

各位

SBIアラプロモ株式会社

～目標達成のためには「強い意志」が必要～
 新年の目標に関する調査結果のご報告

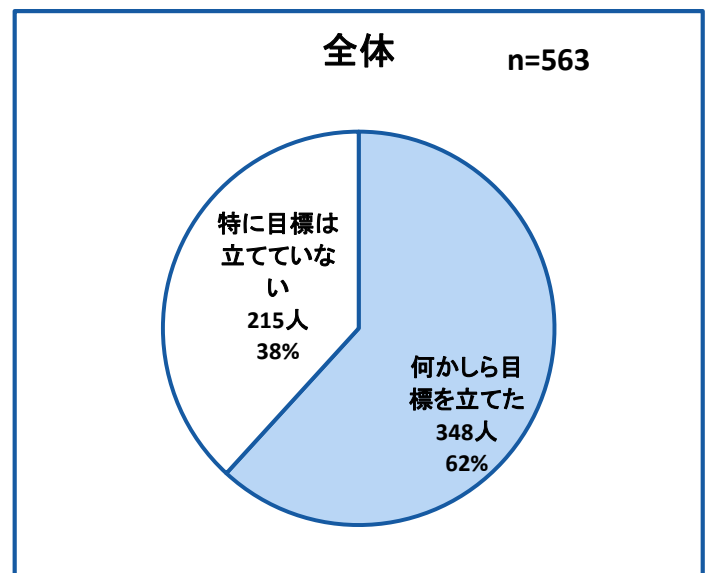
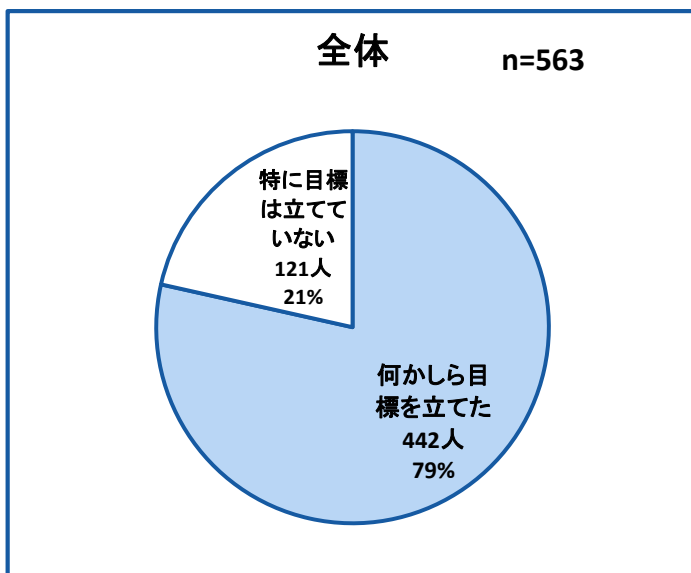
「健康で質の高い老後生活」をコンセプトに、ALA（5-アミノレブリン酸）（※）を利用した健康食品「アラプラス」シリーズや化粧品の製造・販売等を行っているSBIアラプロモ株式会社は、2014年1月10日～1月11日の2日間、20代以上の方を対象に、新年の目標に関する調査を実施し、563名の有効回答を得ましたので、その結果を以下にお知らせいたします。

今年の目標は「病気にならないようにする」

「2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？」という質問に対して、何かしら「目標を立てた」と回答した方が、男性で75%、女性で82%、全体で79%という結果となりました。昨年と比べると何かしら「目標を立てた」という回答は男性で15%ポイント増、女性で18%ポイント増、全体で17%ポイント増となり、昨年よりも今年に目標を立てた方が増えた結果となりました。

2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、
 どのような目標を立てましたか？

昨年2013年にも新年の目標を立てた場合、
 どのような目標を立てましたか？



(男性、女性別の集計グラフは別紙に記載。以下、同様)

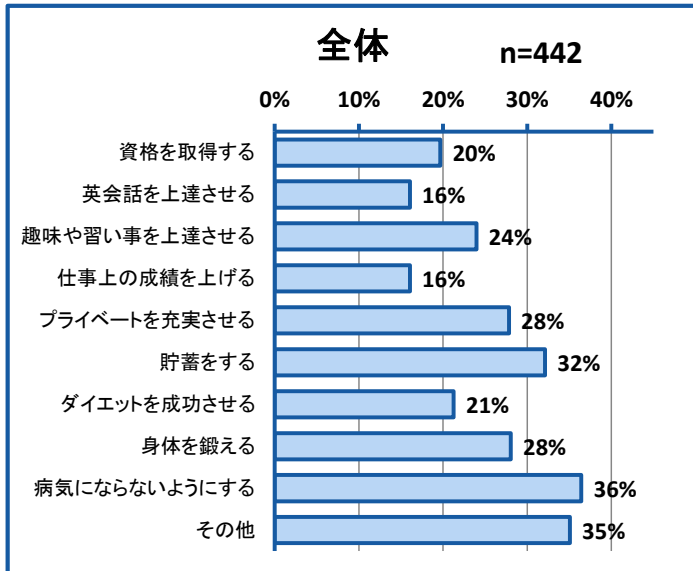
目標の内訳としては、「病気にならないようにする」と回答した方が、男性で31%、女性で41%、全体で36%となりました。以降、「貯蓄をする（男性26%、女性38%、全体32%）」、「身体を鍛える（男性33%、女性23%、全体28%）」、「プライベートを充実させる（男性28%、女性27%、全体28%）」と続きました。

ヘルスケアに関する目標は比較的多く、「病気にならないようにする」、「ダイエットを成功させる」と回答した方は、女性のほうが男性と比べて多く、「身体を鍛える」と回答

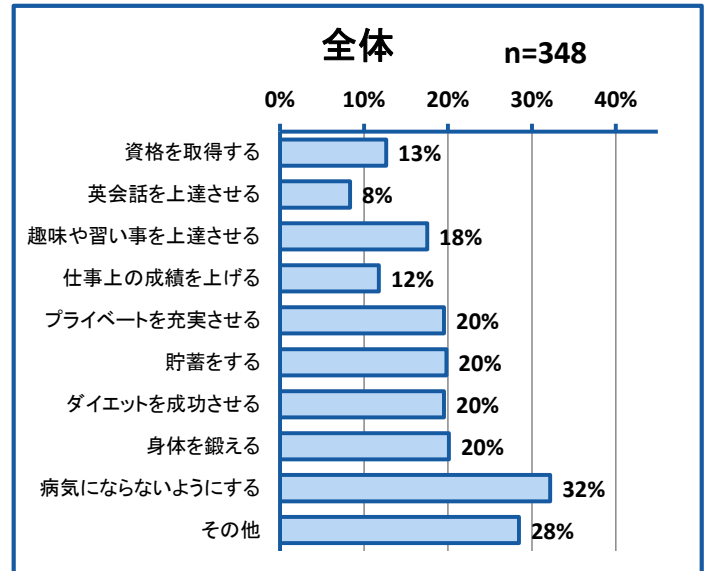
した方は、男性のほうが女性と比べて多い結果となりました。

また、「昨年2013年にも目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？」という質問と比べても、「病気にならないようにする」という目標を立てた方は、男性で1%ポイント増、女性で6%ポイント増、全体で4%ポイント増という結果となりました。

2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、
どのような目標を立てましたか？（目標の内訳）



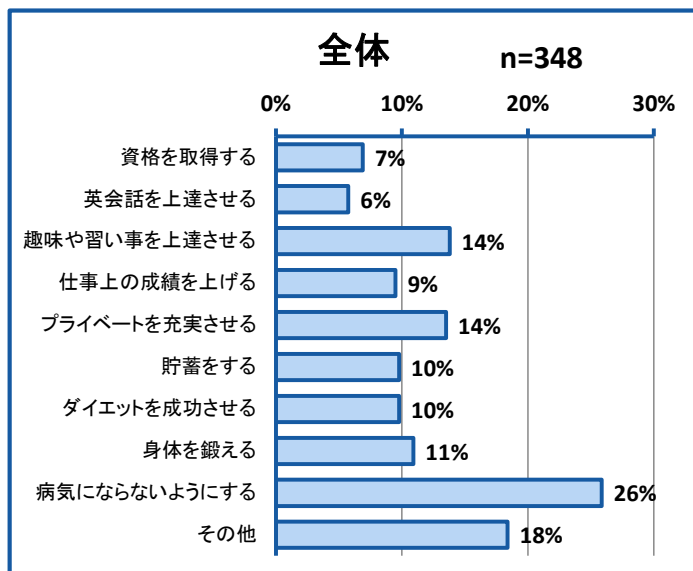
昨年2013年にも新年の目標を立てた場合、
どのような目標を立てましたか？（目標の内訳）



