

< 報道関係各位 >

2023年10月17日  
クラシエ薬品株式会社

< 20代～60代の女性を対象に「ダイエットに関する意識調査」を実施 >

### 女性の4人に1人は「体重の増加／肥満」に悩み

～30代以降から「医薬品や健康食品」によるダイエットニーズが高まる傾向に～

漢方薬を中心とした一般用医薬品と医療用医薬品を販売するクラシエ薬品株式会社では、ダイエットに関するお悩み・対策へのニーズを探ることを目的に、20代～60代の女性を対象とした「ダイエットに関する意識調査」を実施しました。

当社では、30代～50代の女性が抱える「肥満」や「むくみ」といった悩みに対し、肥満改善薬ブランド『ココアポ』シリーズを展開しています。肥満を改善する漢方処方「防風通聖散」を中心に、太り方や体質に合わせて選べる4処方をラインアップしています。そこで今回は、ダイエットに関する意識調査を実施し、お悩み・対策へのニーズを探りました。

#### 「ダイエットに関する意識調査」トピックス

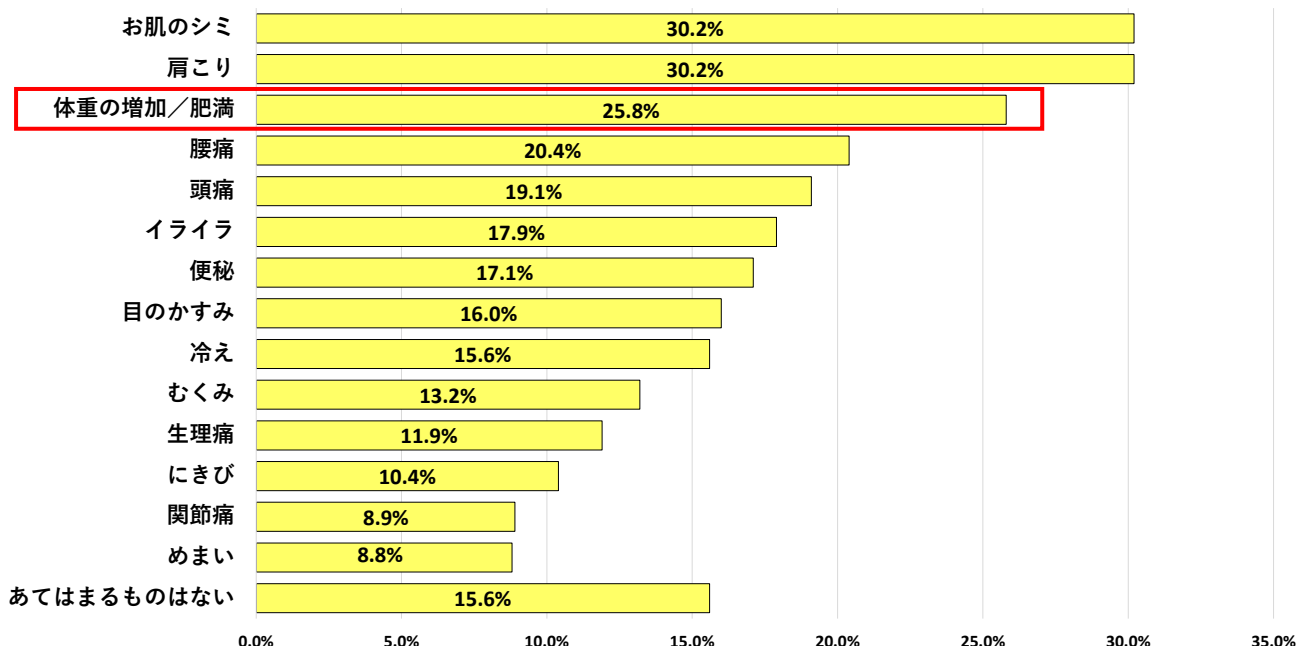
- 20代～60代女性の4人に1人は「体重の増加／肥満」に悩んでいると回答
- 「体重の増加／肥満」「むくみ」に悩む方の約4割は現在ダイエット中と回答
- ダイエットに取り組む方の4人に1人が「医薬品や健康食品」を使用
- 「医薬品や健康食品」によるダイエットニーズは30代以降から増加の傾向に

