



Omiai

2017年6月5日  
株式会社ネットマーケティング

恋愛マッチングサービス「Omiai」がダイエットに関するアンケート調査を実施

## 恋が始まる・終わるもあなたの体型次第！？

### 9割の男性が女性の体型は恋する/冷めるキッカケになると回答 ～男性の“理想的な女性の体型”、第一位「健康体型」第二位「マシュマロボディ」～

Facebook を活用し男女の出会いをサポートする恋愛マッチングサービス「Omiai」(<http://fb.omiai-jp.com/>)は、男女約 1,300 人を対象にダイエットに関するアンケート調査を実施いたしました。

#### 調査結果サマリー

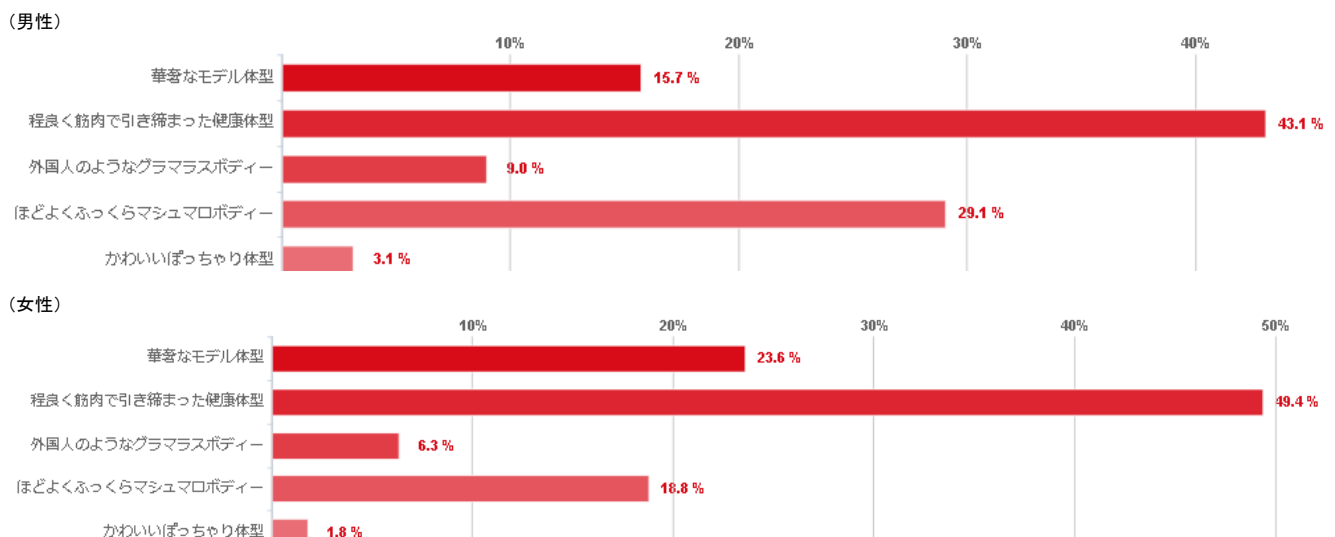
- 男性の約 9 割、女性の約 8 割が「体型は、異性を好きになったり冷めたりするきっかけになる」と回答！
  - ✓「理想的な女性の体型」第一位は、男女とも「程良く筋肉で引き締まった健康体型」
  - ✓「理想的な女性の体型」第二位、男性は「マシュマロボディ」、女性は「華奢なモデル体型」
  - ✓「理想的な男性の体型」、男女とも圧倒的第一位は「細マッチョ」
  - ✓男性の約 9 割、女性の約 8 割が「体型は、異性を好きになったり冷めたりするきっかけになる」と回答
  - ✓女性の約 6 割が、「恋、もしくは失恋がきっかけでダイエットや身体づくりをしたことがある」と回答
  - ✓男女とも約 9 割が「恋人や好きな人のために体型を維持又は改善しようと思う」と回答
- 女性は男性に比べ、運動よりも食事制限を中心にダイエット・身体づくりを実践する割合が多い結果に！
  - ✓男女とも約 5 割がダイエット・身体づくりは「運動と食事制限の両方から」と回答
  - ✓ダイエット・身体づくりは「運動よりも食事制限から」と答えた女性は男性の約 2 倍に
  - ✓実践中のダイエット・身体づくりの方法、男女とも第一位は「特に実践していない」、第二位は「筋トレ」
  - ✓実践中のダイエット・身体づくりの方法、男性の第三位は「ランニング」、女性は「サブリの摂取」