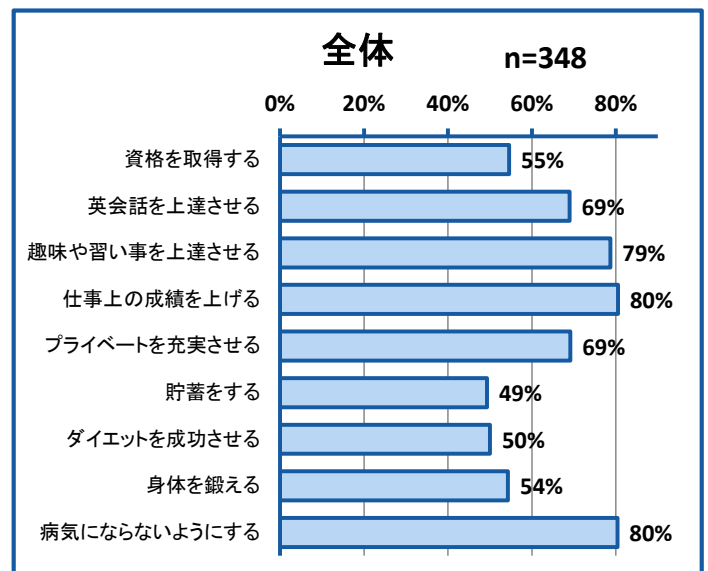
さらに、「昨年2013年にも新年の目標を立てた場合で、実現できたものはどんな目標ですか？」という質問に対しても、「病気にならないようにする」という回答が、男性で24%、女性で27%、全体で26%という結果となりました。

なお、昨年の目標に対する「実現率」については、「仕事上の成績を上げる」が男性は84%、女性は70%、全体では80%となり、以降、「病気にならないようにする（男性82%、女性79%、全体80%）」、「趣味や習い事を上達させる（男性76%、女性81%、全体79%）」、「プライベートを充実させる（男性69%、女性69%、全体69%）」と続き、全体として昨年の目標に対する「実現率」は比較的高水準の結果となっていたことがわかりました。

昨年2013年にも新年の目標を立てた場合で、
実現できたものはどんな目標ですか？



左記の質問の回答から
実現率を算出



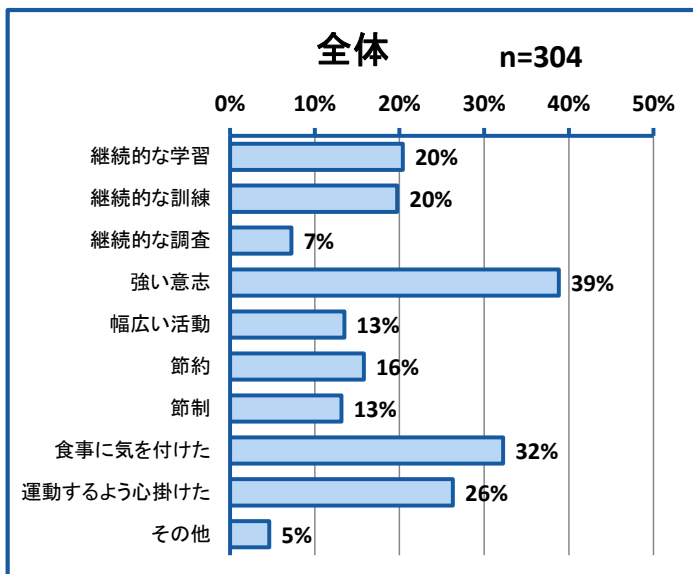
皆様が、今年も昨年に引き続き、ご自身で立てた目標を実現できるように期待できるものと考えます。

目標達成のためには「強い意志」が必要

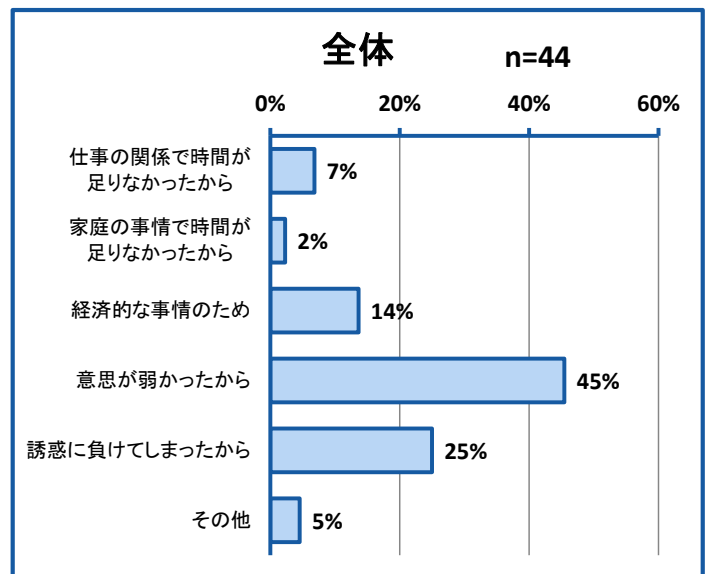
「昨年2013年に目標を達成できた場合、達成の要因は何ですか？」という質問に対しては、目標を達成できなかった方を除いて、「強い意志」と回答した方が、男性で46%、女性で32%、全体で39%という結果となりました。以降、「食事に気を付けた（男性29%、女性35%、全体32%）」、「運動するよう心掛けた（男性30%、女性22%、全体26%）」と続きました。

逆に、「昨年2013年に目標を達成できなかった場合、何が原因だと思えますか？」という質問に対しても「意思が弱かったから」と回答した方が、男性で54%、女性で42%、全体で45%という結果となりました。以降、「誘惑に負けたから（男性8%、女性32%、全体25%）」、「経済的な事情のため（男性8%、女性16%、全体14%）」と続きました。

昨年2013年に目標を達成できた場合、
達成の要因は何ですか？



昨年2013年に目標を達成できなかった場合、
何が原因だと思えますか？

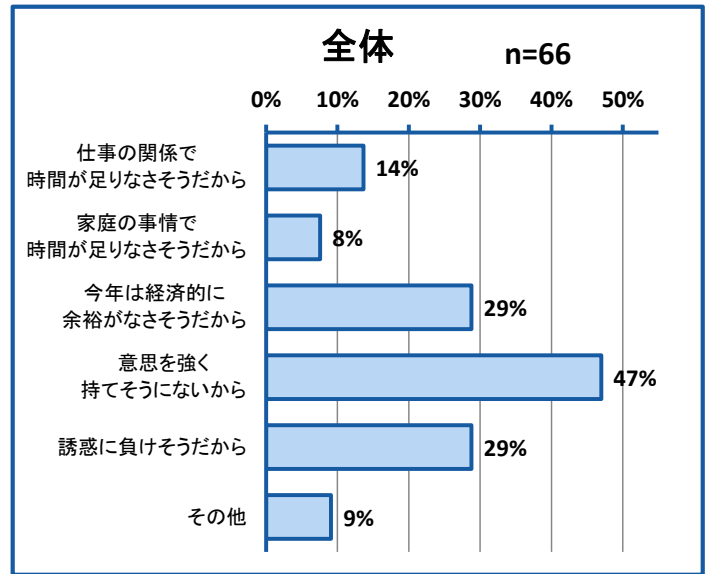
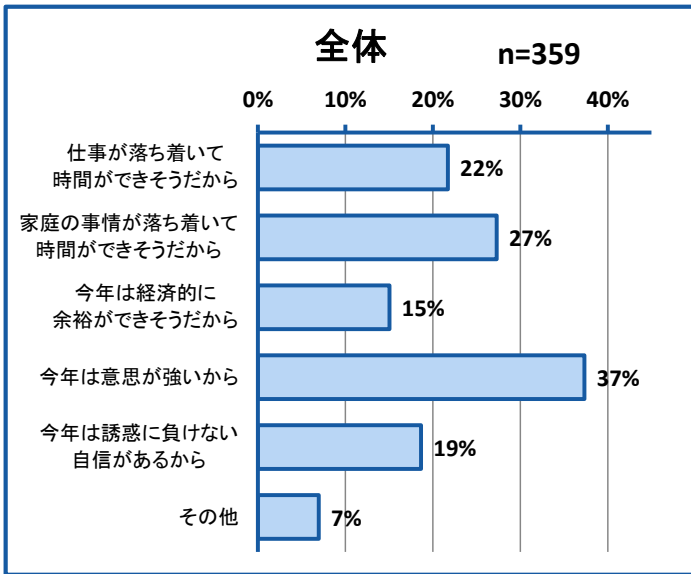


