

## <母の日企画> 第16回 お母さんの疲労事情と解消法調査

### 96%のお母さんが普段から疲れを感じている！

### 母の日のプレゼント「快眠グッズ」「マッサージチェア」が人気

美と健康の総合メーカー、株式会社フジ医療器(本社:大阪市中央区)は、このたび、子どもをもつ20歳以上の女性を対象に「<母の日企画> 第16回 お母さんの疲労事情と解消法調査」を実施しましたので、その結果を発表いたします。この調査は、2011年より毎年実施している独自の調査です。

#### <調査結果概要>

- (1) 普段から疲れを感じているお母さんは96%
- (2) 98%のお母さんが身体的に疲労を感じている
- (3) 身体的疲労の主な原因は「仕事」。「首や肩のコリ」に悩むお母さんは7割以上
- (4) 精神的疲労も「仕事」が主な原因。人間関係については「夫」への疲労が最多
- (5) 疲労解消のために「睡眠をとる」「好きなものを食べる」「入浴をする」人が半数以上
- (6) 母の日に欲しいプレゼントとして快眠グッズやマッサージアイテムが人気

#### <調査概要>

調査期間 : 2026年4月17日(金)~2026年4月21日(火)

対象者 : 子どもをもつ20歳以上の女性

有効回答者数: 292名(30代:23名、40代:77名、50代:79名、60代:87名、70歳以上:26名)

調査エリア : 全国

調査方法 : フジ医療器メルマガ会員・公式LINEアカウント登録者にWeb上でのアンケートを実施

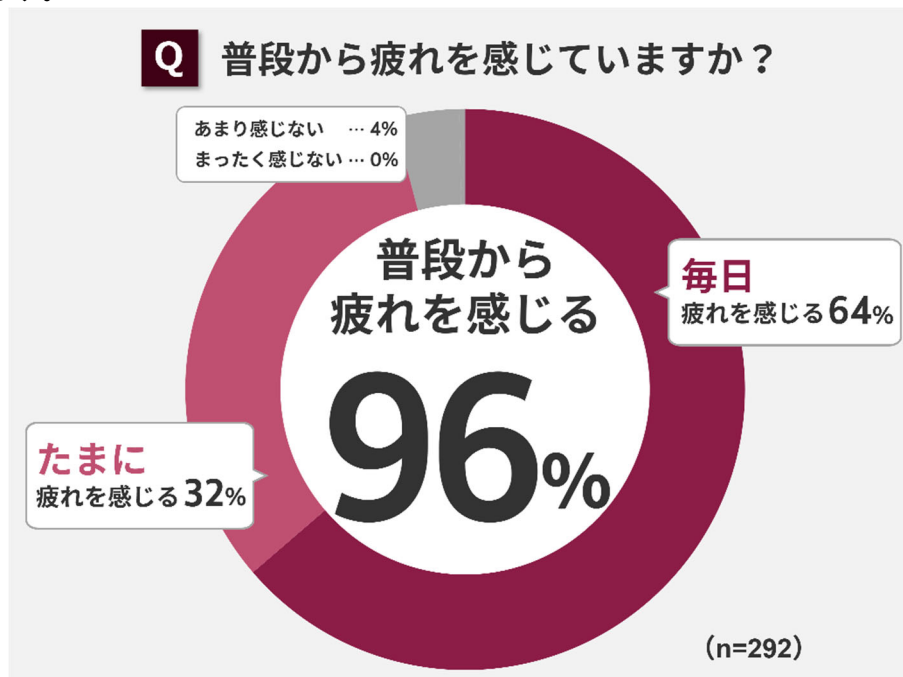
※グラフのパーセンテージは四捨五入されているため、合計値が100にならないものもございます。

