

～あなたの“メタボ”度合い・対策方法は？～

## メタボリックシンドロームに関する意識調査

メタボ認知度は100%！50%以上が詳しく理解。

予備軍も含めると67%が自分は“メタボ”と自覚。

メタボ対策にメンズエステを希望する割合も約30%存在。

男のエステ「ダンディハウス」では、20代から50代の男性208人を対象に、メタボリックシンドロームに関する意識調査を実施いたしました。4月より、厚生労働省が40歳以上被保険者・被扶養者に対してメタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための検診・保険指導(通称:メタボ検診)を義務化しています。この政策を受け、メタボリックシンドロームに対する認知度や対策方法などを調査し、その調査結果がまとまりましたのでご報告いたします。

### 調査概要

- ・ 調査対象: 全国の20～50代男性208人(各年代52人)
- ・ 調査方法: インターネットアンケート(マクロミル)調査
- ・ 調査時期: 2008年3月19日～3月21日

### ■ 調査結果アラカルト

#### ① “メタボ”認知度は？

「詳しく認知している」:51%、「名前だけ知っている」:49%。“メタボ”認知度は100%という結果となりました。

#### ② あなたの“メタボ”度合いは？

「完全にメタボ」:13%、「ちょっとメタボ」:24%、「メタボ予備軍」:30.8%。予備軍を含めると67.8%の人が自分は“メタボ”と自覚されています。

#### ③ “メタボ”対策に効果的だと思う方法は？

“とても効果がありそうと思う”“効果がありそうと思う”と答えた人が最も多かったのは「フィットネスクラブに通う」でした。続いて「ヨガ・ピラティスに通う」という答えが多く、“メタボ”対策には運動習慣の改善が効果的だと思う人が多いようです。

#### ④ 実際に行っている“メタボ”対策方法は？ 興味のある対策方法は？

実際に行っている対策方法は、「定期的に検診を受ける」と答えた人が**28.7%**と最も多い結果となりました。

また興味のある対策方法では、「岩盤欲やゲルマニウム温浴に通う」「フィットネスクラブに通う」など、デトックス効果や運動による脂肪燃焼に関心が示されていました。金額的に高額であると思われるメンズエステに通いたい、という割合も29.8%にのびました。

#### ⑤ “メタボ”対策費用は月額5000円未満が半数以上。

「3000円未満」と答えた人30.8%と、「3000円～5000円未満」と答えた人23.6%を合わせると半数以上で、「メタボ対策に費用をかけようと思わない・わからない」:26.4%を大きく上回りました。

調査結果の詳細は次項をご参照ください。

### 本件に関するお問い合わせ先

株式会社シェイプアップハウス 広報担当:平山・角

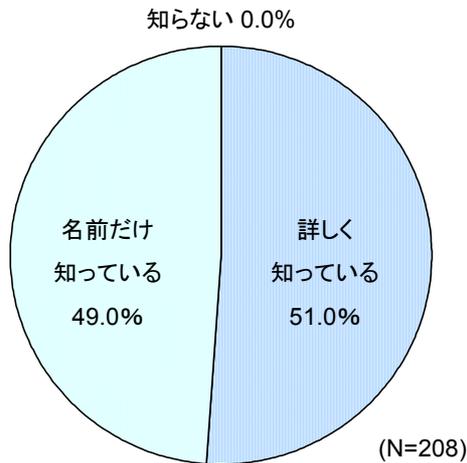
東京都港区赤坂6-6-3

TEL.03-3568-2389 FAX.03-3568-2517

## ■ 調査結果データ

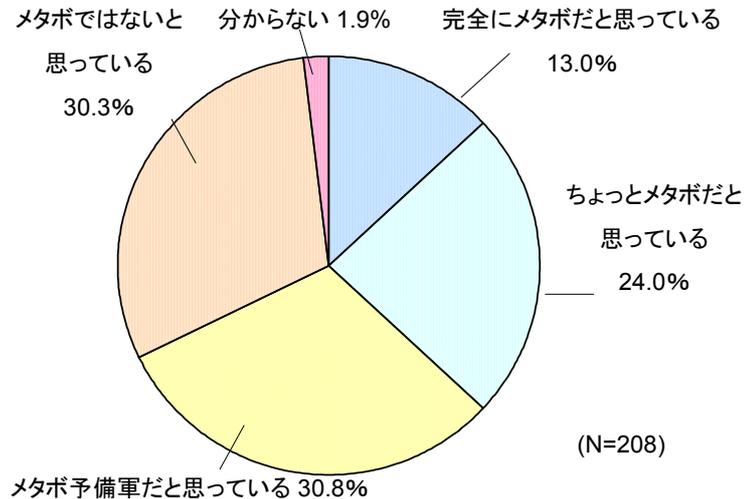
Q1 あなたの「メタボリックシンドローム(メタボ)」についてどの程度ご存知ですか？(単一回答)