また、「今年2014年は目標を達成できそうと感じている場合、その理由は何ですか？」という質問に対しては、「今年は意思が強いから」と回答した方が、男性で38%、女性で37%、全体で37%という結果となりました。以降、「家庭の事情が落ち着いて時間ができそうだから（男性22%、女性33%、全体27%）」、「仕事が落ち着いて時間ができそうだから（男性28%、女性16%、全体22%）」と続きました。

さらに、「今年2014年は目標を達成できなさそうと感じている場合、その理由は何ですか？」という質問に対しては、「意思を強く持てそうにないから」と回答した方が、男性で48%、女性で46%、全体で47%という結果となりました。以降、「今年は経済的に余裕がなさそうだから（男性30%、女性28%、全体29%）」、「誘惑に負けそうだから（男性26%、女性31%、全体29%）」と続きました。

今年2014年は目標を達成できそうと感じている場合、その理由は何ですか？

今年2014年は目標を達成できなさそうと感じている場合、その理由は何ですか？



これらの結果、目標達成のためには時間の余裕よりも何よりも、「強い意志」が必要であると考えている方が非常に多いということが推測できます。

皆様も、「強い意志」を持って取り組んでいただくことで、今年2014年の目標の達成が期待できるものと考えます。

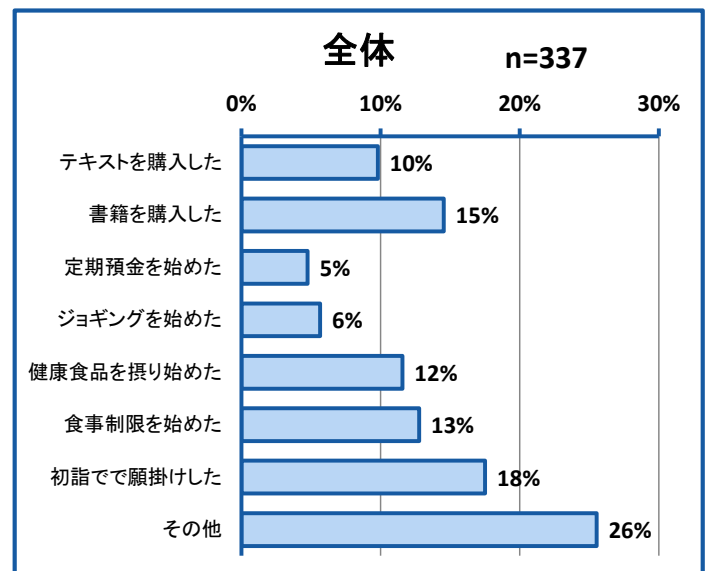
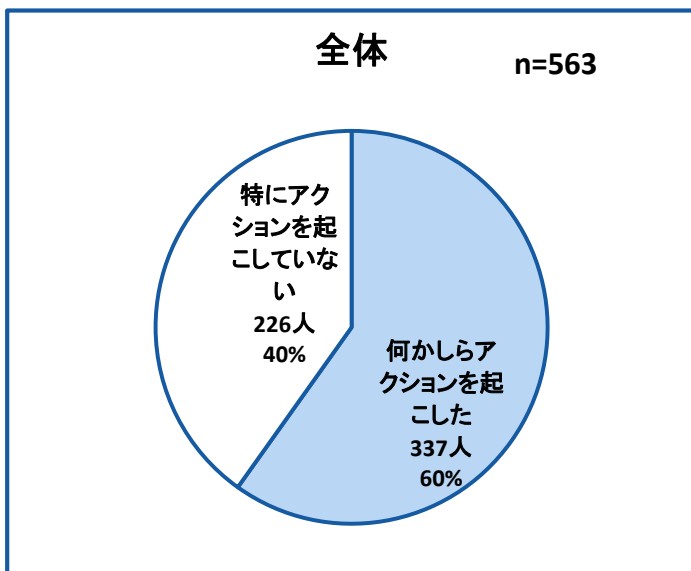
半数近くの方が既に目標達成に向けたアクションを起こしている

「今年2014年の目標達成に向けて、既に起こしたアクションがある場合、どのようなものですか？」という質問に対して、本調査実施時点（2014年1月10日～1月11日）で既に何かしら「アクションを起こした」と回答した方が、男性で64%、女性で56%、全体で60%という結果となりました。

起こしたアクションについては、「初詣で願掛けをした」と回答した方が、男性で17%、女性で18%、全体で18%という結果となりました。以降、「書籍を購入した（男性13%、女性16%、全体15%）」、「食事制限を始めた（男性12%、女性14%、全体13%）」、「健康食品を摂り始めた（男性10%、女性13%、全体12%）」と続きました。

今年2014年の目標達成に向けて既に起こしたアクションの有無

今年2014年の目標達成に向けて、既に起こしたアクションがある場合、どのようなものですか？

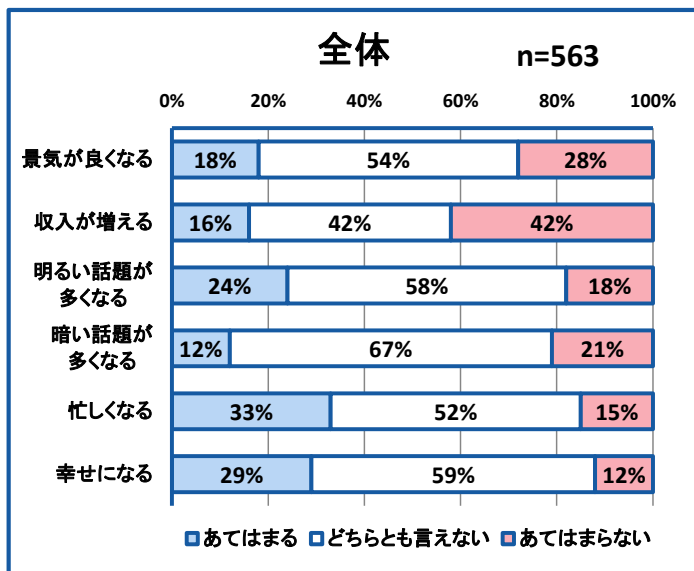


今年「景気が良くなる」、「明るい話題が多くなる」

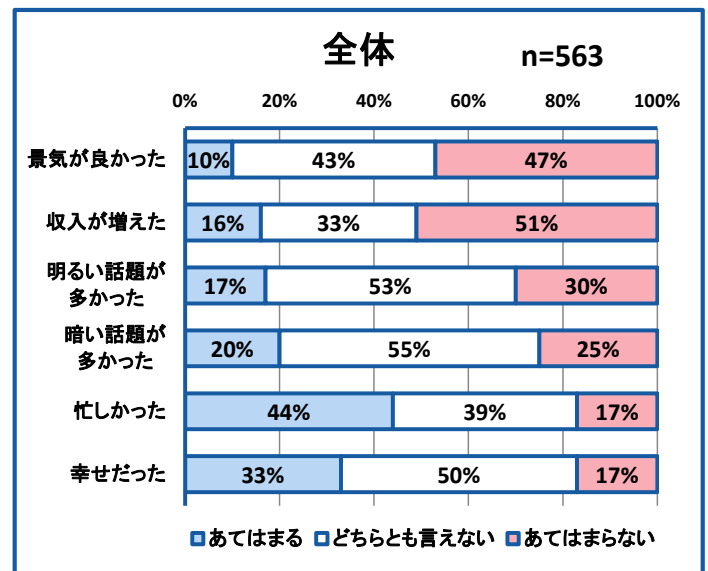
「今年2014年は昨年2013年と比べてあなたにとってどのような年になると思いますか?」という質問と、「昨年2013年はあなたにとってどのような年でしたか?」という質問の回答を比較すると、今年「景気が良くなる（昨年は良かった）」と感じている方は、昨年は「景気が良かった」と感じている方と比べて、男性で10%ポイント増、女性で4%ポイント増、全体で8%ポイント増という結果となりました。

また、同様に「明るい話題が多くなる（昨年は多かった）」は男性6%ポイント増、女性7%ポイント増、全体7%ポイント増、「暗い話題が多くなる（昨年は多かった）」は男性8%ポイント減、女性8%ポイント減、全体8%ポイント減という結果となり、今年とは昨年と比べると、希望を持っておられる方が増えている傾向にあると考えられます。

今年2014年は昨年2013年と比べてあなたにとってどのような年になると思いますか?



