

報道関係各位

株式会社 共立総合研究所

「主婦の消費行動に関するアンケート（「健康」について）」結果

株式会社 共立総合研究所(大垣市郭町 2-25 取締役社長 森秀嗣)は、主婦の消費行動に関するアンケート結果を取りまとめましたので、その中から「健康について」の部分を抜粋してご紹介します。なお、結果の全文は4月1日発刊の当研究所の機関誌「レポート Vol.157」に掲載しています。

《要約》

健康維持への関心は高いものの、その取組についてはきるだけお金をかけずに済まそうとする主婦の消費行動がうかがえた。家計収入があまり増えない一方で、消費税増税や円安による輸入価格の上昇など物価上昇もあり、家計支出は増加していることが一因と考えられる。

1. 健康維持への主な取組は、食事や生活習慣

普段健康のために行っていることは、食事の量・栄養バランスの管理や体調管理などで、運動するなど積極的な健康づくりまでは取り組んでいない。

2. 健康維持にも節約志向

お金をかけずに済まそうとする傾向が、普段健康のために行っていることへの回答のほか、健康維持のために希望することでも、「ワンコイン（500円）の健康診断」や「健康維持のための休暇制度」、「健康に配慮したレシピの無料共有webサイト」などお金のかからないことが上位をしめたことから認められた。

3. 年代上昇で健康維持にもお金をかける傾向

節約志向がみられる中、年代が上がるとともに「健康食品やサプリメントを取る」、「有機野菜など質で食材を選ぶ」などを行うようになり、健康のためにある程度お金をかける割合が高くなることがうかがえた。

【調査概要】

1. 調査期間：2014年11月25日～12月1日
2. 調査方法：大垣共立銀行本支店（東京・大阪を除く）に来訪した主婦798名にアンケート用紙を配布・回収（無記名方式）
3. 有効回答者数：776名（有効回答率 97.2%）
4. 回答者属性：

年代	20歳代	8.5%
	30歳代	18.9%
	40歳代	30.2%
	50歳代	27.7%
	60歳以上	14.7%
住所	岐阜県	59.9%
	愛知県	37.4%
	三重県	1.8%
	滋賀県	0.8%
	その他	0.1%
就業形態	専業主婦	15.3%
	正社員・公務員・自営業	37.2%
	パートタイマー	43.7%
	内職・その他	3.7%

（注1）本調査における「主婦」とは、既婚の女性で子どもの有無や就業形態は問わない。

（注2）数値は四捨五入の関係で合計が100%にならない場合がある（以下同じ）。

資料配布場所：名古屋金融記者クラブ、大垣市政経済記者クラブ

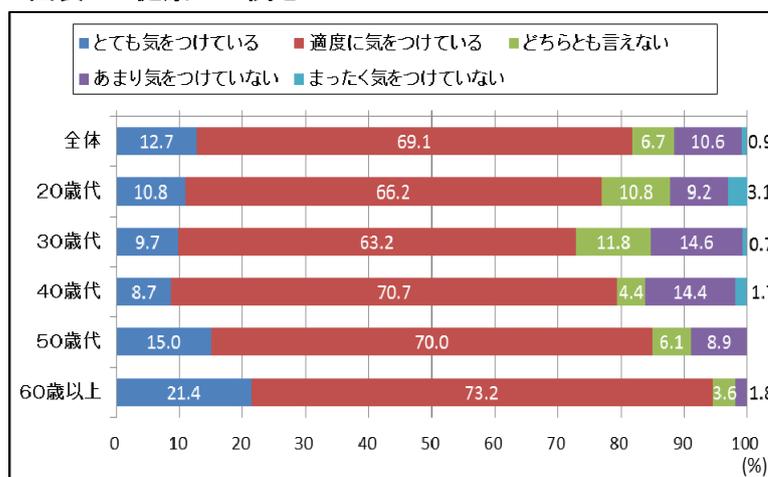
近年、健康志向が高まる一方、政府や健康保険組合もメタボ対策、生活習慣病予防などに取り組み、多くの人々が食事や普段の生活で健康を意識することが増えてきた。このようなか中、主婦は健康に関してどのような消費行動をしているのかについて調査した。

1. 健康への関心

最初に、「ご自身の健康について、あなたは普段どの程度気をつけていますか」と尋ねたところ、全体では「適度に気をつけている」が69.1%と最も高く、「とても気をつけている」の12.7%と合わせて80%を超えた（図表1）。

年代別では、30歳代で「適度に気をつけている」が63.2%と全世代の中で最も低い一方、「どちらとも言えない」が11.8%、「あまり気をつけていない」が14.6%といずれも全世代の中でもっとも高かった。30歳代は子育て世代であり、特に子どもがまだ幼かったり、自分の体力もまだある世代のため、自分の健康への関心が後回しになっていると思われる。

