

夏本番、“夏の胃腸”にお困り多数？ 約4割が「胃腸に不調」を毎夏実感 不調のために「夏イベント参加見送り」… 半数が経験あり 夏ならではの原因も？ 8割超が「対策はその場しのぎ」 胃腸の働きを助ける、パナソニックのアルカリイオン整水器

アルカリイオン整水器 TK-AS47 等を展開するパナソニック株式会社は、このたび、7月11日の「アルカリイオン水の日」に際して、「夏の胃腸の不調」をテーマとした調査を実施しました。7月11日は、0711（おなかがいい）の語呂合わせから、「アルカリイオン水の日」として日本記念日協会に登録されています。これにちなんで、意外と知られていない「夏の胃腸の不調」に関する実態調査を行うとともに、同日より、Twitter および Instagram にて、アルカリイオン整水器をプレゼントするキャンペーンを実施いたします。

毎夏の恒例お悩み？ 約6割が「夏は胃腸の不調を特に強く感じる」と回答

主に暑さの影響で、さまざまな体調不良が懸念される夏のシーズン。熱中症対策への関心は近年大きく高まっていますが、夏の困りごとは多岐にわたると言えます。その中でも今回は、「夏時期の胃腸の不調」について調査を行いました。

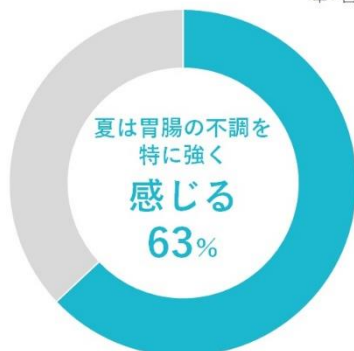
はじめに予備調査として、夏の時期に胃もたれ、胃の不快感、お通じの不調を経験したことがあるかを調べたところ、20～40代の男女の約4割の人が、毎年夏にいずれかの胃腸の不調を感じている（36%）ことがわかりました。これをふまえ、今回は夏に定期的に胃腸の悩みを感じると答えた男女500名に調査を行いました。

[調査概要]

- ・タイトル：「夏の胃腸の不調」に関する調査
- ・調査方法：インターネット調査
- ・サンプルサイズ：500名（有効回答/性年代別に均等回収）
- ※予備調査（1,993名）において「毎年夏の時期に、胃もたれ、胃の不快感、お通じの悩みのいずれかを感じる」と答えた方
- ・調査期間：2022年6月8日（水）～6月9日（木）
- ・実査委託先：楽天インサイト株式会社
- ・調査主体：パナソニック株式会社
- ・対象エリア：全国
- ・調査対象：20～40代男女

[グラフ1] 夏の時期の胃腸の不調は？

単一回答/n=500



調査対象者が毎夏感じている胃腸の不調としては、「胃の不快感」（38%）が最も多く、「お通じの悩み」（33%）、「胃もたれ」（29%）が並びました。

これらを感じる頻度としては「週に2～3回程度」がいずれの不調でも3割を超えて多かった一方で、「お通じの悩み」は「週に6回以上」（11%）を含めて、週に4回以上感じる人が他の2つの悩みよりも多くなっています。

また、約6割が「夏は胃腸の不調を特に強く感じる」（63%）と回答しています。[グラフ1]

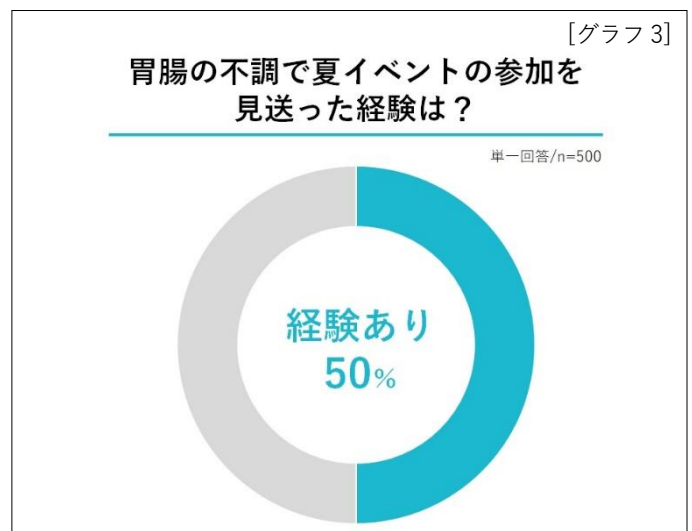
こうした胃腸の不調を感じるシーンを調べたところ、「食べ過ぎたとき」や「ストレスを感じたとき」といった生活面での要素に回答が集まりました。同時に、不調別に差が出たものとして、胃もたれは「気温が高いとき」(36%)、胃の不快感とお通じの悩みは「エアコン・クーラーで冷えたとき」(胃の不快感：31%、お通じの悩み：29%)など、夏ならではの理由も上位に挙がっています。[表]

