

ダイエット経験のある30歳～69歳300人に聞いた  
**「ダイエットに関する調査」**

## 体型を気にするようになった原因「年齢が上がって太りやすくなった」57.7% 痩せたいと思う部位は「おなか」「太もも」「ヒップ」と 痩せづらい部位が上位に

健康美容ビジネスのコンサルティング(リーガルマーケティング)事業を手がける株式会社薬事法ドットコム(本社：東京都新宿区、代表取締役社長：斎藤 敬志、以下 薬事法ドットコム)は、世の中の健康美容の動向をいち早く把握するために、独自で調査を行っております。今回、2013年7月5日(金)～7月8日(月)の4日間にダイエット経験のある全国の女性300人を対象に「ダイエット」をテーマにしたインターネットリサーチを実施いたしました。

### 【調査背景】

今年も夏の到来とともに、ダイエット関連商品やサービスの露出が盛んとなり、活況を呈しています。女性にとって、永遠のテーマであるダイエット。現代女性はどうか実行しているのか、食事系のダイエットにスポットを当て調査いたしました。

以下、調査データをお送りいたしますので、報道のご参考にしていただければ幸いです。

### 【調査概要】

1. 調査の方法：株式会社ネオマーケティングの運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用したWEBアンケート方式で実施
2. 調査の対象：ダイエット経験のある全国の30代～60代の女性
3. 有効回答数：300人
4. 調査実施日：2013年7月5日(金)～7月8日(月)

### 主な設問と回答

#### ◆ダイエットに取り組んだ・取り組む理由は？

- 1位「体型・スタイルを良くするため」70.7%
- 2位「自分自身で体型・スタイルの変化を感じたため」49.3%
- 3位「健康状態を改善するため」45.7%

