



Loyalty Marketing, Inc.

ヘルスケアパネル

株式会社ロイヤリティ マーケティング

目次

【実査期間】2024年5月

■ 健康状態	P.1~4
<input type="checkbox"/> ご自身の体形について	
<input type="checkbox"/> 定期的な健康診断・健康状態の診察実施有無	
<input type="checkbox"/> 現在、気になっている体の症状	
<input type="checkbox"/> 症状への対処	
<input type="checkbox"/> 現在の心理状況	
<input type="checkbox"/> 現在の生活状況	
<input type="checkbox"/> 喫煙状況	
<input type="checkbox"/> 喫煙の種類	
<input type="checkbox"/> 飲酒頻度	
<input type="checkbox"/> 頭髪ケア	
■ サプリメント・食品アレルギー	P.5~10
<input type="checkbox"/> 普段飲用しているサプリメント	
<input type="checkbox"/> サプリメント飲用の目的	
<input type="checkbox"/> サプリメントの購入頻度	
<input type="checkbox"/> サプリメントの1回あたりの平均購入金額	
<input type="checkbox"/> 食品アレルギー	
■ スポーツ・運動	P.11~13
<input type="checkbox"/> 実施しているスポーツ・運動	
<input type="checkbox"/> スポーツ・運動実施頻度	
<input type="checkbox"/> フィットネスクラブ	
<input type="checkbox"/> 普段の運動状況	
<input type="checkbox"/> 普段、運動をする／体を動かす目的	
■ 健康関連アプリ	P.14~17
<input type="checkbox"/> 利用している健康関連アプリ	
<input type="checkbox"/> 健康関連アプリの1か月の平均金額	
<input type="checkbox"/> 健康関連アプリの満足度	
<input type="checkbox"/> 今後（も）健康管理アプリを使いたいか	
■ 基礎属性	P.18~19
<input type="checkbox"/> 性別	
<input type="checkbox"/> 年代	
<input type="checkbox"/> 性年代	
<input type="checkbox"/> 居住地	
<input type="checkbox"/> 同居家族	
<input type="checkbox"/> 職業	
<input type="checkbox"/> 年収	

ヘルスケアパネル

■健康状態

□ご自身の体形について

	n	%
全体	150,767	100.0
1 痩せすぎ	6,100	4.0
2 やや痩せている	18,841	12.5
3 普通	64,440	42.7
4 やや太っている	46,490	30.8
5 太りすぎ	14,896	9.9

□定期的な健康診断・健康状態の診察実施有無

	n	%
全体	150,767	100.0
1 している	104,603	69.4
2 していない	28,132	18.7
3 定期的ではないが、している	18,032	12.0

□現在、気になっている体の症状

	n	%
全体	150,767	100.0
1 筋力の低下	52,323	34.7
2 記憶力の低下	40,879	27.1
3 視力の低下	61,993	41.1
4 判断力の低下	15,848	10.5
5 肥満	35,709	23.7
6 食欲の低下	4,817	3.2
7 胃腸の働きの低下	20,026	13.3
8 免疫力の低下	15,622	10.4
9 関節の衰え	23,413	15.5
10 骨粗しょう症	5,307	3.5
11 痛風	4,566	3.0
12 肩・首のこり	43,044	28.6
13 冷え性	15,705	10.4
14 肌の衰え	23,031	15.3
15 歯の健康	36,653	24.3
16 血圧の高さ	29,476	19.6
17 加齢臭	12,887	8.5
18 歯の衰え	24,518	16.3
19 血糖値の高さ	14,818	9.8
20 動悸・息切れ	10,154	6.7
21 物忘れをする	25,359	16.8
22 薄毛・脱毛	23,348	15.5
23 肌荒れ	16,058	10.7
24 花粉症	27,460	18.2
25 鼻炎	15,383	10.2
26 その他	6,171	4.1
27 いずれもあてはまらない／答えたくない	21,391	14.2

ヘルスケアパネル

□症状への対処

		筋力の低下		記憶力の低下		視力の低下	
		n	%	n	%	n	%
	全体	52,323	100.0	40,879	100.0	61,993	100.0
1	病院で治療している	2,116	4.0	739	1.8	5,623	9.1
2	サプリメントや健康食品を利用している	3,407	6.5	3,156	7.7	7,092	11.4
3	運動などを行うようにしている	20,290	38.8	3,740	9.1	2,825	4.6
4	その他の対応をしている	1,898	3.6	2,730	6.7	5,300	8.5
5	特に何もしていない	27,150	51.9	31,690	77.5	42,694	68.9

		判断力の低下		肥満		食欲の低下	
		n	%	n	%	n	%
	全体	15,848	100.0	35,709	100.0	4,817	100.0
1	病院で治療している	293	1.8	2,423	6.8	331	6.9
2	サプリメントや健康食品を利用している	964	6.1	3,631	10.2	495	10.3
3	運動などを行うようにしている	1,309	8.3	13,221	37.0	737	15.3
4	その他の対応をしている	920	5.8	2,930	8.2	327	6.8
5	特に何もしていない	12,806	80.8	15,983	44.8	3,218	66.8

		胃腸の働きの低下		免疫力の低下		関節の衰え	
		n	%	n	%	n	%
	全体	20,026	100.0	15,622	100.0	23,413	100.0
1	病院で治療している	3,032	15.1	876	5.6	2,498	10.7
2	サプリメントや健康食品を利用している	3,027	15.1	2,846	18.2	2,543	10.9
3	運動などを行うようにしている	2,299	11.5	2,597	16.6	6,461	27.6
4	その他の対応をしている	2,379	11.9	1,236	7.9	1,321	5.6
5	特に何もしていない	10,383	51.8	9,108	58.3	12,121	51.8

		骨粗しょう症		痛風		肩・首のこり	
		n	%	n	%	n	%
	全体	5,307	100.0	4,566	100.0	43,044	100.0
1	病院で治療している	1,520	28.6	2,795	61.2	3,813	8.9
2	サプリメントや健康食品を利用している	692	13.0	276	6.0	2,223	5.2
3	運動などを行うようにしている	883	16.6	475	10.4	12,467	29.0
4	その他の対応をしている	398	7.5	324	7.1	8,485	19.7
5	特に何もしていない	2,290	43.2	1,016	22.3	18,908	43.9

		冷え性		肌の衰え		歯の健康	
		n	%	n	%	n	%
	全体	15,705	100.0	23,031	100.0	36,653	100.0
1	病院で治療している	494	3.1	742	3.2	14,390	39.3
2	サプリメントや健康食品を利用している	1,009	6.4	3,411	14.8	621	1.7
3	運動などを行うようにしている	3,170	20.2	1,569	6.8	812	2.2
4	その他の対応をしている	2,712	17.3	6,004	26.1	4,990	13.6
5	特に何もしていない	9,227	58.8	12,613	54.8	16,687	45.5

		血圧の高さ		加齢臭		歯の衰え	
		n	%	n	%	n	%
	全体	29,476	100.0	12,887	100.0	24,518	100.0
1	病院で治療している	17,571	59.6	112	0.9	8,835	36.0
2	サプリメントや健康食品を利用している	1,619	5.5	502	3.9	485	2.0
3	運動などを行うようにしている	3,808	12.9	644	5.0	585	2.4
4	その他の対応をしている	1,577	5.4	2,574	20.0	2,775	11.3
5	特に何もしていない	6,768	23.0	9,374	72.7	12,388	50.5

		血糖値の高さ		動悸・息切れ		物忘れをする	
		n	%	n	%	n	%
	全体	14,818	100.0	10,154	100.0	25,359	100.0
1	病院で治療している	7,766	52.4	1,884	18.6	282	1.1
2	サプリメントや健康食品を利用している	1,104	7.5	367	3.6	1,522	6.0
3	運動などを行うようにしている	2,581	17.4	1,179	11.6	1,575	6.2
4	その他の対応をしている	1,043	7.0	566	5.6	1,799	7.1
5	特に何もしていない	3,728	25.2	6,519	64.2	20,782	82.0