#### TOPIC1:ダイエットと恋の相関性

##### ■体型は“100年の恋も冷める”きっかけに！？男女が理想とする体型とは？

- ✓「理想的な女性の体型」第一位は、男女とも「程良く筋肉で引き締まった健康体型」
- ✓「理想的な女性の体型」第二位、男性は「マシュマロボディ」、女性は「華奢なモデル体型」
- ✓「理想的な男性の体型」、男女とも圧倒的第一位は「細マッチョ」
- ✓男性の約 9 割、女性の約 8 割が「体型は、異性を好きになったり冷めたりするきっかけになる」と回答
- ✓女性の約 6 割が、「恋、もしくは失恋がきっかけでダイエットや身体づくりをしたことがある」と回答
- ✓男女とも約 9 割が「恋人や好きな人のために体型を維持又は改善しようと思う」と回答

##### Q. あなたが考える、理想的な女性の体型は？

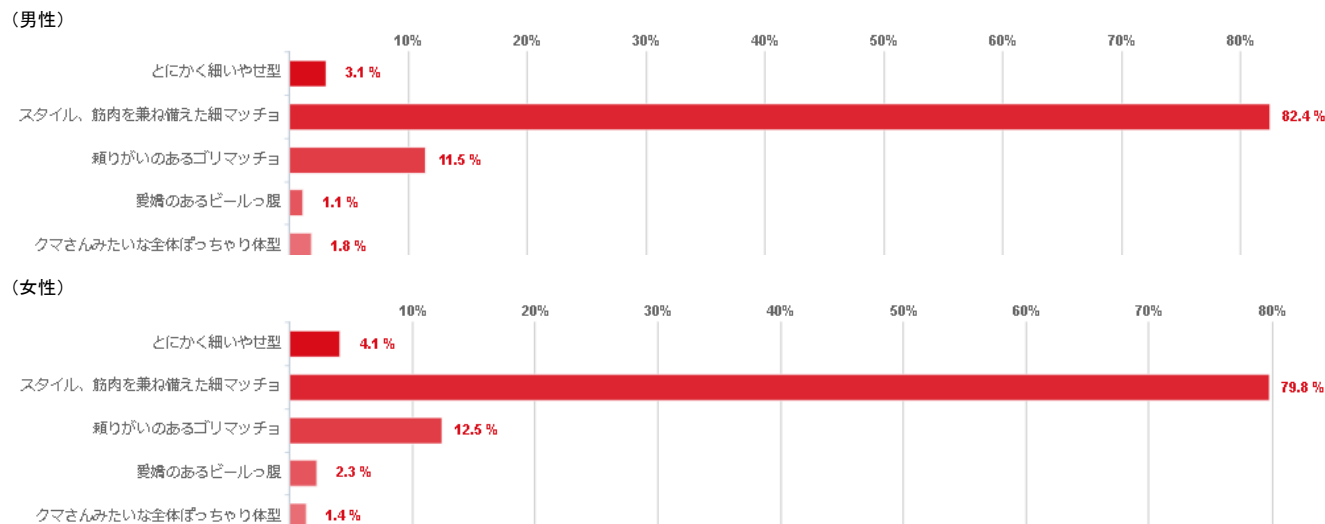




Omiai

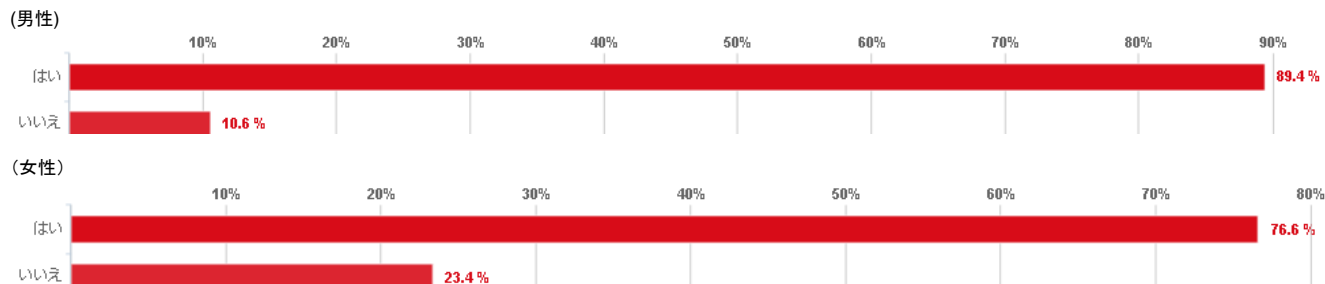