※調査結果をご紹介いただく際には、フジ医療器までお問い合わせください。なお、報道関係以外の販促活動としてのご利用はご遠慮いただいております。

#### 【調査結果の詳細】

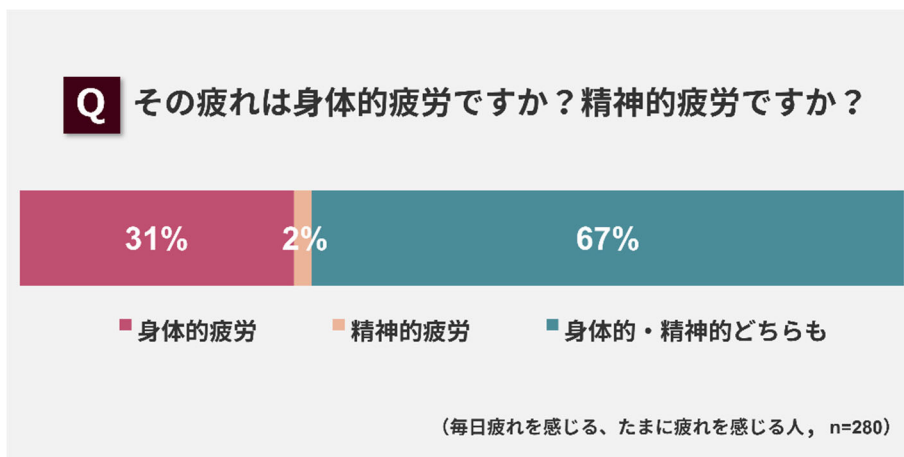
##### (1) 普段から疲れを感じているお母さんは96%

回答者全員に「あなたは普段から疲れを感じていますか?」と質問したところ、「毎日疲れを感じる」(64%)、「たまに疲れを感じる」(32%)、「あまり疲れを感じない」(4%)、「まったく疲れを感じない」(0%)という結果となりました。「毎日疲れを感じる」と「たまに疲れを感じる」を合わせると96%となり、普段から疲れを感じているお母さんは全体の9割を超えています。



(2) 98%ものお母さんが身体的に疲労を感じている

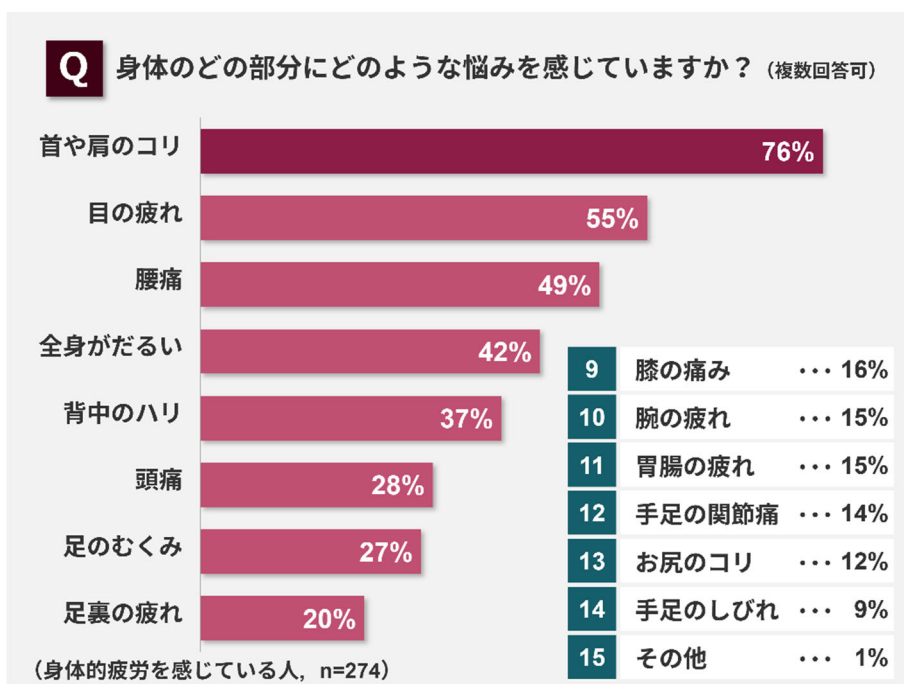
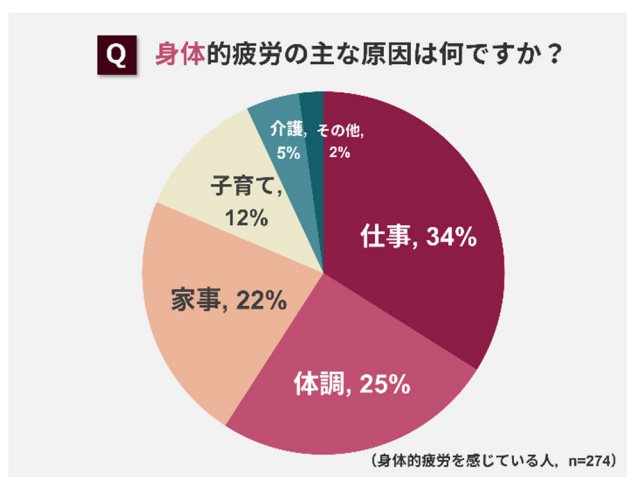
「毎日疲れを感じる」「たまに疲れを感じる」と回答した人に、「その疲れは身体的疲労ですか？精神的疲労ですか？」と質問したところ、「身体的・精神的疲労どちらも」と回答した人が 67%、「身体的疲労」のみが 31%、「精神的疲労」のみは 2%という結果になりました。「身体的・精神的どちらも」と「身体的疲労」の回答を合わせると 98%となり、多くのお母さんが身体にさまざまな不調や悩みを抱えていることがうかがえます。