図表1 健康への関心



2. 健康のために普段行っていること

次に「ご自身の健康のために、あなたが普段行っていることは何ですか（3つまで選択）」と尋ねたところ、全体では「食事の栄養バランスに気をつける」が45.8%と最も高く、次いで「食べ過ぎない」が34.0%で食事に関して気を使う割合が高かった（図表2）。また、「健康診断を定期的に受ける」（32.9%）や「十分な睡眠を取る」（30.2%）、「体重・体脂肪を定期的に測る」（22.6%）など体の手入れや体調に気をつける割合も高かった。

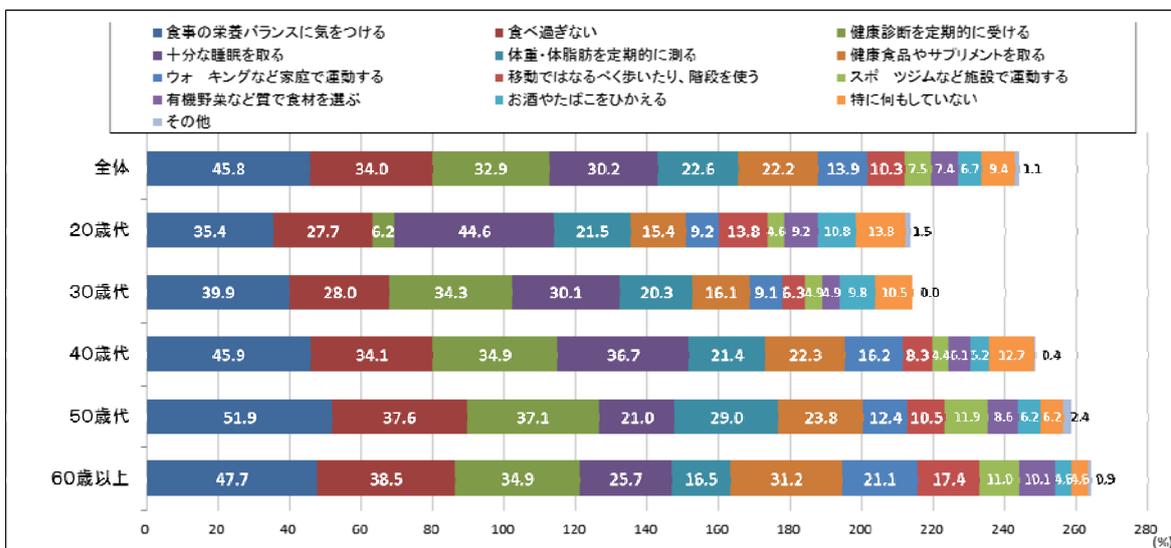
もっとも「栄養バランス」や「食べ過ぎ」など食事に関する項目が上位に来ているが、同じく「食事」に関することでも「健康食品やサプリメントを取る」は22.2%と他の項目と比べてあまり高くなく、「有機野菜など質で食材を選ぶ」は7.4%と低かった。また、「ウォーキングなど家庭で運動する」（13.9%）や「移動ではなるべく歩いたり、階段を使う」（10.3%）、「スポーツジムなど施設で運動する」（7.5%）など体を動かすことはいずれもあまり高くなかった。

年代別に見ると、20歳代では「健康診断を定期的に受ける」（6.2%）が他の世代に比べて圧倒的に低い一方、「十分な睡眠を取る」（44.6%）が高い。一方、50歳代や60歳以上では「十分な睡眠を取る」がそれぞれ21.0%と25.7%と比較的低い。「栄養バランス」や「食べ過ぎ」に気をつけたり、「健康食品やサプリメントを取る」や「有機野菜など質で食材を

選ぶ」など食事に関する項目は年代が上がるとともに高まっている。また、「ウォーキングなど家庭で運動する」や「移動ではなるべく歩いたり、階段を使う」は年代が上がるとともに高まる傾向が見られる。

