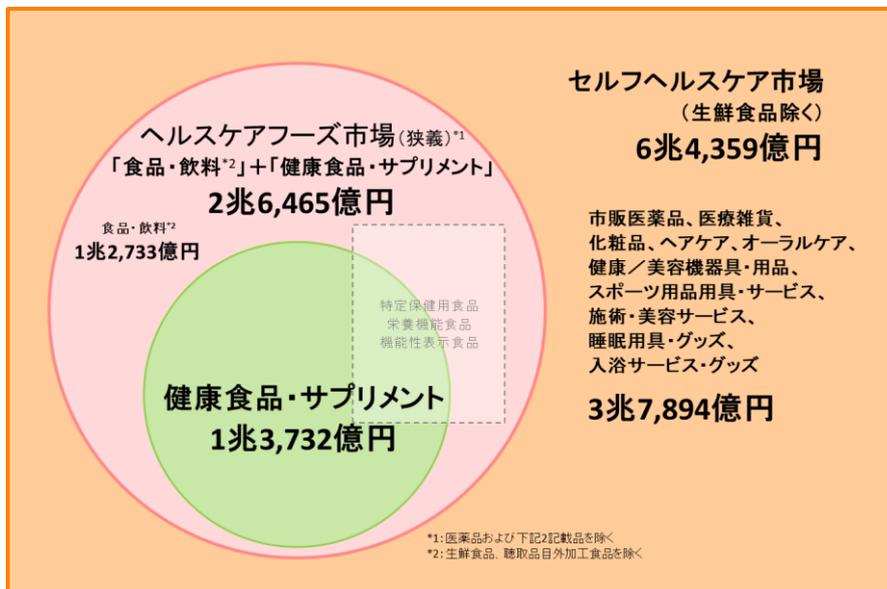


**『健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2021』発刊**  
**日本の健康食品・サプリメント市場は1兆3,732億円に**  
 ～コロナ2年目で「男性30-50代の購入金額」急増、「体脂肪抑制」ニーズと市場が特に拡大～

株式会社インテージ(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:檜垣 歩、以下インテージ)は、生活者14万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 2021年度版』(以下『健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2021』)を12月14日に発刊します。

市場の俯瞰的な把握、商品・サービスのアイデア発想、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。



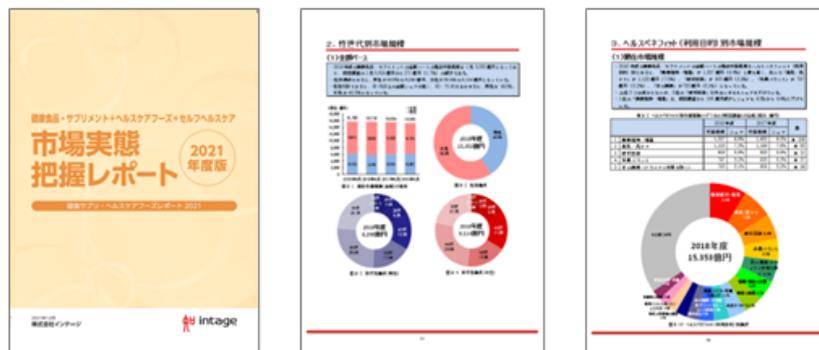
■健康食品・サプリメント市場動向

- 2021年度の日本の健康食品・サプリメント市場規模(弊社推計)は1兆3,732億円で、対前年2.6%減少した。同利用者数(弊社推計)は5,151万人で、対前年2.7%減少した。また、1人当たり平均購入金額は26,658円で、対前年0.1%増加した
- 性年代別にみると、1人当たり平均購入金額で、「男性」が対前年4.0%増加した。特に「男性30代」が対前年17.4%と急増した。さらに「男性40代」で対前年7.4%増加、「男性50代」で対前年8.8%増加している。一方、「女性」は2.4%減少した
- ヘルスベネフィット別に顕在市場規模をみると、「健康維持・増進」がトップ。以下、上位は「美肌・肌ケア」、「栄養バランス」、「疲労回復」、「関節の健康」となった。対前年の動きをみると、「体脂肪の抑制」、「頻尿、尿漏れなどの尿の悩み対策」、「脳機能の改善(認知症予防を除く)」、「口内炎対策」、

「下痢の予防・改善」、「不眠・睡眠障害対策」、「貧血予防・改善」、「授乳期の母親・乳児の健康」、「特定の栄養素の補給」は対前年 10%以上増加した

### ■ヘルスケアフーズ&セルフヘルスケア市場動向

- 2021 年度の日本のヘルスケアフーズ市場規模(弊社推計、健食・サプリ含む)は 2 兆 6,465 億円となった
- ヘルスケアフーズの利用者割合は、「一般的な食品・飲料」43.2%がトップ。以下、「生鮮食品」41.8%、「一般的な健康食品やサプリメント」34.5%、「医者 の薬」26.6%となった
- 2021 年度の日本のセルフヘルスケア市場規模(弊社推計、ヘルスケアフーズ含む、生鮮食品除く)は 6 兆 4,359 億円。これは生活者が健康を意識、配慮し、その維持あるいは予防・改善などのために支払った総額を推計したものである
- セルフヘルスケア市場をヘルスベネフィット別にみると、「健康維持／体力増進」、「美肌・肌ケア」、「栄養の補給・栄養バランス」、「風邪などの感染症予防・免疫力改善」、「疲労回復」が特に大きく、それぞれ 1 兆円以上の市場規模がある。以下、「痩身・減量(ダイエット)」、「筋肉強化」、「骨・関節の健康」が大きい