(3) 身体的疲労の主な原因は「仕事」。「首や肩のコリ」に悩むお母さんは 7 割以上

「身体的疲労(「身体的・精神的疲労どちらも」を含む)」を感じると回答した人に「主な原因は何ですか？」と質問したところ、最も多かったのは「仕事」でその割合は 34%でした。2 番目以降は「体調」(25%)、「家事」(22%)、「子育て」(12%)、「介護」(5%)の順となりました。

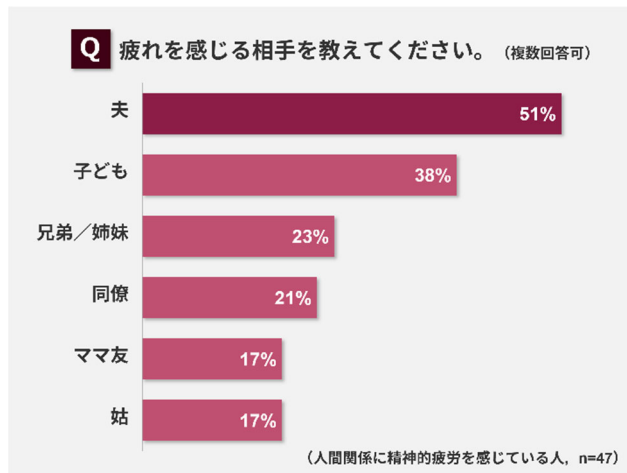
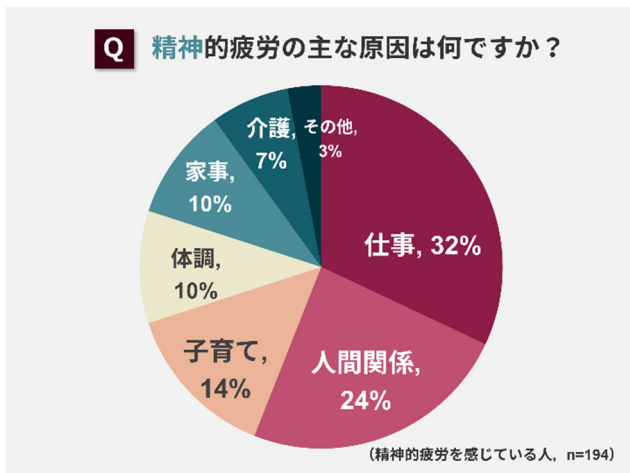
次に身体の中のどの部分に、どのような疲れ・痛みを感じているか質問したところ、多かった順に「首や肩のコリ」(76%)、「目の疲れ」(55%)、「腰痛」(49%)という結果になりました。「首や肩のコリ」は第 1 回調査から 16 回連続で首位となっており、年代や職業を問わず多くのお母さんが長年悩まされていることが推察されます。