ヘルスケアパネル

□症状への対処(続き)

	薄毛・脱毛		肌荒れ		花粉症	
	n	%	n	%	n	%
全体	23,348	100.0	16,058	100.0	27,460	100.0
1 病院で治療している	719	3.1	1,816	11.3	10,362	37.7
2 サプリメントや健康食品を利用している	2,209	9.5	2,317	14.4	2,263	8.2
3 運動などを行うようにしている	681	2.9	906	5.6	873	3.2
4 その他の対応をしている	4,696	20.1	4,399	27.4	5,582	20.3
5 特に何もしていない	15,622	66.9	7,657	47.7	9,386	34.2

	鼻炎	
	n	%
全体	15,383	100.0
1 病院で治療している	4,519	29.4
2 サプリメントや健康食品を利用している	1,116	7.3
3 運動などを行うようにしている	438	2.8
4 その他の対応をしている	2,962	19.3
5 特に何もしていない	6,858	44.6

ヘルスケアパネル

□現在の心理状況

	n	%
全体	150,767	100.0
1 イライラすることが多い	37,006	24.5
2 眠れない時がある	38,969	25.8
3 食欲が無い時がある	10,251	6.8
4 何も手につかないことがある	14,796	9.8
5 一人でふさぎ込んでしまうことがある	18,157	12.0
6 何に対してもやる気が出ないことがある	34,049	22.6
7 何も考えず、衝動買いなどをしたくなる	11,682	7.7
8 どこか遠くへ行きたいと思うことがある	24,028	15.9
9 誰にも関わらず、一人になりたい時がある	30,686	20.4
10 いずれもあてはまらない	64,077	42.5

□現在の生活状況

	n	%
全体	150,767	100.0
1 非常にストレスを感じている	15,503	10.3
2 ストレスを感じている	29,444	19.5
3 ややストレスを感じている	63,647	42.2
4 ストレスを感じることはない	28,872	19.2
5 まったくストレスを感じることはない	13,301	8.8

□喫煙状況

	n	%
全体	150,767	100.0
1 現在、喫煙している	33,668	22.3
2 過去に喫煙していたが、今は吸っていない	46,670	31.0
3 これまで喫煙したことは一度もない	70,429	46.7

□喫煙の種類

	n	%
全体	33,668	100.0
1 紙巻きたばこ	24,767	73.6
2 加熱式たばこ	15,978	47.5

□飲酒頻度

	n	%
全体	150,767	100.0
1 ほぼ毎日	37,967	25.2
2 2,3日に1日	13,209	8.8
3 4,5日に1日	4,053	2.7
4 1週間に2日	8,233	5.5
5 1週間に1日	10,678	7.1
6 2,3週間に1日	6,616	4.4
7 1か月に1日	5,571	3.7
8 1か月に1日未満	13,734	9.1
9 お酒は飲まない	50,706	33.6

□頭髮ケア

	n	%
全体	150,767	100.0
1 病院で治療している	1,619	1.1
2 育毛剤や増毛剤を利用している	12,423	8.2
3 毛髪ケア用のシャンプーを利用している	10,569	7.0
4 サプリメントを利用している	4,098	2.7
5 髪によい食材を食べるようにしている	6,008	4.0
6 頭髪は気になるが、特に何もしていない	47,309	31.4
7 頭髪の状況を心配していない	75,776	50.3

ヘルスケアパネル

- サプリメント・食品アレルギー
- 普段飲用しているサプリメント

	n	%
全体	150,767	100.0
1 ビタミン (A、B1、Cなど)	24,170	16.0
2 葉酸	3,097	2.1
3 ビオチン	1,658	1.1
4 鉄	7,650	5.1
5 亜鉛	10,112	6.7
6 カルシウム	6,791	4.5
7 マグネシウム	4,149	2.8
8 銅	946	0.6
9 ミネラル	5,021	3.3
10 コラーゲン	5,321	3.5
11 ブルーベリー	6,299	4.2
12 セサミン	3,672	2.4
13 プラセンタ	1,594	1.1
14 DHA・EPA	11,536	7.7
15 大豆イソフラボン	3,004	2.0
16 水素	668	0.4
17 乳酸菌	8,014	5.3
18 ビフィズス菌	4,044	2.7
19 青汁	5,833	3.9
20 ローヤルゼリー	1,259	0.8
21 グリシン	462	0.3
22 アミノ酸	3,592	2.4
23 その他	5,476	3.6
24 サプリメントは利用していない	96,219	63.8

□サプリメント飲用の目的

	ビタミン (A、B1、Cなど)		葉酸		ビオチン	
	n	%	n	%	n	%
全体	24,170	100.0	3,097	100.0	1,658	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	963	4.0	146	4.7	127	7.7
2 脂肪燃焼のため	1,334	5.5	177	5.7	182	11.0
3 血圧が気になるため	1,207	5.0	214	6.9	162	9.8
4 冷え性のため	998	4.1	227	7.3	125	7.5
5 野菜不足のため	4,532	18.8	420	13.6	187	11.3
6 栄養補助・補給のため	12,096	50.0	1,196	38.6	415	25.0
7 睡眠改善のため	828	3.4	155	5.0	108	6.5
8 肌のハリ・弾力を得るため	4,055	16.8	196	6.3	422	25.5
9 肌にうるおいを与えるため	3,123	12.9	170	5.5	347	20.9
10 育毛・抜け毛予防のため	691	2.9	140	4.5	364	22.0
11 若々しさを維持するため	2,907	12.0	330	10.7	234	14.1
12 目の疲れなどの改善のため	2,375	9.8	162	5.2	93	5.6
13 関節の痛みなどの改善のため	1,215	5.0	118	3.8	78	4.7
14 骨を丈夫にするため	725	3.0	129	4.2	68	4.1
15 ホルモンバランスを整えるため	646	2.7	421	13.6	64	3.9
16 コレステロール対策のため	536	2.2	107	3.5	47	2.8
17 その他	785	3.2	337	10.9	78	4.7
18 なんとなく飲んでる	2,827	11.7	515	16.6	159	9.6

	鉄		亜鉛		カルシウム	
	n	%	n	%	n	%
全体	7,650	100.0	10,112	100.0	6,791	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	235	3.1	321	3.2	178	2.6
2 脂肪燃焼のため	318	4.2	496	4.9	268	3.9
3 血圧が気になるため	653	8.5	549	5.4	355	5.2
4 冷え性のため	806	10.5	410	4.1	289	4.3
5 野菜不足のため	778	10.2	692	6.8	519	7.6
6 栄養補助・補給のため	3,611	47.2	3,841	38.0	2,386	35.1
7 睡眠改善のため	367	4.8	456	4.5	311	4.6
8 肌のハリ・弾力を得るため	373	4.9	694	6.9	275	4.0
9 肌にうるおいを与えるため	287	3.8	512	5.1	198	2.9
10 育毛・抜け毛予防のため	302	3.9	1,789	17.7	196	2.9
11 若々しさを維持するため	603	7.9	2,379	23.5	477	7.0
12 目の疲れなどの改善のため	351	4.6	388	3.8	215	3.2
13 関節の痛みなどの改善のため	241	3.2	259	2.6	868	12.8
14 骨を丈夫にするため	514	6.7	300	3.0	3,749	55.2
15 ホルモンバランスを整えるため	543	7.1	607	6.0	255	3.8
16 コレステロール対策のため	181	2.4	178	1.8	162	2.4
17 その他	977	12.8	446	4.4	105	1.5
18 なんとなく飲んでる	898	11.7	1,295	12.8	555	8.2