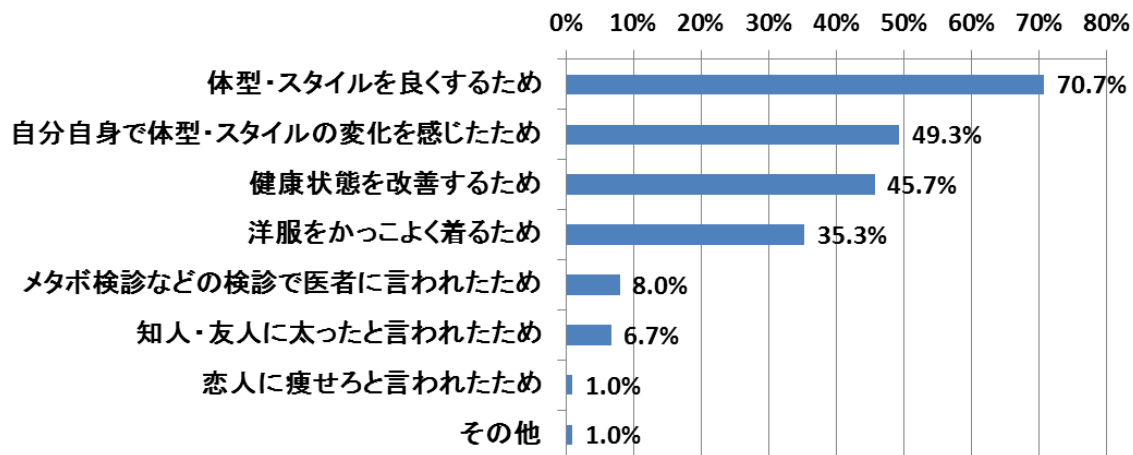
#### ◆あなたがご自身の身体で痩せたいと思う部位は？

- 1位「おなか」87.3%
- 2位「太もも」57.0%
- 3位「ヒップ」49.0%

### ～報道関係者様へのお願い～

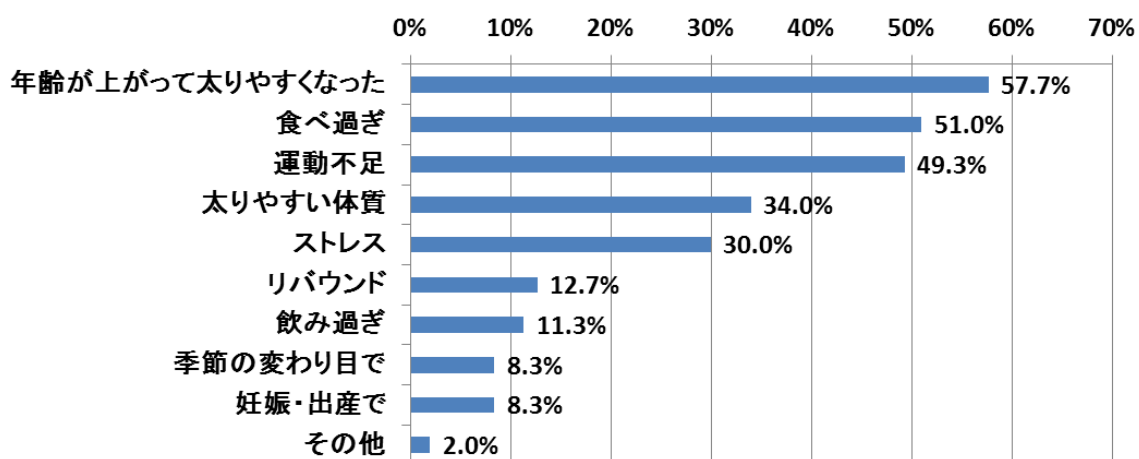
本内容の転載にあたりましては、「薬事法ドットコムマーケティング研究所調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。

Q1 あなたがダイエットに取り組んだ・取り組む理由は何ですか。(複数回答 N=300)



ダイエットに取り組んだ・取り組む理由をお聞きしたところ、最も多かった回答は「体型・スタイルを良くするため」の70.7%という結果となりました。次いで「自分自身で体型・スタイルの変化を感じたため」49.3%、「健康状態を改善するため」45.7%という結果になっています。「健康状態を改善するため」という選択肢よりも、「体型・スタイルを良くするため」、「自分自身で体型・スタイルの変化を感じたため」という選択肢が上位にランクインし、女性は健康のためではなく美容のためのダイエットをしていることがわかりました。

Q2 あなたが体型を気にするようになった原因を教えてください。(複数回答 N=300)

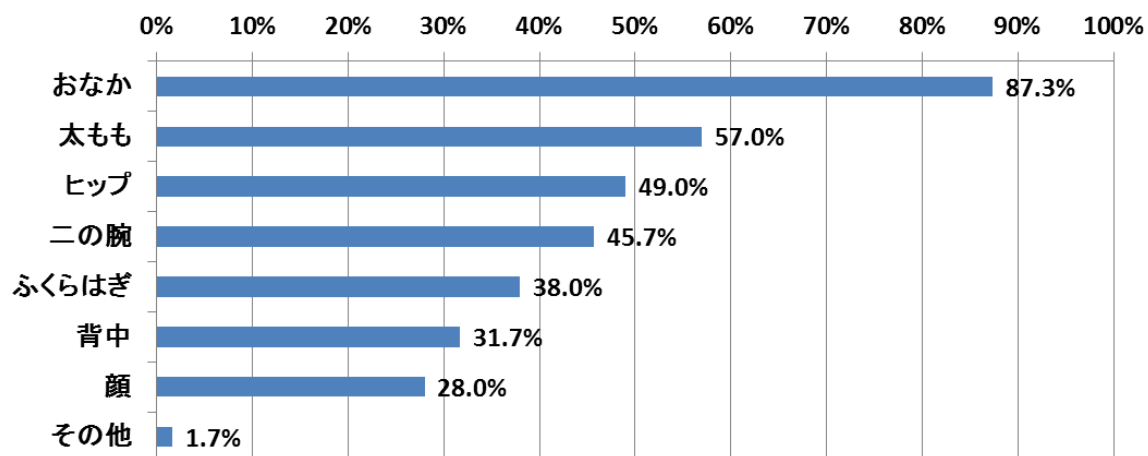


体験を気にするようになった原因をお聞きしたところ、「年齢が上がって太りやすくなった」57.7%、「食べ過ぎ」51.0%、「運動不足」49.3%という結果となりました。年齢を重ねるにつれて基礎代謝は下がっていきます。そのため、太りやすくなってしまい、ダイエットを行うという方が多いようです。