「詳しく知っている」と答えた人が半数以上。「名前だけ知っている」を含めると100%となり、「メタボリックシンドローム」という言葉は完全に浸透しているようです。



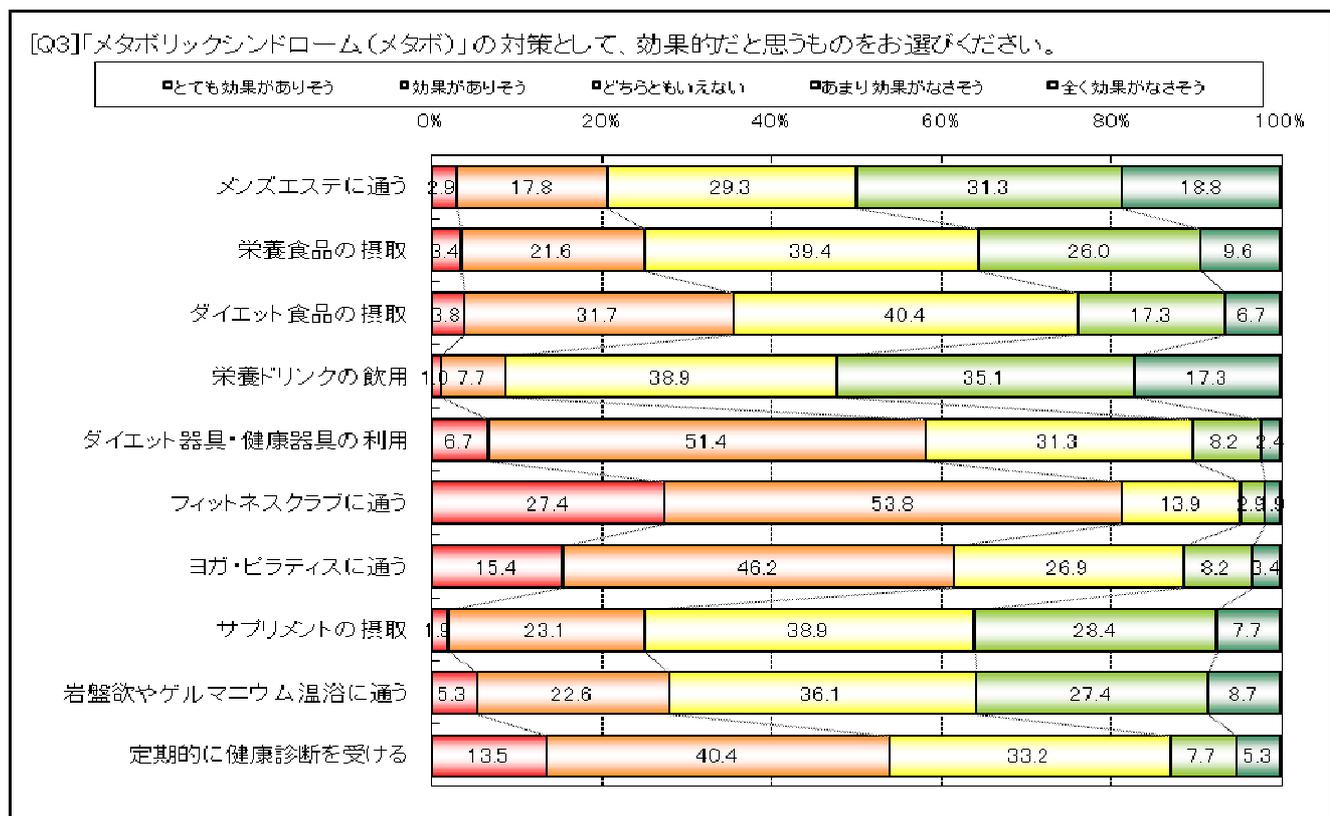
Q2 あなたの「メタボリックシンドローム(メタボ)」の度合いを教えてください？(単一回答)

