

夏バテに関する実態調査

日本人の 7 割が夏バテ経験者

今夏はすでに半数以上が夏バテを自覚

マーケティングリサーチを行う株式会社メディアインタラクティブ（所在地：東京都渋谷区）では、世の中の動向をいち早く把握するために、独自で調査を行っております。今回、2011年8月11日～17日の7日間に、全国の723名を対象に「夏バテに関する実態調査」をテーマにした、インターネットリサーチを実施いたしました。今夏はこれまでの所、比較的涼しい日も多かった印象がありますが、それでも節電意識の高まりから、エアコンの消費を抑えたり、設定温度を高めにしたりと、暑さを耐える日々も多かったかと思えます。となると、心配なのが夏バテによる体調不良。日本人の夏バテについて調査いたしました。

【調査概要】

1. 調査の方法：株式会社メディアインタラクティブの運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用した WEB アンケート方式で実施
2. 調査の対象：全国の男女
3. 有効回答数：723人
4. 調査実施日：2011年8月11日(木)～8月17日(水)

【調査結果概要】

【1】日本人の7割が夏バテ経験者

これまでの夏バテ経験を伺ったところ、全体の69.2%の方が、夏バテの経験があると回答されました。自覚症状としては軽度なものが多いようですが、その内の8.6%は重度の夏バテになったことがあると回答しています。軽い夏バテであれば「夏だから仕方ない」で済まされるかもしれませんが、夏バテをきっかけに持病などが悪化するケースもあるため、早めの対処で体調管理に気を付けたいところです。

【2】今年の夏バテ既に58.1%の方が自覚

これまでのところで夏バテを自覚している方は全体の58.1%とすでに半数以上の方が夏バテを実感されているようです。また、どちらとも言えないという「夏バテ予備軍」とも思われる方も27.2%となっています。昼間の暑さのピーク時には水分補給をまめに行い、エアコン以外の体温調節にも気を配ることと、夜間などは節電を過度に意識せず、室内の温度調節を行って快適な睡眠を摂ることが重要かと思えます。

【3】夏バテに年齢は関係ない？

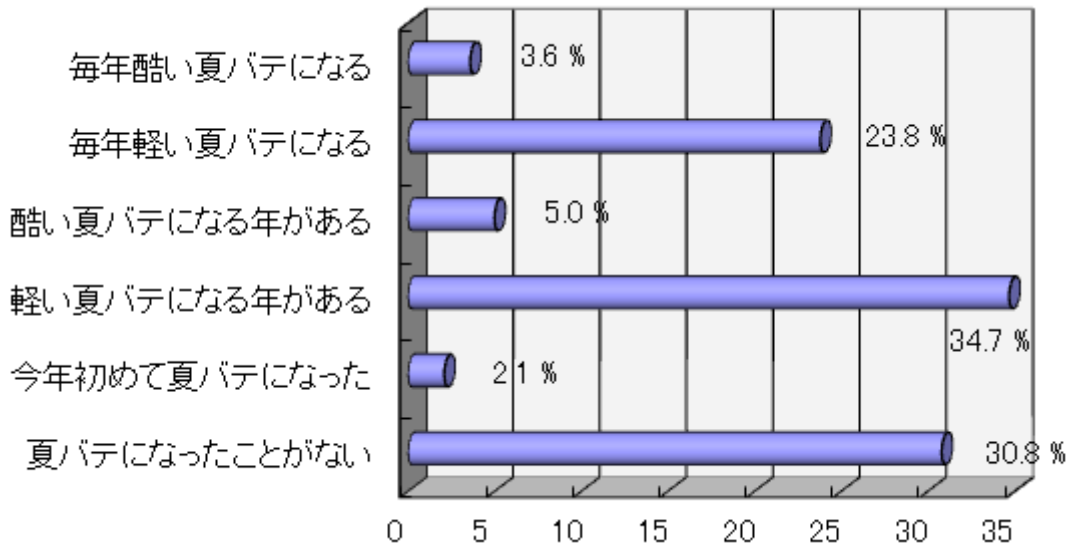
夏バテ、といえは体力の低下が現れる年代からと思われがちですが、そもそも夏バテが意識されてきたのは、エアコンの普及による室内外の温度差を体温調節機能を上回ることによっておこると考えられています。今回の調査においても、10代での夏バテは比較的少なくなっていますが、それ以降は発症の年齢差はそれほど小さくなく、20代前半でも十分に起こりうるということがわかりました。