(4)精神的疲労も「仕事」が主な原因。人間関係については「夫」への疲労が最多

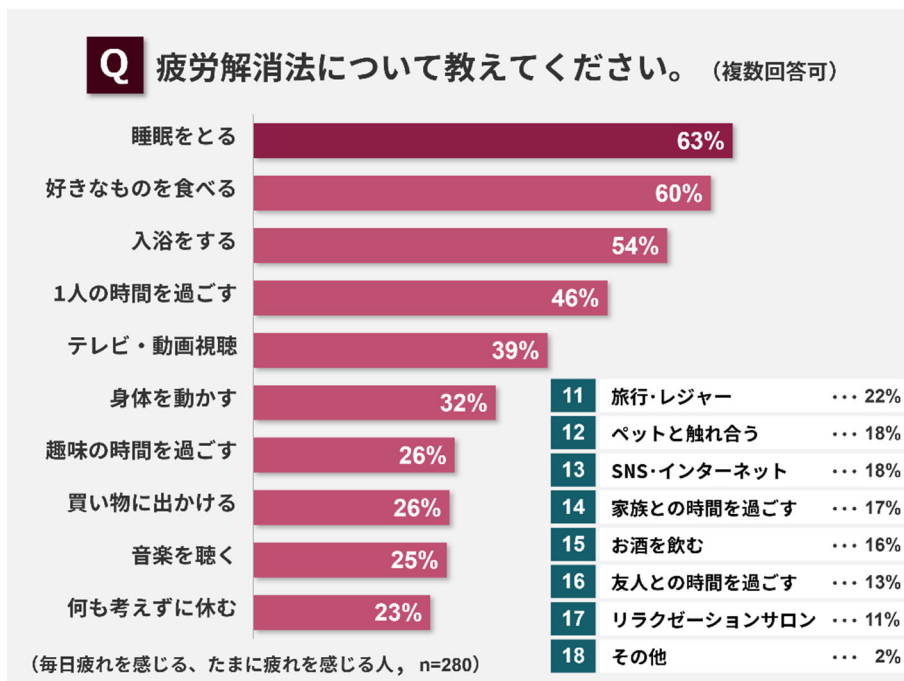
「精神的疲労(「身体的・精神的疲労どちらもを含む)」と回答した人に「主な原因は何ですか?」と質問したところ、1位は身体的疲労を感じているお母さんと同じく「仕事」(32%)でした。昨年の調査(仕事:23%)と比べて9ポイント増加しており、仕事による精神的負担が高まっていることがうかがえます。

また、2番目に多かった「人間関係」(24%)と回答した人にどの相手との関係で疲労を感じているか質問したところ、親族や同僚・友人など回答は多岐にわたりましたが、なかでも「夫」と回答した人が半数を超えていました。



(5)疲労解消のために「睡眠をとる」「好きなものを食べる」「入浴をする」人が半数以上

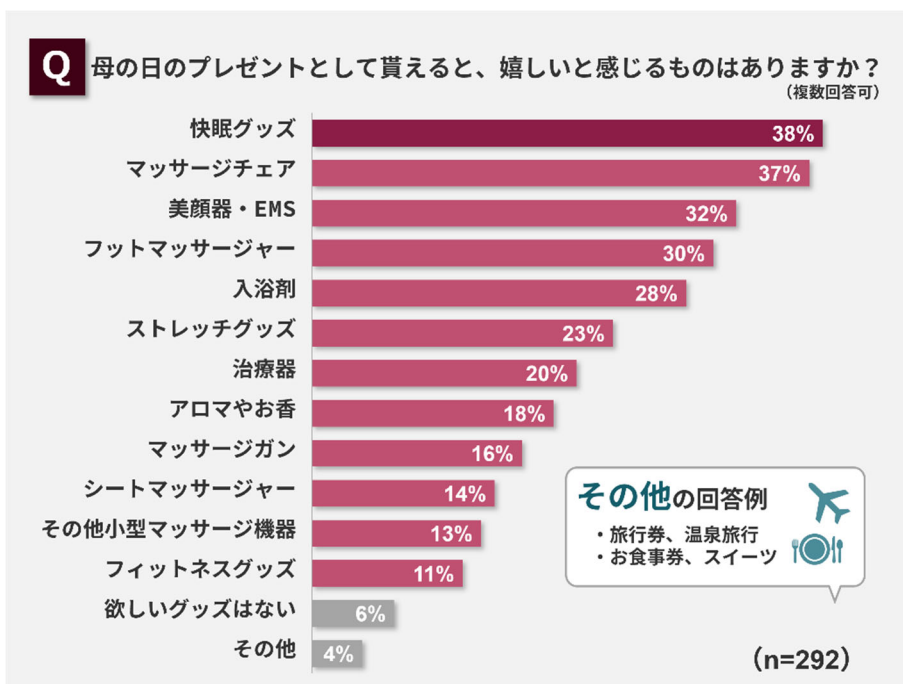
普段から疲れを感じていると回答した人に、疲労解消法について質問したところ、最も多かったのは「睡眠をとる」でその割合は63%でした。続いて「好きなものを食べる」(60%)、「入浴をする」(54%)が上位となっており、いずれも半数を超えています。



