

## 第4回 足のむくみに関する調査

「足が重くてだるい」「靴下の跡が消えない」など  
足のむくみに悩む働く女性は4回連続で8割以上！

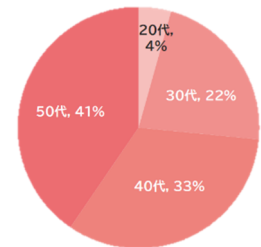
美と健康の総合メーカー、株式会社フジ医療器（本社：大阪市中央区）は、このたび、仕事をしている20歳～59歳の女性を対象に「第4回 足のむくみに関する悩み調査」を実施しましたので、その結果を発表いたします。この調査は、2019年より実施している独自の調査で、今回で4回目となります。

## &lt;調査結果概要&gt;

- (1) 働く女性の88%が足のむくみに悩まされている
- (2) 主なむくみの症状は「足が重くてだるい」、「靴下の跡が消えない」
- (3) 足のむくみに悩む女性のうち、約8割が「秋冬は特にむくみを感じやすい」
- (4) 足のむくみのセルフケアを行っている女性は6割、人気のケア方法は「入浴」

## 【調査概要】

調査期間 : 2023年11月9日(木)～2023年11月13日(月)  
対象者 : 仕事をしている20歳～59歳の女性  
有効回答者数: 482名(20代:21名、30代:107名、40代:159名、50代:195名)  
調査エリア : 全国  
調査方法 : フジ医療器メルマガ会員にWeb上でのアンケートを実施  
※グラフのパーセンテージは四捨五入されているため合計値が100にならないものもございます。

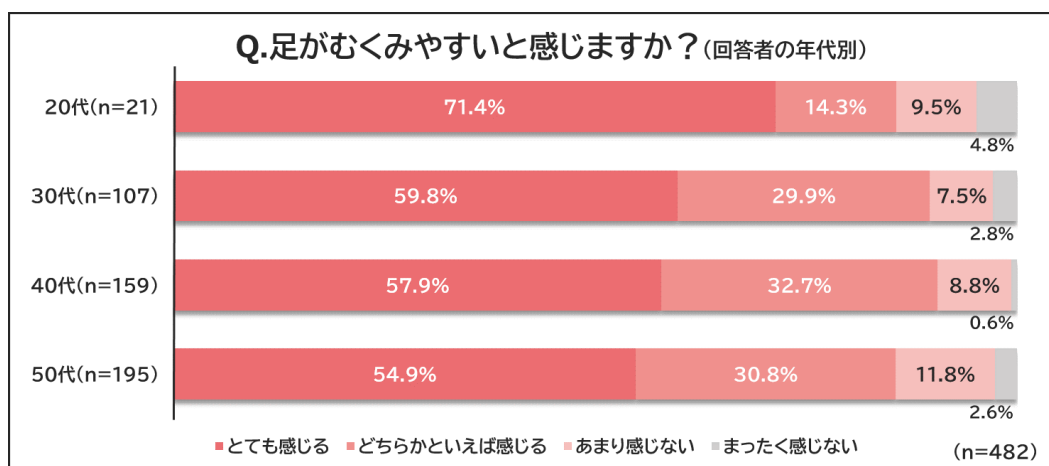
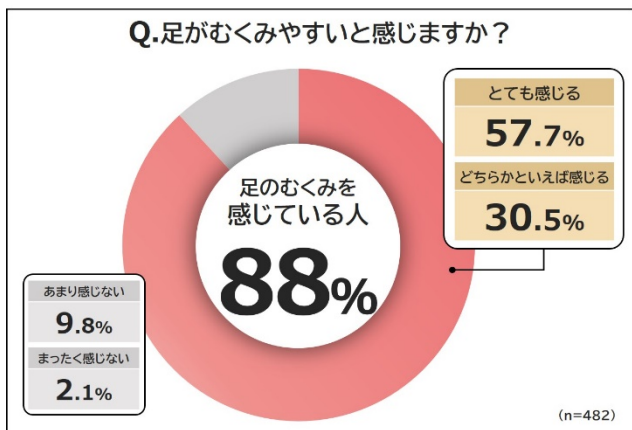


