

D-SCAN²⁰⁰⁴

大広・生活者情報総合データベース

<サプリメント>から見えてくる生活意識

「サプリメント利用者」VS「サプリメント非利用者」

サブリ利用者は、情報重視の健康マニア？

Point

- 女性の3割がサプリメントを利用
- サブリ利用者は「洗練」「文化的」なイメージが好き
- サブリ利用者は美と健康のためならエネルギーを惜しまない
- サブリ利用者は食生活そのものへの関心が高い
- サブリ利用者は不健康なのではなく、
- サプリメントに込められた情報性が、元氣とキレイのもと?!

アプローチ

- ① 目的は、サプリメント利用者の消費意識や生活行動の特性を見ること
- ② 18歳～74歳の男女3000名を対象としたD-SCAN調査2004を基に、「健康のためにサプリメントをとっている」の回答でのサプリメント利用・非利用を軸に、消費意識等様々なクロス集計を行った・

*以下の文章中、「全体平均」とあるのは、上記3000名の平均値

概観

● 女性の約3割がサプリメントを利用

- ・「サプリメント利用率」を性別で見ると、男性＝15.5%、女性＝29.3%で女性が男性のほぼ2倍。
- ・「サプリメント利用率」を＜年代×性別＞で見ると、「20代女性」が33.7%で最も多く、次いで「40代女性」「30代女性」が3割弱。女性は年代による差が少なく、60代女性でも28.7%が利用している。（図1）

健康のためにしていること

● サプリを飲んでいないだけではない！食にも運動にも熱心なサプリ利用者

- ・さっそく「健康のためにしていること」を見てみよう。「サプリメント利用者」が全体平均より5%以上高いものは、30項目中20項目にのぼった。また全項目で「サプリメント非利用者」を上回った。
- ・特に「栄養をバランスよくとっている」をはじめとする『健康に良い食生活』に関する項目では差が大きくなっている。

● 面倒だからサプリではなく、スティックだからサプリ

- ・「サプリメント非利用者」との比較では、「規則正しい生活をするようにしている」等の基本的な生活態度や「朝食は必ず取るようにしている」等の基本的な食習慣での差はわずか。「睡眠を充分とる」なども差が少ない。
- ・差が出るのは、「野菜類を取るようになる」「乳製品を定期的にとるようにしている」等の具体的な食生活、「体重チェック」「成人病検診」等の日常的管理に関わるもの、「指圧等で疲れを取る」「ジムで鍛える」等の具体的な健康維持活動など。
- ・つまり「サプリメント非利用者」も健康を気にかけていないわけではなく、基本的な健康維持とスポーツ等のプラスアルファの健康行動までは行っている。
- ・「サプリメント利用者」はこれに加えて、意識的に何かを控える等のスティックな健康行動をおこない自己管理している。さらにサプリメントや栄養剤を利用する、マッサージに行くなど、かなりの時間とお金を健康に投資する傾向がうかがわれる。
- ・サプリメントというと、「時間がなからサプリで済ます」「栄養がとれないからサプリでまぎらわす」等のイメージもあるし、実際そのような利用も多いと思われるが、今回の集計結果からは＜健康志向の上位段階での利用＞という傾向が見え、興味深い。（図2）