胃もたれ		胃の不快感		お通じの悩み	
食べ過ぎたとき	59%	ストレスを感じたとき	50%	ストレスを感じたとき	41%
ストレスを感じたとき	42%	食べ過ぎたとき	47%	食べ過ぎたとき	38%
気温が高いとき	36%	仕事が忙しいとき	32%	冷たいものを飲んだ・食べたとき	31%
アルコールを飲みすぎたとき	32%	冷たいものを飲んだ・食べたとき	32%	エアコン・クーラーで冷えたとき	29%
睡眠不足のとき	31%	エアコン・クーラーで冷えたとき	31%	睡眠不足のとき	27%
n=143		n=192		n=165	

9割台が気分・行動への影響を実感… 夏ならではのイベントも、半数が見送り経験

続いて、夏の胃腸の不調が、気分と行動に与える影響についても調査しました。

夏の胃腸の不調の影響としては、実に90%が「気分への影響を感じる」、93%が「行動への影響を感じる」と回答。[グラフ 2] 具体的な気分への影響としては、「何事にもやる気が出ない」(48%)、「仕事に集中できない」(45%)、「出かけるのがおっくうになる」(42%)が上位に挙がっています。また、行動については、「疲れやすくなる」(63%)が最も多く、「食欲がなくなる」(48%)や「寝つきが悪くなる」(37%)が続きました。



さらに、「胃腸の不調により、夏ならではのイベントが楽しめなかった経験はありますか？」と聞くと、約6割が「ある」(62%)と回答。加えて、2人に1人が、そのために「夏ならではのイベントへの参加を見送ったことがある」(50%)こともわかりました。[グラフ 3]

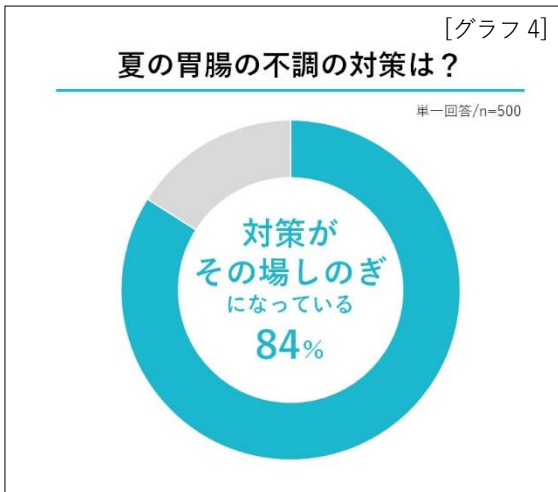
実際の体験談として、「夏は胃もたれする回数が多く、夏ならではのバーベキューや焼き肉を楽しみたくても、胃のことを考えてセーブしてしまいあまり楽しめない」(36歳・女性)といった、不調を気にするあまり思いきりイベント等を楽しめないという声が数多く集まりました。同時に、「胃腸の不調でトイレが近くなり、花火大会でせっか

く場所取りをしたのに、トイレの列に並びながらメインの花火を見ることになってしまった」(27歳・男性)など、せっかくの機会に残念な思いをしている人もいます。

ほかに、「外で胃の不調を感じたとき、緩和するためにお腹を温めたいものの体自体は暑いので、冷やすのも温めるのも苦痛」(23歳・女性)など、夏ならではの胃腸の不調の苦しさに関するエピソードも多く見られ、その影響の幅広さが垣間見えます。