昨年2013年はあなたにとってどのような年でしたか?



今年「飛躍」「成長」「転換」の年

「今年2014年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか? (*)」という質問に対して、「飛躍」と回答した方が、男性で15%、女性で19%、全体で17%という結果となりました。以降、「成長（男性14%、女性14%、全体14%）」、「転換（男性11%、女性13%、全体12%）」と続きました。

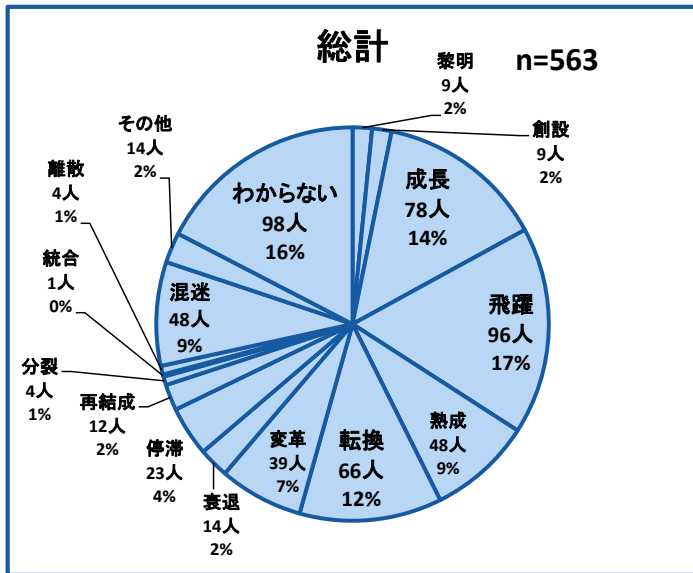
また、「昨年2013年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか? (*)」という質問に対しては、「停滞」と回答した方が、男性で16%、女性で17%、全体で17%という結果となりました。以降、「混迷（男性15%、女性15%、全体15%）」、「転換（男性16%、女性10%、全体13%）」と続きました。

昨年と今年とを比べると、「転換」という回答は同じく第三位となっておりますが、昨年の「停滞」、「混迷」と比べると、今年「飛躍」、「成長」という比較的ポジティブなイメージをお持ちの方が多という結果となりました。

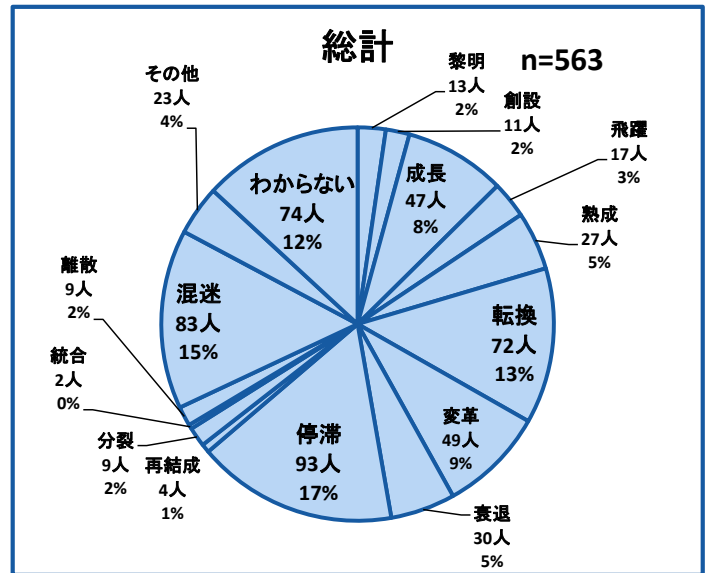
*注： これら質問に対しては、次の選択肢から一つだけ選択する形式で回答いただきました。

- ・黎明 ・創設 ・成長 ・飛躍 ・熟成 ・転換 ・変革 ・衰退 ・停滞
 - ・再結成 ・分裂 ・統合 ・離散 ・混迷 ・その他 ・わからない
- ただし、「その他」を選択した場合には、言葉を自由入力としました。

今年2014年を一言で表すと
どんな言葉が当てはまりますか？



昨年2013年を一言で表すと
どんな言葉が当てはまりますか？



今年はぜひ、強い意志を持って、積極的にアクションを起こし、目標を達成していただき、それと同時に健康には十分に注意して、「飛躍」、「成長」の年となるようにしていただきたいと思います。

(※) 5-アミノレブリン酸 (ALA) :

体内のミトコンドリアで作られるアミノ酸。ヘムやシトクロムと呼ばれるエネルギー生産に関与するタンパク質の原料となる重要な物質ですが、加齢に伴い生産性が低下することが知られています。ALAは、焼酎粕や赤ワイン、かいわれ大根等の食品にも含まれるほか、植物の葉緑体原料としても知られています。

【アンケート概要】

| | |
|-------------|---|
| アンケートタイトル | あなたご自身に関するアンケート |
| リサーチ実施日 | 2014年1月10日（金）～2014年1月11日（土） |
| リサーチ実施方法 | インターネットリサーチ |
| リサーチ対象ターゲット | 性別：男女 年齢：20代以上 職業：指定しない |
| 調査地域 | 全国 |
| 有効回答数 | 563名（男性282名、女性281名） |
| 設問数 | 13問 |
| 設問内容 | <p>Q1 2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？</p> <p>Q2 昨年2013年にも新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？</p> <p>Q3 昨年2013年にも新年の目標を立てた場合で、実現できたものはどんな目標ですか？</p> <p>Q4 昨年2013年に目標を達成できた場合、達成の要因はなんですか？</p> <p>Q5 昨年2013年に目標を達成できなかった場合、何が原因だと思いますか？</p> <p>Q6 今年2014年は目標を達成できそうと感じている場合、その理由は何ですか？</p> <p>Q7 今年2014年は目標を達成できなさそうと感じている場合、その理由は何ですか？</p> <p>Q8 今年2014年の目標達成に向けて、既に起こしたアクションがある場合、どのようなものですか？</p> <p>Q9 今年2014年は昨年2013年と比べてあなたにとってどのような年になると感じますか？</p> <p>Q10 昨年2013年はあなたにとってどのような年でしたか？</p> <p>Q11 今年2014年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか？</p> <p>Q12 昨年2013年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか？</p> <p>Q13 今年2014年の抱負を教えてください。</p> <p>※調査結果に関するお問い合わせ先は、下記の会社概要に記載のとおりです。</p> |
| 実施機関 | 株式会社ジャストシステム |

以上

【会社概要】

- 会社名 SBIアラプロモ株式会社（英文表記SBI ALA promo Co., Ltd.）
- 代表者 竹崎 泰史
- 本社所在地 〒106-6017 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー17F
- URL <http://www.sbi-alapromo.co.jp/>

