

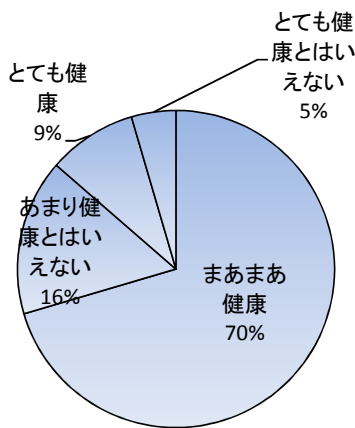
『健康食品について』

平成29年2月9日

健康食品の購入経験がある方は7割

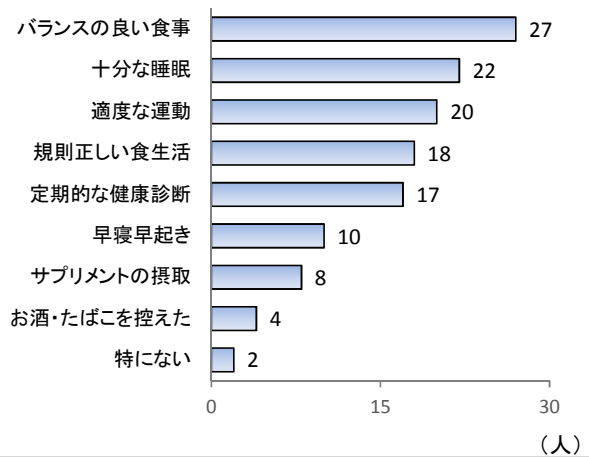
調査期間：2月2日(木)～7日(火)
 回答数：44名
 回答率：88.0%

Q1 平成28年の自身の健康状態を振り返りどのように感じますか？(単一回答)



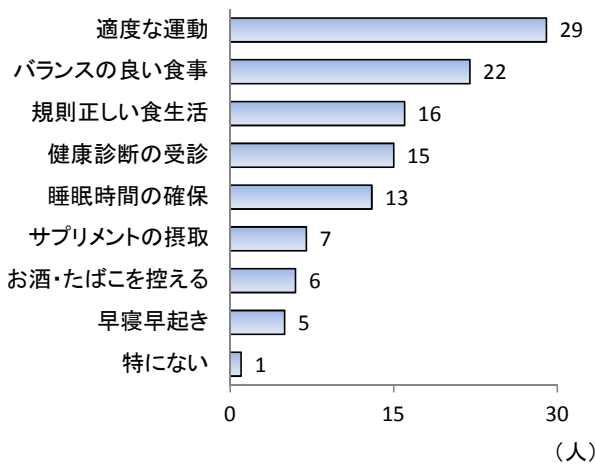
「まあまあ健康」が70%(31名)で最多回答であった。

Q2 健康を意識し取り組んでいることは何ですか？(複数回答可)



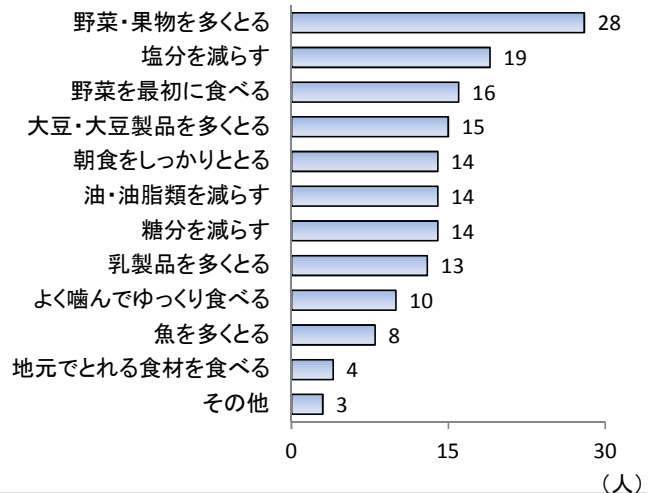
「バランスの良い食事」が27名で最多回答。「十分な睡眠」「適度な運動」も回答数が多かった。

Q3 健康の維持・増進のために今後取り組んでいきたいことはありますか？(複数回答可)



睡眠よりも「適度な運動」「バランスの良い食事」の回答が多かった。

Q4 普段の食事で心掛けていることはありますか？(複数回答可)



「野菜・果物を多くとる」が28名で最多回答であった。その他は「自分で調理したものを食べる」「食品添加物を避ける」「栄養が偏らないように心掛ける」であった。

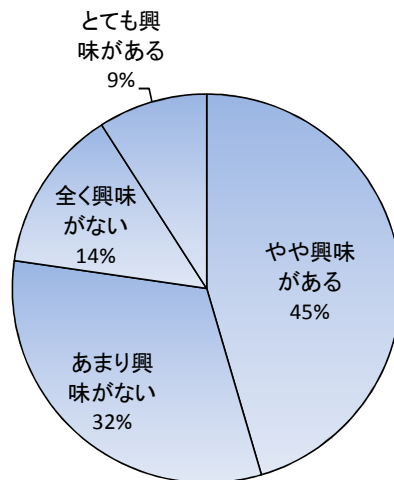
Q5 Q4で選択された項目はどのようにして実践されていますか？
代替食材や食事方法など教えてください(自由記述)