対策は「その場しのぎ」、8割超が「対策が十分にできていない」自覚あり

こうした夏の胃腸の不調の対策としては、「睡眠」(36%)や「休息をとる」(36%)、「体を冷やさない」(33%)、「水分摂取」(31%)などが上位に挙がりました。



ただし、多くの人が対策をとっているにもかかわらず、**84%も**の人が「対策がその場しのぎになっている」と感じていることも判明。[グラフ 4] また、多くの人が「対策が十分にできていない」(82%)と自覚しているようです。

ちなみに、こうした胃腸の不調について、夏以外でも感じるかを聞くと、**約8割**が「1年を通して胃腸の不調を感じる」(76%)と回答。そのためか、**約8割**の人が「簡単に対策できる方法を探している」(79%)ことも明らかになりました。

胃腸にいい水。パナソニックのアルカリイオン整水器で、毎日にアルカリイオン水を



パナソニックのアルカリイオン整水器 TK-AS47 は、スリムなデザインでシンク周りに置きやすい、アルカリイオン整水器のスタンダードモデルです。毎日使うお水に、手軽にアルカリイオン水をプラスします。

また、このたびの「アルカリイオン水の日」に際して、**2022年7月11日(月)～7月25日(月)**の期間中には、Twitter および Instagram にて、アルカリイオン整水器 TK-AS47 を抽選で計4名様にプレゼントする「アルカリイオン整水器プレゼントキャンペーン」を実施いたします。

詳細は、Panasonic JAPAN 公式 Twitter、および、Panasonic JAPAN 公式 Instagram をご確認ください。

アルカリイオン整水器 TK-AS47 5つのポイント

▶ 胃腸にいい水

アルカリイオン水の使用目的又は効果 胃腸症状の改善

お通じの気になる方、胃の不快感を感じる方へ

- 胃もたれや胃の不快感をやわらげます。
- 胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。

ご使用前のご注意

- 飲用に合格した水（水道水など）以外には使用しないでください。
- 腎疾患（腎不全やカリウム排泄障害）の方は、アルカリイオン水を飲用しないでください。
- 弱酸性水は、直接飲用しないでください。

▶ スリムなデザインでシンクまわりに置きやすい

奥行9.5cmのコンパクトサイズだから水栓横のスペースにもスッキリと設置。

キッチンのスペースが確保しやすく作業もしやすい設計です。

▶ 用途に合わせて5種類の水を使い分け

胃腸症状の改善に効果があるアルカリ性電解水（アルカリイオン水）をはじめとして、ボタンを押すだけで5種類の水が選べます。

外出先の水分補給やスポーツの前後、料理やお食事中の水分補給や、お茶やフレーバーウォーター（アルカリイオン水）、赤ちゃんのミルク（浄水）や洗顔（弱酸性水）など、さまざまな使い方が可能です。

（弱酸性水は、直接飲用しないでください）

▶ 19物質を除去する高性能カートリッジ搭載

吸着性能の高いセラミック入り活性炭の採用と、

活性炭の能力を最大限に引き出すカートリッジの構造により、すぐれた浄水能力を実現。

カルシウムなどのミネラル成分は水に溶け込んでいるので除去されず、浄水に残ります。

▶ 節水構造で環境にも配慮

原水泡沫ストレートと原水泡沫シャワー機能を搭載した節水配慮設計により、環境に配慮した仕様に。

「自動つづくモード」を搭載し、同じ種類の水を続けて使うとき、捨て水が少なく、自動で節水できます。

- （アルカリ1・2・3、浄水時のみ）

アルカリイオン整水器 TK-AS47 詳細 https://panasonic.jp/alkaline/products/tk_as47.html

Panasonic JAPAN 公式 Twitter https://twitter.com/Panasonic_cp/

Panasonic JAPAN 公式 Instagram <https://www.instagram.com/panasonicjp/>

[アルカリイオン整水器 TK-AS47 製品概要]



品名 : アルカリイオン整水器

品番 : TK-AS47

タイプ : ワンウェイタイプ

メーカー希望小売価格 : オープン価格

色 : H (ライトグレー)

医療機器認証番号 : 302AKBZX00089000