ヘルスケアパネル

□サプリメント飲用の目的（続き）

	マグネシウム		銅		ミネラル	
	n	%	n	%	n	%
全体	4,149	100.0	946	100.0	5,021	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	142	3.4	57	6.0	158	3.1
2 脂肪燃焼のため	287	6.9	94	9.9	265	5.3
3 血圧が気になるため	373	9.0	154	16.3	391	7.8
4 冷え性のため	286	6.9	169	17.9	301	6.0
5 野菜不足のため	446	10.7	182	19.2	865	17.2
6 栄養補助・補給のため	1,763	42.5	410	43.3	2,889	57.5
7 睡眠改善のため	279	6.7	115	12.2	294	5.9
8 肌のハリ・弾力を得るため	267	6.4	103	10.9	463	9.2
9 肌にうるおいを与えるため	233	5.6	82	8.7	421	8.4
10 育毛・抜け毛予防のため	246	5.9	75	7.9	303	6.0
11 若々しさを維持するため	458	11.0	96	10.1	663	13.2
12 目の疲れなどの改善のため	194	4.7	61	6.4	263	5.2
13 関節の痛みなどの改善のため	266	6.4	61	6.4	211	4.2
14 骨を丈夫にするため	562	13.5	80	8.5	307	6.1
15 ホルモンバランスを整えるため	238	5.7	75	7.9	291	5.8
16 コレステロール対策のため	125	3.0	50	5.3	161	3.2
17 その他	256	6.2	18	1.9	61	1.2
18 なんとなく飲んでる	613	14.8	115	12.2	765	15.2

	コラーゲン		ブルーベリー		セサミン	
	n	%	n	%	n	%
全体	5,321	100.0	6,299	100.0	3,672	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	113	2.1	91	1.4	151	4.1
2 脂肪燃焼のため	153	2.9	116	1.8	237	6.5
3 血圧が気になるため	199	3.7	192	3.0	338	9.2
4 冷え性のため	234	4.4	166	2.6	168	4.6
5 野菜不足のため	270	5.1	272	4.3	261	7.1
6 栄養補助・補給のため	820	15.4	602	9.6	1,159	31.6
7 睡眠改善のため	177	3.3	200	3.2	195	5.3
8 肌のハリ・弾力を得るため	2,871	54.0	153	2.4	285	7.8
9 肌にうるおいを与えるため	2,270	42.7	136	2.2	236	6.4
10 育毛・抜け毛予防のため	349	6.6	108	1.7	149	4.1
11 若々しさを維持するため	1,410	26.5	188	3.0	1,543	42.0
12 目の疲れなどの改善のため	185	3.5	5,320	84.5	187	5.1
13 関節の痛みなどの改善のため	1,176	22.1	80	1.3	325	8.9
14 骨を丈夫にするため	548	10.3	85	1.3	202	5.5
15 ホルモンバランスを整えるため	264	5.0	65	1.0	147	4.0
16 コレステロール対策のため	139	2.6	70	1.1	212	5.8
17 その他	31	0.6	81	1.3	52	1.4
18 なんとなく飲んでる	248	4.7	214	3.4	452	12.3

	プラセンタ		DHA・EPA		大豆イソフラボン	
	n	%	n	%	n	%
全体	1,594	100.0	11,536	100.0	3,004	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	54	3.4	449	3.9	133	4.4
2 脂肪燃焼のため	72	4.5	893	7.7	241	8.0
3 血圧が気になるため	107	6.7	1,441	12.5	223	7.4
4 冷え性のため	130	8.2	245	2.1	195	6.5
5 野菜不足のため	154	9.7	520	4.5	286	9.5
6 栄養補助・補給のため	283	17.8	4,030	34.9	762	25.4
7 睡眠改善のため	142	8.9	360	3.1	199	6.6
8 肌のハリ・弾力を得るため	842	52.8	370	3.2	562	18.7
9 肌にうるおいを与えるため	721	45.2	332	2.9	471	15.7
10 育毛・抜け毛予防のため	155	9.7	232	2.0	285	9.5
11 若々しさを維持するため	547	34.3	2,586	22.4	807	26.9
12 目の疲れなどの改善のため	99	6.2	659	5.7	136	4.5
13 関節の痛みなどの改善のため	121	7.6	552	4.8	249	8.3
14 骨を丈夫にするため	66	4.1	542	4.7	221	7.4
15 ホルモンバランスを整えるため	208	13.0	355	3.1	1,126	37.5
16 コレステロール対策のため	53	3.3	2,038	17.7	228	7.6
17 その他	26	1.6	862	7.5	71	2.4
18 なんとなく飲んでる	80	5.0	1,414	12.3	183	6.1

ヘルスケアパネル

□サプリメント飲用の目的（続き）

	水素		乳酸菌		ビフィズス菌	
	n	%	n	%	n	%
全体	668	100.0	8,014	100.0	4,044	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	56	8.4	320	4.0	183	4.5
2 脂肪燃焼のため	87	13.0	573	7.1	342	8.5
3 血圧が気になるため	81	12.1	500	6.2	234	5.8
4 冷え性のため	79	11.8	242	3.0	131	3.2
5 野菜不足のため	72	10.8	624	7.8	336	8.3
6 栄養補助・補給のため	156	23.4	2,727	34.0	1,363	33.7
7 睡眠改善のため	90	13.5	870	10.9	356	8.8
8 肌のハリ・弾力を得るため	101	15.1	447	5.6	277	6.8
9 肌にうるおいを与えるため	107	16.0	431	5.4	259	6.4
10 育毛・抜け毛予防のため	59	8.8	171	2.1	111	2.7
11 若々しさを維持するため	185	27.7	979	12.2	493	12.2
12 目の疲れなどの改善のため	66	9.9	258	3.2	135	3.3
13 関節の痛みなどの改善のため	57	8.5	187	2.3	118	2.9
14 骨を丈夫にするため	47	7.0	459	5.7	198	4.9
15 ホルモンバランスを整えるため	54	8.1	448	5.6	245	6.1
16 コレステロール対策のため	53	7.9	603	7.5	360	8.9
17 その他	32	4.8	1,525	19.0	923	22.8
18 なんとなく飲んでいる	124	18.6	1,333	16.6	632	15.6

	青汁		ローヤルゼリー		グリシン	
	n	%	n	%	n	%
全体	5,833	100.0	1,259	100.0	462	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	244	4.2	55	4.4	43	9.3
2 脂肪燃焼のため	283	4.9	77	6.1	42	9.1
3 血圧が気になるため	515	8.8	105	8.3	50	10.8
4 冷え性のため	154	2.6	96	7.6	50	10.8
5 野菜不足のため	3,696	63.4	122	9.7	64	13.9
6 栄養補助・補給のため	2,280	39.1	517	41.1	103	22.3
7 睡眠改善のため	178	3.1	104	8.3	229	49.6
8 肌のハリ・弾力を得るため	205	3.5	237	18.8	60	13.0
9 肌にうるおいを与えるため	200	3.4	226	18.0	46	10.0
10 育毛・抜け毛予防のため	115	2.0	81	6.4	54	11.7
11 若々しさを維持するため	447	7.7	409	32.5	63	13.6
12 目の疲れなどの改善のため	160	2.7	115	9.1	50	10.8
13 関節の痛みなどの改善のため	92	1.6	95	7.5	44	9.5
14 骨を丈夫にするため	124	2.1	71	5.6	42	9.1
15 ホルモンバランスを整えるため	130	2.2	133	10.6	41	8.9
16 コレステロール対策のため	465	8.0	69	5.5	36	7.8
17 その他	96	1.6	33	2.6	12	2.6
18 なんとなく飲んでいる	481	8.2	163	12.9	46	10.0