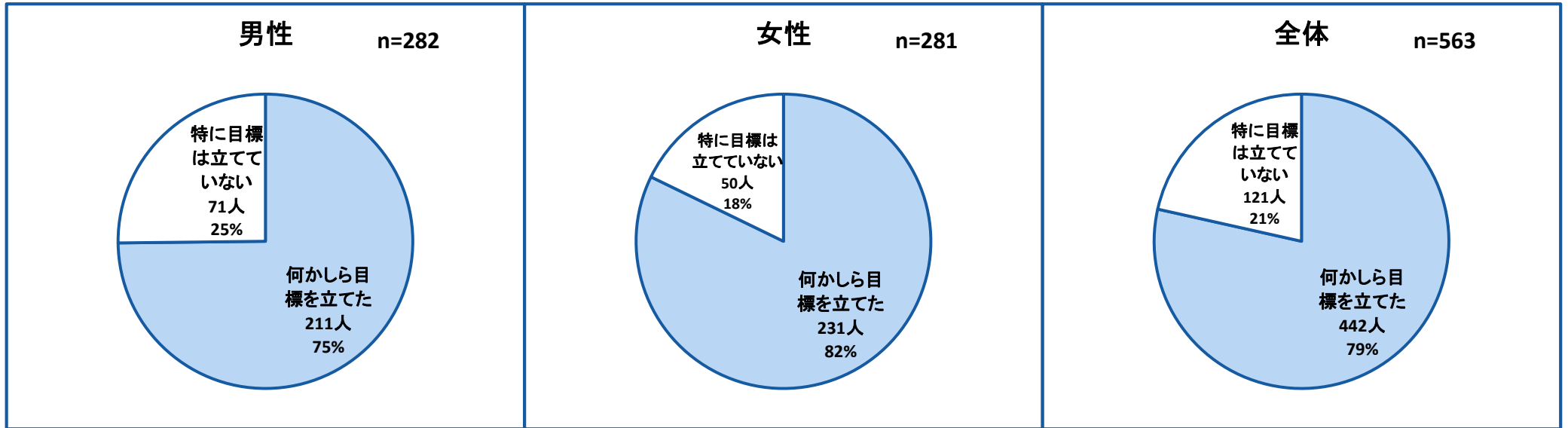
【本プレスリリースに関するお問い合わせ先】

SBIアラプロモ株式会社 経営管理部

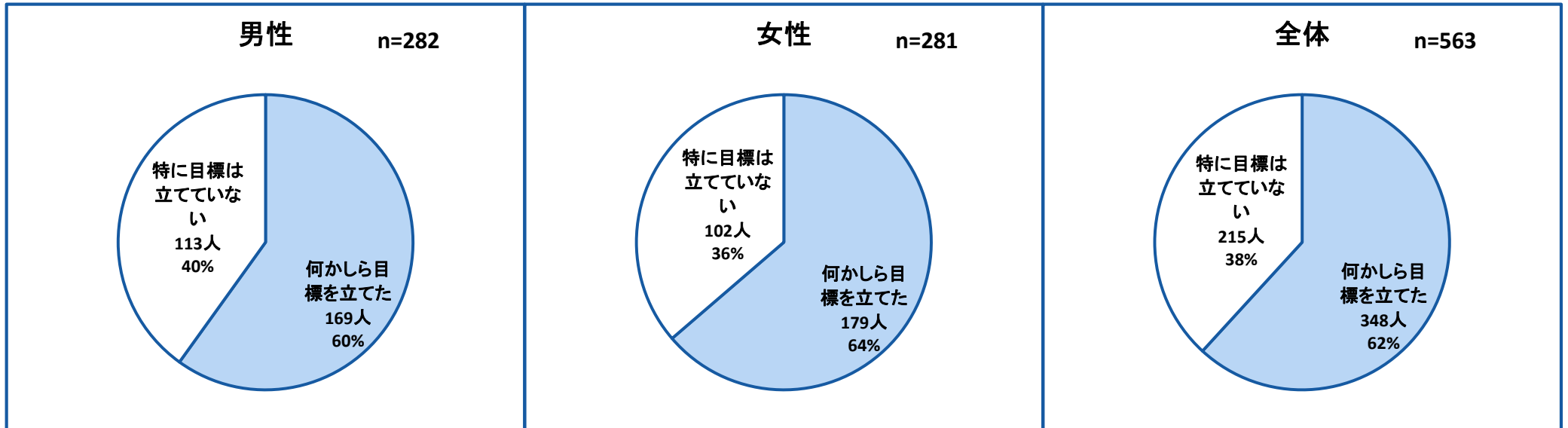
【電話】 03-6229-0092 【FAX】 03-3224-1021

【メールアドレス】 sbiala_info@sbigroup.co.jp

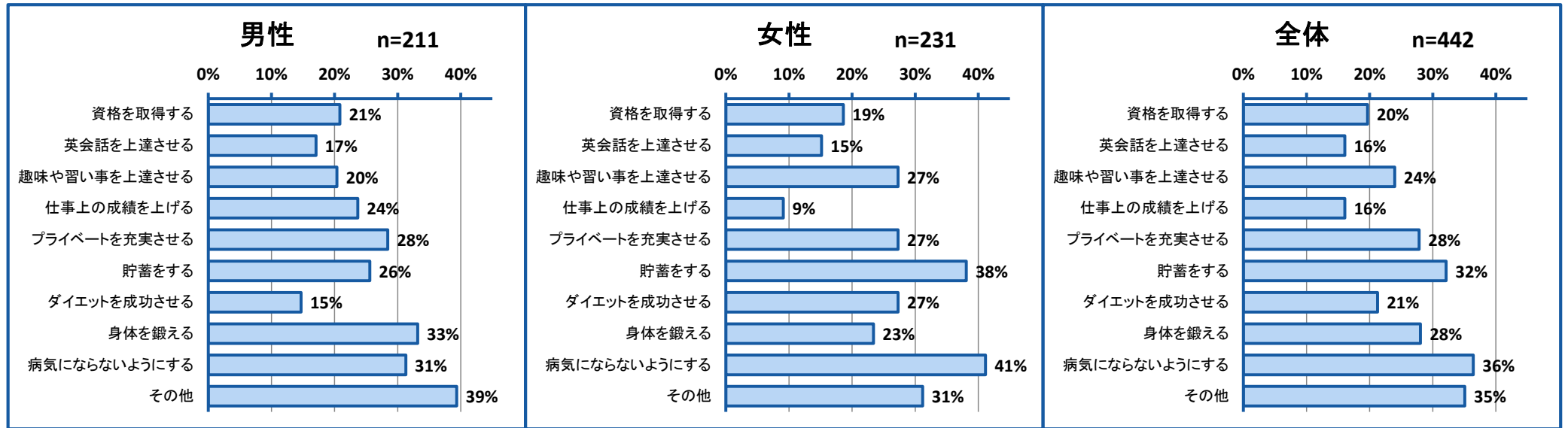
■2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？



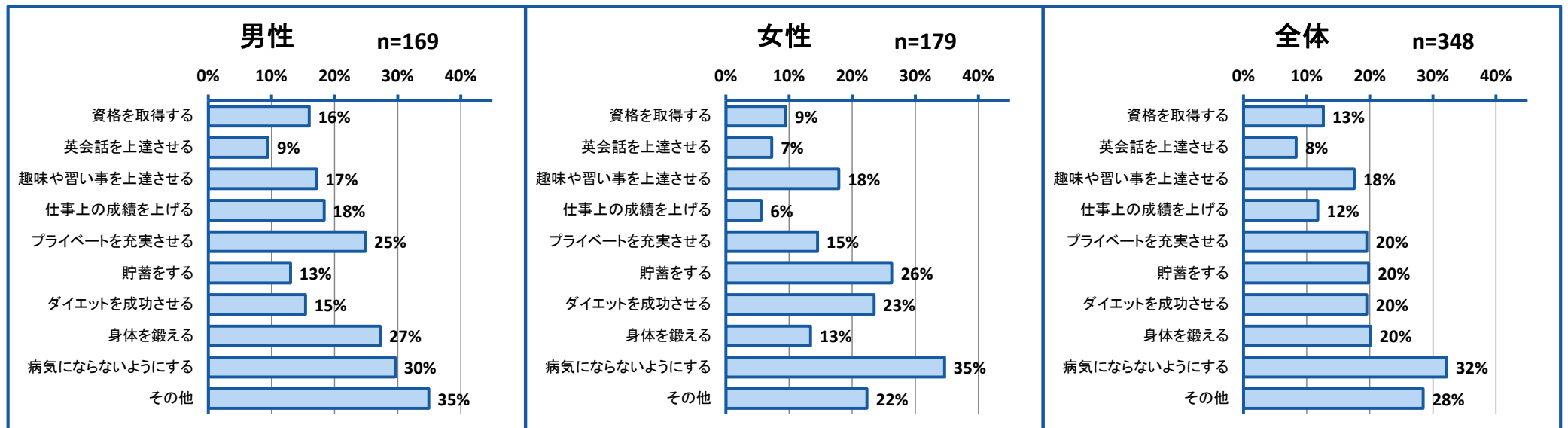
■昨年2013年にも新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？