図1 属性別サプリメント利用率

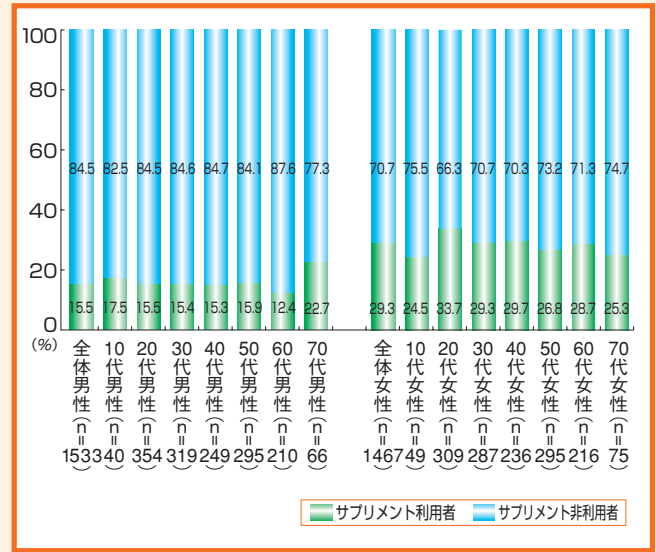
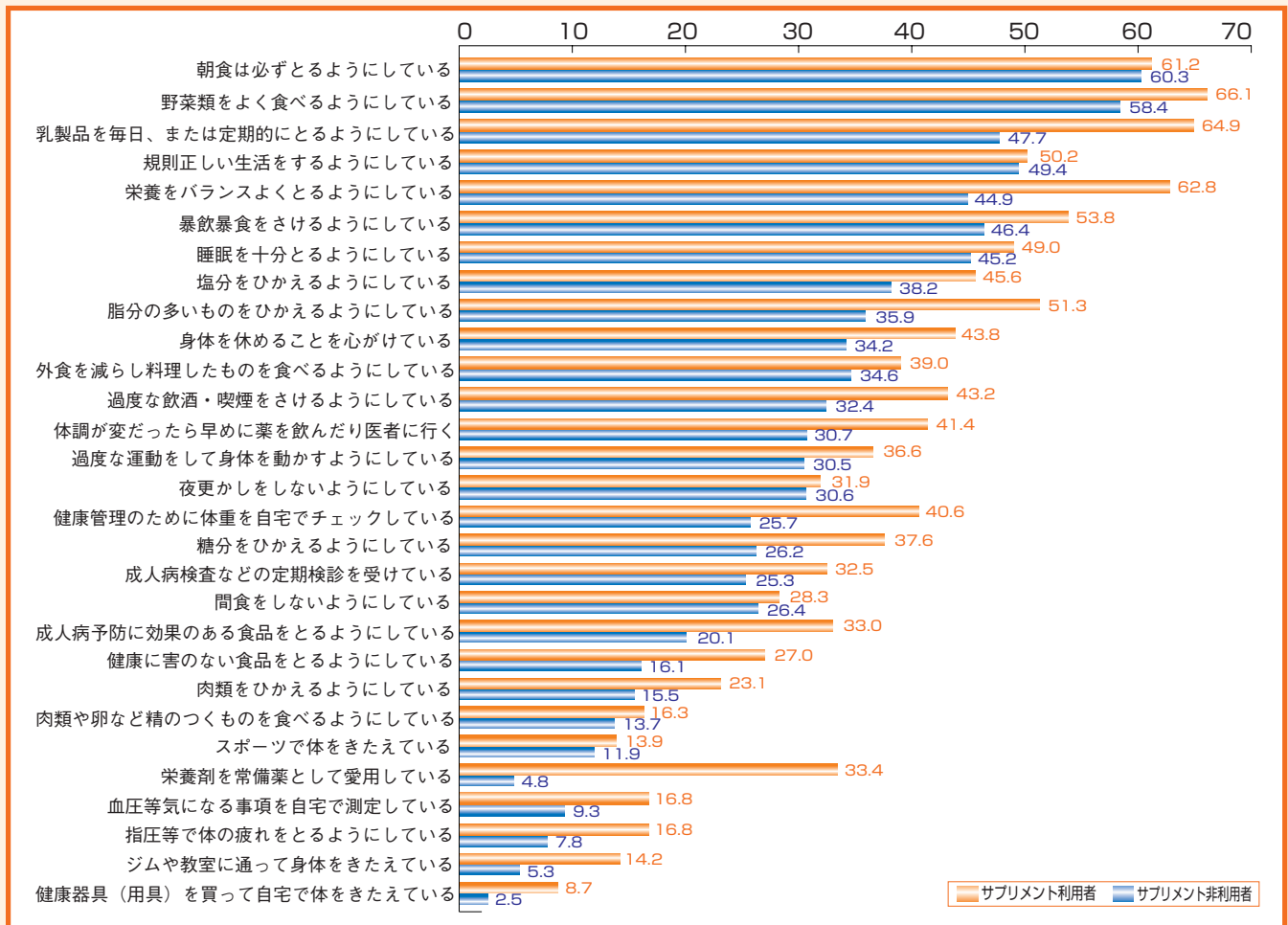


