

報道関係者 各位

2024年9月25日  
ライフログテクノロジー株式会社

【カロミル×日本新薬調査レポート】栄養バランスを意識する人はプロテインを飲用！

-運動習慣がなくても日常的にプロテインを飲むユーザーも-

食事・運動・体重管理アプリケーション（以下、アプリ）「カロミル」の開発・提供をするライフログテクノロジー株式会社（東京都中央区、代表取締役：棚橋繁行、以下、当社）は、スポーツサプリメント「WINZONE」を提供する日本新薬株式会社（本社：京都市南区、代表取締役社長：中井 亨、以下、日本新薬）とともに、2024年2月21日～3月1日の期間でカロミルユーザーに向けてプロテインに関する意識調査を行いました。今回アンケートを行ったカロミルユーザー（以下、調査回答ユーザー）への調査では、7割以上が「十分なたんぱく質の摂取」を目的にプロテインを摂取しており、「プロテインは筋肉増量のために飲む」というこれまで一般的と考えられていた概念が変化していることが分かりました。また、調査回答ユーザーのうち日常的にプロテインを飲んでいるユーザーは7割以上、その内5割以上が継続飲用しており、プロテインを活用して効率的に栄養バランスを整える意識の高まりがみられました。



## ◎調査サマリー

- ・7割以上の調査回答ユーザーが「十分なたんぱく質の摂取」を目的にプロテインを摂取している
- ・日常的にプロテインを飲用しているユーザーは74.8%、その内継続飲用しているユーザーは5割以上

## ◎調査概要

調査期間：2024年2月21日～3月1日

調査対象：健康管理アプリ「カロミル」ユーザーアンケートに回答した男女3,064人

調査方法：「カロミル」アプリ内に表示されたアンケートに回答したユーザーへの調査と、そのユーザーの食事記録状況を分析

調査機関：カロミル調べ

&lt;報道関係者お問い合わせ先&gt;

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com

## ◎調査の背景

厚生労働省が策定した「日本人の食事摂取基準（2020年版）」では、1日に必要な摂取エネルギーに対するたんぱく質の摂取目標の割合は、1～49歳は13%～20%、50～64歳は14%～20%、65歳以上は15%～20%とされています。

当社が2023年8月に実施したカロミルユーザーへのアンケート調査では、ユーザーの77.3%がたんぱく質の摂取状況を意識的にチェックしていました。一方で、2022年7月に実施したカロミルユーザーのたんぱく質摂取量調査では、全ユーザーの39.1%が目標量を摂取できていないことが分かっています（※）。

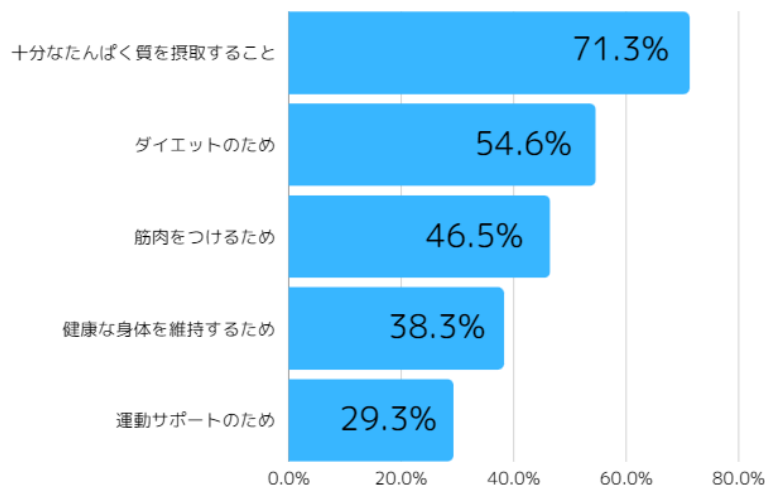
※2022年7月20日発表「カロミルユーザーのたんぱく質摂取量を大調査！全国平均よりも大きく上回って摂取している結果に」  
<https://www.calomeal.com/pressrelease/20220720.html>

一方、コロナ禍での健康意識の高まりを受けて、カラダ作りに欠かせないたんぱく質摂取への注目度が高まっています。たんぱく質は、以前は筋力づくりをする人が意識的に摂取しているイメージの強い栄養素でしたが、たんぱく質の機能に対する理解が深まり、現在はダイエットや健康増進を目指す方にも広く意識的に摂取される栄養素となりました。

そこで、当社はたんぱく質を効率よく摂取できる商品の代表格「プロテイン」に関する意識調査を、良質なたんぱく質とビタミン・ミネラルの双方を豊富に含み、健康的なカラダづくりをサポートするスポーツサプリメント「WINZONE」を展開する日本新薬と共同で実施しました。