図表2 健康のために普段行っていること（年代別）

※複数回答



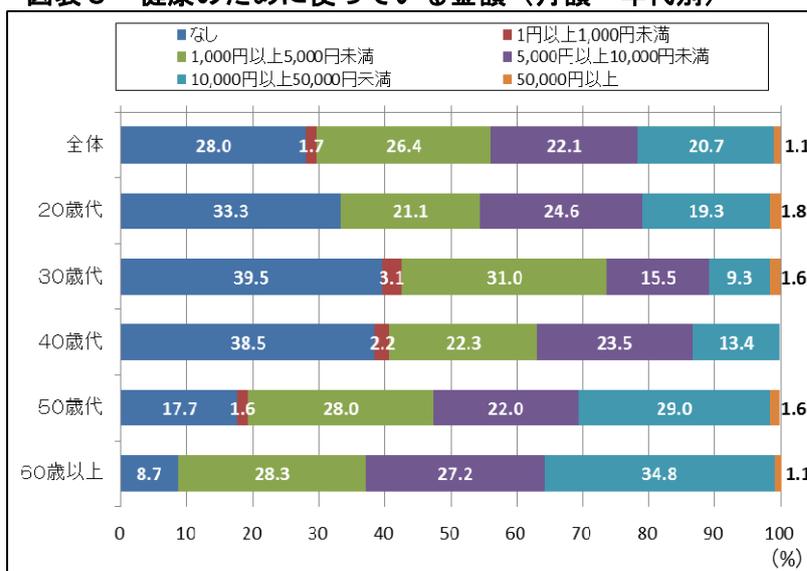
3. 健康のために使っている金額（月額）

「ご自身の健康のために、1ヵ月平均どのくらいお金を使っていると思いますか」と尋ねたところ、「なし」が28.0%で最も高く、ついで「1,000円以上5,000円未満」が26.4%、「5,000円以上10,000円未満」が22.1%、「10,000円以上50,000円未満」が20.7%だった（図表3）。30%近くの方が健康のためにお金をかけていない一方、月額1万円以上かけている人も20%以上いた。

年代別にみると、30歳代、40歳代では「なし」が40%近いが、50歳代、60歳以上では「10,000円以上」が30%を超えた。20歳代は「なし」が30%以上ある一方、「10,000円以上」も約20%で、お金をかけている割合が50歳代、60歳以上ほどではないが一定数に上った。

平均金額は全体で5,352円で、年代別に見ると20歳代が5,702円、30歳代4,243円、

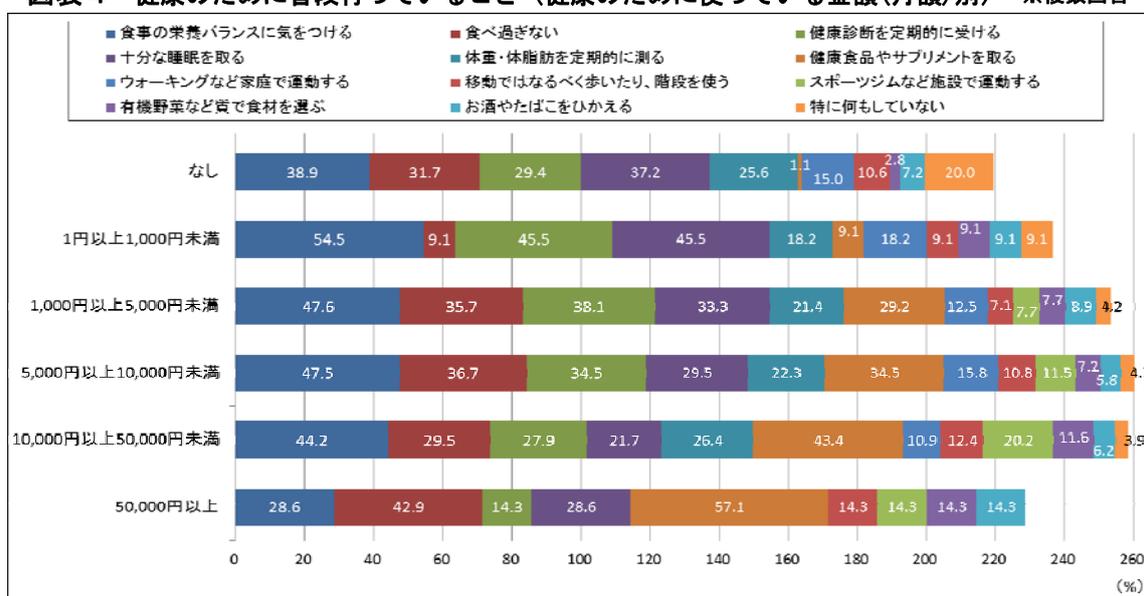
図表3 健康のために使っている金額（月額・年代別）



40歳代 3,361円、50歳代 6,831円、60歳以上 7,576円と、30歳代、40歳代が低かった。30、40歳代は子育て世代であり、自身の健康よりも子どもなどにかかるお金を優先しているためと思われる。

「健康のために使っている金額（月額）」ごとに先述の「健康のために普段行っていること」の割合を見てみると、普段行っている割合が高かった「栄養のバランスに気をつける」や「健康診断を定期的に受ける」、「十分な睡眠を取る」などは健康のために使っている金額が増えるほど割合が低くなっている（図表4）。一方、普段行っている割合が高くなかった「健康食品やサプリメントを取る」や「スポーツジムなど施設で運動する」は健康のために使っている金額が増えるほど割合が高くなっている。また、「食べ過ぎない」や「体重・体脂肪を定期的に測る」は健康のために使っている金額にはあまり関係ない。総じて、多くの人が普段行っていることは、あまりお金をかけずに済むことが主である。