「あなたが考える、理想的な女性の体型は？」と尋ねたところ第一位は、男性の約4割、女性の約5割が回答した「程良く筋肉で引き締まった健康体型」となりました。次いで、男性の第二位は「ほどよくふっくらマシュマロボディー」だったのに対し、女性は「華奢なモデル体型」となり、男女の体型に対する理想の違いが現れる結果となりました。

### Q. あなたが考える、理想的な男性の体型は？



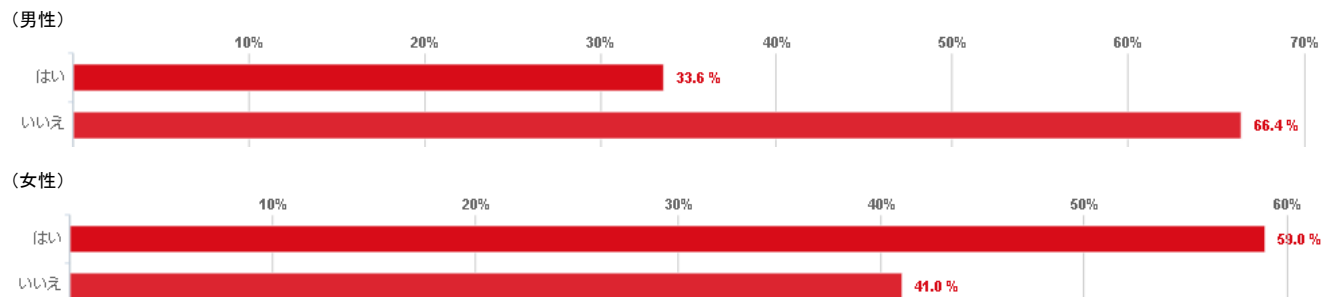
「あなたが考える、理想的な男性の体型は？」と尋ねたところ第一位は、男女ともに約8割が回答した「スタイル、筋肉を兼ね備えた細マッチョ」となり、男女ともに次いで多かった「頼りがいのあるゴリマッチョ」に圧倒的な差をつける結果となりました。

### Q. 体型は、異性を好きになったり冷めたりするきっかけになるとおもいますか？



「体型は、異性を好きになったり冷めたりするきっかけになるとおもいますか？」と尋ねたところ、男性の約9割、女性の約8割が「はい」と回答し、男女とも自身の体型について気の抜けない結果となりました。