### ■健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2021 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 10 年目となり、延べ 300 社以上に提供実績があります。今年度は、生活者 14 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。長期化するコロナ禍において、社会生活に大きな変化がある中、セルフヘルスケア市場の実態を精緻に捉えるべく、サンプルサイズを昨年度に大幅に拡大(健康食品・サプリメント調査:スクリーニング調査 7 万人→10 万人、本調査 1 万人→2 万人)して、相対的に小さいヘルスベネフィット・原料市場まで統計的な精度を可能な限り底上げしています。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。

\* 以下、表内の「HB」は「ヘルスベネフィット」の略

レポート名	健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2021 (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 2021 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 2021 (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以下 URL からご覧いただけます。アウトプットイメージや内容の確認にご利用ください。 URL: <a href="https://www.intage.co.jp/information/healthcare2021.html">https://www.intage.co.jp/information/healthcare2021.html</a>

### 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 健食サプリ現使用 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	健食サプリ現使用者、 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=105,367	n=20,281	n=12,382 & n=12,689
主な 調査項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康や美容で気にしていること、関心</li> <li>✓ 健康や美容への対処、対処意向</li> <li>✓ 健食サプリの購入金額</li> <li>✓ 原料の認知、使用意向</li> <li>✓ 機能性表示食品制度の浸透実態、購買動向</li> <li>✓ 健康に対するコロナの影響度</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健食サプリの購入実態・意識</li> <li>✓ 健食サプリの利用実態・意識</li> <li>✓ 主使用健食サプリのメーカー、成分、剤形、利用目的など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ HB 別の対処動向</li> <li>✓ HB と食品・飲料カテゴリ、生鮮食品の品目との関係</li> <li>✓ セルフヘルスケア計の年間支出金額</li> <li>✓ セルフヘルスケア別の年間支出金額</li> </ul>
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 69 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：2021 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
	感染症予防・改善	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 (69種類)	α-リポ酸	牡蠣	酢	フォースコリー(フォースリーン)
	DHA・EPA(オメガ3)	カテキン	スッポン	ブラセンタ
	DNA・RNA(核酸)	カルシウム	スピルリナ	ブルーベリー・ビルベリー
	GABA	ギムネマ	セラミド	プロテイン
	HMB	葛の花由来イソフラボン	大豆イソフラボン	プロテオグリカン
	L-カルニチン	グリシン	鉄	プロボリス
	L-テアニン	グルコサミン・コンドロイチン	難消化性デキストリン	ポリフェノール
	亜鉛	クロレラ	乳酸菌・ビフィズス菌	マカ
	青汁	桑の葉	ニンニク	マルチビタミン
	アスタキサンチン	酵素	ノギリヤシ	マルチミネラル
	アミノ酸	コエンザイム Q10	バラ(ローズ)	ミドリムシ(ユージェナ)
	アルギニン	ゴマ・セサミン	ヒアルロン酸	葉酸
	アロエ	コラーゲン	ビール酵母	ラクトフェリン
	イチヨウ葉	サラシア	ビタミン B 群	リコピン
	イヌリン	シトルリン	ビタミン C	ルテイン(マリーゴールド)
	ウコン	しょうが(ジンジャー)	ビタミン D	ローズヒップ
	エクオール	食物繊維(ファイバー)	ビタミン E	ローヤルゼリー
	オルニチン			

## ■市場動向に関するセミナーのご案内

2022年1月13日(木)(於:東京ビッグサイト)、RX Japan 社主催の美容・健康食品 EXPO にて、『健食サプリ・ヘルスケアフーズレポート 2021』の内容の一部をご説明させていただきます。当該セミナーは事前申し込み制となっております。以下のホームページをご確認ください。

<https://www.ib-expo.jp/ja-jp.html>

## 【株式会社インテージ】 <https://www.intage.co.jp/>

株式会社インテージ(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:檜垣 歩)は、「Create Consumer-centric Values ~ お客様企業のマーケティングに寄り添い、共に生活者の幸せを実現する」を事業ビジョンとして掲げ、様々な業界のお客様企業のマーケティングに寄り添うパートナーとして、共に生活者の幸せに貢献することを目指します。生活者の暮らしや想いを理解するための情報基盤をもって、お客様企業が保有するデータをアクティベーション(活用価値を拡張)することで、生活者視点に立ったマーケティングの実現を支援してまいります。

## 【本件に関するお問い合わせ先】

■株式会社インテージ セルフヘルスケア・マーケティング担当

Mail: [shc-marketing@intage.com](mailto:shc-marketing@intage.com)

**【報道機関からのお問い合わせ先】**

■株式会社インテージ 広報担当 担当:下河原(しもがわら)

TEL:03-5294-6000

サイト「お問い合わせフォーム」 <https://www.intage.co.jp/contact/>