

F1層のリアルをミュゼマーケティングが調査！

MUSEE MARKETING News Letter

～ダイエット編～

**体型に満足していない人は90%
20～34歳女性に聞いた最新ダイエット事情**

全国334万人(※)のミュゼプラチナム女性会員組織を活用し、F1層のマーケティングに特化したミュゼマーケティングが「ダイエット」に関するアンケートを実施。いつまでも若々しく、美しくあり続けたいという女性にとって永遠のテーマである「美」。なかでも、ダイエットに励む女性は多く、それを象徴するように世の中にはダイエット商材が溢れています。

そこで、20～34歳のF1層はどんなダイエットに取り組んでいるのか、目標体重になるためにどのくらいのお金をかけているのかなど、ダイエットに対する考え方や消費行動を全国1,118人に調査しました。

<トピックス> ～ダイエット編～

- 90%の女性が、いまよりもスリムになりたい！
- ダイエットの成功率は60%。さらに、73%がリバウンドを経験
- 効果が得られたダイエット法、1位は食事制限
- 1か月のダイエット予算は5,000円未満

【調査概要：ダイエット編】

- 調査日 : 2018年5月22日(火)～2018年5月31日(木)
- 調査方法 : インターネット調査
- 調査人数 : 1,118名
- 調査対象 : 全国 20～34歳の女性

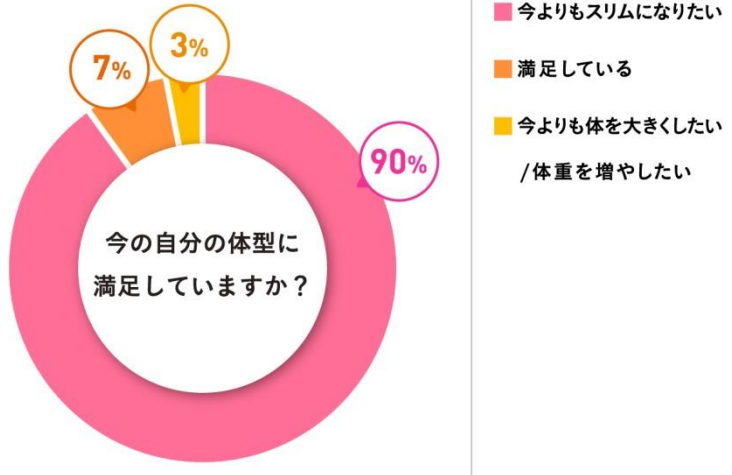
※本リリースの調査結果・グラフをご利用いただく際は、必ず【ミュゼマーケティング調べ】とご明記ください。

【本件に関するお問い合わせ先】

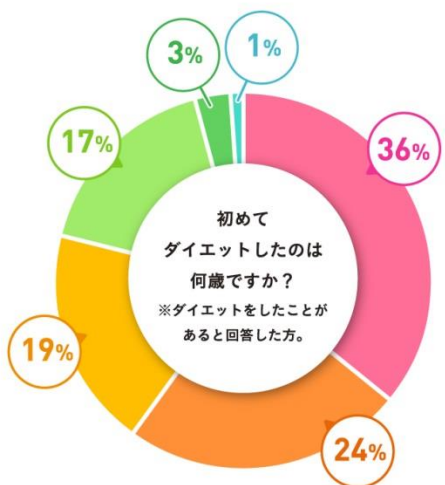
(株)ミュゼプラチナム 広報・PR担当 柳沼・渡辺
TEL : 03-3486-2097 FAX : 03-3486-2081

■ 90%の女性が、いまよりもスリムになりたい！

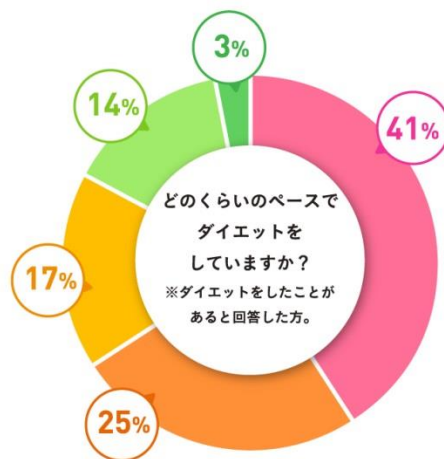
はじめに、現在の体型に満足しているか聞いたところ、「満足している」と回答したのは、わずか7%となり、「いまよりもスリムになりたい」は90%と、痩せたい願望がある人が大多数を占めました。そして、85%の女性が「ダイエット経験がある」と答えました。