#### < 「ダイエットに関する意識調査」トピックス紹介 >

##### ● 20代～60代女性の4人に1人は「体重の増加／肥満」に悩んでいると回答

20代～60代の女性を対象に、現在悩んでいる症状について尋ねたところ、「お肌のシミ」「肩こり」が30.2%で最も多い結果となりました。次いで「体重の増加／肥満」（25.8%）が多く、女性の4人1人は悩みを感じていることが分かりました。

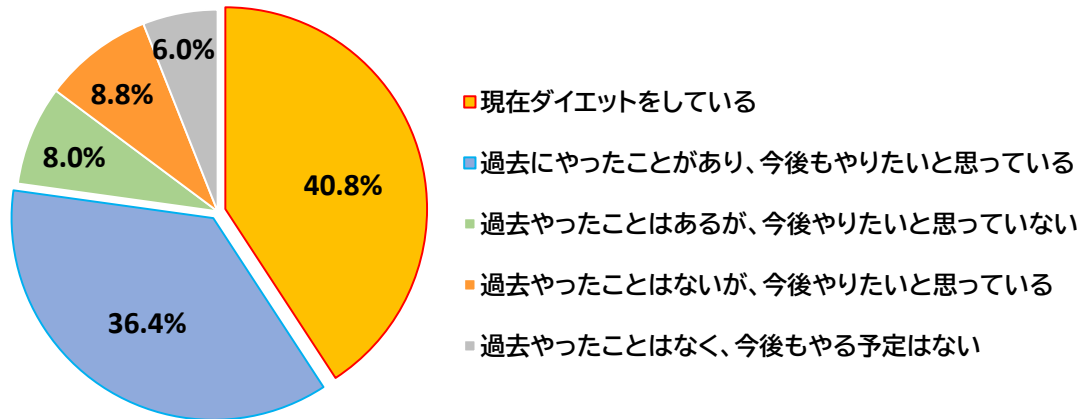
Q. 以下の項目について、あなた自身にあてはまるものをそれぞれすべてお選びください。【現在も悩んでいるもの】  
(複数回答選択式/n=10,000)



● 「体重の増加／肥満」「むくみ」に悩む方の約4割は現在ダイエット中と回答

「体重の増加／肥満」または「むくみ」で現在悩んでいると回答した方を対象に、ダイエットをしているか尋ねたところ、約4割が現在もしていると回答しました。また「過去にやったことがあります、今後もやりたいと思っている」と回答した方は36.4%に上り、ダイエットニーズの高さがうかがえる結果となりました。

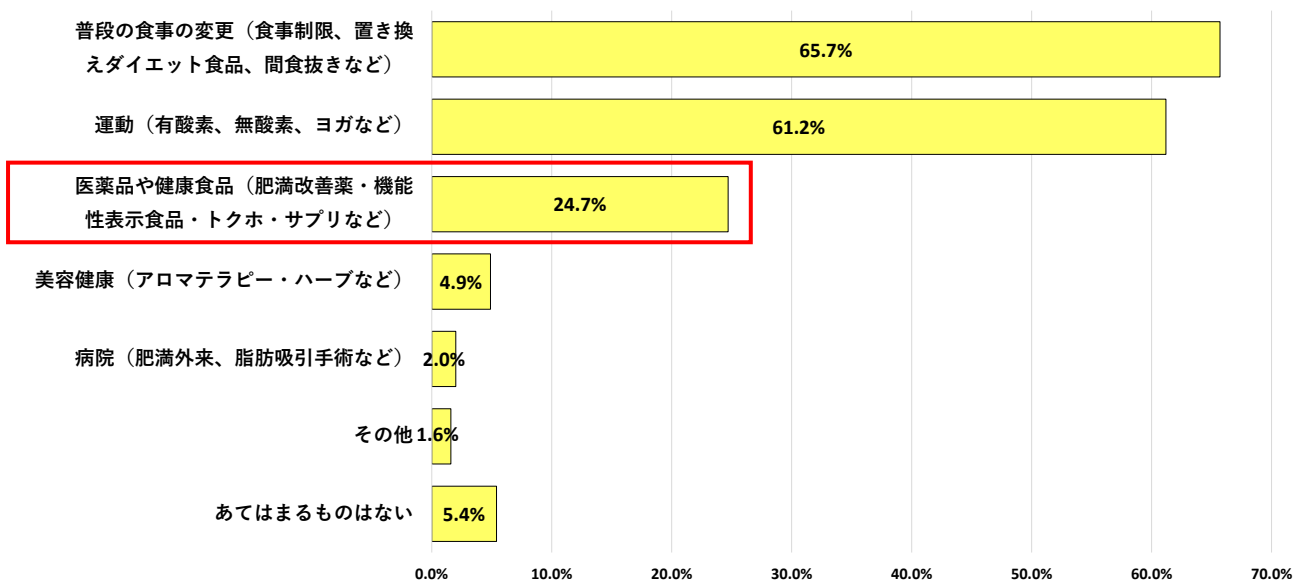
Q. 現在「体重の増加／肥満」または「むくみ」で悩んでいる方にお聞きします。あなたは「体重の増加／肥満」や「むくみ」解消のため、現在ダイエットをしていますか？現在ダイエットをしていない方は、過去のご状況と今後のご意向についてあてはまるものをお選びください。(単数回答選択式／n=3,230)



