

平成 28 年 7 月 28 日

【「ダイエット意識調査」夏のダイエット傾向】

最も痩せたいパーツは「ウエスト」
ダイエット関心層 注目のダイエットアイテムは「酵素」「スーパーフード」
～ダイエット経験者が回答！最も痩せたダイエットはカロリーコントロール～

アサヒグループ食品株式会社

アサヒグループ食品株式会社(本社 東京、社長 唐澤範行)は、女性の美と健康を追求するダイエットサポート食品『スリムアップスリム』が運営するダイエットのためのコミュニティサイト club SUS の女性会員 990 人を対象に、夏に向けたダイエットに関する意識調査として、2016 年 4 月 15 日(金)～5 月 27 日(金)にインターネット上でアンケートを実施しました。アンケートの中で、ダイエット関心層が夏に向けて気にしているポイントと注目しているアイテム、過去に効果的だったダイエット方法が明らかになりました。

■「ダイエットに関する意識調査」調査概要

調査期間:2016 年 4 月 15 日(金)～5 月 27 日(金)

調査方法:インターネットリサーチ

調査対象:club SUS 女性会員 990 人

《調査結果概要》

■痩せたいパーツ 1 位は「ウエスト」！約 80%の女性が回答

■夏に向けて最も気をつけていることは「体重増加」！

2 位と 2 倍以上の差を付け断トツの 1 位

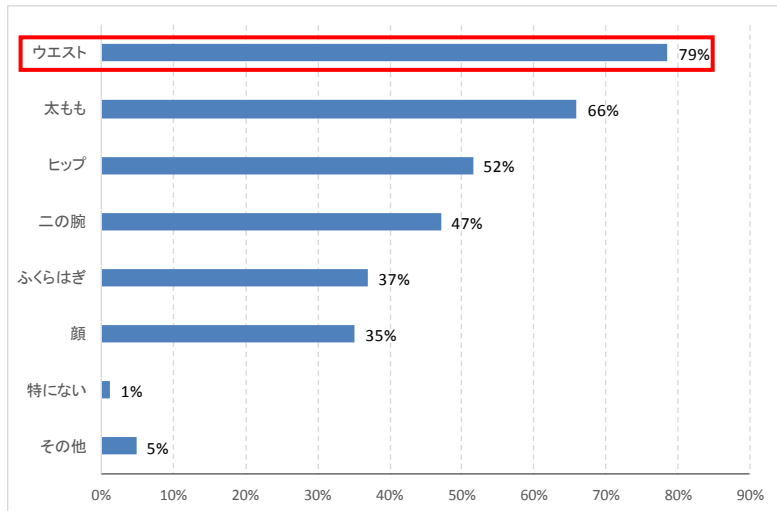
■ダイエット関心層が注目しているダイエットアイテム 1 位は「酵素」、2 位は「スーパーフード」

■ダイエット経験者が最も効果があったと回答したダイエット方法は「カロリーコントロール」

■夏に気になるパーツは！？約80%の女性が「ウエスト」と回答！

ダイエットで痩せたいと考えているパーツを聞いたところ、約80%の女性が「ウエスト」と回答、次いで「太もも」「ヒップ」の順となりました。薄着シーズンの夏になり、海やプールなどのイベントが増えることでおおよそ5人中4人の人が「ウエスト」を気にしていることが分かりました。