## 【調査結果の詳細】

## (1) 働く女性の88%が足のむくみに悩まされている

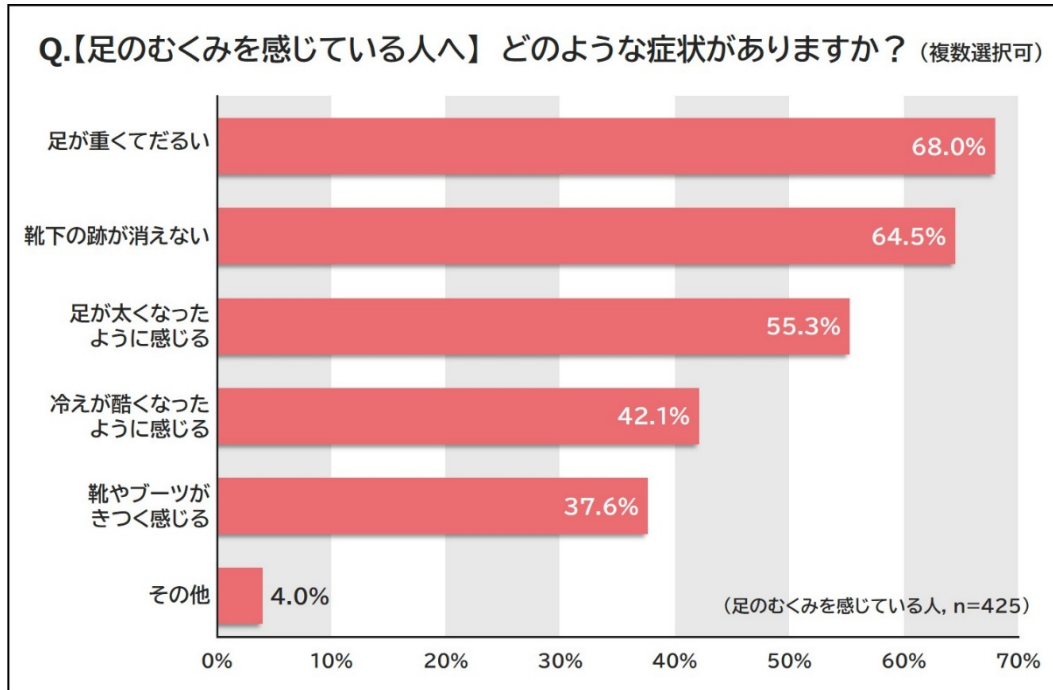
「足がむくみやすいと感じますか？」の質問に対しては「とても感じる」と回答した人が最も多く、その割合は57.7%でした。「どちらかといえば感じる」(30.5%)、「あまり感じない」(9.8%)、「まったく感じない」(2.1%)と続いています。「とても感じる」と「どちらかといえば感じる」を合わせると88.2%となり、足がむくみやすいと感じている人は第1回目の調査から毎回8割を超えています。

年代別に見ると、足のむくみを「とても感じる」と回答した人が最も多かったのは20代で、その割合は71.4%でした。若い世代ほど、足のむくみを強く感じる人が多い傾向があるようです。