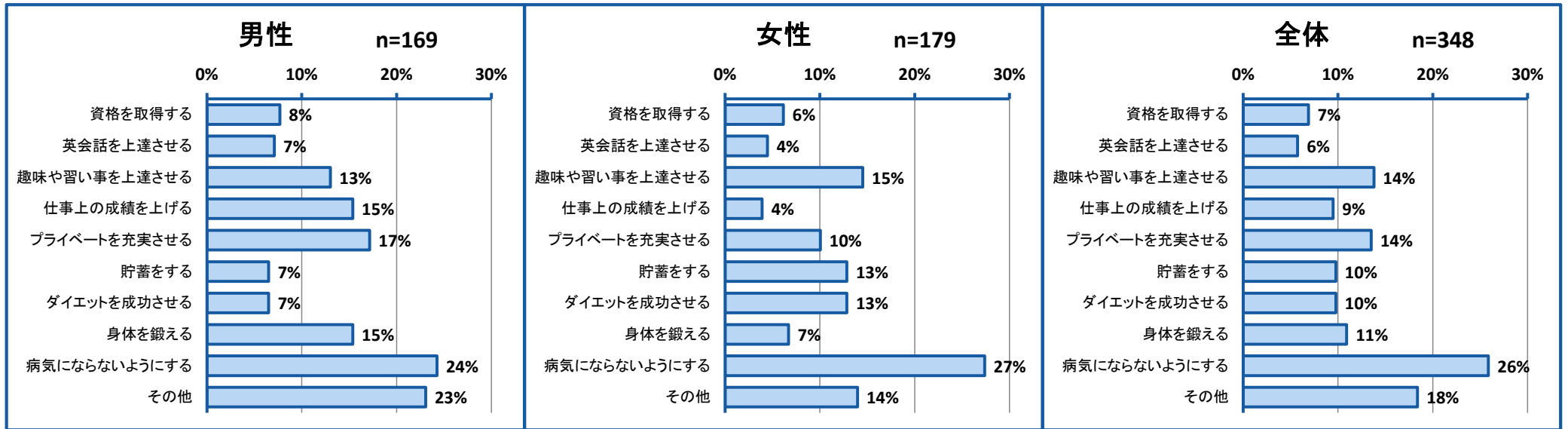
■2014年を迎え、新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？（目標の内訳）



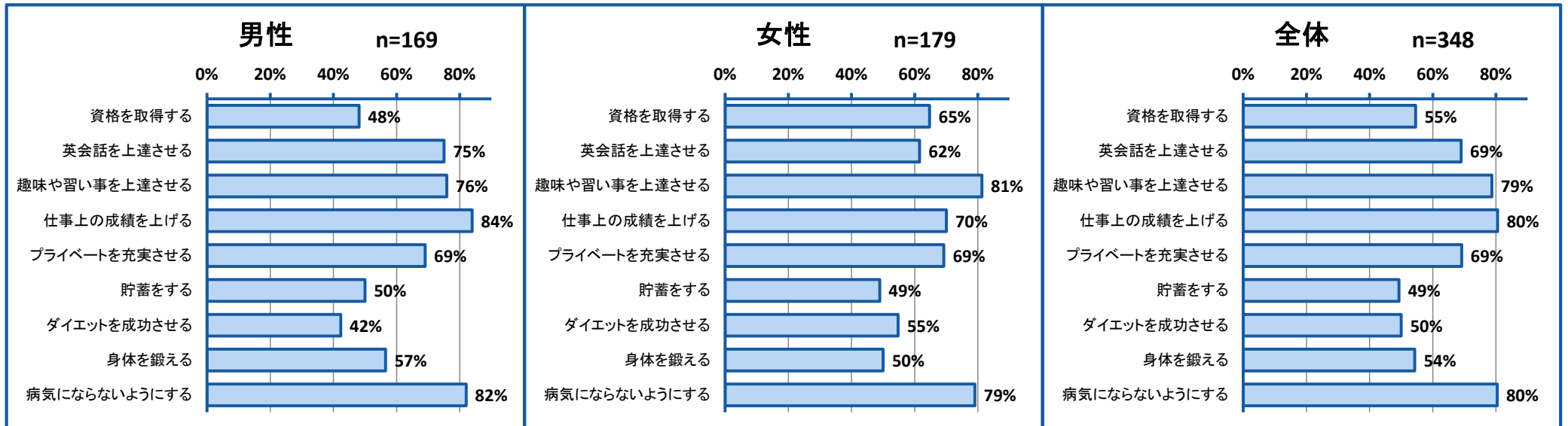
■昨年2013年にも新年の目標を立てた場合、どのような目標を立てましたか？（目標の内訳）



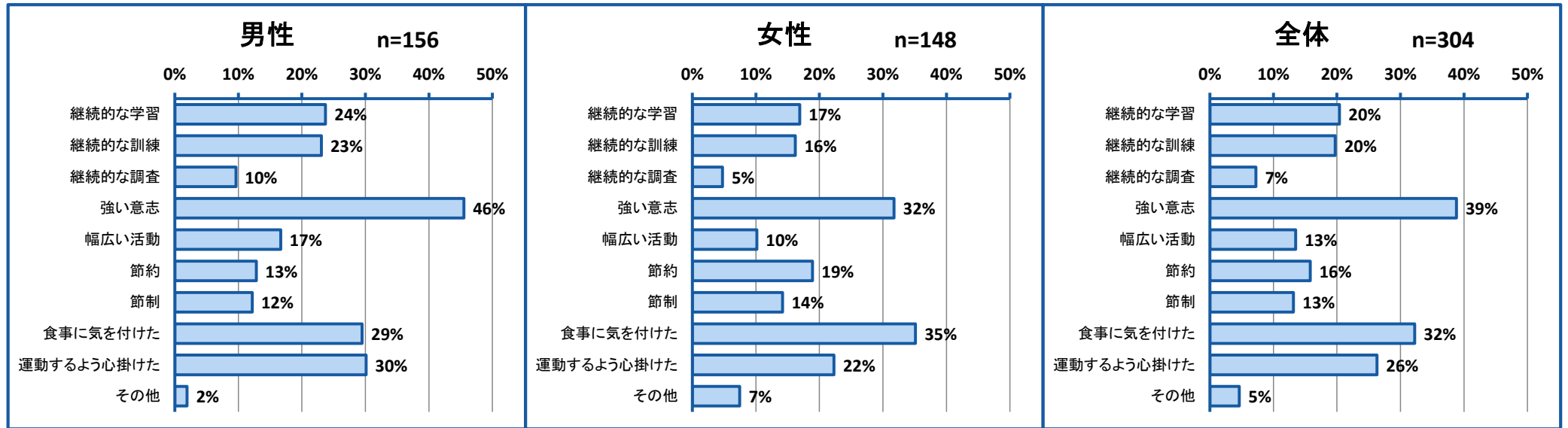
■昨年2013年にも新年の目標を立てた場合で、実現できたものはどんな目標ですか？