図2 健康のためにしていること



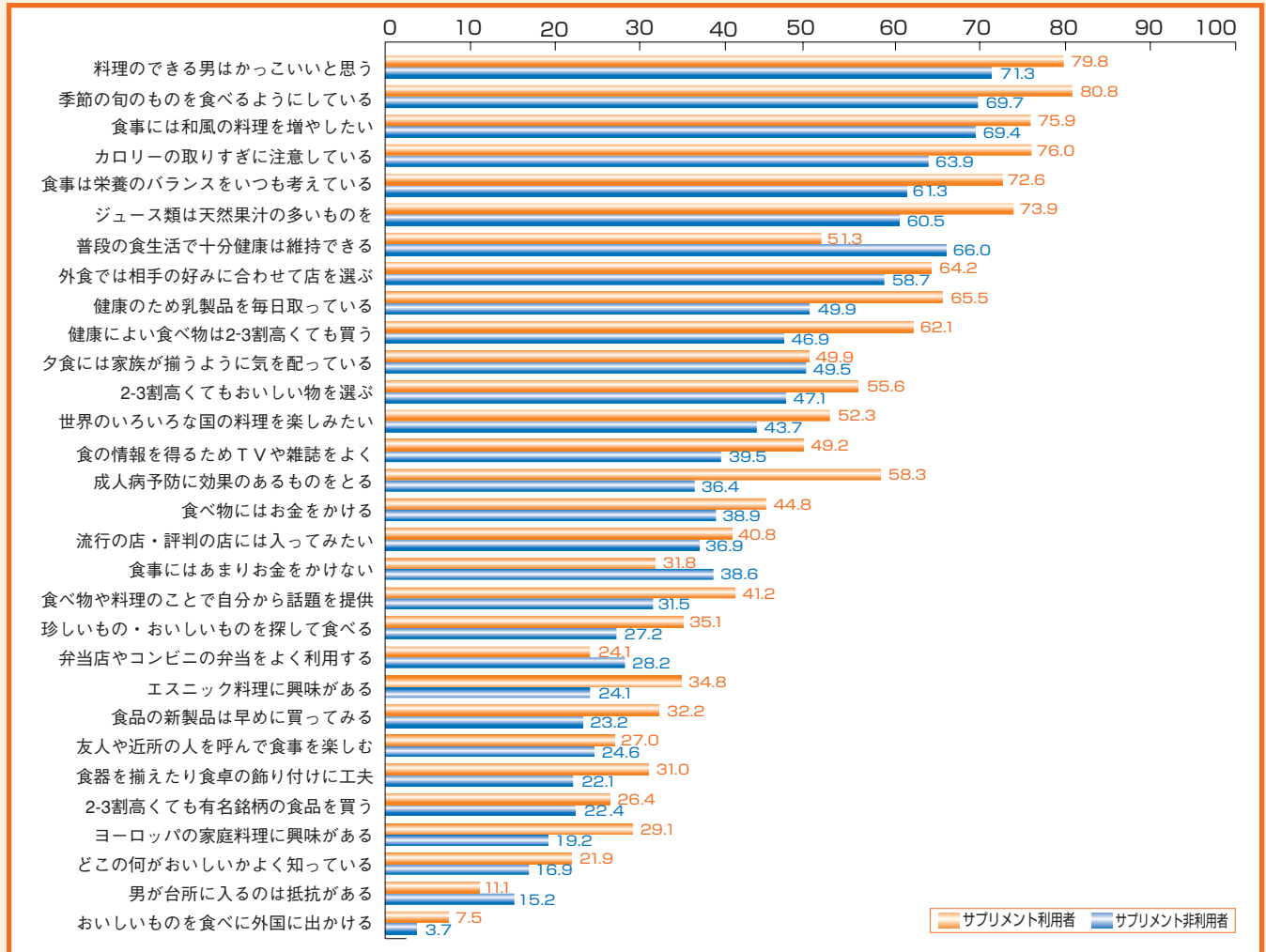
食生活についての意識態度

● 美味しい食、楽しい食にもエネルギーを注ぐサプリ利用者

・普段の食生活を見てみよう。「食生活についての意識態度」では、[サプリメント利用者]が全体平均より多くの項目で高くなっている。ただし項目の中には「コンビニの弁当をよく利用する」といったものがあり、これらを除いた健康コンシャスな項目では、ほとんどが全体平均を上回った。

・[サプリメント利用者]が特に高いのは「健康のために乳製品を毎日取っている」「健康に良い食べ物は2〜3割高くても買う」「成人病予防に効果のある食品を選ぶ」など、“健康な食生活”への関心が特に高い傾向が見られた。また、これ以外にも「2〜3割高くてもおいしいものを選ぶ」「新製品は早めを買ってみる」など情報関連も高く、健康配慮だけでなく、食生活への関与そのものが関心の高さが伺える。(図3)