(6)母の日に欲しいプレゼントとして快眠グッズやマッサージアイテムが人気

回答者全員への質問「母の日のプレゼントとして貰えると、嬉しいと感じるものはありますか? (複数選択可)」では、多かった順に「快眠グッズ」(38%)、「マッサージチェア」(37%)、「美顔器・EMS」(32%)、「フットマッサージャー」(30%)という結果になりました。

2位の「マッサージチェア」、4位の「フットマッサージャー」をはじめとしたマッサージ機器が欲しいと回答した人にその理由について質問したところ、「自宅で気兼ねなくできる」「他の人を気にせず行えることがストレス発散につながる」などの声が見られました。前項の疲労解消方法についての質問で「1人の時間を過ごす」という回答が4位にランクインしていたことから、時間や環境に左右されず自分のペースで気軽にリフレッシュできる点に魅力を感じる方が多いことがうかがえます。



## <総括>

今回の調査では、多くのお母さんが日々の生活の中で疲れを感じつつも、場所を気にせず気軽に自身のペースでリフレッシュできる手段への関心の高さがうかがえる結果となりました。

## ●フジ医療器が選ぶ、母の日ギフトのおすすめ商品 ~母の日は過ぎたけれど、感謝の気持ちを込めて~

心身ともに疲労を感じているお母さんには、4月30日にパーソナルケアブランド「SYNCA」から発売した新商品「CirC GRACE マッサージチェア L24 MR390」がおすすめです。空間に美しく馴染むデザインと、細やかに強弱調節ができるエアーマッサージ機能を両立しています。

本モデルより、ふくらはぎと腰横に搭載したエアーバッグによるマッサージにおいて部位別の強弱調節が可能となりました。ふくらはぎは心地よい圧迫感でスッキリとケアし、腰横はひねる動作や左右から挟み込む動作により、たまった疲れをやさしくほぐします。

デザイン面では、これまでご好評をいただいていたシンプルで洗練された佇まいを継承しています。リビングや寝室など日常を過ごす空間に置いても圧迫感の少ないサイズ感とカラーリングに配慮し、インテリアに自然と馴染むマッサージチェアに仕上げました。また、マッサージ機能を使用しないときには、リラクステアアとしてもお使いいただける「リクライニングチェアモード」へ簡単に切り替えられるボタンを搭載しています。



- ・医療機器認証番号：306AHBZX00011000(家庭用電気マッサージ器・管理医療機器)
- ・メーカー希望小売価格：オープン価格
- ・全国の家電量販店やフジ医療器オンラインショップ、フジ医療器公式楽天市場店、フジ医療器公式 Yahoo!店にて販売中

今後も、フジ医療器は定期的に「美と健康」に関する市場調査結果やお役立ち情報を提供していきます。

## &lt;会社概要&gt;

社名	株式会社フジ医療器
代表取締役会長	呉 旭亞 (Alex Wu)
本社所在地	大阪市中央区農人橋 1 丁目 1 番 22 号 大江ビル 14 階
事業内容	健康・美容機器の製造、販売、輸出入
資本金	3,000 万円 ジョンソンヘルステック(台湾上場)グループ : 100%
URL	【フジ医療器企業サイト】 <a href="https://www.fujiiryoki.co.jp/">https://www.fujiiryoki.co.jp/</a> 【フジ医療器オンラインショップ】 <a href="https://www.fujiiryoki.shop/">https://www.fujiiryoki.shop/</a> 【フジ医療器公式楽天市場店】 <a href="https://www.rakuten.co.jp/fujiiryoki/">https://www.rakuten.co.jp/fujiiryoki/</a> 【フジ医療器公式 Yahoo!店】 <a href="https://store.shopping.yahoo.co.jp/fujiiryoki/">https://store.shopping.yahoo.co.jp/fujiiryoki/</a> 【フジ医療器公式 Instagram】 <a href="https://www.instagram.com/fujiiryoki_official/">https://www.instagram.com/fujiiryoki_official/</a> 【SYNCA 公式 Instagram】 <a href="https://www.instagram.com/synca.wellness">https://www.instagram.com/synca.wellness</a>

## フジ医療器お問い合わせ先

## &lt;報道関係の方&gt;

株式会社フジ医療器

マーケティング部 Tel: 06-4793-0611(代表)

## &lt;お客様&gt;

フジ医療器お客様相談窓口

【フリーダイヤル】0120-027-612