実践されている内容は以下の通りであった。

- ・取りたい食材をきらさないようにしている
- ・味付けが濃くならないようにしている
- ・食品の品目をできるだけ多く摂取している
- ・減塩するために塩分計を購入した
- ・低脂肪牛乳を選択している
- ・家庭菜園でとれた野菜を調理している
- ・野菜と果物を摂取しやすいようにスムージー・ジュースにして飲むようにしている

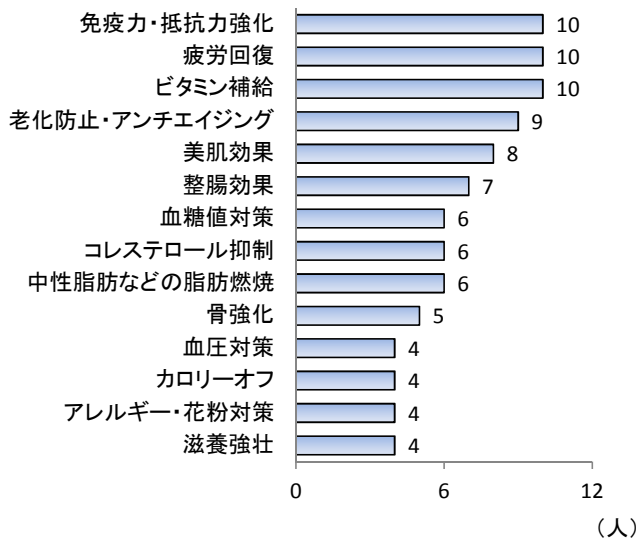
具体的な食品は豆乳、納豆、ヨーグルトを食べている方が多かった。

Q6 健康食品にどれくらい興味がありますか？(単一回答)



「やや興味がある」「とても興味がある」の合計54%が「あまり興味がない」「全く興味がない」の合計46%を上回っている。

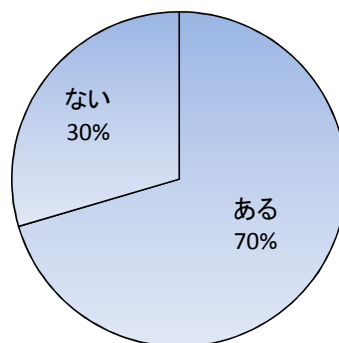
Q7 Q6で「興味がある」と答えられた方にお聞きます。どの項目に興味がありますか？(複数回答可)



有効回答者数 24名

回答数に偏りはなく、免疫力／疲労回復／ビタミン補給／老化防止などが多い結果になった。

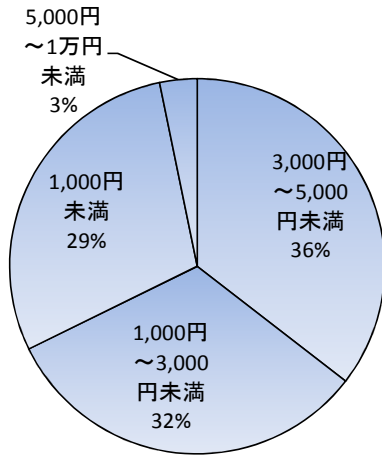
Q8 健康食品を購入したことがありますか？(単一回答)



購入したことがある方は70%(31名)であった。

Q9

Q8で「ある」と答えられた方にお聞きします。
1ヶ月平均の購入金額はどれですか？(単一回答)

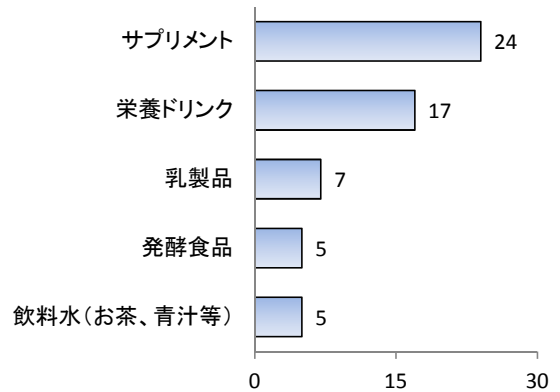


有効回答者数 31名

購入金額に偏りはなく、5,000円未満の方が97%
(30名)で大半を占めた。
「1万円以上」の回答はなかった。

Q10

Q8で「ある」と答えられた方にお聞きします。
どの健康食品を購入しましたか？(複数回答可)



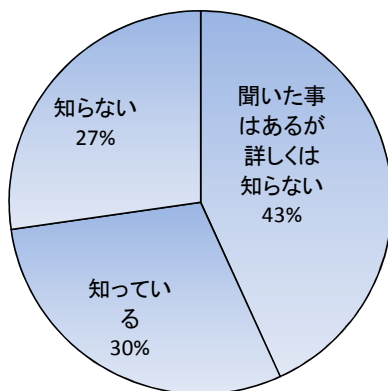
(人)

有効回答者数 31名

「サプリメント」が24名で最多回答であった。

Q11

科学的根拠に基づき、事業者の責任で機能性を表示
した食品である
機能性表示食品を知っていますか？(単一回答)



「聞いた事はあるが詳しくは知らない」が43%(19名)で最多回答であった。