

FiNC 総研 腸活に関する意識調査結果を公開

ヘルスケア/フィットネスアプリ「FiNC」ユーザーの約9割が腸活に興味あり！
コロナ禍の影響で「腸活」への意識が高まっている人が増加、実践者は約4割止まりに

予防ヘルスケア×AIテクノロジー（人工知能）に特化したヘルステックベンチャー株式会社 FiNC Technologies（本社：東京都千代田区、代表取締役 CEO：南野 充則、以下「当社」）は、「FiNC 総研」※1より、腸活に関する意識調査についてのアンケート結果を公開いたします。



近年、健康を維持するための一方法や美容習慣として「腸活」が注目を浴びています。今回、ヘルスケアプラットフォームアプリ「FiNC」を日頃からご利用いただいているヘルスケア意識の高いユーザーを対象に、腸活への意識について調査・分析を行いました。

※1 FiNC 総研では、アンケートやインタビューなどを通じて、FiNC ユーザーや有識者の声をもとに、ヘルシーで前向きに過ごすライフスタイルや、関心ごとなどをリサーチし、ウェルネスライフの未来を考えていきます。さらに毎日のヘルスケアに寄り添う FiNC だからこそこの視点で、健康への価値観や課題意識などをとらえています。

【調査について】

腸活に関する意識調査

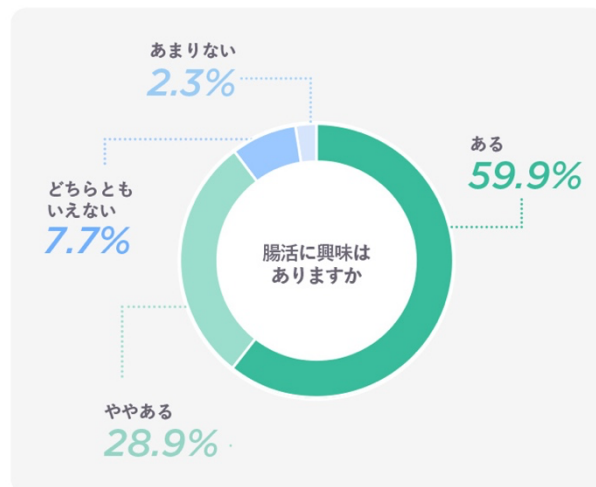
（出典：FiNC ユーザー向けアンケート 2021年8月実施 回答数：3684）

【引用・転載時のクレジット表記のお願い】

本プレスリリースの情報は FiNC アプリ内で公開されている記事『FiNC ユーザーに聞きました！話題の「腸活」の本当のところ』の一部を抜粋しております。全文は FiNC アプリ内の[こちらの記事](#)よりご覧ください。また、グラフ素材のご提供も可能ですので、ご希望のメディア様は広報担当へお問い合わせください。なお、本調査結果をご使用される際は、「FiNC 総研調べ」とクレジット表記をお願い申し上げます。

「腸活」に興味がある人はなんと 9 割も！

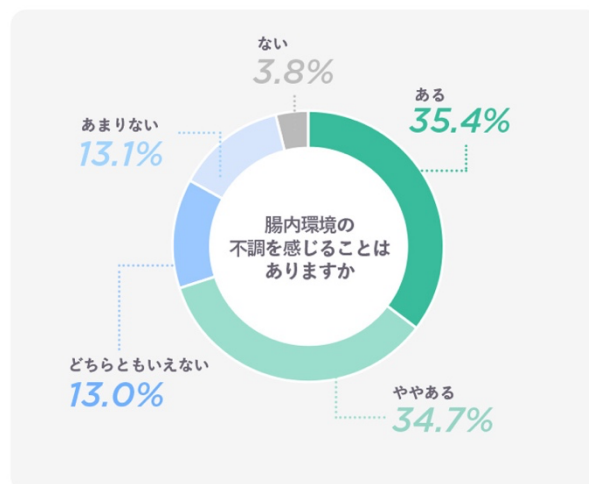
Q. 腸活に興味はありますか。



はじめに「腸活」自体への興味の度合いを調べたところ、「ある」または「ややある」と肯定的に答えたユーザーは約 9 割で、「腸活」への興味・関心の高さが明らかになりました。さらに、「興味がある」と回答した割合を男女で比較すると男性は 78%、女性は 93%となり、女性からの支持がとても高いことが見受けられます。