### Q. 恋をした、もしくは失恋したことがきっかけでダイエットや身体づくりをしたことがありますか？

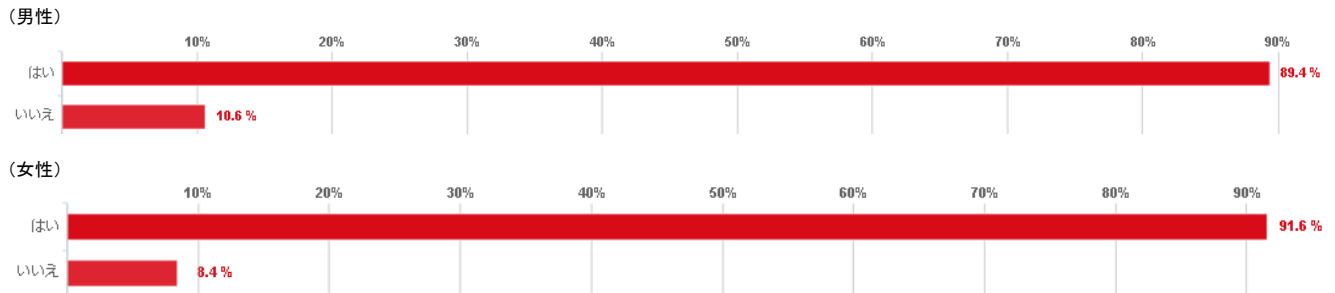


「恋をした、もしくは失恋したことがきっかけでダイエットや身体づくりをしたことがありますか？」と尋ねたところ、「はい」と回答した男性は約3割だったのに対し、女性は約6割にのぼり、女性の方が男性に比べ恋や失恋が自分磨きのキッカケになることが判明しました。