図3 食生活の意識



病気や症状等の身体の状態・ストレスの状況・喫煙の有無

● サプリ利用者は不健康・・・の気がしている？

・では現実的に両者の健康状態はどうなっているのだろうか。「病気や疾病等の身体の状態」を見てみよう。[サプリメント利用者]は、「疲れがとれない」「胃腸薬等自分で薬を買って飲んでいる」は明確に高くなっているが、薬の服用や通院などの項目は非利用者との差は少ない。“不健康のような気がしている”のでサプリメントを利用している?(図4)

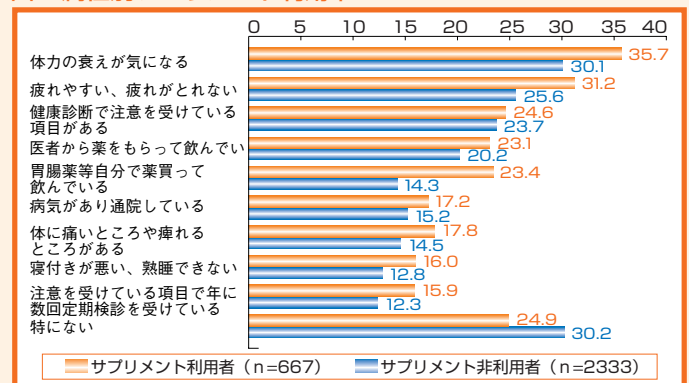
図4 属性別サプリメント利用率

● サプリ利用者のほうがストレスを感じている

・精神面のストレスはどうか。「ストレスの状況」を見ると、[サプリメント利用者]＝「ストレスをしばしば感じる」(29%)「たまに感じる」(47%)、[サプリメント非利用者]は同26%、49%。多少ではあるが、ストレスを感じる割合も利用者の方が多い。

● 喫煙率＝サプリメント利用者は喫煙率は低い

・また健康と大いに関連があると思われる「喫煙の有無」だが、[サプリメント利用者]＝「だいたい毎日吸う」(25%)「ときどき吸う」(3%)。[サプリメント非利用者]＝「だいたい毎日吸う」(33%)「ときどき吸う」(4%)で、非利用者の喫煙率が9%高い。



サプリメント利用者の利用モチベーション

● <サプリメント利用者の傾向>まとめ

- ・以上、調査の結果を整理すると以下ようになる。
- ・女性の約3割がサプリメント利用者＝「20代女性」が33.7%で最も多い
- ・サプリメント利用者は食にも運動にも熱心で、日常的に健康管理を意識し行動している
- ・サプリメント利用者はかなりの時間とお金を健康に投資している
- ・サプリメント利用者は美味しい食、楽しい食にもエネルギーを注ぐ
- ・サプリメント利用者のほうが健康上の問題を抱えている気がしている
- ・サプリメント利用者のほうがストレスを感じている

<自分消費>+<情報重視>

- ・サプリメント利用者は、<自分>や<日々の暮らし>にこだわりがあり、関与度が高い。ゆえに、積極的に健康向上に取り組んでいる反面、心身の不調意識も強い。
- ・美と健康に関する膨大な情報が刻々と届けられる。自分を意識して暮らしていれば、最も気になるカテゴリーであろう。サプリメント利用者の<意識度>と<関与度>の高さの背景にあるのは、情報への高い関心でありアクセスの豊富さだ。それらの情報を検討検証した結果、サプリメント摂取は洗練や文化的であることに矛盾しない行為と位置づけられたのではないか。

<サプリはスマート>+<ちょっと安心>

- ・サプリメントは、現状では簡便性よりも<知的で都会的>という面が評価されているように思われる。だから簡便性重視の若い男性よりも、美に関心の高い女性に受け入れられている。
- ・薬の「プラシーボ効果」（心理的な治療効果）は有名だが、サプリメントは消費の側面から見た場合、<健康（イキイキした暮らし）と自分をつなぐスマートかつ便利な架け橋>であり、<ちょっと安心気分>をもたらしてくれるもの。情報を基に美と健康を得たいと願う今の気分に合う。今回見たサプリメント利用者の傾向はこれを端的に示していよう。