## ◎調査結果の詳細

・ 調査回答ユーザーの7割以上が「十分なたんぱく質の摂取」を目的にプロテインを摂取している

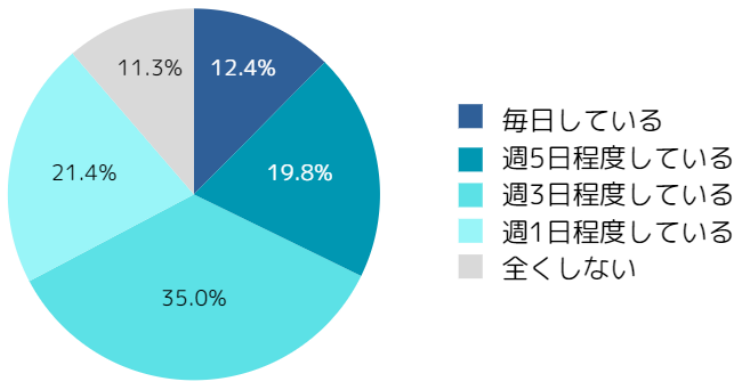


カロミルユーザーに向けたアンケートで、「プロテインを摂取する目的を教えてください」という質問に対し、「十分なたんぱく質を摂取すること」と回答したユーザーが71.3%と最も多く、次いで「ダイエットのため」「筋肉をつけるため」「健康な体を維持するため」「運動サポートのため」と回答しました。

プロテインは筋肉増量のために飲む、という意識が変化し、たんぱく質を効率よく摂取するための手段として活用されていることがわかりました。

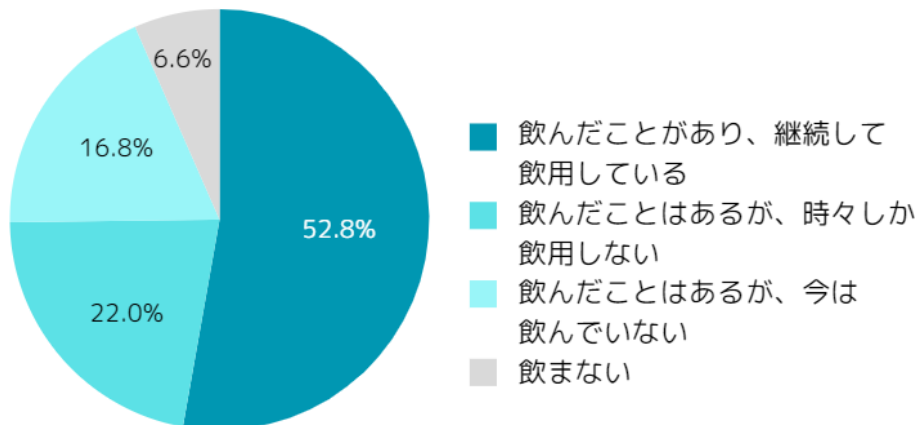
<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com

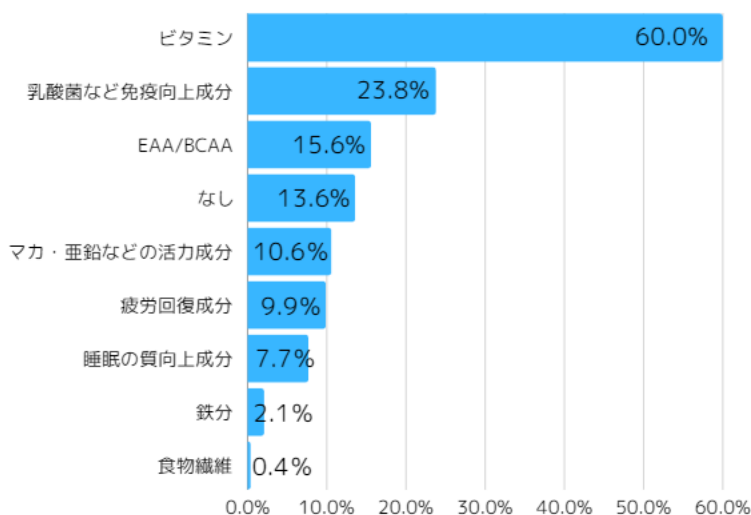


「普段運動はどれくらいの頻度で行っていますか」という質問では、「週3日程度」のユーザーが35.0%と最も多く、「週1回程度」は21.4%、「全くしない」は11.3%で、週3日以下のユーザーの合計割合は67.7%でした。

・日常的にプロテインを飲用しているユーザーは74.8%、その内継続飲用しているユーザーは5割以上



「プロテインを飲んだことがありますか」という質問に対し、「飲んだことがあり継続して飲用している」ユーザーが52.8%、「飲んだことはあるが時々しか飲用しない」は22.0%で、日常的に飲用しているユーザーを合計すると74.8%でした。また「飲んだことはあるが今は飲んでいない」は16.8%で、飲んだことのある方を合計すると9割以上がプロテインの飲用経験がありました。



<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com

また、「ご自身の体調管理のために普段から摂取しているサプリメント（成分）はありますか」という質問に対し、ビタミンが最も多い回答となり、次いで免疫向上成分や活力成分、疲労回復成分など、カラダの課題解決のために摂取したいという傾向が見られました。