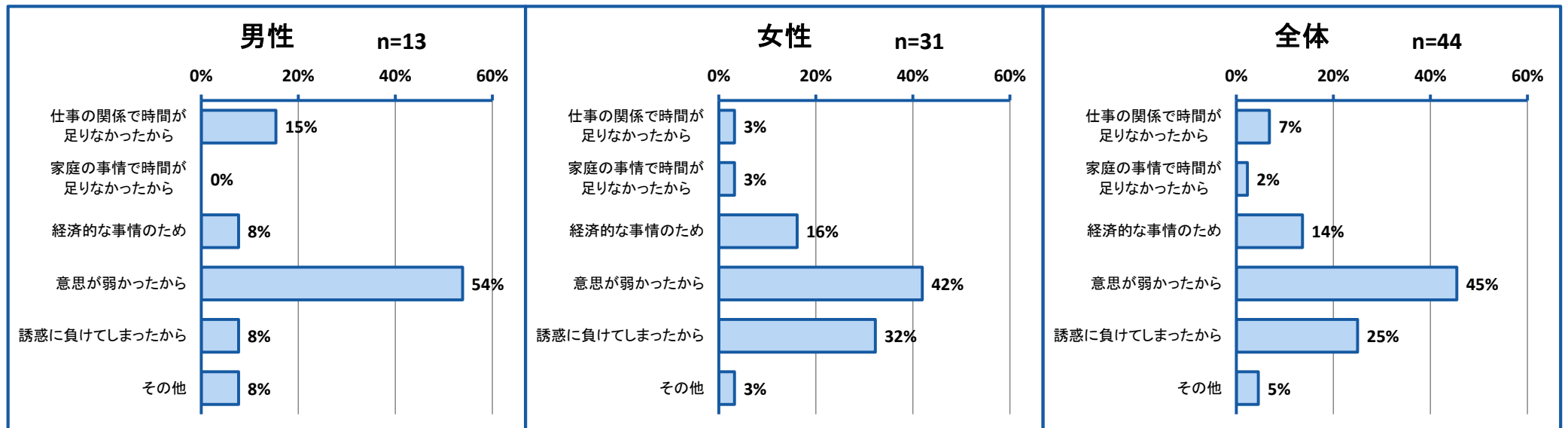
■上記の質問の回答から実現率を算出



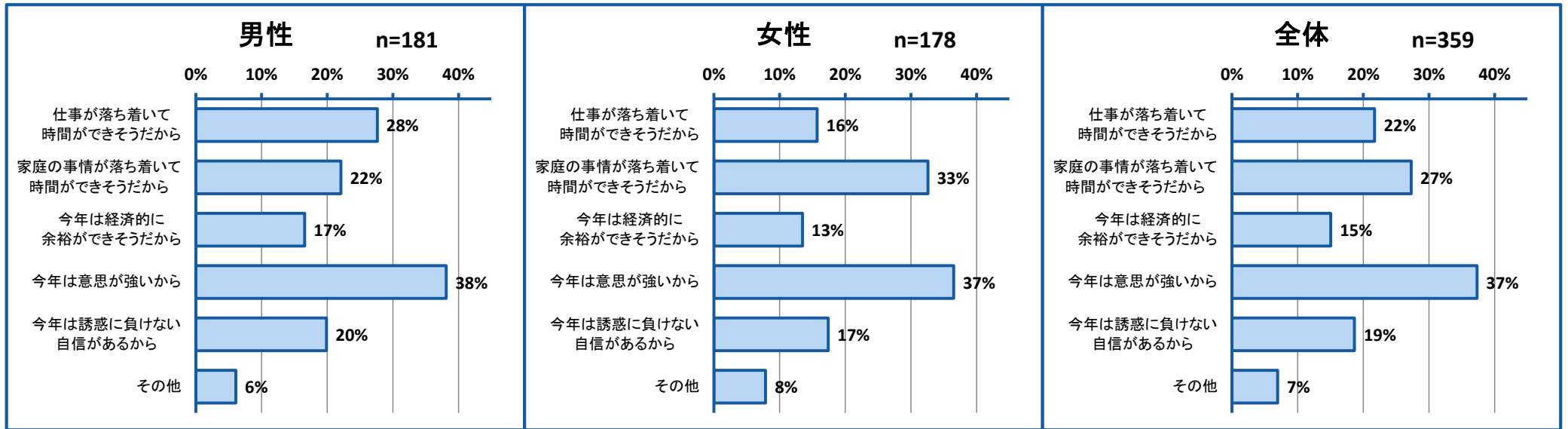
■昨年2013年に目標を達成できた場合、達成の要因は何ですか？



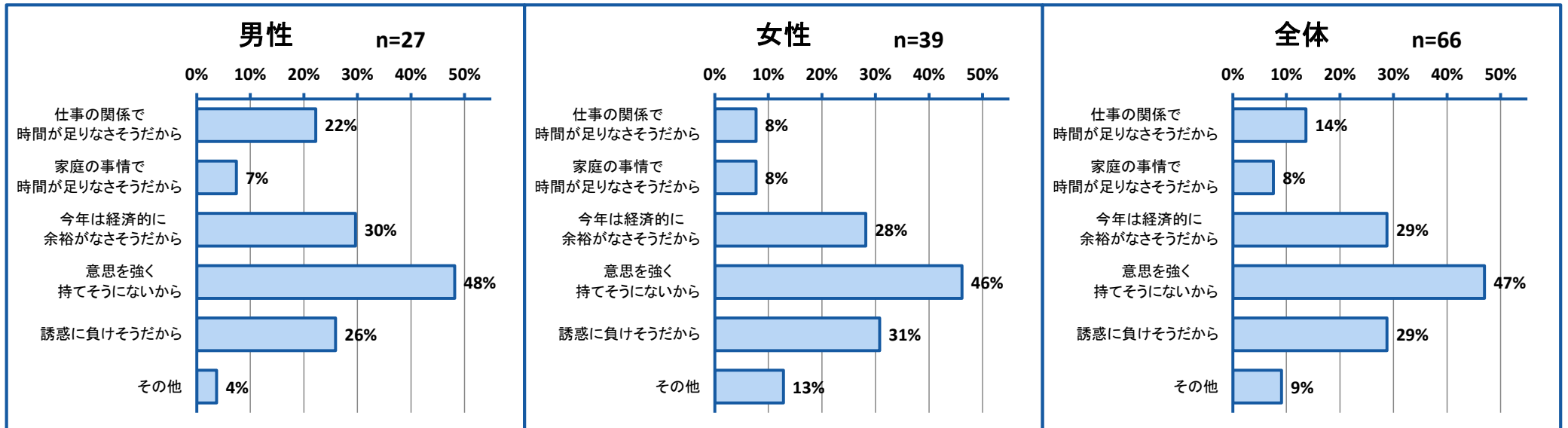
■昨年2013年に目標を達成できなかった場合、何が原因だと思いますか？



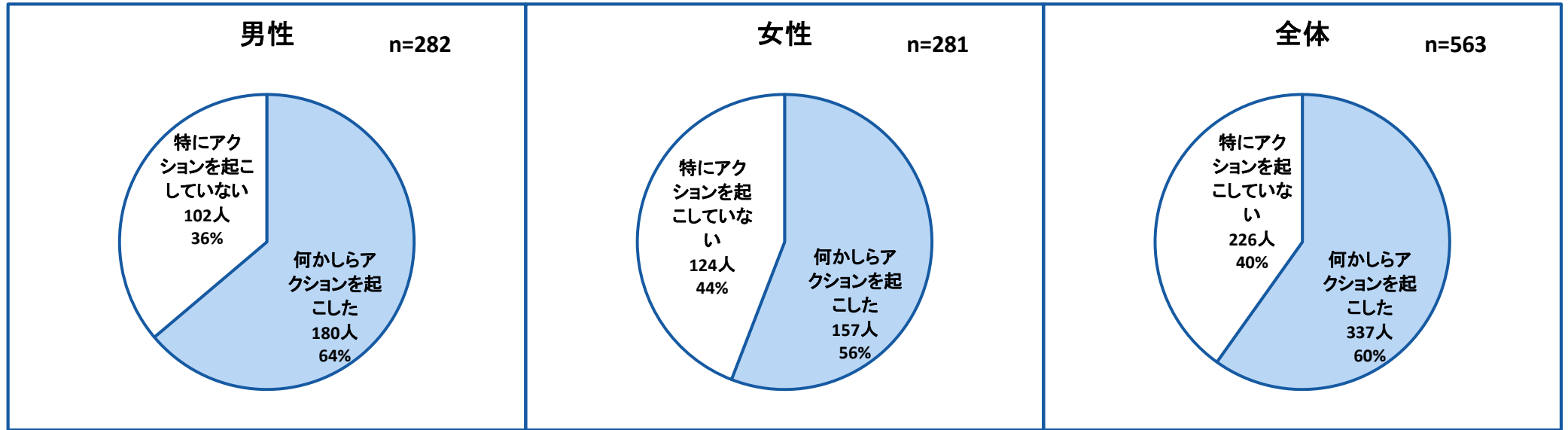
■今年2014年は目標を達成できそうと感じている場合、その理由は何ですか？



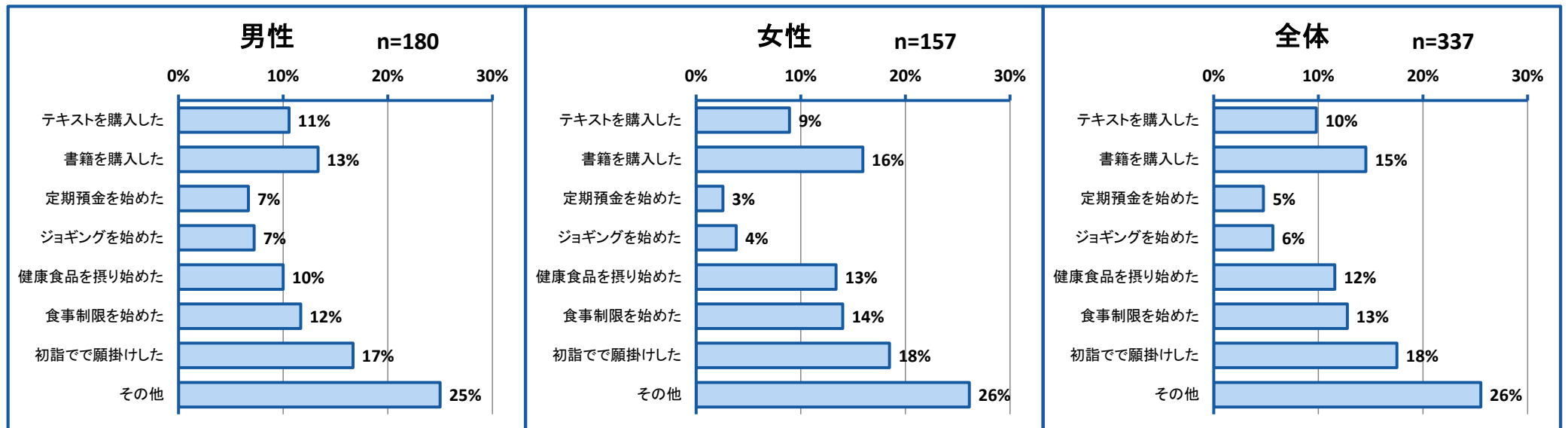
■今年2014年は目標を達成できなさそうと感じている場合、その理由は何ですか？