## (2) 主なむくみの症状は「足が重くてだるい」、「靴下の跡が消えない」

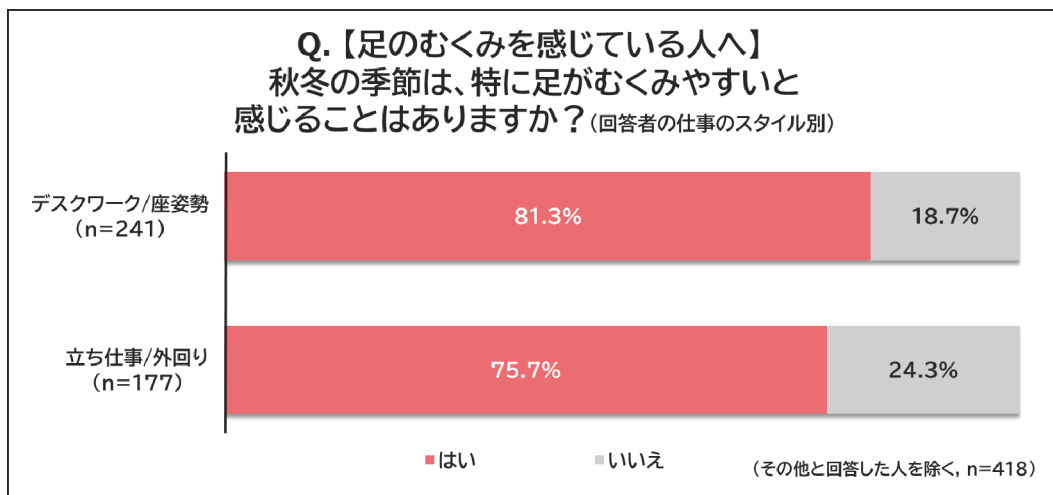
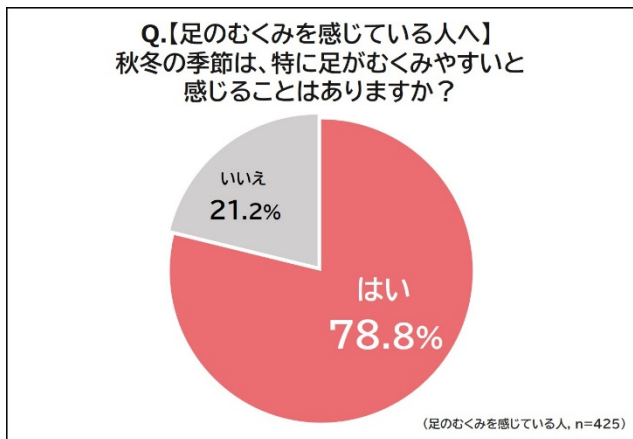
足のむくみを「とても感じる」「どちらかといえば感じる」と回答した人にどのような症状があるか質問したところ、多かった順に「足が重くてだるい」(68.0%)、「靴下の跡が消えない」(64.5%)、「足が太くなったように感じる」(55.3%)、「冷えが酷くなったように感じる」(42.1%)、「靴やブーツがきつく感じる」(37.6%)という結果になりました。その他と回答した人の中には「足が痛い」や「痒い」などの意見があり、様々なむくみの症状に悩まされていることがうかがえます。



## (3) 足のむくみに悩む女性のうち、約 8 割が「秋冬は特にむくみを感じやすい」

足のむくみを「とても感じる」「どちらかといえば感じる」と回答した人に、「秋冬の季節は、特に足がむくみやすいと感じることはありますか？」と質問したところ、78.8%が「はい」と回答していました。

回答者の仕事のスタイル別に見ると、立ち仕事や外回りの仕事をしている女性は 75.7%がむくみを感じやすいと回答していることに対し、デスクワークや座姿勢での仕事をしている女性は 81.3%と 5.6 ポイント多く、座った状態で働いている女性の方が秋冬のむくみを感じやすいという結果になりました。

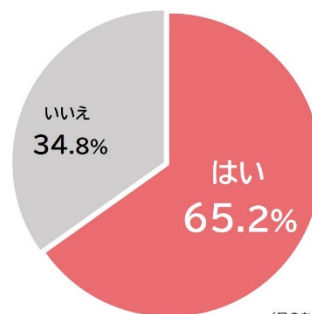


## (4) 足のむくみのセルフケアを行っている女性は 6 割以上、人気のケア方法は「入浴」

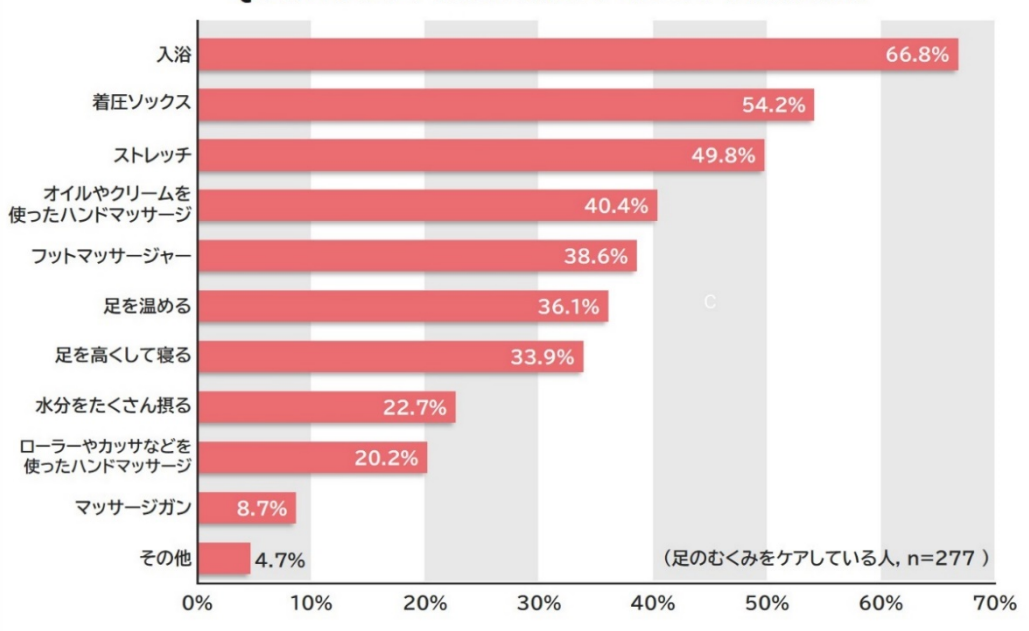
足のむくみを「とても感じる」「どちらかといえば感じる」と回答した人への、「足のむくみについて、ご自身で手入れ・ケアを行っていますか？」という質問では 65.2%の人が「はい」と回答しており、足のむくみに悩まされている女性の 6 割以上が対策を行っていることがわかりました。