プロテインやサプリメントをうまく活用し、カラダの課題を解決するためにより効率的に栄養バランスを整える意識が高まっていることが伺えました。

たんぱく質を摂取した後、体内で活用するための補酵素としてビタミン B6 が必要になります。

ビタミン B6 は、たんぱく源となる肉類や魚類、乳製品など様々な食品に含まれます。不足の心配はあまりされない栄養素ですが、プロテインでたんぱく質を補給した場合はより多くのビタミン B6 が必要になります。

「WINZONE」をはじめ、代謝の効率をよくするためにビタミンやミネラルが配合されているプロテインも多くありますので、ビタミン B6 を同時に摂取できる商品を選択することがおすすめです。

当社は、今後もカロミルに蓄積されたデータと様々な企業とのコラボレーションを通じて、ユーザーのカラダづくりに有益な情報を発信し、世の中の健康寿命延伸に貢献してまいります。

### 【WINZONE について】

「WINZONE」は創立 100 年を超える医療用医薬品メーカーである日本新薬が手掛けるスポーツサプリメントブランドです。WINZONE のコンセプトは『本気で何かに挑戦する人を支えたい』であり、日本新薬は WINZONE がすべてのアスリートに支持されるスポーツサプリメントブランドとなることを目指しています。

### 【WINZONE PROTEIN PERFECT CHOICE について】

「WINZONE WHEY PROTEIN PERFECT CHOICE」（以下「本製品」）は、日本を代表するトップアスリートからスポーツ愛好家まで幅広くご愛用いただいているプロテインです。本製品には次の 5 つの特長があり、お客様の健康やスポーツライフを応援しています。



WINZONE WHEY PROTEIN PERFECT CHOICE 濃厚リッチチョコ風味

#### ■ WINZONE WHEY PROTEIN PERFECT CHOICE の 5 つの特徴

1. 栄養成分が充実
2. 世界に認められたおいしさ ～優秀味覚認証の取得～
3. 医療用医薬品メーカー基準の品質とアンチ・ドーピング認証取得
4. トータルパフォーマンス
5. ホエイプロテインで初認定！～100 人中 97%の医師が

「WINZONE WHEY PROTEIN PERFECT CHOICE」を推奨～

### 【日本新薬について】

日本新薬は、経営理念「人々の健康と豊かな生活創りに貢献する」のもと、病気でお困りの患者さんとご家族にとって必要となる特長あるくすり創りを通して、社会から信頼される企業を目指しています。

また、当社は「医食同源」の考えのもと、1961 年より医薬品事業で培った技術とノウハウを駆使した機能食品事業を展開しています。「健康長寿」「アクティブライフ」「食の安全・安心」「食品ロスの削減」に関わる高付加価値のある素材を研究・開発し、さまざまなメーカー様に販売することで社会に貢献してまいりました。そし

<報道関係者お問い合わせ先>

て2016年10月より、「人々の健康と豊かな生活創り」に貢献したいという、私たちの「食」に対する想いを消費者の皆様ダイレクトに伝えるために、新たに「健康食品の通信販売事業」への取り組みを開始しました。当社が取り扱っている製品等、詳細な情報については <https://www.nippon-shinyaku-shop.com/> をご覧ください。

#### 【健康管理アプリ「カロミル」について】

<https://youtu.be/I5D8o4D4TiA>

食事・運動・体重管理アプリです。食事記録に関しては、写真1枚で毎日の食事を記録し、AI（人工知能）の画像解析技術によって自動で栄養価を割り出し登録します。カロリーだけでなく、たんぱく質、脂質、炭水化物、塩分、糖質、食物繊維、ビタミン、ミネラルなど28種類の栄養素の計算・記録もできるので、ダイエットのみならず、栄養バランスを考慮した健康管理が可能です。また、食事記録だけでなく運動・バイタルの管理機能もそなえ、「健康のトータルマネジメント」を実現しています。会員数は410万人を超えました（2024年9月時点）。

#### 【ライフログテクノロジー株式会社について】

<https://calomeal.com/>

管理栄養士、エンジニア、データサイエンティスト、人工知能の研究者で構成されたヘルスケア関連のテクノロジー企業です。2016年2月に創業以来、東京、宮崎の2拠点と、全国からリモートワークで活動するスタッフと共にヘルスケアアプリ「カロミル」の開発・運営を行っています。自社アプリの開発だけでなく、様々な業種の企業や大学、医療研究機関などと健康管理や食生活に関する共同研究、新たなサービスの立上げを行っています。

#### ◆サービスに関するお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社 [info@calomeal.com](mailto:info@calomeal.com)

#### ◆報道関係の方のお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社

広報： [pr@calomeal.com](mailto:pr@calomeal.com)

社名：ライフログテクノロジー株式会社（Life Log Technology, Inc）

所在地：〒103-0027 東京都中央区日本橋三丁目2番14号 新槇町ビル別館第一1階

設立：2016年2月

資本金：9億5,459万円（資本準備金含む）

代表者：代表取締役 棚橋繁行

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報： [pr@calomeal.com](mailto:pr@calomeal.com)