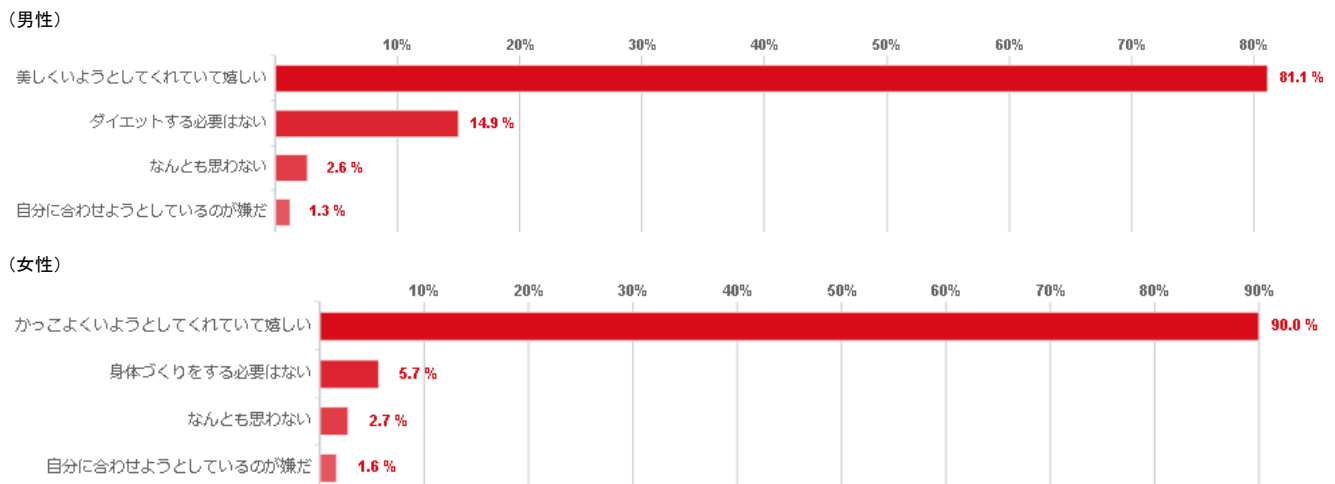
Omiai

### Q.あなたは恋人や好きな人のために体型を維持又は改善しようと思えますか？



「恋人や好きな人のために体型を維持又は改善しようと思えますか？」と尋ねたところ、男女ともに約9割が「はい」と回答しました。

### Q. 恋人が自分のために身体づくりをしていたら、どう思いますか？

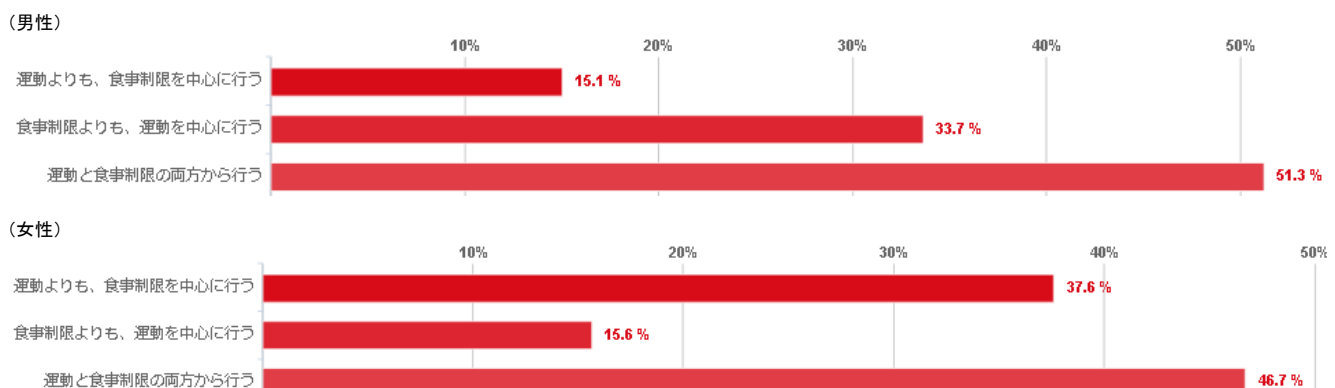


「恋人が自分のために身体づくりをしていたら、どう思いますか？」と尋ねたところ、男性の約8割、女性の約9割が「美しく/かっこよくいようとしてくれていて嬉しい」と回答し、男女ともに体づくりを意識する異性は好感度が高いことが判明しました。

## TOPIC2:男女のダイエットに対する価値観

- ダイエットするなら食事？運動？、いま流行りのダイエット法とは！？
- ✓男女とも約5割がダイエット・身体づくりは「運動と食事制限の両方から」と回答
- ✓ダイエット・身体づくりは「運動よりも食事制限から」と答えた女性は男性の約2倍に
- ✓実践中のダイエット・身体づくりの方法、男女とも第一位は「特に実践していない」、第二位は「筋トレ」
- ✓実践中のダイエット・身体づくりの方法、男性の第三位は「ランニング」、女性は「サプリの摂取」

