
**FiNC 総研、新型コロナウイルス感染症対策により
おうちフィットネスの需要増加・健康意識向上の調査リリースを公開
～FiNC ユーザーを対象に新型コロナウイルス感染症対策の影響による
ライフスタイルの変化についてアンケートを実施～**

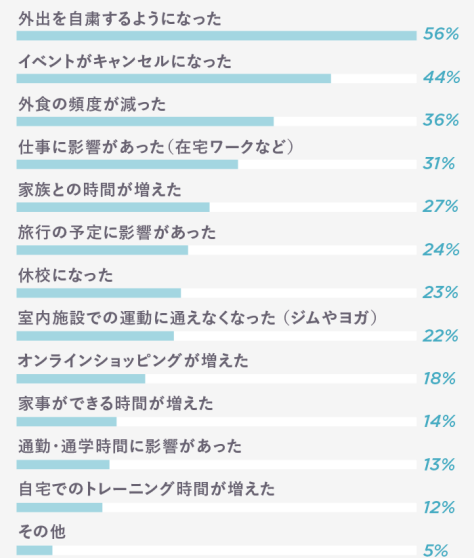
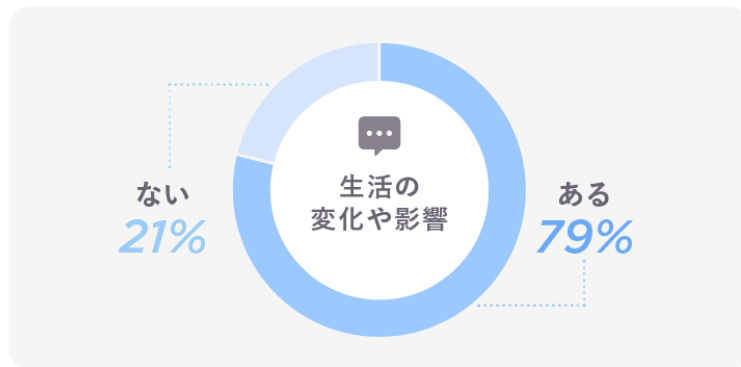
予防ヘルスケア×AIテクノロジー（人工知能）に特化したヘルステックベンチャー株式会社 FiNC Technologies（本社：東京都千代田区、代表取締役 CEO：南野 充則、以下「当社」）は、健康への価値観や課題意識などを考える「FiNC 総研」を立ち上げ、ヘルスケアプラットフォームアプリ「FiNC®」をご利用いただいているヘルスケア意識の高いユーザーを対象に、新型コロナウイルス感染症対策の影響によるライフスタイルの変化についてアンケートを実施いたしました。



世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症の拡大により、日本では外出の自粛をはじめとし、在宅ワークの推奨、学校の休校、イベントの中止・延期など予防対策が行われ、暮らしに様々な影響が出ています。そうした背景を踏まえ「FiNC 総研」では、日頃からヘルスケア意識の高い FiNC アプリユーザーのなかでも、アクティブユーザーである「FiNC サポーター」*1の方々を対象に、新型コロナウイルス感染症対策の影響によるライフスタイルの変化についてアンケートを実施しましたので、調査結果を公開いたします。

1. 約8割が日常生活に影響あり

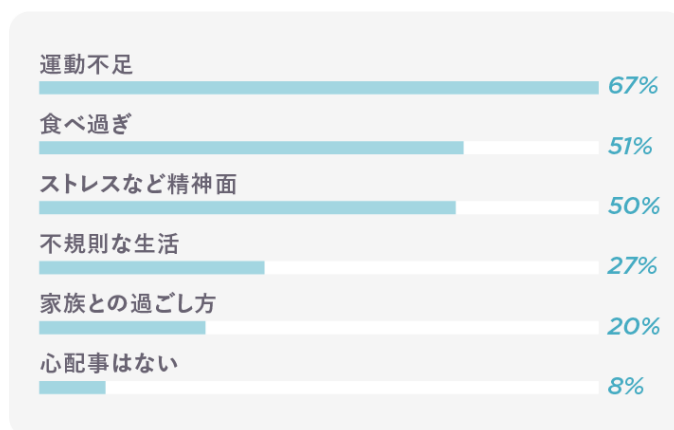
新型コロナウイルス感染症の予防対策によって、ライフスタイルに変化はありましたか？「ある」と答えた方は、具体的にどのような影響を受けたか教えてください



日々の暮らしに変化が出ていると感じている FiNC サポーターは実に 79% に上ります。その具体的な影響として、「外出を自粛するようになった」という答えが最も多い結果に。続くイベントの中止、在宅ワークへの切り替え、ジムやヨガスタジオの一時的な閉鎖なども要因になっていると考えられます。