コロナ禍の腸内環境への影響は…

Q. 腸内環境の不調を感じることはありますか。

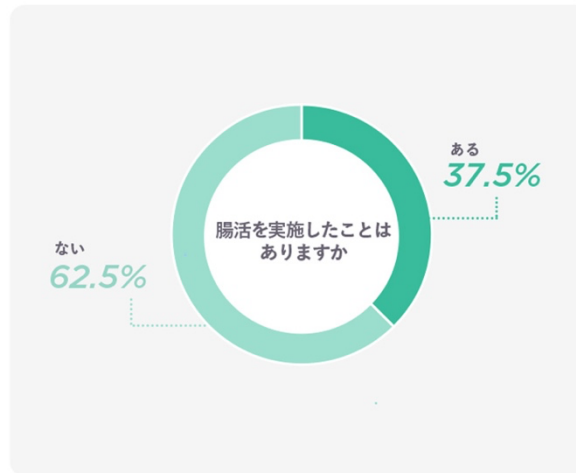


腸内環境の不調を感じている人を調査した結果、男性は 53%、女性は 76%となりました。なかでも 20 代から 40 代の女性は、8 割前後が「不調を感じる」と回答していて、冒頭でも女性の方が「腸活」への関心が高かったように、その理由が浮き彫りになったといえます。

また、コロナ禍で「腸内環境の悩みが増えた」と回答した人は男性が 25%、女性は 36%となり、女性の方がやや上回る結果になりました。コロナ禍により社会環境が急激に変化し、人と会う機会が制限されるようになった昨今、腸内環境への影響も調査によって伺えます。

実際のところ、実践しているユーザーはどのくらい？

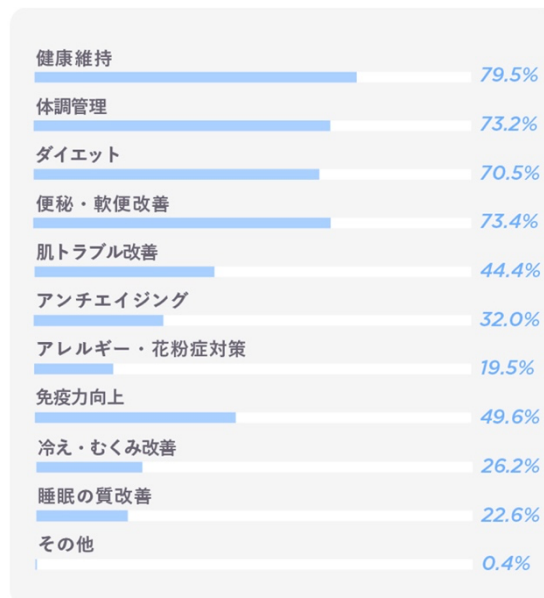
Q. 腸活を実施したことはありますか。



腸活への興味・関心が高い結果となったのに対し、「腸活をしたことがない」ユーザーの割合は 62.5%と高い結果となりました。また、「腸活をしたことがある」人は男性 26%、女性 41%と男女で差が見受けられました。これまでの調査結果より、腸内環境に何かしら不調を感じ、「腸活」自体に関心はあるものの実践にまでは至っていない現状が伺えます。

「腸活」の目的は？実際にどんな効果があった？

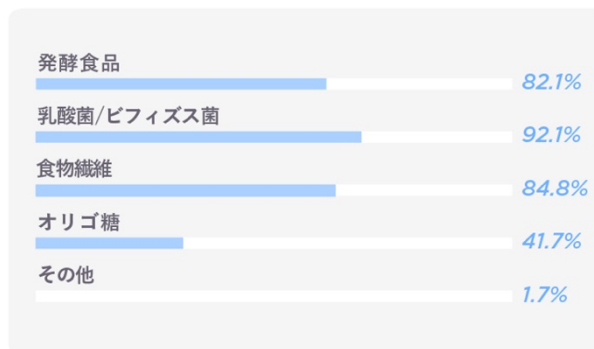
Q. 腸活をする目的に当てはまるもの全て教えてください。



実際に「腸活」をしているユーザーは「健康維持」を目的にしている方が多く、次いで「便秘・軟便改善」「体調管理」という結果になり、健康を目的とした回答が目立ちました。20代から40代の女性の場合、「ダイエット」が82%と高い結果が出ており、美容目的で腸活を実践することも伺えます。

腸内環境を整えるうえでキーワードとなる“有用菌”

Q. 腸活に良いとされる成分や食材として思い浮かぶものを全て教えてください。



「腸活に良い」ということで連想するものを挙げていただいた調査では90%強の方が「乳酸菌、ビフィズス菌」と回答しています。性別や年代、「腸活」の実践経験を問わず、「乳酸菌/ビフィズス菌」が腸活と紐づいて広く認知されていることが明らかになりました。

