

報道関係各位

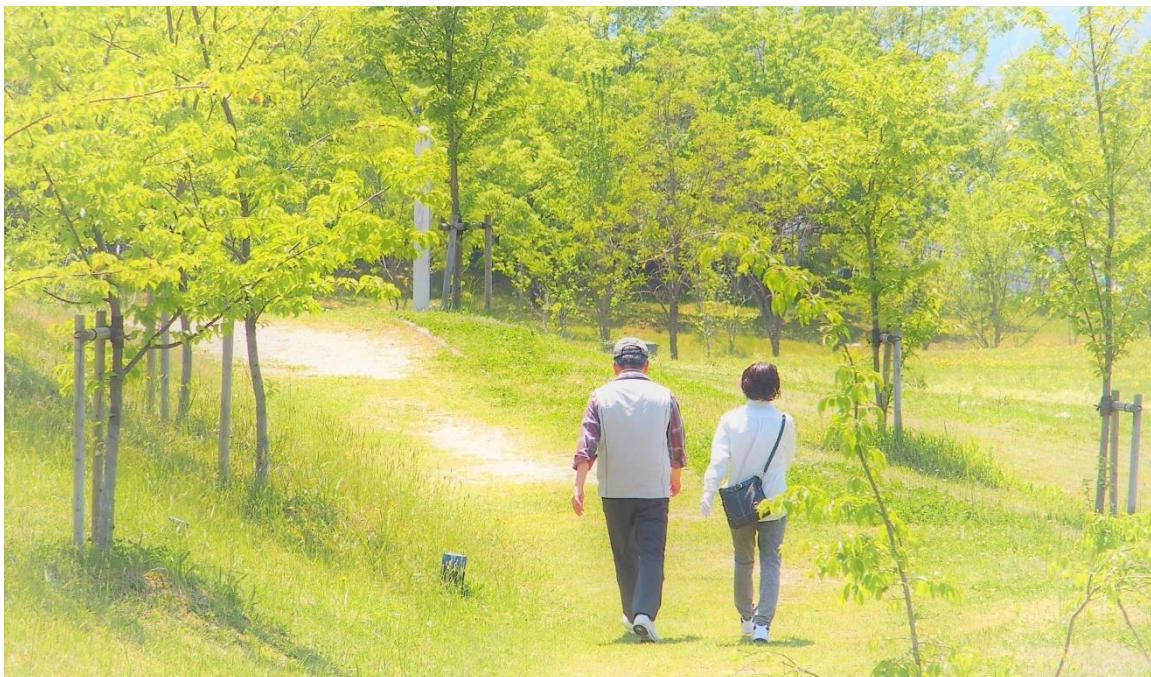
ニュースリリース  
2018年9月10日  
株式会社アンテリオ

**50～70 歳代男女の健康に関する意識と実態を調査**  
**アクティブシニアは「体重測定」「血圧測定」「運動」が日課？！**  
**60 歳代以上の男女の悩み第1位はやっぱり「自分の健康」**

株式会社アンテリオ(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:仁司与志矢)は、全国の16～79歳の男女2632人を対象に、「健康」に関する意識と実態の把握を目的とした自主企画調査「生活健康基礎調査」を実施しました。今回はその中から、50～70歳代の男女の生活や健康に関する意識と実態に関する調査結果をまとめました。

◆調査結果のポイント

- 50～70歳代の各性・年代全てで「自分の健康」と「家族の健康」が悩み事の3位内にランクイン
- 「家族の介護」の悩みは50歳代女性で5位にランクイン
- 50～70歳代の男女が関心のある症状は「物忘れ」「老眼」「筋力の低下」「高血圧」
- 70歳代男性の約7割は一週間のうち、2日以上運動している



## ◆調査結果の詳細

### 60、70 歳代の悩みは「自分の健康について」が1位！「現在悩んでいること」ランキング

自身の生活において悩んでいることに関しては、50～70 歳代の各性・年代全てで「自分の健康」と「家族の健康」が3位内にランクインしました。特に、「自分の健康」は60、70 歳代の男女で悩みの1位となりました。「家族の介護」の悩みは50 歳代女性で5位にランクインしており、家族の介護に関する悩みを持つ方が多い年代であることがわかりました。また、男性は70 歳代になると身の回りの安全や生活環境についての悩みが上位にあがってくることもわかりました。