・・・本リリースに関するお問い合わせ先・・・

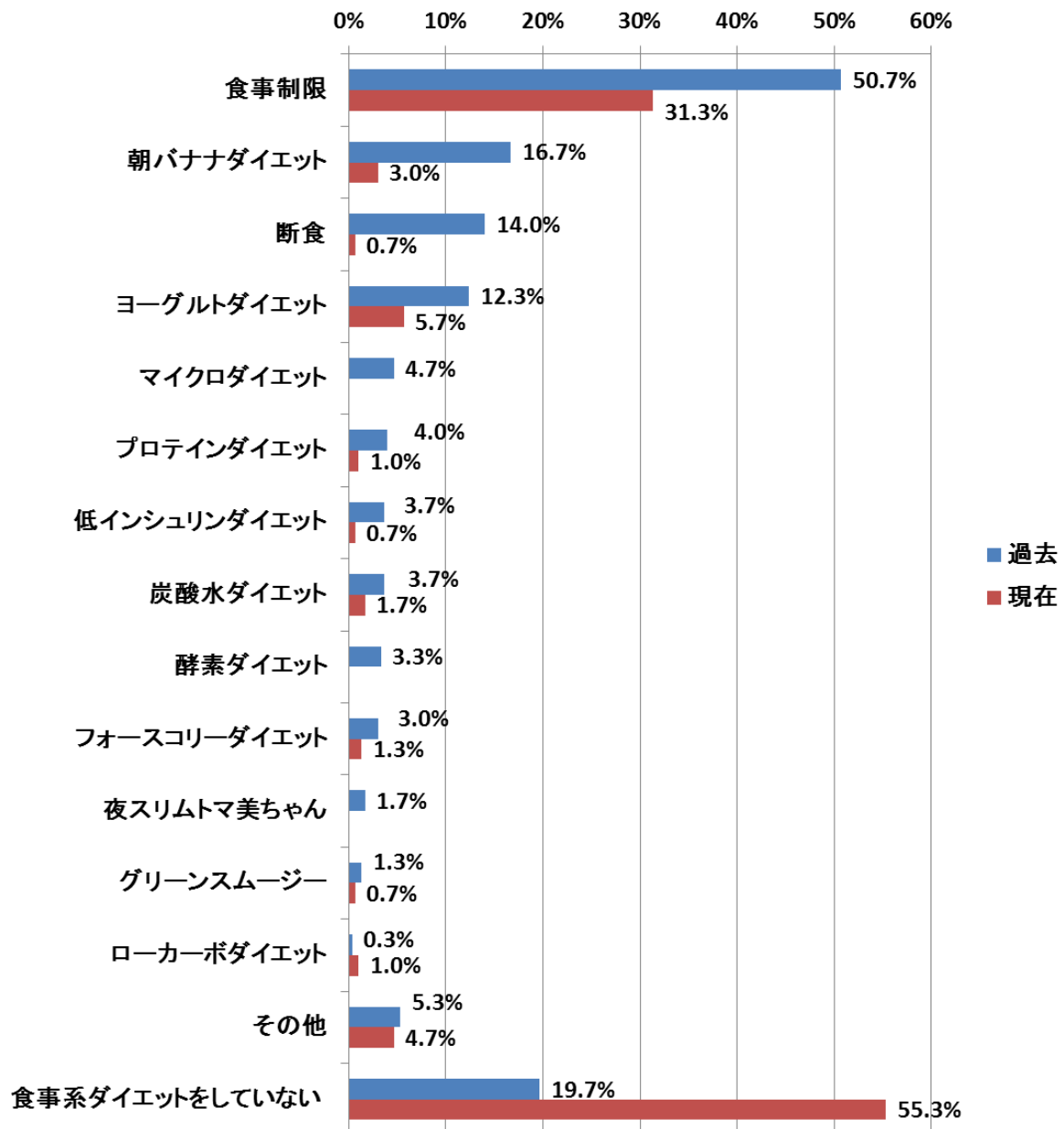
「薬事法ドットコムマーケティング研究所」広報事務局 (one 内) 担当：松田

Q3 あなたがご自身の身体で痩せたいと思う部位を教えてください。(複数回答 N=300)