● ダイエットに取り組む方の4人に1人が「医薬品や健康食品」を使用

続いて「体重の増加／肥満」または「むくみ」で現在悩んでいると回答した方で、「現在ダイエットをしている」と答えた方に、取り組んでいるダイエット法を尋ねました。「普段の食事の変更」や「運動」などの、一般的なダイエット法に取り組んでいる方が6割を超えた一方で、「医薬品や健康食品」と答えた方も24.7%に上る結果となりました。

Q. 「体重の増加/肥満」や「むくみ」解消のためのダイエット方法についてお聞きします。以下の項目にあてはまるダイエット方法をすべてお選びください。【現在やっていること】(複数回答選択式／n=1,319)

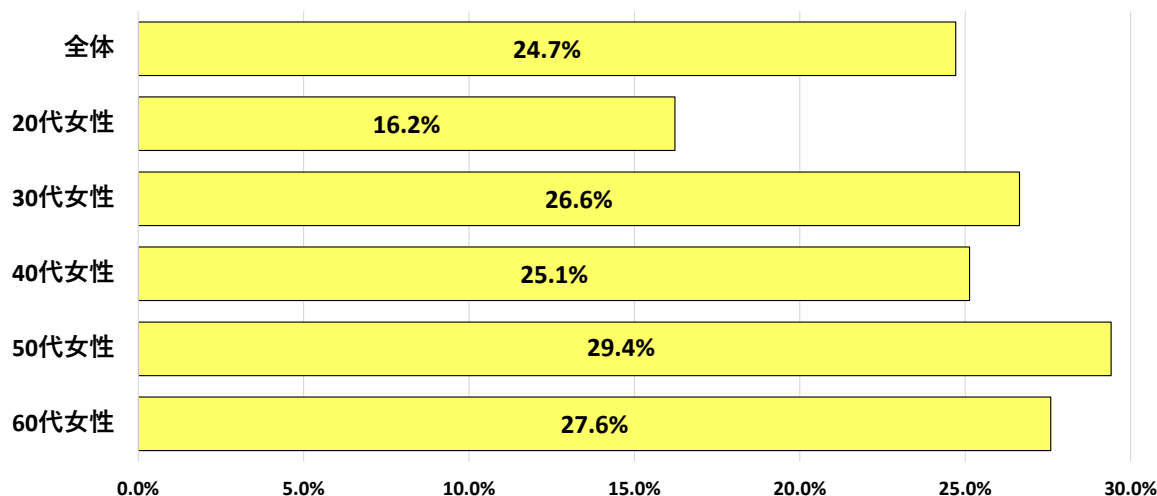


## ●「医薬品や健康食品」によるダイエットニーズは30代以降から増加の傾向に

また前述の質問について、「医薬品や健康食品」によるダイエットを行っているという回答した方を年代別に見てみると、20代女性は16.2%と少ないものの、30代以降から増加傾向にあることが分かります。