・・・本件に関するお問い合わせ先・・・

メディアインタラクティブ広報事務局 担当：飯村

E-mail : pr@i-research.jp

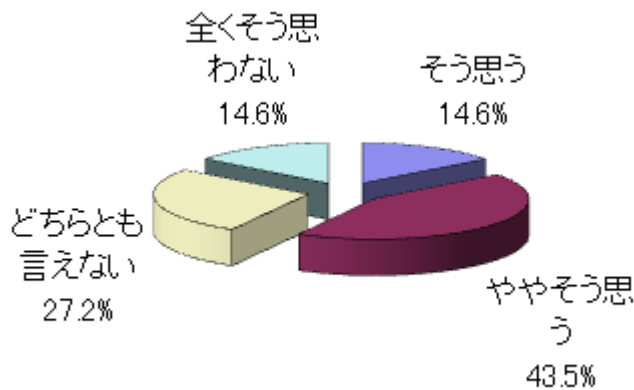
Q. あなたは夏バテをしたことがありますか。(N=723)



これまでの夏バテ経験を伺ったところ、全体の 69.2%の方が、夏バテの経験があると回答されました。自覚症状としては軽度なものが多いようですが、その内の 8.6%は重度の夏バテになったことがあると回答しています。軽い夏バテであれば「夏だから仕方ない」で済まされるかもしれませんが、夏バテをきっかけに持病などが悪化するケースもあるため、早めの対処で体調管理に気を付けたいところです。

※以下、「夏バテになったことがない」、「今年初めて夏バテになった」と回答された方以外へ調査

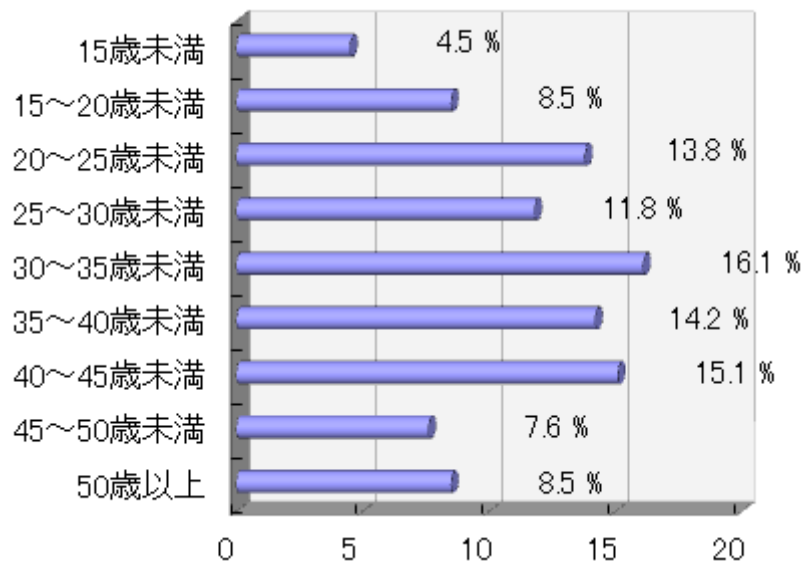
Q. あなたは今年夏バテしていると思いますか。(N=485)



今年の夏もいよいよ残暑を残すのみとなりましたが、これまでのところで夏バテを自覚している方は全体の 58.1%とすでに半数以上の方が夏バテを実感されているようです。また、どちらとも言えないという「夏バテ予備軍」とも思われる方も 27.2%となっています。

昼間の暑さのピーク時には水分補給をまめに行い、エアコン以外の体温調節にも気を配ることと、夜間などは節電を過度に意識せず、室内の温度調節を行って快適な睡眠を摂ることが重要かと思えます。もちろん節電は重要ですが、無理のない範囲で体調にも気を配ることも心がけたいものです。

Q3. あなたが夏バテを感じ始めた年齢は以下のどれですか。(N=485)



夏バテ、といえば体力の低下が現れる年代からと思われがちですが、そもそも夏バテが意識されてきたのは、エアコンの普及による室内外の温度差を体温調節機能を上回ることによっておこると考えられています。今回の調査においても、10代での夏バテは比較的少なくなっていますが、それ以降は発症の年齢差はそれほど大きくなく、20代前半でも十分に起こりうるということがわかりました。

若いから大丈夫、は通用しないことを意識して対策をとっていききたいですね。

【引用・転載時のクレジット表記のお願い】

本リリースの引用・転載は、必ずクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。

<例>

「インターネット調査のメディアインタラクティブが実施した調査結果によると・・・」

【詳細資料無料ダウンロードのお知らせ】

弊社アイリサーチサイトにて本調査における詳細資料の無料ダウンロードサービスを行っております。

ご興味のある方は下記より、アクセスをお願いします。

■無料独自調査データダウンロードサービス

http://www.i-research.jp/report_dl/list.html

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社メディアインタラクティブ

広報事務局：飯村崇史

TEL 03-6826-5000 FAX 03-6419-8375

e-mail pr@i-research.jp <http://www.i-research.jp>

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 3-26-18 矢倉ビル 6F