	アミノ酸		その他	
	n	%	n	%
全体	3,592	100.0	5,476	100.0
1 糖・プリン体が気になるため	146	4.1	173	3.2
2 脂肪燃焼のため	635	17.7	334	6.1
3 血圧が気になるため	186	5.2	208	3.8
4 冷え性のため	141	3.9	79	1.4
5 野菜不足のため	256	7.1	209	3.8
6 栄養補助・補給のため	1,688	47.0	943	17.2
7 睡眠改善のため	268	7.5	160	2.9
8 肌のハリ・弾力を得るため	367	10.2	265	4.8
9 肌にうるおいを与えるため	306	8.5	226	4.1
10 育毛・抜け毛予防のため	200	5.6	154	2.8
11 若々しさを維持するため	843	23.5	870	15.9
12 目の疲れなどの改善のため	189	5.3	975	17.8
13 関節の痛みなどの改善のため	224	6.2	660	12.1
14 骨を丈夫にするため	155	4.3	170	3.1
15 ホルモンバランスを整えるため	204	5.7	227	4.1
16 コレステロール対策のため	173	4.8	188	3.4
17 その他	171	4.8	1,346	24.6
18 なんとなく飲んでいる	427	11.9	377	6.9

ヘルスケアパネル

□サプリメントの購入頻度

		ビタミン (A、B1、Cなど)		葉酸		ビオチン	
		n	%	n	%	n	%
	全体	24,170	100.0	3,097	100.0	1,658	100.0
1	1か月に2回以上	3,528	14.6	413	13.3	239	14.4
2	1か月に1回	5,500	22.8	788	25.4	408	24.6
3	2か月に1回	5,379	22.3	666	21.5	395	23.8
4	3か月に1回	5,001	20.7	548	17.7	308	18.6
5	4~6か月に1回	2,107	8.7	248	8.0	146	8.8
6	不定期/上記以下の頻度	2,655	11.0	434	14.0	162	9.8

		鉄		亜鉛		カルシウム	
		n	%	n	%	n	%
	全体	7,650	100.0	10,112	100.0	6,791	100.0
1	1か月に2回以上	1,027	13.4	1,161	11.5	813	12.0
2	1か月に1回	1,896	24.8	2,711	26.8	1,732	25.5
3	2か月に1回	1,659	21.7	2,535	25.1	1,465	21.6
4	3か月に1回	1,445	18.9	1,947	19.3	1,420	20.9
5	4~6か月に1回	638	8.3	785	7.8	526	7.7
6	不定期/上記以下の頻度	985	12.9	973	9.6	835	12.3

		マグネシウム		銅		ミネラル	
		n	%	n	%	n	%
	全体	4,149	100.0	946	100.0	5,021	100.0
1	1か月に2回以上	477	11.5	123	13.0	553	11.0
2	1か月に1回	1,024	24.7	231	24.4	1,151	22.9
3	2か月に1回	921	22.2	264	27.9	1,090	21.7
4	3か月に1回	861	20.8	188	19.9	1,174	23.4
5	4~6か月に1回	344	8.3	64	6.8	458	9.1
6	不定期/上記以下の頻度	522	12.6	76	8.0	595	11.9

		コラーゲン		ブルーベリー		セサミン	
		n	%	n	%	n	%
	全体	5,321	100.0	6,299	100.0	3,672	100.0
1	1か月に2回以上	639	12.0	779	12.4	338	9.2
2	1か月に1回	1,481	27.8	1,934	30.7	858	23.4
3	2か月に1回	1,094	20.6	1,248	19.8	969	26.4
4	3か月に1回	1,107	20.8	1,286	20.4	938	25.5
5	4~6か月に1回	370	7.0	421	6.7	195	5.3
6	不定期/上記以下の頻度	630	11.8	631	10.0	374	10.2

		プラセンタ		DHA・EPA		大豆イソフラボン	
		n	%	n	%	n	%
	全体	1,594	100.0	11,536	100.0	3,004	100.0
1	1か月に2回以上	201	12.6	976	8.5	430	14.3
2	1か月に1回	391	24.5	2,898	25.1	888	29.6
3	2か月に1回	307	19.3	2,964	25.7	574	19.1
4	3か月に1回	317	19.9	2,568	22.3	530	17.6
5	4~6か月に1回	165	10.4	901	7.8	179	6.0
6	不定期/上記以下の頻度	213	13.4	1,229	10.7	403	13.4

		水素		乳酸菌		ビフィズス菌	
		n	%	n	%	n	%
	全体	668	100.0	8,014	100.0	4,044	100.0
1	1か月に2回以上	133	19.9	2,439	30.4	1,037	25.6
2	1か月に1回	140	21.0	1,890	23.6	1,034	25.6
3	2か月に1回	82	12.3	1,123	14.0	642	15.9
4	3か月に1回	99	14.8	1,035	12.9	618	15.3
5	4~6か月に1回	46	6.9	415	5.2	201	5.0
6	不定期/上記以下の頻度	168	25.1	1,112	13.9	512	12.7

ヘルスケアパネル

□サプリメントの購入頻度（続き）

	青汁		ローヤルゼリー		グリシン	
	n	%	n	%	n	%
全体	5,833	100.0	1,259	100.0	462	100.0
1 1か月に2回以上	936	16.0	213	16.9	89	19.3
2 1か月に1回	1,735	29.7	342	27.2	106	22.9
3 2か月に1回	1,080	18.5	184	14.6	79	17.1
4 3か月に1回	962	16.5	175	13.9	71	15.4
5 4～6か月に1回	399	6.8	112	8.9	35	7.6
6 不定期／上記以下の頻度	721	12.4	233	18.5	82	17.7

	アミノ酸		その他	
	n	%	n	%
全体	3,592	100.0	5,476	100.0
1 1か月に2回以上	588	16.4	410	7.5
2 1か月に1回	1,000	27.8	1,602	29.3
3 2か月に1回	620	17.3	1,129	20.6
4 3か月に1回	614	17.1	1,255	22.9
5 4～6か月に1回	265	7.4	485	8.9
6 不定期／上記以下の頻度	505	14.1	595	10.9

□サプリメントの1回あたりの平均購入金額

	ビタミン（A、B1、Cなど）		葉酸		ビオチン	
	n	%	n	%	n	%
全体	24,170	100.0	3,097	100.0	1,658	100.0
1 1,000円未満	8,536	35.3	1,235	39.9	522	31.5
2 1,000～3,000円未満	10,001	41.4	1,192	38.5	601	36.2
3 3,000～5,000円未満	3,785	15.7	403	13.0	302	18.2
4 5,000～8,000円未満	1,061	4.4	144	4.6	129	7.8
5 8,000～10,000円未満	334	1.4	43	1.4	43	2.6
6 10,000～15,000円未満	210	0.9	30	1.0	22	1.3
7 15,000円以上	243	1.0	50	1.6	39	2.4

	鉄		亜鉛		カルシウム	
	n	%	n	%	n	%
全体	7,650	100.0	10,112	100.0	6,791	100.0
1 1,000円未満	3,196	41.8	4,656	46.0	2,573	37.9
2 1,000～3,000円未満	3,150	41.2	3,782	37.4	2,737	40.3
3 3,000～5,000円未満	850	11.1	1,034	10.2	924	13.6
4 5,000～8,000円未満	242	3.2	374	3.7	325	4.8
5 8,000～10,000円未満	108	1.4	128	1.3	100	1.5
6 10,000～15,000円未満	36	0.5	60	0.6	52	0.8
7 15,000円以上	68	0.9	78	0.8	80	1.2