具体的なケア方法について質問したところ、多かった順に「入浴」(66.8%)、「着圧ソックス」(54.2%)、「ストレッチ」(49.8%)という結果となりました。この TOP3 は、第 1 回目の調査から毎回同じ順位となっています。

Q.【足のむくみを感じている人へ】  
足のむくみについて、ご自身で  
手入れ・ケアを行っていますか？



Q.具体的なケア方法を教えてください。(複数選択可)



今回の調査で、約 9 割の働く女性が足のむくみを感じやすく、その中でも 6 割以上が入浴などのセルフケアを行い、日々ご自身の足を大切にいたわっている人が多くいることがわかりました。

### ●フジ医療器がおすすめする、日々のセルフケアに最適な商品

#### ウルトラファインバブルのシャワーで贅沢バスタイム体験！「ファインバブルシャワーヘッド FWS1」

足のむくみのセルフケア方法として「入浴」をしている人が最も多い結果となりましたが、フジ医療器から入浴時にお使いいただける新商品「ファインバブルシャワーヘッド FWS1」を 2023 年 12 月 1 日に発売しました。

FWS1 はウルトラファインバブルとマイクロバブルの 2 種類の超微細な泡が毛穴の奥まで入り込んでお肌の汚れを洗い流すことができます。独自のスカルプブラシを使えば、頭皮までバブルが届いて、マッサージしながらしっかりと洗淨が可能になります。このシャワーヘッドを浴槽に入れると肌あたりの柔らかいシルキーバス※を作ることができるので、リラックスして入浴したいときにおすすめです。

※シルキーバスについて、お使いの使用環境や地域により白だくが確認しにくい場合があります。



シルキーバスのイメージ

- ・メーカー希望小売価格：12,800 円 (税込)
- ・フジ医療器オンラインショップ、公式楽天市場店にて販売

## 力と技の極技！揉む、捏ねる、伸ばす、絞りあげる「モミーナ フットマッサージャー KC-220」

毎日のフットケアにおすすめのアイテムは、ふくらはぎから足先までを包み込んでマッサージを行う「モミーナ フットマッサージャー KC-220」です。

回転しながら前後に移動する「足裏極メカローラー」が足裏全体を伸ばしてほぐし、指先やかかと付近は指圧突起でグイグイと刺激します。

ふくらはぎ、足先、足首は、6個のエアーバッグで包み込むようにマッサージします。足先と足首をしっかり掴み、ふくらはぎをギュッと絞りあげ、スッキリ爽快なマッサージを体感いただけます。

- ・メーカー希望小売価格：オープン価格
- ・全国の家電量販店やフジ医療器オンラインショップ、公式楽天市場店にて販売



モミーナ フットマッサージャー KC-220

今後も、フジ医療器は定期的に「美と健康」に関する市場調査結果やお役立ち情報を提供していきます。

### <フジ医療器 会社概要>

社名	株式会社フジ医療器
代表取締役会長兼社長	呉 旭亞 (Alex Wu)
本社所在地	大阪府中央区農人橋1丁目1番22号 大江ビル14階
事業内容	健康・美容機器の製造、販売、輸出入
資本金	3,000万円(ジョンソンヘルステック(台湾上場)グループ :100%)
URL	<a href="https://www.fujiiryoki.co.jp/">https://www.fujiiryoki.co.jp/</a>

#### フジ医療器お問い合わせ先

##### <報道関係の方>

株式会社フジ医療器      マーケティング部 Tel:(06)4793-0611(代表)

##### <お客様>

フジ医療器お客様相談窓口      【フリーダイヤル】0120-027-612