2. 心配なのは、やっぱり健康のこと

上記で「だいぶ増えた」「増えた」を選んだ方は、家での時間が増えることでどんな心配事がありますか？



自宅にこもりがちになることで、運動不足や食べ過ぎ、ストレスが溜まるなどヘルスケアに関する心配事が多いようです。これは普段から健康に対して意識を高く持っている FiNC サポーターだからこその結果とも言えそう。それと同時に、どのように続けられる宅トレやストレス発散法、ヘルシーレシピを身につけるかといった課題も見えてきます。

3. 自宅で気軽にできることに注目

健康に関することで今後新しく始めてみたいことがあれば教えてください

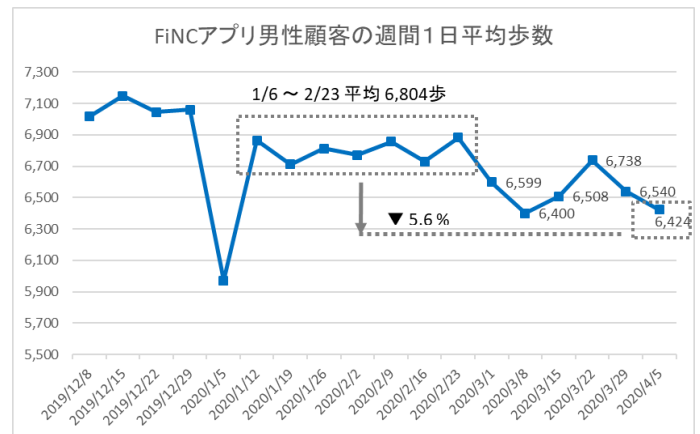
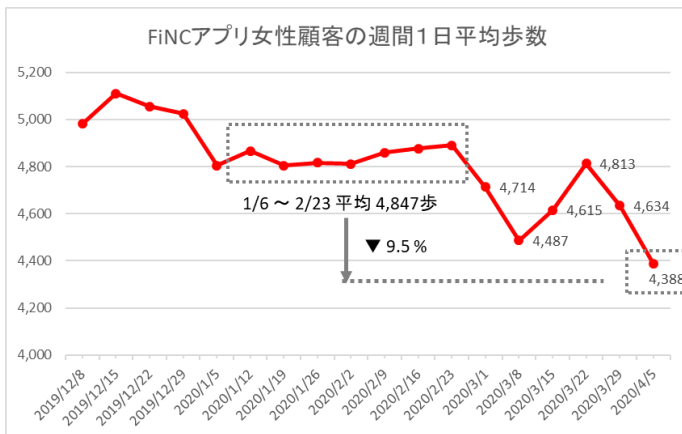


外出を控えるようになり、マスクや除菌アイテムの購入が困難など様々な要因が重なるなかで、自宅で気軽にスタートできることに注目が集まっています。例えば、オンラインでできるエクササイズやヨガを取り入れたいと考えている FiNC ユーザーが数多くいるようです。また、健康について改めて見直したいという意見も多く、グルテンフリーのレシピを取り入れたい、薬膳料理を学びたい、糖質制限レシピを覚えたいというインナーケアに気づかう声もありました。

本調査結果から、運動不足や食生活の乱れ、ストレスにより自宅でのフィットネスやトレーニング、ヨガなどの需要の増加や健康意識の向上の傾向が見受けられました。

◆新型コロナウイルス感染症による FiNC アプリユーザーの歩数への影響について

当社調べによると、2020年3月30日（月）～2020年4月5日（日）までの1週間、FiNC アプリユーザーの1日平均歩数は、新型コロナウイルス感染症が本格化する1月～2月平均（年末年始休暇要因で歩数が減少する1月第1週を除く）と比較して、女性 9.5%、男性 5.6%減少しておりました。これらの結果は、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う外出自粛、リモート勤務の拡大等から平均歩数が減少していると考えられます。



※ 各日の歩数が500歩未満、10万歩超の顧客は除いた対象顧客数は、歩数データが得られる全顧客を対象としたため各日で異なる（2019年末時点で女性77.5万人、男性11.1万人）

FiNC アプリの女性ユーザーの1日平均歩数は、1月～2月平均と比較して、459歩（9.5%）減少しており、消費カロリーに換算すると約9 Kcalに相当します。これは以下の例のような運動メニューを全て実践した時と同等の消費カロリーです。（身長158cm 体重53kgの女性を想定）

- スクワット 10回で1セット（30秒）×3セット
- クランチ 10回で1セット（20秒）×2セット
- プッシュアップ（腕立て伏せ） 10回で1セット（30秒）×2セット

現在「FiNC」アプリおよびオウンドメディア「FiNC U」では、このような状況下だからこそ知りたいトレーナーや管理栄養士、医師等のヘルスケア領域の専門家が監修したウェルネス情報をまとめた特集「今こそ、カラダ」を設け、お客様に向けて提供しております。今後も幅広いコンテンツをお届けしてまいりますので、是非ご覧ください。