	マグネシウム		銅		ミネラル	
	n	%	n	%	n	%
全体	4,149	100.0	946	100.0	5,021	100.0
1 1,000円未満	1,453	35.0	198	20.9	1,512	30.1
2 1,000～3,000円未満	1,621	39.1	279	29.5	2,122	42.3
3 3,000～5,000円未満	592	14.3	178	18.8	806	16.1
4 5,000～8,000円未満	280	6.7	165	17.4	319	6.4
5 8,000～10,000円未満	95	2.3	69	7.3	128	2.5
6 10,000～15,000円未満	45	1.1	26	2.7	56	1.1
7 15,000円以上	63	1.5	31	3.3	78	1.6

	コラーゲン		ブルーベリー		セサミン	
	n	%	n	%	n	%
全体	5,321	100.0	6,299	100.0	3,672	100.0
1 1,000円未満	975	18.3	1,653	26.2	405	11.0
2 1,000～3,000円未満	2,085	39.2	3,098	49.2	912	24.8
3 3,000～5,000円未満	1,200	22.6	1,030	16.4	1,013	27.6
4 5,000～8,000円未満	559	10.5	323	5.1	567	15.4
5 8,000～10,000円未満	270	5.1	104	1.7	655	17.8
6 10,000～15,000円未満	137	2.6	33	0.5	73	2.0
7 15,000円以上	95	1.8	58	0.9	47	1.3

ヘルスケアパネル

□サプリメントの1回あたりの平均購入金額（続き）

	プラセンタ		DHA・EPA		大豆イソフラボン	
	n	%	n	%	n	%
全体	1,594	100.0	11,536	100.0	3,004	100.0
1 1,000円未満	294	18.4	2,205	19.1	712	23.7
2 1,000～3,000円未満	516	32.4	4,773	41.4	1,104	36.8
3 3,000～5,000円未満	347	21.8	2,467	21.4	726	24.2
4 5,000～8,000円未満	197	12.4	1,049	9.1	229	7.6
5 8,000～10,000円未満	105	6.6	799	6.9	111	3.7
6 10,000～15,000円未満	58	3.6	137	1.2	64	2.1
7 15,000円以上	77	4.8	106	0.9	58	1.9

	水素		乳酸菌		ビフィズス菌	
	n	%	n	%	n	%
全体	668	100.0	8,014	100.0	4,044	100.0
1 1,000円未満	167	25.0	3,009	37.5	1,355	33.5
2 1,000～3,000円未満	160	24.0	3,173	39.6	1,734	42.9
3 3,000～5,000円未満	111	16.6	1,226	15.3	634	15.7
4 5,000～8,000円未満	82	12.3	336	4.2	166	4.1
5 8,000～10,000円未満	41	6.1	125	1.6	72	1.8
6 10,000～15,000円未満	41	6.1	67	0.8	40	1.0
7 15,000円以上	66	9.9	78	1.0	43	1.1

	青汁		ローヤルゼリー		グリシン	
	n	%	n	%	n	%
全体	5,833	100.0	1,259	100.0	462	100.0
1 1,000円未満	1,556	26.7	249	19.8	89	19.3
2 1,000～3,000円未満	2,517	43.2	350	27.8	162	35.1
3 3,000～5,000円未満	1,084	18.6	272	21.6	109	23.6
4 5,000～8,000円未満	339	5.8	193	15.3	41	8.9
5 8,000～10,000円未満	183	3.1	70	5.6	19	4.1
6 10,000～15,000円未満	76	1.3	43	3.4	12	2.6
7 15,000円以上	78	1.3	82	6.5	30	6.5

	アミノ酸		その他	
	n	%	n	%
全体	3,592	100.0	5,476	100.0
1 1,000円未満	802	22.3	835	15.2
2 1,000～3,000円未満	1,458	40.6	2,151	39.3
3 3,000～5,000円未満	823	22.9	1,185	21.6
4 5,000～8,000円未満	259	7.2	599	10.9
5 8,000～10,000円未満	109	3.0	345	6.3
6 10,000～15,000円未満	63	1.8	215	3.9
7 15,000円以上	78	2.2	146	2.7

□食品アレルギー

	n	%
全体	150,767	100.0
1 鶏卵	966	0.6
2 牛乳	1,371	0.9
3 小麦	912	0.6
4 ピーナッツ	1,152	0.8
5 果物類	2,266	1.5
6 魚卵	1,015	0.7
7 甲殻類	3,058	2.0
8 ナッツ類	844	0.6
9 ソバ	1,347	0.9
10 魚類	1,469	1.0
11 その他	4,047	2.7
12 食品アレルギーはない	136,721	90.7

ヘルスケアパネル

- スポーツ・運動
□実施しているスポーツ・運動

	n	%
全体	150,767	100.0
1 野球	2,928	1.9
2 サッカー	1,594	1.1
3 フットサル	977	0.6
4 ソフトボール	765	0.5
5 バスケットボール	953	0.6
6 バレーボール	1,074	0.7
7 ゴルフ	9,003	6.0
8 テニス	3,322	2.2
9 水泳	3,705	2.5
10 ジョギング	11,453	7.6
11 マラソン	2,179	1.4
12 散歩	39,080	25.9
13 ボーリング	1,151	0.8
14 相撲	343	0.2
15 ラグビー	416	0.3
16 アメリカンフットボール	286	0.2
17 スキー/スノーボード	2,693	1.8
18 スケート (スピード/フィギュア)	252	0.2
19 柔道	283	0.2
20 ボクシング	443	0.3
21 プロレス	163	0.1
22 その他の格闘技	836	0.6
23 マラソン以外の陸上競技	423	0.3
24 卓球	1,333	0.9
25 モータースポーツ	676	0.4
26 アイスホッケー	165	0.1
27 eスポーツ	445	0.3
28 いずれも該当しない	89,317	59.2

□スポーツ・運動実施頻度

	野球		サッカー		フットサル	
	n	%	n	%	n	%
全体	2,928	100.0	1,594	100.0	977	100.0
1 ほぼ毎日	279	9.5	102	6.4	78	8.0
2 2～3日に1回	178	6.1	92	5.8	85	8.7
3 1週間に1回	604	20.6	376	23.6	177	18.1
4 2,3週間に1回	394	13.5	217	13.6	139	14.2
5 1か月に1回	498	17.0	303	19.0	200	20.5
6 2,3か月に1回	302	10.3	156	9.8	112	11.5
7 半年に1回	344	11.7	167	10.5	98	10.0
8 上記以下の頻度	329	11.2	181	11.4	88	9.0

	ソフトボール		バスケットボール		バレーボール	
	n	%	n	%	n	%
全体	765	100.0	953	100.0	1,074	100.0
1 ほぼ毎日	55	7.2	91	9.5	66	6.1
2 2～3日に1回	58	7.6	122	12.8	206	19.2
3 1週間に1回	214	28.0	221	23.2	405	37.7
4 2,3週間に1回	142	18.6	144	15.1	111	10.3
5 1か月に1回	118	15.4	134	14.1	90	8.4
6 2,3か月に1回	66	8.6	76	8.0	58	5.4
7 半年に1回	46	6.0	73	7.7	64	6.0
8 上記以下の頻度	66	8.6	92	9.7	74	6.9

	ゴルフ		テニス		水泳	
	n	%	n	%	n	%
全体	9,003	100.0	3,322	100.0	3,705	100.0
1 ほぼ毎日	182	2.0	119	3.6	295	8.0
2 2～3日に1回	510	5.7	565	17.0	745	20.1
3 1週間に1回	1,807	20.1	1,226	36.9	1,104	29.8
4 2,3週間に1回	1,685	18.7	412	12.4	481	13.0
5 1か月に1回	2,007	22.3	388	11.7	413	11.1
6 2,3か月に1回	1,575	17.5	242	7.3	268	7.2
7 半年に1回	899	10.0	180	5.4	227	6.1
8 上記以下の頻度	338	3.8	190	5.7	172	4.6