### Q.あなたがダイエット・身体づくりをするならどの方法で行いますか？



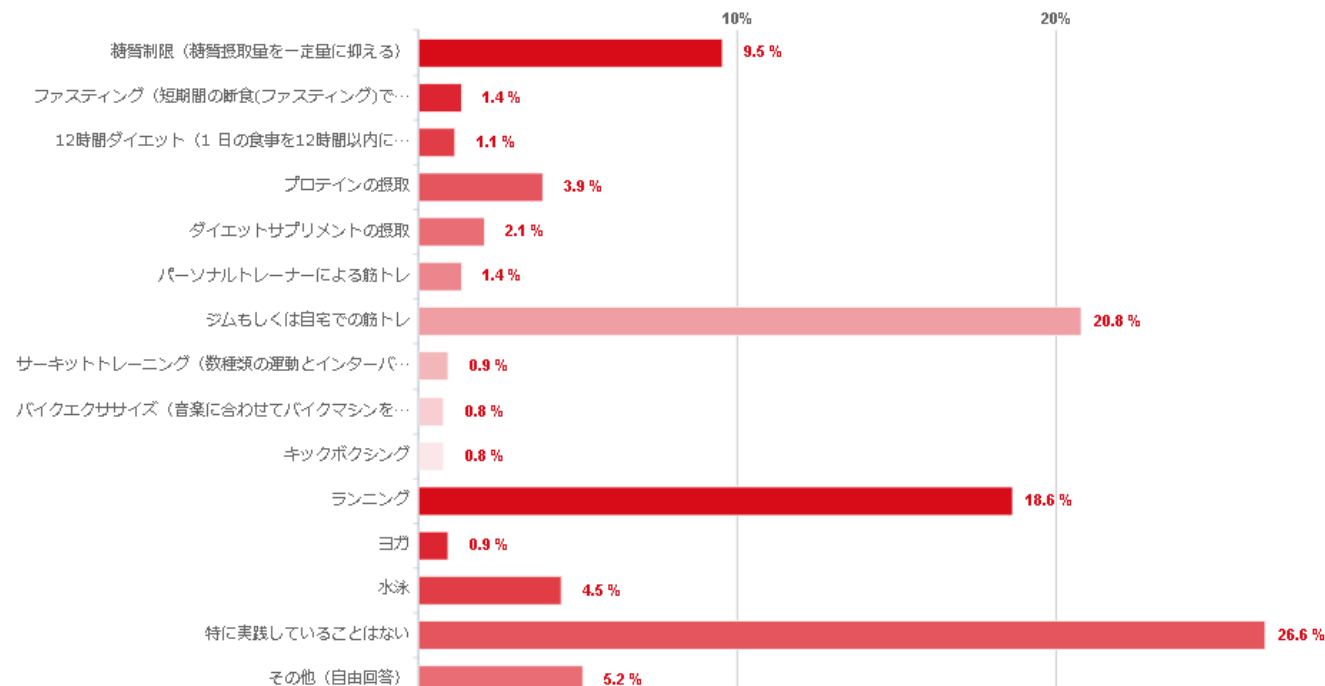


Omiai

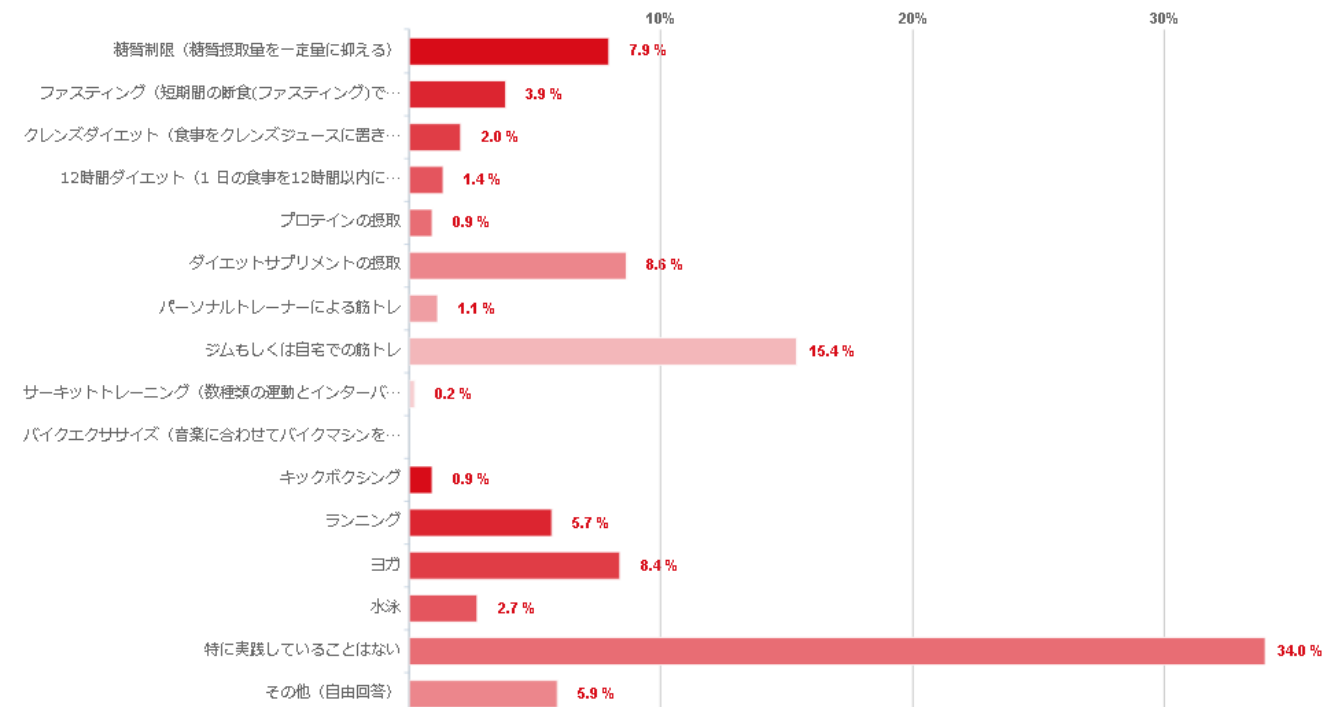
「ダイエット・身体づくりをするならどの方法で行いますか？」と尋ねたところ、男女とも約 5 割が「運動と食事制限の両方から行う」と回答しました。「運動よりも食事制限を中心に行う」と回答した女性は約 4 割となり、男性の 2 倍以上の数字となりました。