図表4 健康のために普段行っていること（健康のために使っている金額(月額)別) ※複数回答



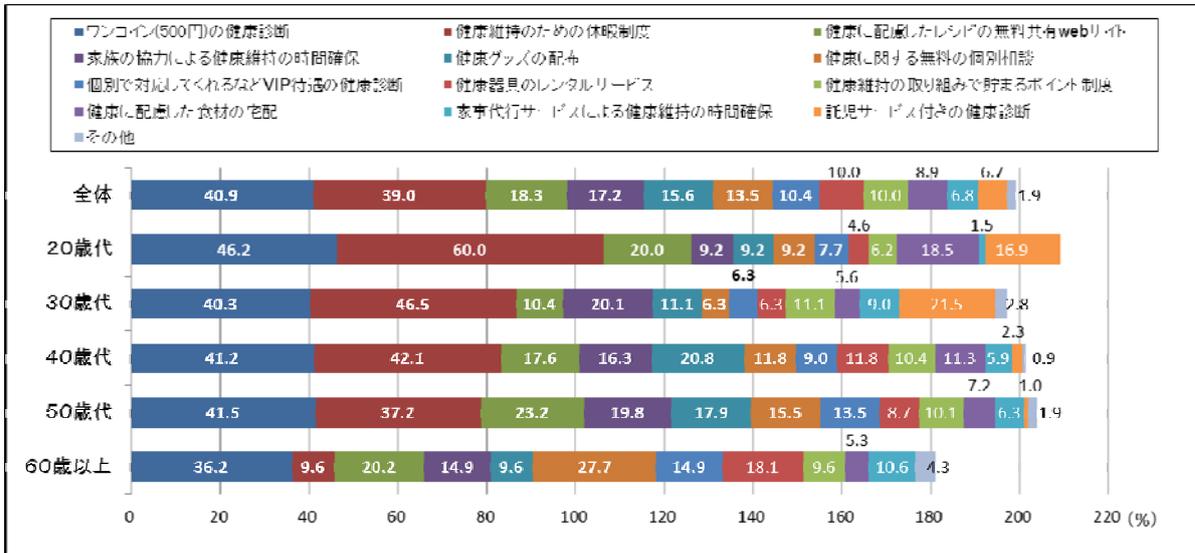
4. 健康維持のために希望すること

「あなた自身が健康を維持していくために、あったらいいなと思うことは何ですか（3つまで選択）」と尋ねたところ、「ワンコイン（500円）の健康診断」が40.9%で最も高く、次いで「健康維持のための休暇制度」が39.0%、「健康に配慮したレシピの無料共有 web サイト」が18.3%だった（図表5）。

年代別に見ると、60歳以上では「ワンコイン（500円）の健康診断」が36.2%と他の年代と同様に最も高かった。また、他の世代では比較的順位の低い「健康に関する無料相談」が27.7%と2位だった。50歳代以下では「健康維持のための休暇制度」や「家族の協力による健康維持の時間確保」などが高く、健康維持のために何らかの方法で時間を確保したいという希望がうかがえた。また、20歳代、30歳代では「託児サービス付きの健康診断」がそれぞれ16.9%と21.5%で、子育て世代ならではの希望がうかがえた。

図表5 健康維持のために希望すること（年代別）

※複数回答



5. おわりに

今回の調査結果から、以下の3点に絞ってまとめてみたい。

まず、健康に関しては健康への関心は全ての世代で高いことがうかがえた。普段、健康のために行っていることは食事の栄養バランスやその量などの管理や体調管理などだった。一方、運動するなど積極的な健康づくりに取り組むことまでは普段行っていない結果となった。

次に、普段健康のために行っていることは、いずれもお金をかけずに済むことが主であった。この傾向は、健康維持のために希望することでも、「ワンコイン（500円）の健康診断」や「健康維持のための休暇制度」、「健康に配慮したレシピの無料共有webサイト」などお金のかからないことが上位をしめたことから認められた。

最後に、節約志向がみられる中、年代が上がるとともに「健康食品やサプリメントを取る」、「有機野菜など質で食材を選ぶ」などを行うようになり、健康のためにある程度お金をかける割合が高くなることがうかがえた。

以上、家計収入があまり増えない一方で、消費税増税や円安に伴う輸入価格の上昇などによる物価上昇もあり、家計支出は増加しており、健康維持への関心は高いものの、できるだけお金をかけずに済まそうとする主婦の消費行動がうかがえた。