ヘルスケアパネル

□スポーツ・運動実施頻度（続き）

		ジョギング		マラソン		散歩	
		n	%	n	%	n	%
	全体	11,453	100.0	2,179	100.0	39,080	100.0
1	ほぼ毎日	2,496	21.8	286	13.1	17,941	45.9
2	2～3日に1回	3,501	30.6	403	18.5	11,301	28.9
3	1週間に1回	3,472	30.3	409	18.8	6,943	17.8
4	2,3週間に1回	1,013	8.8	222	10.2	1,539	3.9
5	1か月に1回	535	4.7	200	9.2	773	2.0
6	2,3か月に1回	200	1.7	192	8.8	239	0.6
7	半年に1回	108	0.9	317	14.5	133	0.3
8	上記以下の頻度	128	1.1	150	6.9	211	0.5

		ボート		相撲		ラグビー	
		n	%	n	%	n	%
	全体	1,151	100.0	343	100.0	416	100.0
1	ほぼ毎日	39	3.4	44	12.8	39	9.4
2	2～3日に1回	89	7.7	20	5.8	24	5.8
3	1週間に1回	277	24.1	35	10.2	84	20.2
4	2,3週間に1回	122	10.6	61	17.8	78	18.8
5	1か月に1回	173	15.0	78	22.7	61	14.7
6	2,3か月に1回	171	14.9	44	12.8	51	12.3
7	半年に1回	157	13.6	18	5.2	34	8.2
8	上記以下の頻度	123	10.7	43	12.5	45	10.8

		アメリカンフットボール		スキー/スノーボード		スケート（スピード/フィギュア）	
		n	%	n	%	n	%
	全体	286	100.0	2,693	100.0	252	100.0
1	ほぼ毎日	32	11.2	56	2.1	32	12.7
2	2～3日に1回	22	7.7	59	2.2	13	5.2
3	1週間に1回	47	16.4	237	8.8	34	13.5
4	2,3週間に1回	48	16.8	183	6.8	25	9.9
5	1か月に1回	55	19.2	224	8.3	28	11.1
6	2,3か月に1回	25	8.7	340	12.6	21	8.3
7	半年に1回	20	7.0	904	33.6	45	17.9
8	上記以下の頻度	37	12.9	690	25.6	54	21.4

		柔道		ボクシング		プロレス	
		n	%	n	%	n	%
	全体	283	100.0	443	100.0	163	100.0
1	ほぼ毎日	38	13.4	65	14.7	36	22.1
2	2～3日に1回	27	9.5	87	19.6	13	8.0
3	1週間に1回	54	19.1	117	26.4	16	9.8
4	2,3週間に1回	31	11.0	37	8.4	19	11.7
5	1か月に1回	39	13.8	52	11.7	16	9.8
6	2,3か月に1回	25	8.8	19	4.3	20	12.3
7	半年に1回	19	6.7	16	3.6	12	7.4
8	上記以下の頻度	50	17.7	50	11.3	31	19.0

		その他の格闘技		マラソン以外の陸上競技		卓球	
		n	%	n	%	n	%
	全体	836	100.0	423	100.0	1,333	100.0
1	ほぼ毎日	104	12.4	92	21.7	69	5.2
2	2～3日に1回	216	25.8	75	17.7	204	15.3
3	1週間に1回	272	32.5	98	23.2	341	25.6
4	2,3週間に1回	68	8.1	54	12.8	157	11.8
5	1か月に1回	64	7.7	41	9.7	188	14.1
6	2,3か月に1回	26	3.1	24	5.7	120	9.0
7	半年に1回	20	2.4	13	3.1	127	9.5
8	上記以下の頻度	66	7.9	26	6.1	127	9.5

		モータースポーツ		アイスホッケー		eスポーツ	
		n	%	n	%	n	%
	全体	676	100.0	165	100.0	445	100.0
1	ほぼ毎日	51	7.5	23	13.9	135	30.3
2	2～3日に1回	27	4.0	7	4.2	93	20.9
3	1週間に1回	97	14.3	14	8.5	65	14.6
4	2,3週間に1回	83	12.3	13	7.9	25	5.6
5	1か月に1回	136	20.1	18	10.9	22	4.9
6	2,3か月に1回	90	13.3	15	9.1	23	5.2
7	半年に1回	101	14.9	22	13.3	17	3.8
8	上記以下の頻度	91	13.5	53	32.1	65	14.6

ヘルスケアパネル

□フィットネスクラブ

	n	%
全体	150,767	100.0
1 現在、利用している	11,135	7.4
2 現在は利用していないが、過去に利用したことがある	37,953	25.2
3 現在は利用しておらず、これまでに1度も利用したことがない	101,679	67.4

□普段の運動状況

	n	%
全体	150,767	100.0
1 自分の記録向上・筋力向上を目指して、比較的ハードな運動をしている（筋トレや水泳・マラソンなど）	3,926	2.6
2 機会を設けて日常的に中軽度の運動を取り入れている（ジョギング・ジム通い・自宅での筋力トレーニングなど）	15,728	10.4
3 機会を設けて日常的に軽度の運動を取り入れている（ウォーキングなど）	33,636	22.3
4 普段の生活行動で意識的に体を動かすようにしている （一駅前から歩く、合間にストレッチをする、なるべく徒歩で移動するようにしている、ダイエットスリッパを履くなど）	22,624	15.0
5 運動をした方がよいと思っているが、特になにもしていない	35,742	23.7
6 特に運動に関心がなく、普段もしていない	39,111	25.9

□普段、運動をする／体を動かす目的

	n	%
全体	150,767	100.0
1 美容・ダイエットのため	30,983	20.6
2 カッコイイ・キレイな身体になるため	19,247	12.8
3 体調を整えて、病気を予防し、健康維持・増進するため	66,955	44.4
4 健康改善のため（メタボ改善、生活習慣病など）	57,697	38.3
5 楽しみやストレス解消・リフレッシュのため	31,354	20.8
6 スポーツに必要な筋力・体力をつけるため	11,476	7.6
7 競技力を向上させるため	2,949	2.0
8 試合・大会で勝つため	2,611	1.7
9 その他	31,086	20.6

ヘルスケアパネル

- 健康関連アプリ
□利用している健康関連アプリ

	n	%
全体	150,767	100.0
1 SmartDiet (スマートダイエット)	900	0.6
2 Health Planet (ヘルスプラネット) ※タニタの機器との連動アプリ	1,338	0.9
3 ハミング (カレンダー式ダイエットアプリ)	678	0.4
4 血圧ノート	4,323	2.9
5 血圧ナビ	1,151	0.8
6 いびきラボ	963	0.6
7 熟睡アラーム	949	0.6
8 あすけん	2,848	1.9
9 カロママ	837	0.6
10 RecStyle	417	0.3
11 ルナルナ	2,877	1.9
12 WomanLogカレンダー	288	0.2
13 FiNC (フィンク)	1,507	1.0
14 ララしあコネクト	456	0.3
15 超じぶん管理リズムケア	190	0.1
16 dヘルスケア	9,903	6.6
17 auウェルネス	7,318	4.9
18 aruku& (あるくと)	3,842	2.5
19 リズムケア	304	0.2
20 その他のダイエット/カロリー管理アプリ	1,273	0.8
21 その他の血圧管理アプリ	1,499	1.0
22 その他の睡眠管理アプリ	1,884	1.2
23 その他の女性向けアプリ	944	0.6
24 その他の健康総合アプリ	8,038	5.3
25 いずれも利用していない	110,965	73.6