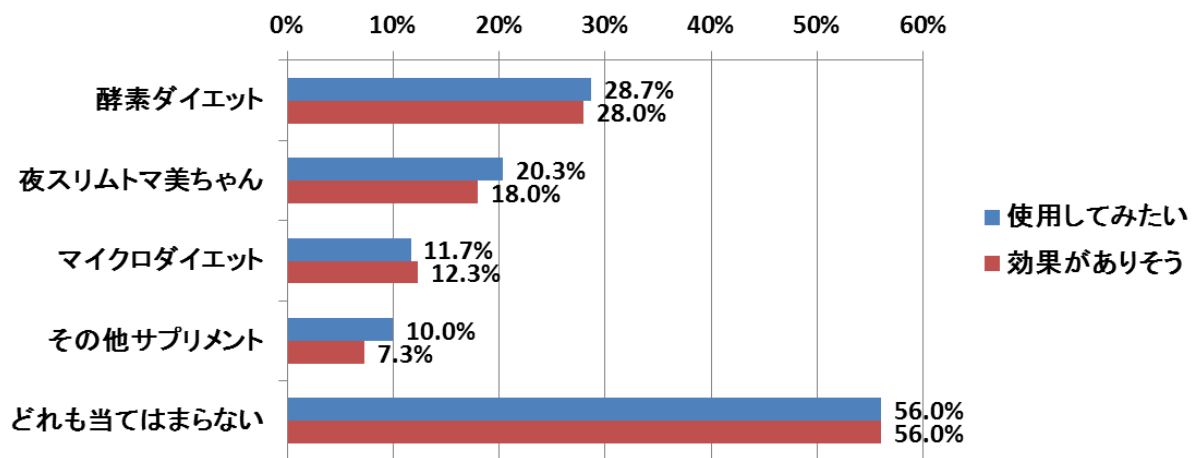
自分の身体で痩せたいと思う部位をお聞きしたところ、最も多かった回答はやはり「おなか」で87.3%という結果となりました。次いで「太もも」57.0%、「ヒップ」49.0%という結果となります。やはり「おなか」は脂肪がつきやすく、女性にとっては痩せたいと思う方が多い部位なのかもしれません。

Q4 あなたが過去にチャレンジしたことがある、または現在チャレンジしている、ダイエット方法を教えてください。(複数回答 N=300)



過去にチャレンジしたことのあるダイエットと、現在チャレンジしているダイエットをお聞きしたところ、過去・現在ともに「食事制限」が1位となりました。しかし、「食事系のダイエットの経験はない」という方も多く、現在は食事系のダイエットよりも運動系のダイエットが主流なのかもしれません。

Q5 以下の項目について当てはまると思うものを教えてください。(複数回答 N=300)



今、流行中の食事系ダイエットについてお聞きしたところ、【使用してみたい】、【効果がありそう】ともに1位となったのは「酵素ダイエット」という結果になりました。多くの選択肢について【使用してみたい】が【効果がありそう】を超える結果となっていますが、「マイクロダイエット」に関してはわずかながら【効果がありそう】が【使用してみたい】を超える結果となっています。

#### 【林田先生からのコメント】



世にダイエット健食は腐るほどあり、そのことはダイエット健食に対するニーズの高さを物語っていますが、女性のニーズはわがままで部分痩身に高いニーズがあることが今回の調査でわかりました。しかし、ダイエット健食で部分痩身をうたうことは薬事法上できません。この規制に適合しつつ女性のニーズにも合致する商品をいかにプロデュースしていくかが今後のダイエットビジネスのKEYと言えます。

一般財団法人リーガルマーケティング研究財団理事長  
株式会社薬事法ドットコム 特別顧問

#### 林田 學武

東大法大学院卒、法学博士。大学教授、弁護士を経て現職

#### ◆株式会社薬事法ドットコム概要

会社名 : 株式会社薬事法ドットコム  
 設立 : 2009年8月  
 代表者 : 齋藤敬志  
 本店所在地 : 〒160-0023 東京都新宿区西新宿 3-2-27 3階  
 電話番号 : 03-6279-0350  
 事業内容 : 健康・美容に関するコンサルティング業務、健康・美容に関する情報提供サービス  
 会員企業 : 現在、130社超(2013年7月現在)  
                   延べ600社超  
 HP : <http://www.yakujihou.com/> (YDC)、  
       <http://www.yakujihou.co.jp/> (YDC 研究所)

・・・本リリースに関するお問い合わせ先・・・

「薬事法ドットコムマーケティング研究所」広報事務局 (one 内) 担当: 松田