【問：あなたご自身の生活について、現在悩んでいることをお答えください】※複数回答

#### 現在悩んでいること（複数回答）

|    | 男性 (n=181)<br>50～59歳           | 男性 (n=172)<br>60～69歳 | 男性 (n=124)<br>70～79歳 |
|----|--------------------------------|----------------------|----------------------|
| 1位 | 収入や資産 45.9%                    | 自分の健康 51.7%          | 自分の健康 51.6%          |
| 2位 | 自分の健康 42.5%                    | 収入や資産 41.9%          | 家族の健康 48.4%          |
| 3位 | 家族の健康 31.5%                    | 家族の健康 37.2%          | 悩んでいることはない 21.0%     |
| 4位 | 生活設計 30.4%                     | 生活設計 24.4%           | 収入や資産 16.1%          |
| 5位 | 自分の生活上の問題 24.9%                | 悩んでいることはない 18.6%     | 身の回りの安全や生活環境 12.9%   |
|    | 女性 (n=165)<br>50～59歳           | 女性 (n=164)<br>60～69歳 | 女性 (n=173)<br>70～79歳 |
| 1位 | 家族の健康 57.6%                    | 自分の健康 59.1%          | 自分の健康 59.5%          |
| 2位 | 自分の健康 55.8%                    | 家族の健康 50.0%          | 家族の健康 49.7%          |
| 3位 | 収入や資産 41.8%                    | 収入や資産 27.4%          | 悩んでいることはない 14.5%     |
| 4位 | 生活設計 35.2%                     | 生活設計 22.6%           | 収入や資産 12.7%          |
| 5位 | 家族の生活上の問題 23.0%<br>家族の介護 23.0% | 悩んでいることはない 17.1%     | 生活設計 12.1%           |

© INTAGE GROUP

## 50～70 歳代が関心のある症状は・・・？「関心のある症状ランキング」

性・年代別に関心がある症状について聞いたところ、男性は、50～70 歳代で老眼と高血圧がランキングしました。また、年代が上がるにつれ、筋力の低下や排尿のトラブルといった症状への関心も高くなっていくことがわかりました。一方、女性はどの年代の回答にも物忘れ、筋力の低下がランキングしています。

【問：関心があったり、気になったりしていること(症状があるかどうかは問わない)をすべてお答えください】

※複数回答

### 関心のある症状（複数回答）

|    |          | 男性 (n=232)<br>50～59歳 | 男性 (n=214)<br>60～69歳 | 男性 (n=177)<br>70～79歳 |            |       |
|----|----------|----------------------|----------------------|----------------------|------------|-------|
| 1位 | 老眼       | 53.4%                | 高血圧・血圧高め             | 43.9%                | 物忘れ        | 45.8% |
| 2位 | 薄毛・抜け毛   | 40.5%                | 老眼                   | 43.5%                | 高血圧・血圧高め   | 42.9% |
| 3位 | 高血圧・血圧高め | 34.9%                | 薄毛・抜け毛               | 36.4%                | 排尿のトラブル    | 35.6% |
| 4位 | 肥満・太り気味  | 33.6%                | 歯槽膿漏・歯周病             | 34.1%                | 筋力の低下      | 35.0% |
| 5位 | 体臭・加齢臭   | 31.5%                | 筋力の低下                | 33.2%                | 老眼         | 34.5% |
|    |          | 女性 (n=207)<br>50～59歳 | 女性 (n=224)<br>60～69歳 | 女性 (n=228)<br>70～79歳 |            |       |
| 1位 | 老眼       | 64.7%                | 物忘れ                  | 44.2%                | 物忘れ        | 51.8% |
| 2位 | シミ・そばかす  | 61.4%                | 老眼                   | 42.0%                | コレステロールが高め | 45.6% |
| 3位 | 物忘れ      | 48.3%                | 筋力の低下                | 38.8%                | 高血圧・血圧高め   | 43.4% |
| 4位 | 筋力の低下    | 39.1%                | コレステロールが高め           | 38.8%                | 筋力の低下      | 40.8% |
| 5位 | 歯槽膿漏・歯周病 | 37.2%                | 歯槽膿漏・歯周病             | 36.2%                | シミ・そばかす    | 37.3% |

© INTAGE GROUP

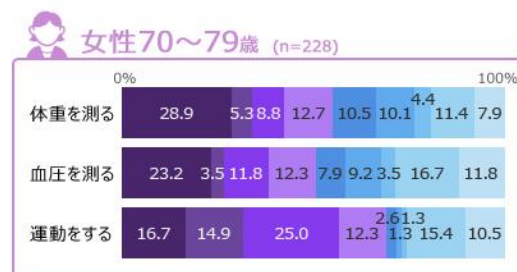
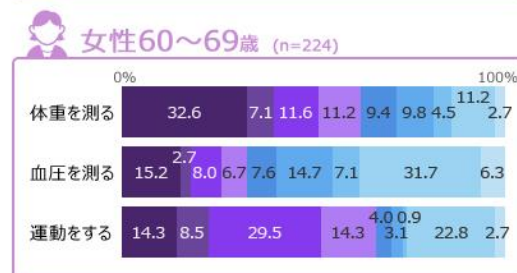
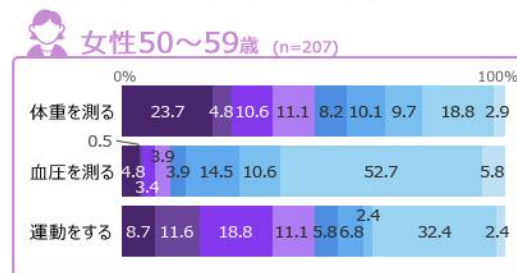
## アクティブシニアは「体重測定」「血圧測定」「運動」が日課?!「健康のためにやっていること」