- 健康関連アプリの1か月の平均金額

	SmartDiet (スマートダイエット)		Health Planet (ヘルスプラネット) ※タニタの機器との連動アプリ		ハミング (カレンダー式ダイエットアプリ)	
	n	%	n	%	n	%
全体	900	100.0	1,338	100.0	678	100.0
1 課金していない	527	58.6	1,100	82.2	197	29.1
2 500円未満	98	10.9	50	3.7	117	17.3
3 500~1,000円未満	86	9.6	57	4.3	120	17.7
4 1,000~2,000円未満	79	8.8	42	3.1	111	16.4
5 2,000~3,000円未満	37	4.1	30	2.2	57	8.4
6 3,000~4,000円未満	19	2.1	16	1.2	32	4.7
7 4,000~5,000円未満	13	1.4	11	0.8	10	1.5
8 5,000円以上	41	4.6	32	2.4	34	5.0

	血圧ノート		血圧ナビ		いびきラボ	
	n	%	n	%	n	%
全体	4,323	100.0	1,151	100.0	963	100.0
1 課金していない	3,587	83.0	511	44.4	454	47.1
2 500円未満	237	5.5	155	13.5	108	11.2
3 500~1,000円未満	212	4.9	184	16.0	138	14.3
4 1,000~2,000円未満	129	3.0	138	12.0	143	14.8
5 2,000~3,000円未満	73	1.7	88	7.6	61	6.3
6 3,000~4,000円未満	29	0.7	29	2.5	19	2.0
7 4,000~5,000円未満	13	0.3	11	1.0	8	0.8
8 5,000円以上	43	1.0	35	3.0	32	3.3

	熟睡アラーム		あすけん		カロママ	
	n	%	n	%	n	%
全体	949	100.0	2,848	100.0	837	100.0
1 課金していない	471	49.6	2,045	71.8	484	57.8
2 500円未満	78	8.2	332	11.7	43	5.1
3 500~1,000円未満	124	13.1	157	5.5	73	8.7
4 1,000~2,000円未満	121	12.8	145	5.1	95	11.4
5 2,000~3,000円未満	76	8.0	91	3.2	61	7.3
6 3,000~4,000円未満	39	4.1	32	1.1	36	4.3
7 4,000~5,000円未満	14	1.5	15	0.5	11	1.3
8 5,000円以上	26	2.7	31	1.1	34	4.1

ヘルスケアパネル

□利用しているアプリの1か月の平均金額（続き）

	RecStyle		ルナルナ		WomanLogカレンダー	
	n	%	n	%	n	%
全体	417	100.0	2,877	100.0	288	100.0
1 課金していない	132	31.7	2,444	84.9	55	19.1
2 500円未満	21	5.0	150	5.2	19	6.6
3 500～1,000円未満	55	13.2	66	2.3	45	15.6
4 1,000～2,000円未満	74	17.7	85	3.0	48	16.7
5 2,000～3,000円未満	63	15.1	57	2.0	46	16.0
6 3,000～4,000円未満	33	7.9	31	1.1	32	11.1
7 4,000～5,000円未満	10	2.4	15	0.5	15	5.2
8 5,000円以上	29	7.0	29	1.0	28	9.7

	FiNC (フィンク)		ララしあコネクト		超じぶん管理リズムケア	
	n	%	n	%	n	%
全体	1,507	100.0	456	100.0	190	100.0
1 課金していない	1,268	84.1	309	67.8	52	27.4
2 500円未満	62	4.1	18	3.9	18	9.5
3 500～1,000円未満	51	3.4	27	5.9	28	14.7
4 1,000～2,000円未満	45	3.0	33	7.2	28	14.7
5 2,000～3,000円未満	25	1.7	22	4.8	22	11.6
6 3,000～4,000円未満	17	1.1	11	2.4	11	5.8
7 4,000～5,000円未満	8	0.5	10	2.2	8	4.2
8 5,000円以上	31	2.1	26	5.7	23	12.1

	dヘルスケア		auウェルネス		aruku& (あるくと)	
	n	%	n	%	n	%
全体	9,903	100.0	7,318	100.0	3,842	100.0
1 課金していない	8,744	88.3	6,916	94.5	3,592	93.5
2 500円未満	844	8.5	159	2.2	89	2.3
3 500～1,000円未満	155	1.6	95	1.3	54	1.4
4 1,000～2,000円未満	63	0.6	53	0.7	40	1.0
5 2,000～3,000円未満	35	0.4	38	0.5	20	0.5
6 3,000～4,000円未満	16	0.2	17	0.2	11	0.3
7 4,000～5,000円未満	15	0.2	12	0.2	7	0.2
8 5,000円以上	31	0.3	28	0.4	29	0.8

	リズムケア		その他のダイエット／ カロリー管理アプリ		その他の血圧管理アプリ	
	n	%	n	%	n	%
全体	304	100.0	1,273	100.0	1,499	100.0
1 課金していない	164	53.9	1,081	84.9	1,342	89.5
2 500円未満	21	6.9	45	3.5	40	2.7
3 500～1,000円未満	26	8.6	49	3.8	27	1.8
4 1,000～2,000円未満	34	11.2	30	2.4	18	1.2
5 2,000～3,000円未満	17	5.6	17	1.3	22	1.5
6 3,000～4,000円未満	11	3.6	13	1.0	18	1.2
7 4,000～5,000円未満	8	2.6	12	0.9	10	0.7
8 5,000円以上	23	7.6	26	2.0	22	1.5

	その他の睡眠管理アプリ		その他の女性向けアプリ		その他の健康総合アプリ	
	n	%	n	%	n	%
全体	1,884	100.0	944	100.0	8,038	100.0
1 課金していない	1,647	87.4	836	88.6	7,043	87.6
2 500円未満	75	4.0	25	2.6	250	3.1
3 500～1,000円未満	63	3.3	21	2.2	187	2.3
4 1,000～2,000円未満	31	1.6	19	2.0	113	1.4
5 2,000～3,000円未満	24	1.3	11	1.2	93	1.2
6 3,000～4,000円未満	7	0.4	8	0.8	43	0.5
7 4,000～5,000円未満	7	0.4	4	0.4	51	0.6
8 5,000円以上	30	1.6	20	2.1	258	3.2

ヘルスケアパネル

□健康関連アプリの満足度

		SmartDiet (スマートダイエット)		Health Planet (ヘルスプラネット) ※タニタの機器との運動アプリ		ハミング (カレンダー式ダイエットアプリ)	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	900	100.0	1,338	100.0	678	100.0
2	満足	303	33.7	335	25.0	146	21.5
3	やや満足	287	31.9	514	38.4	307	45.3
4	どちらともいえない	273	30.3	416	31.1	182	26.8
5	やや不満	21	2.3	51	3.8	29	4.3
5	不満	16	1.8	22	1.6	14	2.1

		血圧ノート		血圧ナビ		いびきラボ	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	4,323	100.0	1,151	100.0	963	100.0
2	満足	941	21.8	205	17.8	155	16.1
3	やや満足	1,284	29.7	380	33.0	304	31.6
4	どちらともいえない	1,940	44.9	460	40.0	394	40.9
5	やや不満	109	2.5	72	6.3	74	7.7
5	不満	49	1.1	34	3.0	36	3.7

		熟睡アラーム		あすけん		カロママ	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	949	100.0	2,848	100.0	837	100.0
2	満足	165	17.4	621	21.8	140	16.7
3	やや満足	311	32.8	1,042	36.6	273	32.6
4	どちらともいえない	378	39.8	977	34.3	315	37.6
5	やや不満	68	7.2	153	5.4	83	9.9
5	不満	27	2.8	55	1.9	26	3.1

		RecStyle		ルナルナ		WomanLogカレンダー	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	417	100.0	2,877	100.0	288	100.0
2	満足	73	17.5	807	28.1	51	17.7
3	やや満足	120	28.8	1,172	40.7	81	28.1
4	どちらともいえない	149	35.7	781	27.1	92	31.9
5	やや不満	56	13.4	84	2.9	38	13.2
5	不満	19	4.6	33	1.1	26	9.0