一般的に、ダイエットにおいて重要な“基礎代謝”は、年齢を重ねるにつれて低下するとされています。年齢とともに筋肉量が減少することでエネルギー消費率も低下することに加え、男性と比べて筋肉量が少ない女性は、男性よりも基礎代謝量が低い傾向にもあります。このように、特に女性は加齢とともに痩せにくくなる傾向が見られることが、30代以降の「医薬品や健康食品」によるダイエットニーズにつながっていると考えられます。

Q. 「体重の増加/肥満」や「むくみ」解消のためのダイエット方法についてお聞きします。以下の項目にあてはまるダイエット方法をすべてお選びください。【現在やっていること】（「医薬品や健康食品」と回答した方／n=326）



### <調査概要>

- 調査対象：全国の20歳～69歳の女性10,000名（有効回答数）
- 調査期間：2023年6月21日～22日
- 調査方法：インターネットアンケート/クラシエ調べ

## ■【タイプ別解説】脂肪やむくみにもさまざまな種類が？

体質やカラダの悩みは人によって異なり、肥満やむくみにもさまざまなタイプがあり、自分が理想とする体に近づくには自分の肥満タイプを見つけることが重要です。『ココアポ』シリーズのブランドページ（<https://www.kracie.co.jp/ph/coccoapo/>）で公開している「脂肪・むくみタイプチェック」では、わずか60秒で自身のタイプを確認することもできます。

### <お腹まわりタイプ>

食べ過ぎや間食が多くなり、代謝が追いつかなくなることでお腹まわりに脂肪がつきやすくなるタイプです。また、このタイプは胃腸の働きが乱れて便秘にもなりがちです。

#### ▼このタイプの特徴

- ・ 特にお腹まわりの脂肪が気になる
- ・ ニキビがしやすい
- ・ 便秘がち
- ・ 食べ過ぎ、間食が多いほう

## <二の腕・脇腹タイプ>

年を重ねることやストレスなどでホルモンバランスが乱れ、脂質代謝が低下し、上半身を中心に、筋肉の少ない二の腕・脇腹に脂肪がたまりやすいタイプです。また、このタイプは食生活が乱れやすく、便秘にもなりがちです。

### ▼このタイプの特徴

- ・特に二の腕やわき腹の脂肪が気になる
- ・便秘がち
- ・食べることでストレス発散
- ・年々痩せにくくなってきた

## <下半身むくみタイプ>

筋力が弱い方や疲れやすい方は、水分代謝が悪く、余分な水分が重力などで下に溜まりやすくなるため、特に夕方以降下半身にむくみが起きやすくなります。これにより、脚などが太くみえてしまいます。また、むくみを放っておくと、下半身に余分な脂肪がつく原因のひとつとなると言われています。

### ▼このタイプの特徴

- ・特に下半身のむくみが気になる
- ・水太りする
- ・疲れやすい
- ・胃腸が弱いほう

## <顔や手足のむくみ・冷えタイプ>

むくみと冷えには深い関係があります。冷えがあると水分代謝が悪くなり、体内に水分をため込んでしまいます。さらには、血管外の余分な水分は血管を圧迫し、血行を悪くしてしまうため、より冷えやすくなり、むくみと冷えの悪循環に陥ってしまうのです。特に冷えやすい手足と顔にむくみが出やすくなります。

### ▼このタイプの特徴

- ・特に顔や手足のむくみが気になる
- ・朝と夕方にむくみやすい
- ・冷えやすい
- ・貧血の傾向がある

## ■『ココアポ』シリーズについて

# ココアポ<sup>®</sup>

『ココアポ』シリーズは、30代～50代の女性が抱える「肥満」や「むくみ」といった悩みに対し、自分の体質に合わせて選べる肥満改善薬ブランドです。肥満を改善する漢方処方「防風通聖散」を中心に、太り方に合わせて選べる4処方をラインアップしています。