健康のためにやっていることとして、体重測定、血圧測定、運動の頻度を聞いたところ、70 歳代男性では三項目とも「ほとんど毎日」やっている人が最も多い割合となりました。特に運動については、「ほとんど毎日」と「週に 4~5 日程度」、「週に 2~3 日程度」を合わせると 7 割近くの人になんらかの運動を定期的に行っていることがわかりました。一方、まだ働いている人が多い 50、60 歳代では、運動を週に 2 日以上行っている人の割合は 4 割以下にとどまりました。週に 2 日以上運動をしている割合を男女別で比較すると、男性 50 歳代が約 3 割なのに対し女性 50 歳代では約 4 割、男性 60 歳代が約 4 割なのに対し女性 60 歳代では約 5 割と、女性の方が運動をする頻度の高い方が多いことがわかりました。

【問:あなたが最近 1 年以内に、美容や健康のためにやっていることについて、あてはまる頻度をお答えください】

### 健康のためにやっていること

■ ほとんど毎日    ■ 週に4~5日程度    ■ 週に2~3日程度    ■ 週に1日程度  
 ■ 月に2~3日程度    ■ 月に1日程度    ■ 2~3か月に1日程度    ■ それ以下    ■ 不明



© INTAGE GROUP

### ◆考察

男性は50歳代から70歳代の間に定年退職をし、余暇の時間が増えるなど、生活環境に大きな変化があります。また、加齢に伴って自分の健康に対する悩みも多くなり、シニアならではの体の症状への関心も高まってきます。そこで、退職することで得られた余暇を、日々の運動や体重測定、血圧測定などといった健康のための活動の時間に充てているようです。

女性も男性と同様、50歳代から60歳代、70歳代と年を重ねる中で、1番の悩みは「家族の健康」から「自分の健康」へと移り変わっていきます。男性の50歳代はまだ現役で、運動をする時間も取れないのが現状のようですが、女性は50歳代でも健康のために運動をしている方が多いようです。

「団塊世代」が70歳代に差し掛かる今、自分の健康に悩んだり、不安を抱えたりする人々はますます増えていくと考えられます。シニア世代の健康のための行動や、健康関連商材の購買動向に注目していきたいです。

### ◆調査概要

「生活健康基礎調査」は、生活者の健康状態・健康意識、OTC薬の使用実態を捉え、OTC薬と生活者との関わりに関する経年データを整備することを目的としたものです(本年で28回目)。今回の調査より対象年齢上限を69歳から79歳に拡大しています。なお、このリリースは本調査の中から、調査結果を抜粋して作成しています。

|             |  |      |      |    |      |     |
|-------------|--|------|------|----|------|-----|
| 調査対象者       | 16～79歳の男女個人  |      |      |    |      |     |
| 調査地域        | 京浜・京阪神   |      |      |    |      |     |
| サンプル抽出・調査方法 | 株式会社インテージが保有する郵送調査モニターを対象に、国勢調査による人口構成比に合わせて割当抽出し郵送調査を実施 |      |      |    |      |     |
| 有効サンプル数     | 男女計 2632 サンプル  |      |      |    |      |     |
|             | 本リリース掲載にあたり使用した年代別サンプル数                                  |      |      |    |      |     |
|             | 男性   | 50歳代 | 232  | 女性 | 50歳代 | 207 |
|             |  | 60歳代 | 214  |    | 60歳代 | 224 |
| 70歳代        |  | 177  | 70歳代 |    | 228  |     |
| 調査実施期間      | 2018年4月11日(水)～2018年4月27日(金)                              |      |      |    |      |     |
| 調査主体        | 株式会社アンテリオ コンシューマーヘルスケア事業部<br>コンシューマーヘルスケア・ソリューション部       |      |      |    |      |     |

【株式会社アンテリオ】 <http://www.anterio.co.jp/>

株式会社アンテリオ(本社:東京都千代田区神田駿河台四丁目6番地 御茶ノ水ソラシティ 13階、設立年月:1994年12月、代表取締役社長:仁司与志矢)は、調査、企画、分析における高度なスキルと豊富な経験・知識をコア・コンピタンスとし、ヘルスケア領域のマーケティングリサーチに精通したトップカンパニー。インテージグループの一員として健康食品から一般用医薬品、医療用医薬品まで幅広いヘルスケア領域のあらゆる課題に対して最適な意思決定をサポートしています。

【報道関係のお問い合わせ先】

■株式会社アンテリオ

経営企画部 林(はやし) TEL:03-5294-8393(代) E-mail:[pr-ant@anterio.co.jp](mailto:pr-ant@anterio.co.jp)

【本調査に関するお問合せ先】

■株式会社アンテリオ

コンシューマーヘルスケア事業部 コンシューマーヘルスケア・ソリューション部

担当:戸根(とね)／氷高(ひだか) TEL:03-5294-8393(代)

アンテリオ「お問合せフォーム」 <http://www.anterio.co.jp/contact/service.php>