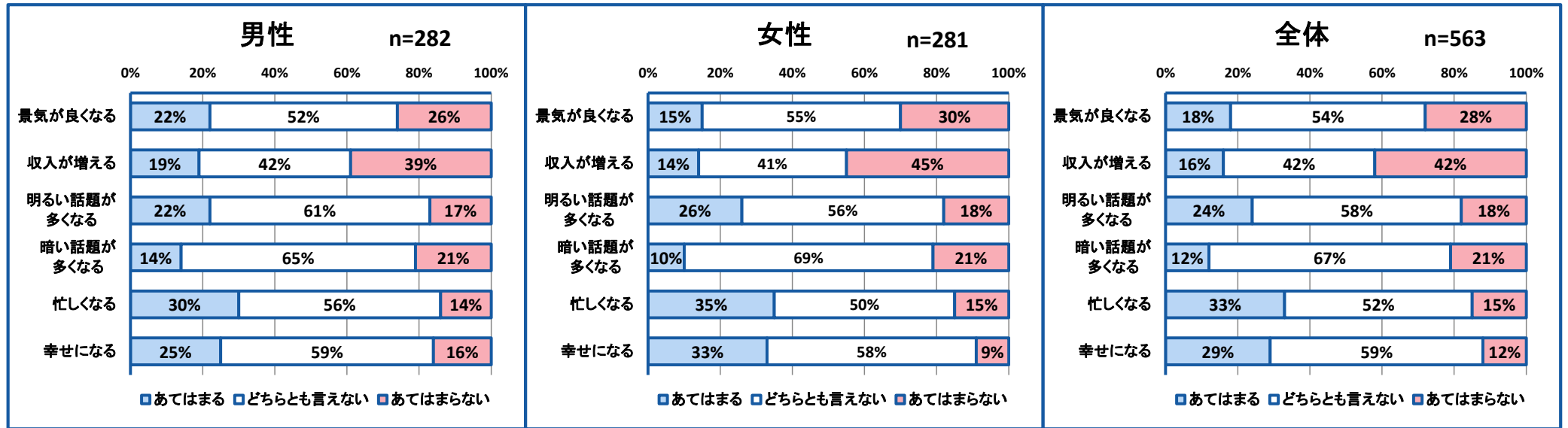
■今年2014年の目標達成に向けて、既に起こしたアクションの有無



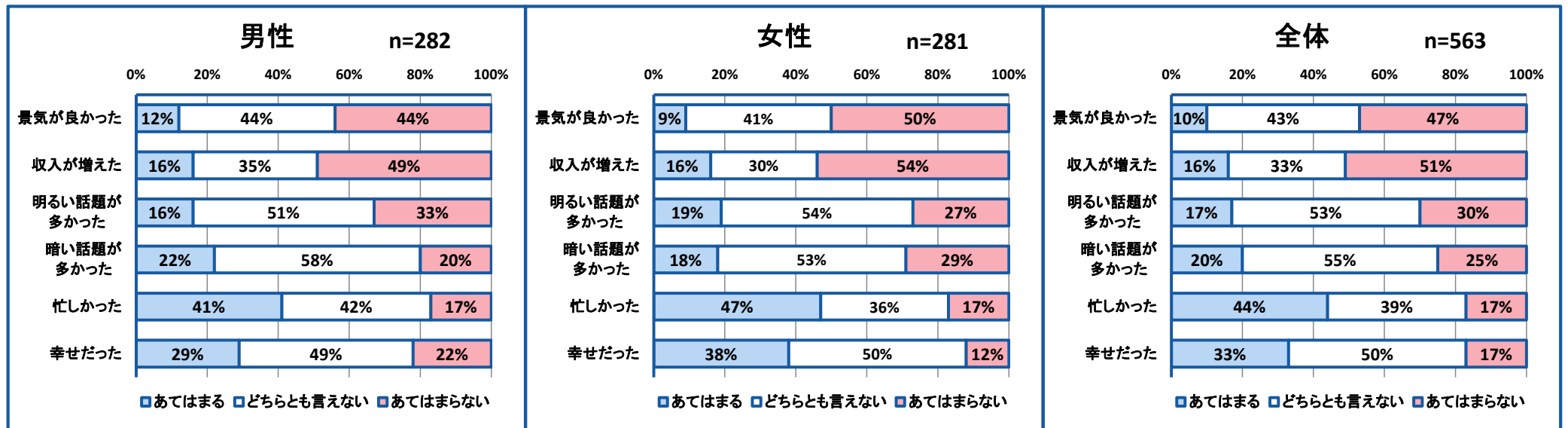
■今年2014年の目標達成に向けて、既に起こしたアクションがある場合、どのようなものですか？



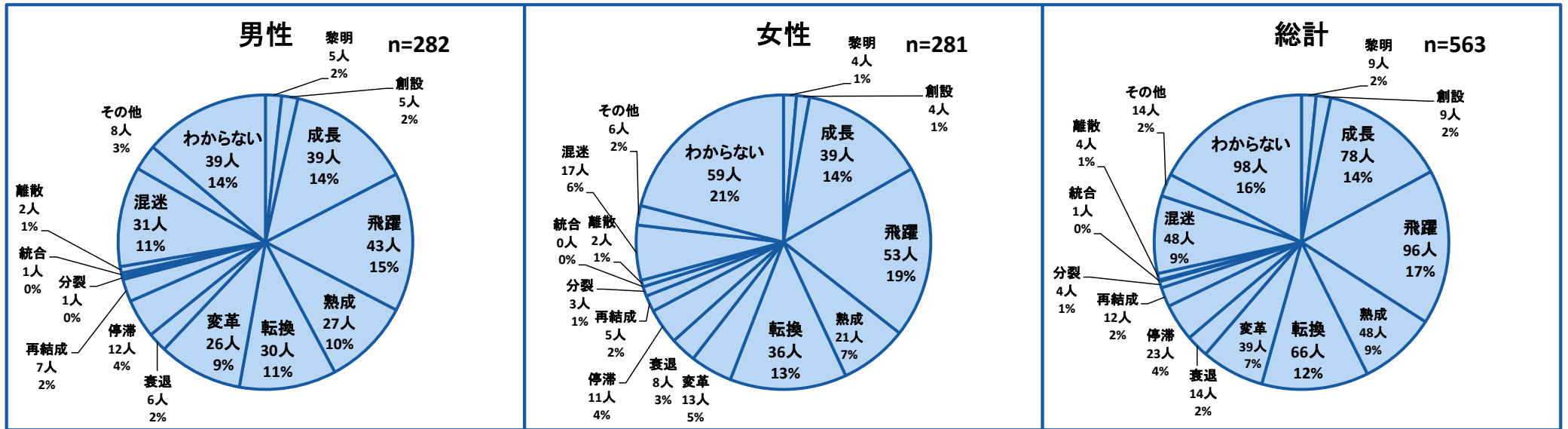
■今年2014年は昨年2013年と比べてあなたにとってどのような年になると思いますか？



■昨年2013年はあなたにとってどのような年でしたか？



■今年2014年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか？



■昨年2013年を一言で表すとどんな言葉が当てはまりますか？