メタボ予備軍を含めると、67.8%の人が自分は「メタボ」だと、その危険性を自覚しています。



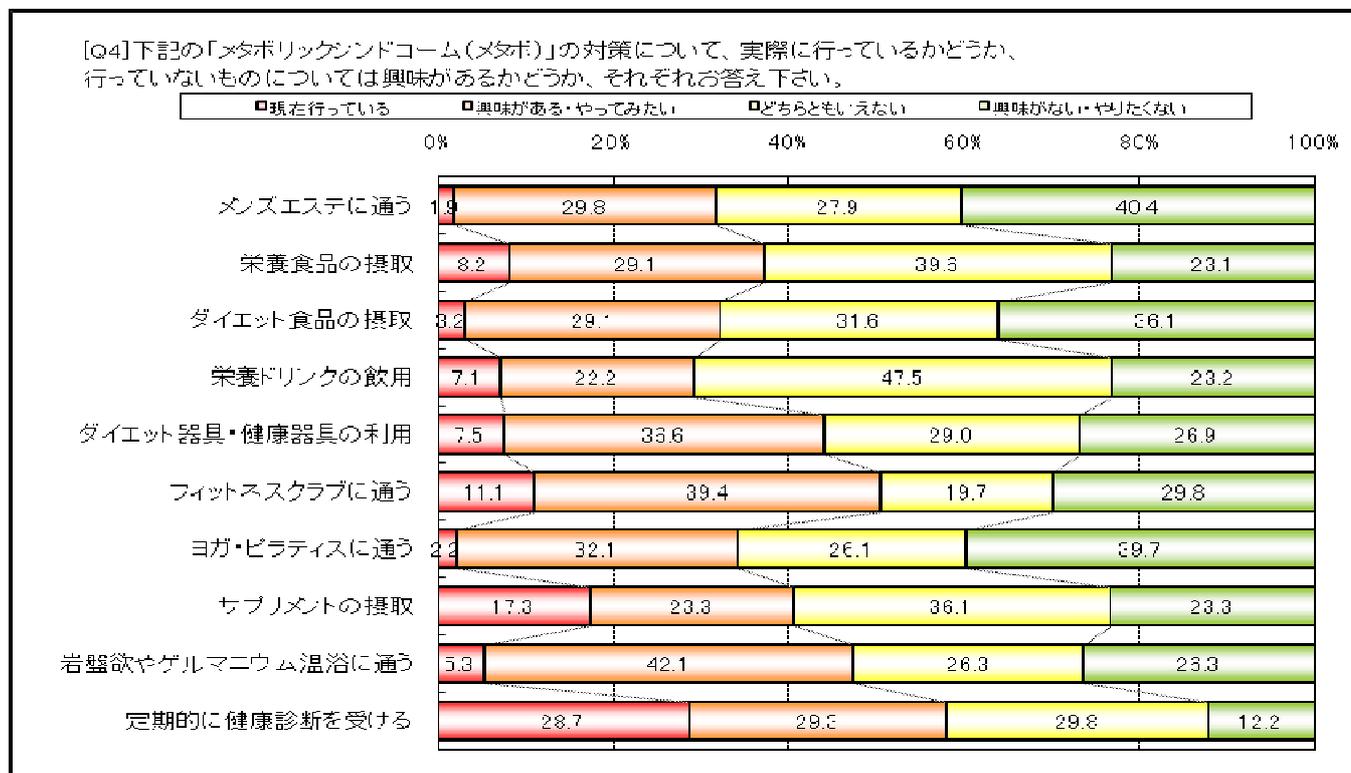
Q3 「メタボリックシンドローム(メタボ)」の対策として、効果的だと思うものをお選びください。(単一回答)

“とても効果がありそうと思う” “効果がありそうと思う”という答えを見ると「フィットネスクラブに通う」が81.2%と最も多く、続いて「ヨガ・ピラティスに通う」となり、「定期的に検診を受ける」よりも数値が上回りました。運動習慣の改善が“メタボ”対策には効果的と思う人が多いようです。



Q 4 下記の「メタボリックシンドローム(メタボ)」の対策について、実際に行っているかどうか、行っていないものについては興味があるかどうか。それぞれお答えください。(単一回答)

実際に行っている対策方法は、「定期的に検診を受ける」と答えた人が 28.7%と最も多い結果となりました。また、興味のある・やってみたい対策方法では、「岩盤浴やゲルマニウム温浴に通う」「フィットネスクラブに通う」の順に多く選ばれ、デトックス効果や運動による脂肪燃焼に関心が示されていました。また、選択肢の中では予算的に高価と思われる「メンズエステに通う」も 29.8%に興味を持たれていました。



Q 5 あなたがメタボ対策にかけられる月額費用はどれくらいですか？(単一回答)

5000 円未満が半数を以上となりました。“メタボ” 対策をして健康を保つことが、将来の医療費の節約にもつながるため、多少の出費は必要と考えている人が多いのかもしれませんが。