Q. ダイエットで痩せたいと考えているパーツはどこですか？(複数回答)



n=990

1位:ウエスト 79%

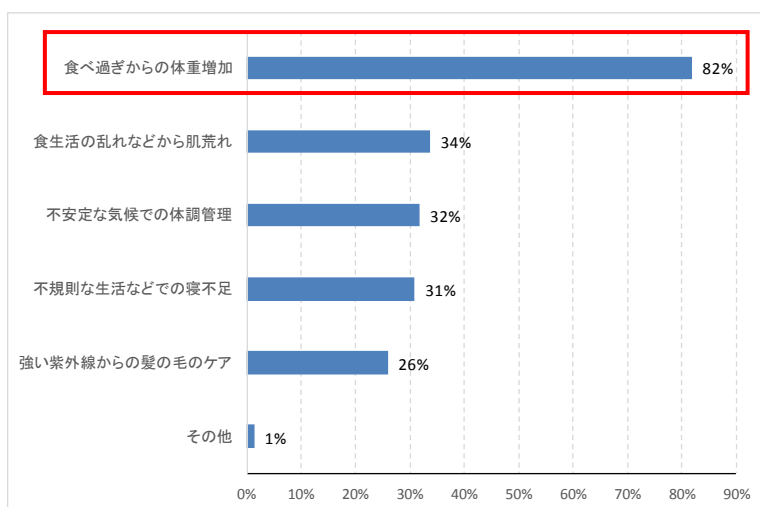
2位:太もも 66%

3位:ヒップ 52%

■女性が夏前に気にすることは断トツで「体重増加」！

夏に向けた生活態度で特に気をつけようと考えていることを聞いたところ、「食べすぎからの体重増加」が82%で、2位の「食生活の乱れなどからの肌荒れ」34%と大きく差をつける結果となりました。夏が近づくことで多くの女性が体重の増加を気にすることが分かりました。

Q. 薄着のシーズンの夏に向けて、普段の生活態度で特に気をつけようと考えている事は何ですか？(複数回答)



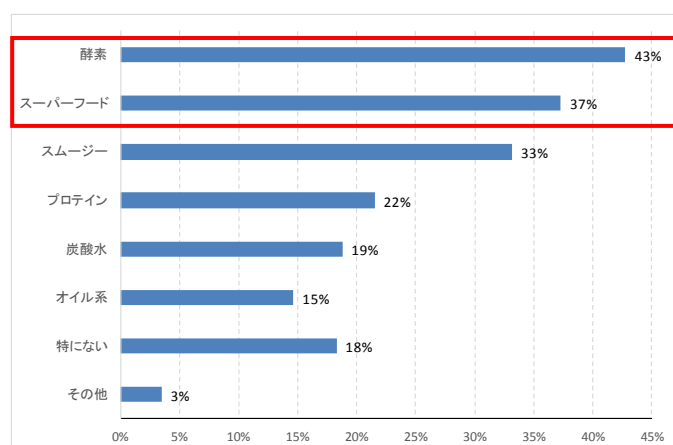
n=990

1位: 食べ過ぎからの体重増加	82%
2位: 食生活の乱れなどからの肌荒れ	34%
3位: 不安定な気候での体調管理	32%

■ダイエット関心層が注目しているダイエットアイテム「酵素」、「スーパーフード」

ダイエットに関心がある club SUS 会員に、今注目しているダイエットアイテムを聞いたところ、1 位が「酵素」、2 位が「スーパーフード」という結果となり、次いで「スムージー」、「プロテイン」という順になりました。

Q. 今、注目しているダイエットアイテムはなんですか？(複数回答)



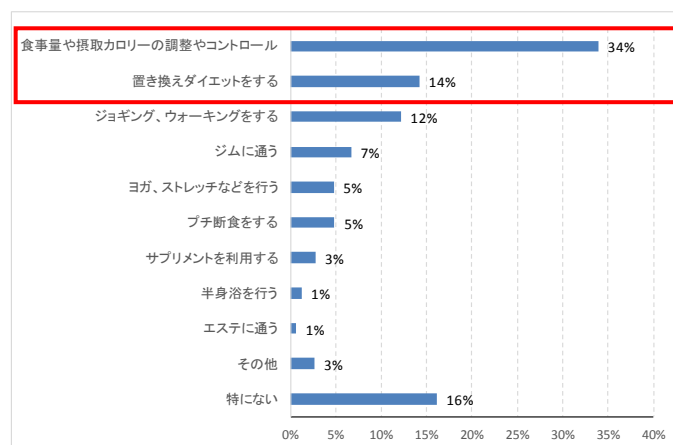
n=990

1位: 酵素	43%
2位: スーパーフード	37%
3位: スムージー	33%

■ダイエット経験者が実際に痩せたダイエット方法は運動より「カロリーコントロール」!

過去最も効果があったダイエット方法を聞いたところ、「食事量や摂取カロリーの調整やコントロール」、「置き換えダイエットをする」が上位となり、ジョギングなどの運動を抑え、食事制限が最も高い結果となりました。

Q. 今まで挑戦してきたダイエット方法で最も効果的だったと思うダイエット方法は何ですか？



n=990

1位:食事量や摂取カロリーの調整やコントロール	34%
2位:置き換えダイエットをする	14%
3位:ジョギング、ウォーキングをする	12%

【参考:2016年4月~5月実施「ダイエットに関する意識調査」】

<お客様からのお問合せ先>

アサヒグループ食品株式会社 お客様相談室 電話:0120-630557