<メディア関係者様へ>

FiNC ウェルネスポールの貴メディア読者様へのプレゼント提供が可能です。プレゼントパブリシティなど用途と必要個数のご希望をご連絡ください。



【調査について】

新型コロナウイルス感染症の影響で、生活にどんな変化があった？
（出典：FiNC サポーターアンケート 2020年3月実施 回答数：5799）

【引用・転載時のクレジット表記のお願い】

本調査結果をご使用される際は、「FiNC 総研調べ」と明記していただきますようお願い申し上げます。

FiNC 総研とは

FiNC 総研では、アンケートやインタビューなどを通じて、FiNC ユーザーや有識者の声をもとに、ヘルシーで前向きに過ごすライフスタイルや、関心ごとなどをリサーチし、ウェルネスライフの未来を考えていきます。さらに毎日のヘルスケアに寄り添う FiNC だからこそその視点で、健康への価値観や課題意識などをとらえていきます。

今後は、企業様にとって「モノづくり」や「サービス向上」、「コミュニケーション醸成」のための知見としてもお役に立ていただける調査を行う予定です。

ヘルスケア/フィットネスアプリ No.1「FiNC」とは

FiNC アプリは、特許※2を取得したパーソナルトレーナーAI（人工知能）を内蔵したヘルスケアプラットフォームアプリです。「カラダのすべてを、ひとつのアプリで。」というコンセプトのもと、900万ダウンロードを突破いたしました。さらに、ヘルスケア/フィットネスにおいてダウンロード数国内No.1※3、App Storeのセールスランキングで1位※4を獲得し、「Google Play ベスト オブ 2018」では「自己改善部門」において大賞を受賞いたしました。また、当社はヘルスケア分野における人工知能に関連した技術で、60件の特許を取得しております。



アプリをダウンロードして、スマートフォンを持ち歩くだけで毎日の歩数が貯まり、体重・睡眠時間・食事といったライフログの記録や、歩数に応じて、FiNC モールで使用できるポイントが付与されます。また著名なアスリート・トレーナー・栄養士といった専門家が発信するエクササイズ・ストレッチ・ヘルシーレシピ・ヨガといった動画コンテンツや、20万件もの食品データベースをはじめ、様々な栄養及び運動プログラムを内蔵し、パーソナルトレーナーAIが、ユーザーひとり一人の興味や悩みにあったメニューを厳選してお届けいたします。ひとりではなかなか続けられない方でも、楽しみながら続けることができるアプリになっています。

※1 FiNC ユーザーのなかでも、ヘルスケア意識の高いアクティブユーザーが集まる組織です。

※2 特許 6075905 号、特許 6360547 号、特許 6486541 号、特許 6429840 号、特許 6010719 号、特許 6362651 号、特許 6069652 号、等

※3 日本国内 App Store / Google Play 「ヘルスケア（健康）/フィットネス」カテゴリにおける1年間（2019年1月～12月）のダウンロード数の合算です / 出典：App Annie

※4 日本国内 App Store 「ヘルスケア&フィットネス」カテゴリにおける1年間のセールス。（2017年12月～2018年11月） / 出典：App Annie のデータに基づく当社調べ

FiNC アプリのダウンロードはこちら

ダウンロード：無料



Google Play : <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.fincapp&hl=ja>

App Store : <https://itunes.apple.com/jp/app/finc/id965626396?mt=8>

株式会社 FiNC Technologies について

当社は、「Personalized AI for everyone's wellness」をミッションに掲げる予防ヘルスケア×テクノロジー（人工知能）に特化したヘルステックベンチャーです。管理栄養士や理学療法士等の健康領域の資格保有者、トレーナー、データサイエンティストやエンジニア、栄養学・運動学・心理学などのライフサイエンス領域の研究者で構成されたプロフェッショナル集団です。

- ◆会社名 株式会社 FiNC Technologies
- ◆所在地 東京都千代田区有楽町1丁目12-1 新有楽町ビル 5F
- ◆設立 2012年4月11日
- ◆代表者 代表取締役 CEO 南野 充則
- ◆従業員数 198名（2020年4月1日現在）

<提供サービス URL>

- FiNC アプリ：<https://finc.com/>
- FiNC モール：<https://mall.finc.com/>
- FiNC ダイエット家庭教師：<https://dietcoach.finc.com/>
- FiNC for BUSINESS：<https://corporate.finc.com/business/>
- FiNC Fit：<http://fincfit.com/>
- FiNC U：<https://u.finc.com/>

※ FiNC の名称・ロゴは、日本国およびその他の国における株式会社 FiNC Technologies の登録商標または商標です。

※ 記載されている会社名・商品名は、各社の商標または登録商標です。

※ プレスリリースに掲載されている内容、サービス／製品の価格、仕様、お問い合わせ先その他の情報は、発表時点の情報です。その後予告なしに変更となる場合があります。

<本件に関する報道関係者のお問い合わせ先>

株式会社 FiNC Technologies 担当：弓削/行木/坂本
電話：050-1742-0330（代）Mail: pr@finc.com