初めてダイエットを始めた時期を尋ねてみると、「高校生（36%）」「20歳を超えてから（24%）」「大学生 / 18歳くらい（19%）」という結果となり、思春期の頃からダイエットに興味を持ち始めることがわかりました。さらに興味深いのは、31人が「小学生（3%）」と回答したこと。ダイエット意識の低年齢化が進んでいるのかもしれない。また、ダイエットのペースについては、「常に意識している（41%）」が一番多く、次いで「年に数回（25%）」と、年間を通して体型を意識して生活している女性が一定数いることが明らかとなりました。



■ 高校生 ■ 20歳を超えてから
■ 大学生(18歳くらい) ■ 中学生 ■ 小学生
■ 覚えていない



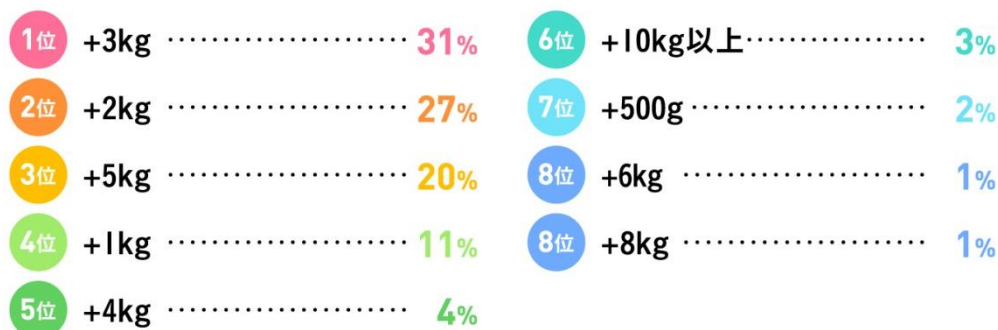
■ 常に意識している ■ 1年に数回 ■ 数年に1回
■ 1年に1回 ■ したことがない

■ ダイエットの成功率は60% さらに、73%がリバウンドを経験

冒頭でダイエット経験ありと回答した女性たちに、そのダイエットは成功したのか聞いたところ、60%が「成功した」と答え、満足のいく結果を得られたようです。しかし、73%が「リバウンドしたことがある」と回答。ダイエット後の体型維持が課題となっているようです。

また、自分の平均体重より何kgを超えたらダイエットするのか聞いたところ、女性が危機感を覚える体重増加は、「3kg（31%）」「2kg（27%）」「5kg（20%）」と2～5kgがボーダーラインであることがわかりました。