### Q. あなたが実践中のダイエット・身体づくりの方法を教えてください

(男性)



(女性)



「実践中のダイエット・身体づくりの方法」を尋ねたところ、男女とも第一位は「特に実践していることはない」、次いで第二位は「ジムもしくは自宅での筋トレ」という結果となりました。男性の第三位は、「ランニング」だったのに対し、女性は「ダイエットサプリメントの摂取」となり、女性にはハードな運動よりも手軽なダイエットの方が人気であることが判明しました。



Omiai

実際に行ったダイエット・身体づくりの成功談として、「ジムに通い、食事制限を行い、2か月で10キロ近く痩せた」(30代男性)「長時間のウォーキング・ヨガ・長めの入浴を取り入れ、バランスの良い食事と身体をあたためる食事で体質を改善した」(20代女性)など、食事と運動のバランスが大事だという声が多く聞かれました。

一方、失敗談としては、「筋トレやランニングをした後、お腹が空いて食事量が増え、体重が増えた」(20代男性)や「ココナッツがダイエットとして流行した際、ココナッツならなんでも良いと思ってココナッツミルクを摂取したら流行していたのはココナッツオイルだった。気づくのが遅く6キロ増量!!!失敗しました。笑」(30代女性)などの声がありました。

毎年夏に向けて、ダイエットを決意している人も多いのでは？今年こそ、健康的なダイエット・身体づくりを実践してみるのも良いかもしれませんね。

### 【調査概要】

- ・調査対象 : 「Omiai」を利用しているユーザー
- ・調査地域 : 全国
- ・有効回答数 : 男女約 1300 人
- ・調査期間 : 2016 年 12 月 12 日～12 月 16 日

### 【Omiai サービス概要】

「Omiai」は、Facebook を活用した男女の出会いを「安心」かつ「安全」にサポートする恋愛マッチングサービス。男女のどちらかが気になる異性に「いいね！」をクリックし、相手がそれに「ありがとう」を返すことでマッチングが成立、その後のメッセージ交換が可能となるサービスです。少子化、晩婚化が社会問題となる中、2012 年 2 月のサービス開始以降、出会いを求める男女に支持され、累計会員数は 200 万人を突破(2017 年 3 月時点)。2014 年からは、政府主催の「婚活・街コン推進サミット」に参画するなど少子化、晩婚化などの社会問題解決への貢献も社会的意義として掲げています。

### ■株式会社ネットマーケティングとは

広告主と消費者をマッチングするアフィリエイトエージェントとして事業を開始。

Net Marketing

メディア事業として、2012 年より男女にマッチングの場を提供する「Omiai」、2015

年より転職希望者と企業にマッチングの場を提供する「Switch.」を開始。当社は、2017 年 3 月 31 日に東京証券取引所 JASDAQ 市場へ上場いたしました。今後も、「The New Value Provider ∞ Internet」の経営ビジョンの基、新しい事業の創出に注力。

### 【会社概要】

会社名: 株式会社ネットマーケティング

(英文表記: Net Marketing Co.Ltd.)

代表者: 代表取締役社長 宮本 邦久

設立: 2004 年 7 月

資本金: 2 億 8,365 万 2,000 円(2017 年 3 月 31 日現在)

所在地: 東京都渋谷区恵比寿一丁目 20 番 18 号

事業: メディア事業、広告事業 <http://www.net-marketing.co.jp/>