みんなと一緒にチャレンジ！楽しく腸活しよう！

「みんなの腸活コミュニティ supported by ミルミル」を開設

FiNC アプリでは、お客様が仲間と一緒に「腸活」に取り組めるコミュニティ「みんなの腸活コミュニティ supported by ミルミル」を開設します。このコミュニティでは、腸活コラムをはじめ、FiNC アンバサダーが腸活に役立つコンテンツをお届けしていきます。腸活を始める時に具体的に何をしたらいいかわからない、1人で続ける自信がない、という方は是非ご参加ください。なお、コミュニティは2021年10月25日（月）11:00 開始予定です。FiNC アプリ内よりご参加ください。

ヘルスケア/フィットネスアプリ No.1「FiNC」とは

FiNC アプリは、特許^{*2}を取得したパーソナルトレーナーAI（人工知能）を内蔵したヘルスケアプラットフォームアプリです。「カラダのすべてを、ひとつのアプリで。」というコンセプトのもと、1,100万ダウンロードを突破いたしました。さらに、ヘルスケア/フィットネスにおいてダウンロード数国内No.1^{*3}、App Store のセールスランキングで1位^{*4}を獲得し、「Google Play ベスト オブ 2018」では「自己改善部門」において大賞を受賞いたしました。また、当社はヘルスケア分野における人工知能に関連した技術で、55件の特許を取得しております。



アプリをダウンロードして、スマートフォンを持ち歩くだけで毎日の歩数が貯まり、体重・睡眠時間・食事といったライフログの記録や、歩数に応じて、FiNC MALL で使用できるポイントが付与されます。また著名なアスリート・トレーナー・栄養士といった専門家が発信するエクササイズ・ストレッチ・ヘルシーレシピ・ヨガといった動画コンテンツや、20万件もの食品データベースをはじめ、様々な栄養及び運動プログラムを内蔵し、パーソナルトレーナーAI が、ユーザーひとり一人の興味や悩みにあったメニューを厳選してお届けいたします。ひとりではなかなか続けられない方でも、楽しみながら続けることができるアプリになっています。

※2 特許 6075905 号、特許 6360547 号、特許 6486541 号、特許 6429840 号、特許 6010719 号、特許 6362651 号、等

※3 日本国内 App Store / Google Play 「ヘルスケア&フィットネス」カテゴリにおける1年間（2019年1月～2019年12月）の合算です / 出典：App Annie

※4 日本国内 App Store 「ヘルスケア&フィットネス」カテゴリにおける1年間のセールス（2017年12月～2018年11月） / 出典：App Annie のデータに基づく当社調べ

FiNC アプリのダウンロードはこちら

ダウンロード：無料



Google Play : <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.fincapp&hl=ja>

App Store : <https://itunes.apple.com/jp/app/finc/id965626396?mt=8>

株式会社 FiNC Technologies について

当社は、「Empower people to enjoy a healthy life with useful data」をミッションに掲げる予防ヘルスケア×テクノロジー（人工知能）に特化したヘルステックベンチャーです。管理栄養士や理学療法士等の健康領域の資格保有者、トレーナー、データサイエンティストやエンジニア、栄養学・運動学・心理学などのライフサイエンス領域の研究者で構成されたプロフェッショナル集団です。

- ◆会社名 株式会社 FiNC Technologies
- ◆所在地 東京都千代田区神田錦町 2 丁目 2-1 KANDA SQUARE 11F
- ◆設立 2012 年 4 月 11 日
- ◆代表者 代表取締役 CEO 南野 充則
- ◆従業員数 96 名（2021 年 10 月 1 日時点）

<提供サービス URL>

- FiNC アプリ : <https://finc.com>
- FiNC MALL : <https://store.finc.com>
- FiNC for BUSINESS : <https://corporate.finc.com/business>
- FiNC U : <https://u.finc.com>

※ FiNC の名称・ロゴは、日本国およびその他の国における株式会社 FiNC Technologies の登録商標または商標です。

※ 記載されている会社名・商品名は、各社の商標または登録商標です。

※ プレスリリースに掲載されている内容、サービス/製品の価格、仕様、お問い合わせ先その他の情報は、発表時点の情報です。その後予告なしに変更となる場合があります。

<本件に関する報道関係者のお問い合わせ先>

株式会社 FiNC Technologies 担当：弓削/坂本

電話：050-1742-0330（代）Mail：pr@finc.com