・ブランドページ：<https://www.kracie.co.jp/ph/coccoapo/>

## ●商品ラインアップ

### <「お腹まわりタイプ」におすすめの漢方薬>

#### ココアポEX錠（防風通聖散）

過剰な食欲を抑えながら、脂質代謝を上げて余分な脂肪を減らす処方です。また、便を柔らかくしてスムーズな排便を促すことで、便秘も改善できます。



### <ココアポ>

ココアポ EX 錠  
【第2類医薬品】

希望小売価格：60錠 1,100円(税込)  
144錠 2,200円(税込)  
312錠 4,400円(税込)

効能：体力充実して、腹部に皮下脂肪が多く、便秘がちなものの次の諸症：高血圧や肥満に伴う動悸・肩こり・のぼせ・むくみ・便秘、蓄膿症（副鼻腔炎）、湿疹・皮膚炎、ふきでもの（にきび）、肥満症

＜「二の腕・脇腹タイプ」におすすめの漢方薬＞

**コッコアポG錠（大柴胡湯）**

ストレスホルモンの増加を抑制し、脂質代謝を上げて余分な脂肪を減らす処方です。また、自律神経を整えながらスムーズな排便を促すことで、便秘を改善します。



＜コッコアポ＞

コッコアポG錠  
【第2類医薬品】

希望小売価格：60錠 1,100円(税込)  
312錠 4,400円(税込)

効能：体力が充実して、脇腹からみぞおちあたりにかけて苦しく、便秘の傾向があるものの次の諸症：胃炎、常習便秘、高血圧や肥満に伴う肩こり・頭痛・便秘、神経症、肥満症

＜「下半身むくみタイプ」におすすめの漢方薬＞

**コッコアポL錠（防己黄耆湯）**

水分代謝を上げて、むくみの原因となる余分な水分を減らす処方です。また、脂質代謝を上げてしまりのない余分な脂肪を分解・燃焼して減らします。これらにより、むくみや水太りに働きかけます。



＜コッコアポ＞

コッコアポL錠  
【第2類医薬品】

希望小売価格：60錠 1,100円(税込)  
312錠 4,400円(税込)

効能：体力中等度以下で、疲れやすく、汗のかきやすい傾向があるものの次の諸症：肥満に伴う関節の腫れや痛み、むくみ、多汗症、肥満症（筋肉にしまりのない、いわゆる水ぶとり）

＜「顔や手足のむくみ・冷えタイプ」におすすめの漢方薬＞

**クラシエ当帰芍薬散錠**

水分代謝を高め、余分な水分を取り除く処方です。また、血行を促して足腰の冷え症を改善させます。これらの働きにより、顔や手足のむくみや冷えに効果があります。



＜コッコアポ＞

クラシエ当帰芍薬散錠  
【第2類医薬品】

希望小売価格：60錠 1,100円(税込)  
288錠 4,400円(税込)

効能：体力虚弱で、冷え症で貧血の傾向があり疲労しやすく、ときに下腹部痛、頭重、めまい、肩こり、耳鳴り、動悸などを訴えるものの次の諸症：月経不順、月経異常、月経痛、更年期障害、産前産後あるいは流産による障害（貧血、疲労倦怠、めまい、むくみ）、めまい・立ちくらみ、頭重、肩こり、腰痛、足腰の冷え症、しもやけ、むくみ、しみ、耳鳴り

■クラシエ薬品について



日本を生きるあなたへ。  
クラシエの漢方

クラシエ薬品は漢方のプロフェッショナルとして、半世紀以上にわたり日本に暮らす人々の健康で豊かな暮らしをサポートしてきました。漢方薬を中心に一般用医薬品から医療用医薬品まで自社一貫体制の下で幅広く提供しています。

近年、健康の価値や暮らしのあり方が大きく変化している社会の状況を受けて、クラシエ薬品は漢方事業における医療用分野と一般用分野の連携を強め、「クラシエの漢方」として事業一体で漢方薬を通じた健康価値の提供を高めていくことに挑戦していきます。

漢方を通じて、日本に暮らす人々が自らの健康を総合的に見つめ、理想とする健康的な暮らしをつくることをサポートしていきます。