



## シオノギヘルスケア「第1回 全国もの忘れと脳活 大規模調査」

健康価値の提供を通じて社会に貢献するシオノギヘルスケア株式会社（本社：大阪府大阪市 代表取締役社長：吉本 悟、以下シオノギヘルスケア）は、9月の「世界アルツハイマー月間」および9月21日「世界アルツハイマーデー」にちなみ、40代～70代男女5,640人を対象に「脳活・もの忘れ実態調査」を行い、主な調査結果をまとめました。

**都道府県別に40代～70代の男女120人ずつ、全国5,640人を対象に調査を実施！  
若い世代ほど“もの忘れ度”が高いなど、これまでの定説を覆す結果に！**

全国脳活県ランキング 1位「栃木県」 2位「奈良県」 3位「岐阜県」

実践率5割、年約1.7万円かける「脳活」の現状や課題が浮き彫りに…

**「サステナブル脳活」「タイパ脳活」「オーガニック脳活」のニーズから“ながら脳活”が注目！**

性・年代別分析から見えたギャップや最新脳活トレンドなど

杏林大学名誉教授・古賀良彦先生と脳活の達人・明星真司氏による解説も！

**<調査結果概要> 詳細は、こちらのURLよりご確認ください。**

[https://www.shionogi-hc.co.jp/content/dam/shc/jp/other/monowasure\\_noukatsucyouusa.pdf](https://www.shionogi-hc.co.jp/content/dam/shc/jp/other/monowasure_noukatsucyouusa.pdf)

### <もの忘れ編>

- ・日常生活での「もの忘れあるあるランキング」(P2)  
「もの忘れあるある」3位～5位の項目は、実は40代が最も多い結果に。
- ・あなたはどこまで覚えている？「もの忘れ度チェック！」(P4)  
若い世代ほど「もの忘れ度」が高いなど、これまでの定説を覆す結果に。
- ・以前の自分と比べて「もの忘れが増えた」と感じる人は4割  
64.8%が自分のもの忘れに対する危機感あり(P7)
- ・「もの忘れ脳」への曲がり角、平均55.2歳(P8)

### <脳活編>

- ・40代～70代の脳活実践率は51.9% (P9)  
実践率が高いのは「手指を動かす」「クイズやドリル」「ゲーム」の順。
- ・脳活で重視するのは「長く続けられるもの」「効率的なもの」「自然と脳活につながるもの」(P11)
- ・脳活が続かない理由1位は、「効果があるかどうかすぐにわからない」から(P13)
- ・日常生活の中でできる“ながら脳活”3人に2人はやってみたい(P14)  
見るだけ、聞くだけ、五感を刺激 そんな“ながら脳活”に関心あり



### Doctor's Voice 調査結果に対する精神科医古賀良彦先生のご見解

今回の調査結果について、精神科医で杏林大名誉教授の古賀良彦先生にコメントをいただきました。

都道府県別ランキング 脳活実践率/もの忘れへの危機感/もの忘れあるある/もの忘れ度 (P16)

<「脳活道場」編集長 明星真司氏による解説> 脳活の達人、明星編集長オススメの脳活グッズ・サービスを紹介 (P18)

「第1回 全国もの忘れと脳活 大規模調査」調査概要 ■実施時期：2023年7月31日（月）～8月2日（水） ■調査手法：インターネット調査

■調査対象：都道府県別に40代～70代の男女120人ずつ、全国5,640人 ■実査委託先：楽天インサイト

※グラフの構成比（%）は小数第2位以下を四捨五入しているため100%にならない場合があり、表記した数字の合算した値と異なる場合があります。

## ■シオノギヘルスケアのESG経営に関して

シオノギヘルスケアは、環境（Environment）、社会（Social）、ガバナンス（Governance）に配慮し、社会と共に成長いたします。国連サミットによる国際目標「SDGs（持続可能な開発目標）」の中では、特に「③すべての人に健康と福祉を」「⑧働きがいも経済成長も」「⑩人や国の不平等をなくそう」「⑪住み続けられるまちづくりを」「⑫つくる責任 つかう責任」「⑭海の豊かさを守ろう」「⑰パートナーシップで目標を達成しよう」に着目し、社会課題を解決するための様々な取り組みを進めています。



## ■シオノギヘルスケアのオウンドメディア・SNSの活用に関して

シオノギヘルスケアはすべての人が、セルフケアをより身近に、正しく実践できるよう、オウンドメディア（シオノギヘルスケアONLINE）や、公式SNS（X、Instagram、LINEなど）を通して製品情報・キャンペーン・各方面のPro（専門家）に学ぶセルフケア方法の発信など、皆さまの健康に役立つ情報・サービスを提供いたします。

また、HaaS（Healthcare as a Service）事業にも取り組んでおり、2023年4月にはHaaS事業の第一弾として、40Hz変調音による音刺激スピーカー「kikippa」の販売を開始いたしました。

オウンドメディア：シオノギヘルスケアONLINE (<https://www.shop.shionogi-hc.co.jp/>)

Twitter：@shionogi\_hc ([https://twitter.com/shionogi\\_hc](https://twitter.com/shionogi_hc))

Instagram：@shionogi\_hc ([https://www.instagram.com/shionogi\\_hc/](https://www.instagram.com/shionogi_hc/))

LINE：@shionogi-hc

## ■シオノギヘルスケア株式会社について

SHIONOGI グループは創業以来 145 年以上にわたって、人々の健康に奉仕してまいりました。その中で、シオノギヘルスケアは、“常に人々の健康を守るために必要な最もよいヘルスケア価値を提供する”という経営理念のもと、2016年1月に設立されました。「すべての人に、やさしく、正しく、楽しくセルフケアを」をモットーに、ヘルスケア領域において、優れた製品・情報・サービスを通じて健やかで豊かな人生に貢献してまいります。

商号：シオノギヘルスケア株式会社（SHIONOGI HEALTHCARE CO., LTD.）

会社設立：2016年1月15日

会社開業：2016年4月1日

資本金：1,000万円

従業員数：約 130 名（2023 年 7 月現在）

代表者：代表取締役社長 吉本 悟

本社所在地：大阪府大阪市中央区北浜2丁目6番18号 淀屋橋スクエア7階

事業内容：一般用医薬品、医薬部外品、管理医療機器、健康食品などのヘルスケア商品の開発・製造販売

URL：<https://www.shionogi-hc.co.jp/>