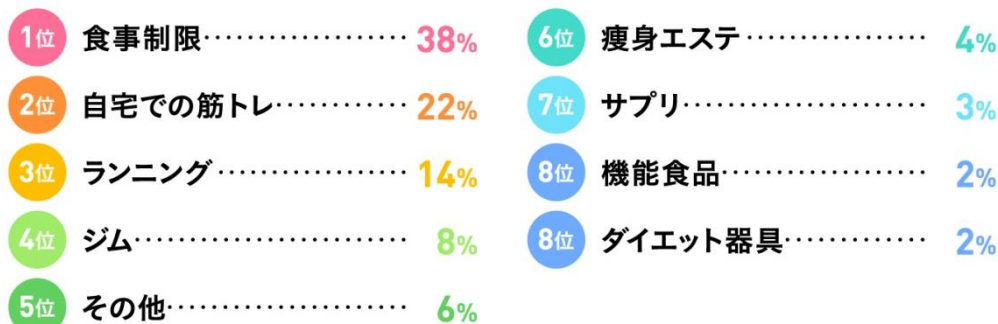
Q 年間平均体重より何 kg を超えたらダイエットしなきゃ！と思いますか？



■ 効果が得られたダイエット法、1位は食事制限

効果が得られたダイエット法についても調査してみたところ、食事制限や自宅での筋トレなど手軽にできることから始める女性が多いことがわかりました。

Q 実際に効果が得られたダイエット法はなんですか？ ※3つまで選択可

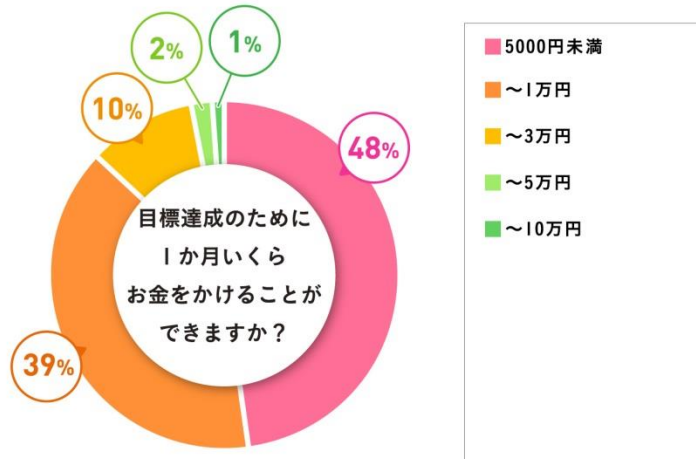


■ 1か月のダイエット予算は5,000円未満

昨今、女性も美しい筋肉や理想の体型を手に入れるために本格的なジムに通うほか、マンツーマンで個人に合ったメニューを提供するパーソナルトレーニングも人気がありますが、実際はどれくらいの金額をかけているのか調べたところ、1位は「5,000円以下（48%）」となりました。

さらに、正直ダイエットにお金をかけたいと思うか尋ねたところ、「お金はかけない！（23%）」「あまりお金をかけたくない（68%）」と、なるべくお金をかけずに痩せたいのが本音のようです。

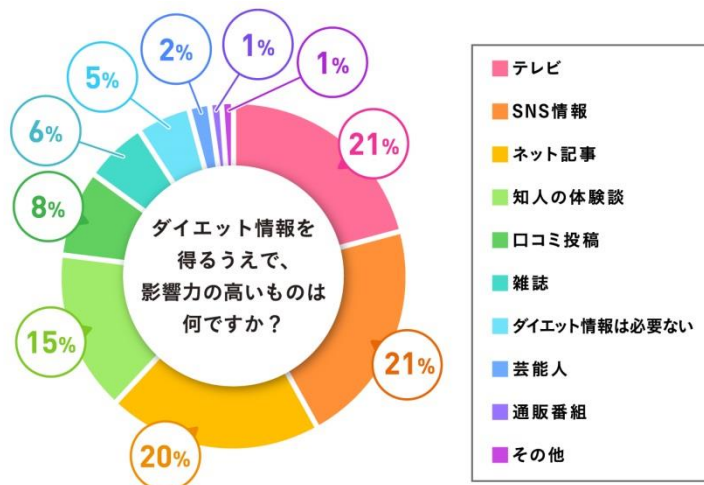
ダイエットは常にしたいと思いつつも、コストは最小限に抑えたいということが判明する調査となりました。



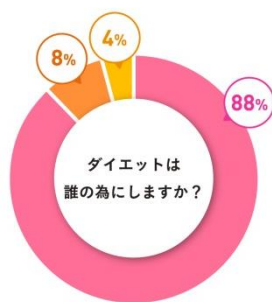
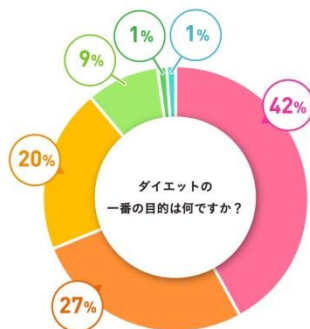
▶記事詳細はこちら：<https://musee-marketing.com/topic/marriage/>

※本リリースの調査結果・グラフをご利用いただく際は、必ず【ミュゼマーケティング調べ】とご明記ください。

データ一覧 ～ダイエット編～



データ一覧 ～ダイエット編～



※本リリースの調査結果・グラフをご利用いただく際は、必ず【ミュゼマーケティング調べ】とご明記ください。

『ミュゼマーケティング』について

美容意識の高い女性を中心とした会員層を有し、自社デジタルメディアと全国173(※)店舗のサロンによるクロスメディアアプローチが特徴のメディアサービスです。店頭サンプリング、商品モニター、リサーチ、デジタル広告やメールマガジンによるサービス告知などを提供しています。

F1層をコアとした全国334万人以上(※)の会員さまへ向け、自社サービスの認知拡大、継続的な収益モデルを検討したい企業様は、ミュゼマーケティングへお問い合わせください。

▶サービスの詳細・資料ダウンロードはこちら：<https://musee-marketing.com/>

MUSÉE
MARKETING

美容脱毛サロン『ミュゼプラチナム』について

“全ての女性のキレイをお手伝いしたい”との想いを込め、2003年に誕生した、高品質の美容脱毛専門サロン。多くの女性の支持を受け、現在では全国に173(※)店舗を展開中。

▶ミュゼプラチナム ホームページ：<https://musee-pla.com/>

MUSÉE
PLATINUM
ミュゼプラチナム

(※) 2018年6月末日時点

【本件に関するお問い合わせ先】

(株) ミュゼプラチナム 広報・PR担当 柳沼・渡辺
TEL : 03-3486-2097 FAX : 03-3486-2081