		FiNC (フィンク)		ララしあコネクト		超じぶん管理リズムケア	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	1,507	100.0	456	100.0	190	100.0
2	満足	231	15.3	67	14.7	47	24.7
3	やや満足	447	29.7	110	24.1	63	33.2
4	どちらともいえない	672	44.6	231	50.7	56	29.5
5	やや不満	110	7.3	27	5.9	17	8.9
5	不満	47	3.1	21	4.6	7	3.7

		dヘルスケア		auウェルネス		aruku& (あるくと)	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	9,903	100.0	7,318	100.0	3,842	100.0
2	満足	1,479	14.9	830	11.3	536	14.0
3	やや満足	3,049	30.8	1,906	26.0	1,158	30.1
4	どちらともいえない	4,205	42.5	3,954	54.0	1,552	40.4
5	やや不満	814	8.2	456	6.2	407	10.6
5	不満	356	3.6	172	2.4	189	4.9

		リズムケア		その他のダイエット/ カロリー管理アプリ		その他の血圧管理アプリ	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	304	100.0	1,273	100.0	1,499	100.0
2	満足	81	26.6	251	19.7	391	26.1
3	やや満足	122	40.1	484	38.0	562	37.5
4	どちらともいえない	79	26.0	467	36.7	492	32.8
5	やや不満	16	5.3	50	3.9	39	2.6
5	不満	6	2.0	21	1.6	15	1.0

		その他の睡眠管理アプリ		その他の女性向けアプリ		その他の健康総合アプリ	
		n	%	n	%	n	%
1	全体	1,884	100.0	944	100.0	8,038	100.0
2	満足	445	23.6	218	23.1	1,579	19.6
3	やや満足	745	39.5	384	40.7	2,550	31.7
4	どちらともいえない	602	32.0	298	31.6	3,332	41.5
5	やや不満	74	3.9	31	3.3	251	3.1
5	不満	18	1.0	13	1.4	326	4.1

ヘルスケアパネル

□今後（も）健康管理アプリを使いたいか

	n	%
全体	150,767	100.0
1 是非利用したい	6,358	4.2
2 利用したい	13,809	9.2
3 やや利用したい	21,366	14.2
4 どちらともいえない	49,623	32.9
5 あまり利用したくない	15,920	10.6
6 利用したくない	13,368	8.9
7 まったく利用したくない	30,323	20.1

ヘルスケアパネル

■基礎属性

□性別

	n	%
全体	150,767	100.0
1 男性	97,582	64.7
2 女性	51,583	34.2
3 その他／答えたくない	1,602	1.1

□居住地

	n	%
全体	150,767	100.0
1 北海道	8,116	5.4
2 青森県	1,338	0.9
3 岩手県	1,079	0.7
4 宮城県	2,465	1.6
5 秋田県	965	0.6
6 山形県	823	0.5
7 福島県	1,313	0.9
8 東京都	21,663	14.4
9 神奈川県	14,152	9.4
10 埼玉県	9,440	6.3
11 千葉県	8,123	5.4
12 茨城県	2,272	1.5
13 栃木県	1,580	1.0
14 群馬県	1,744	1.2
15 山梨県	619	0.4
16 新潟県	1,894	1.3
17 長野県	1,892	1.3
18 富山県	1,151	0.8
19 石川県	1,113	0.7
20 福井県	756	0.5
21 愛知県	10,567	7.0
22 岐阜県	2,190	1.5
23 静岡県	3,441	2.3
24 三重県	1,791	1.2
25 大阪府	13,086	8.7
26 兵庫県	7,409	4.9
27 京都府	3,456	2.3
28 滋賀県	1,457	1.0
29 奈良県	1,878	1.2
30 和歌山県	907	0.6
31 鳥取県	622	0.4
32 島根県	720	0.5
33 岡山県	1,813	1.2
34 広島県	2,909	1.9
35 山口県	1,170	0.8
36 徳島県	665	0.4
37 香川県	976	0.6
38 愛媛県	1,295	0.9
39 高知県	484	0.3
40 福岡県	4,904	3.3
41 佐賀県	531	0.4
42 長崎県	938	0.6
43 熊本県	1,111	0.7
44 大分県	900	0.6
45 宮崎県	753	0.5
46 鹿児島県	1,122	0.7
47 沖縄県	1,174	0.8

□年代

	n	%
全体	150,767	100.0
1 10代	592	0.4
2 20代	4,183	2.8
3 30代	13,014	8.6
4 40代	29,301	19.4
5 50代	51,044	33.9
6 60代	38,349	25.4
7 70代以上	12,721	8.4
8 80代以上	1,563	1.0

□性年代

	n	%
全体	149,165	100.0
1 男性/10代	228	0.2
2 男性/20代	1,366	0.9
3 男性/30代	5,515	3.7
4 男性/40代	16,390	11.0
5 男性/50代	33,748	22.6
6 男性/60代	29,031	19.5
7 男性/70代	10,175	6.8
8 男性/80代以上	1,129	0.8
9 女性/10代	280	0.2
10 女性/20代	2,663	1.8
11 女性/30代	7,228	4.8
12 女性/40代	12,545	8.4
13 女性/50代	16,863	11.3
14 女性/60代	9,167	6.1
15 女性/70代	2,504	1.7
16 女性/80代以上	333	0.2

□同居家族

	n	%
全体	150,767	100.0
1 一人暮らし	33,074	21.9
2 配偶者／パートナー	91,308	60.6
3 子供（乳幼児）	6,046	4.0
4 子供（小中学生）	14,163	9.4
5 子供（高校生以上の学生）	14,951	9.9
6 子供（社会人）	23,694	15.7
7 兄弟姉妹	6,346	4.2
8 親	25,369	16.8
9 祖父母	1,055	0.7
10 孫	1,398	0.9
11 親戚	379	0.3
12 友人・知人	346	0.2
13 その他	1,573	1.0

ヘルスケアパネル

□職業

	n	%
全体	150,767	100.0
1 農林・水産・鉱業	1,123	0.7
2 建築・土木・鉱業	6,339	4.2
3 製造業	18,362	12.2
4 電気・ガス・熱供給・水道業	1,655	1.1
5 通信業	1,055	0.7
6 情報サービス業	4,733	3.1
7 その他の情報通信業	492	0.3
8 運輸・郵便業	6,411	4.3
9 卸売・小売業（食品）	2,128	1.4
10 卸売・小売業（衣類・アパレル）	977	0.6
11 卸売・小売業（ペット関連）	140	0.1
12 卸売・小売業（上記以外）	6,115	4.1
13 金融・保険業	4,171	2.8
14 学術研究・専門技術者	1,322	0.9
15 宿泊業	510	0.3
16 サービス業	12,182	8.1
17 その他サービス業	3,296	2.2
18 教育・学習支援業	4,870	3.2
19 医療・福祉	9,088	6.0
20 調査・コンサルティング業	916	0.6
21 マスコミ・広告代理業	947	0.6
22 その他	12,915	8.6
23 パートアルバイト	10,581	7.0
24 学生	952	0.6
25 年金生活者（無職）	16,229	10.8
26 専業主婦	12,874	8.5
27 その他の無職	10,384	6.9

□年収

	個人年収		世帯年収	
	n	%	n	%
全体	150,767	100.0	150,767	100.0
1 収入無し	18,634	12.4	7,580	5.0
2 200万円未満	36,825	24.4	18,083	12.0
3 200～400万円未満	40,150	26.6	35,562	23.6
4 400～600万円未満	25,118	16.7	32,273	21.4
5 600～800万円未満	14,127	9.4	23,215	15.4
6 800～1,000万円未満	7,914	5.2	15,215	10.1
7 1,000～1,500万円未満	5,216	3.5	12,569	8.3
8 1,500～2,000万円未満	1,084	0.7	3,183	2.1
9 2,000万円以上	1,699	1.1	3,087	2.0