

「メタボリック・シンドロームに関する調査」結果概要

～“現状満足・今が好き！”・“ゆるく気楽に生きたい”が、メタボな人たちの価値観～

**「ごろごろ」「早く、たくさん食べること」「塩分・揚げ物」が大好きで、やめられない！
“現状満足・今が好き！”・“ゆるく気楽に生きたい”が、メタボな人たちの価値観**

2008年4月から、生活習慣病予防を目的として40～74歳の医療保険加入者を対象に、企業の健康保険組合や国民健康保険などに「特定健康診断・特定保健指導制度」が義務付けられ、スタートした。

この結果、ヘルスケアやダイエットなどのマーケットの主役として、“中高年男性”を中心とするメタボリック・シンドローム該当者・予備軍達が注目されはじめた。彼らは一体、どんな意識や行動をしているのか、メタボリック関連商品やサービス普及のヒントは何か？

(株)I&S BBDO(社長:野副正行、本社:東京都中央区)プランニンググループ R&D では、2008年4月、首都圏・阪神圏の30～59歳男女ビジネスマン、OL(制度の対象者・被保険者男女40～59歳に加え、制度や市場の周辺層である30代も含めた)を対象に、「メタボリック・シンドローム(以下、“メタボ”と表記)」について調査を行った。

◆調査結果のポイント

① 「メタボ」の認知率、理解率は9割以上。

「特定健診/特定保健指導制度」の認知率も9割以上あるものの、理解率・期待度は4割台どまり

- 「メタボ」の認知率は99.8%。性別、年代別、メタボ該当者区分での差はみられない。
- 「メタボ」の意味や内容で最も高く挙がっているのは、「内臓脂肪/内臓脂肪が多い」で、認知者の29.1%が想起。「腹囲基準値」の誤認は、メタボ該当者^{※1}が非該当者よりも高い。
- 「特定健康診断/特定保健指導制度」の認知率は89.7%。理解率は半分以下の47.1%にとどまる。
- 勤務先の「特定健康診断」実施率は7.9%、予定率は32.3%。また「特定保健指導制度」の実施率は4%。予定率28.5%。どちらも「実施済み」と「予定」を合わせても3～4割程度の低水準。対象外の30代では7割前後が「不明」と回答。
- 「特定健康診断」「特定保健指導制度」の期待度は42.2%。メタボ該当者の期待度が予備軍、非該当者に比べ高い。一方、「全く期待していない」もメタボ該当者が高く、期待度が2つに分かれている。

※1:本調査では対象者の自己申告ではなく、厚労省が定義した判定数値基準4項目の該当状況により分類した。

② 30-59歳男女・被保険者の中では、メタボ該当者4.3%と予備軍36.7%の合算41%が、ターゲット。

メタボ該当者・予備軍のメタボ対策許容金額から推定される市場規模は、年間“2兆3,222億円強”

- 30-59歳男性におけるメタボ該当者は7.1%、女性は1.4%。該当者は男性の方が多い。
- 制度対象者40-59歳におけるメタボ該当者は5.4%。性別では男性は9.3%、女性は1.4%。
- 掛けてもいいメタボ対策費用は、月額平均“7,990円”。メタボ該当者では“12,116円”、予備軍では“8,396円”。
- 該当者のメタボ対策月額平均許容金額に、平成18年の30-59歳の人口を掛け合わせると、新たなメタボ対策市場は年間“3,332億円強”。予備軍では年間“1兆9,890億2,234億円強”と算出(30代該当者を含み、非該当者を除く)。

③ メタボ該当者のプロフィール

- 将来よりも、満足している今を大切にする“今のしあわせ追求”を選択する人たち。
- 「運動不足(運動嫌い)」「食に対する貪欲さ(量と早さ)」「塩分・揚げ物好き」は、体に良くないとわかっているが、やめられない人たち。
- 今までも健康やダイエット目的等で様々な機器や施設サービスにトライした経験は多いが、現在もメタボであることから、目的を達成していない人たち。
- 通勤でも日々の業務でもあまり動かない、比較的高所得の、中高年既婚男性。
- 配偶者もメタボの、“似たものメタボ夫婦”は 1/3。メタボ妻より、メタボ夫が妻をメタボへ誘う傾向。

● 主な生活価値観は“ゆるく、気楽に生きたい”志向

(「なるべくラクに生きていたい」「のんびりとマイペースな生き方がしたい」が絶対的にも、相対的にも高い)

● もう1つは、仕事等現状の満足度が高く、将来よりも“今を重視し、充実させたい志向”

● 食べ物の好み/生活スタイルの特徴は、「運動をしない」を筆頭に、「つつい食べ過ぎる」「食べるのが早い」そして「塩分の多いもの、揚げ物好き」

● 該当者が持つメタボ該当者・予備軍のイメージ(自由回答)は、「運動不足」を筆頭に「デブ」「肥満」「大食い」といったもので、肥満の自覚はある

(非メタボ該当者でみられた「自制心がない」「意志が弱い」等の人柄・性格的なネガティブイメージは低い)

● 既に実行している、実行度の高いメタボ対策は「たばこを吸わない、減らす」「野菜や果物をよく食べる」「朝食や夕食を抜かず、三食食べる」。逆に実行度が低い対策は「ゆっくりと食べる」「定期的に運動をする」「揚げ物を控える」

● 実行できると思うメタボ対策は「食べ過ぎない」「甘いものを控える」「揚げ物を控える」

● 実行するのが難しいメタボ対策は「ストレス解消」「休みの日に体を動かす」「ゆっくりと食べる」

● 多くの健康機器・施設サービスの利用経験率が、予備軍、非該当者よりも高い(28 アイテム中 23 項目で 1 位)

● 「世帯年収 1,000 万円以上」の所得者層の占有率が 1/4 と、予備軍、非該当者よりも高い

● 該当者は「通勤時間が長い割に、歩く時間は短い」「7時間以上のデスク作業が半数」に多い。

● 「メタボ該当妻の夫もメタボ」の割合(25%)より、「メタボ該当夫の妻もメタボ」の割合(37.1%)の方が高い。夫婦ともにメタボ(該当者・予備軍)は全体の 1/3 強。

注) 予備軍は、運動嫌いで、食への貪欲さが希薄。その他際立つ特性は伺えない。

◆まとめ

メタボ該当者は、今の幸せを追求し、のんびり、ラクに生きたいと思う、“現状満足・肯定派”であった。想像していた「仕事の不満によるストレス太りや、甘いもの好き」ではなかった。「ごろごろ(運動嫌い)」「食べ方(量・早さ)」「塩分・揚げ物好き」の3つの今の喜びを、将来の健康やスリムな体形などの不確実な見返りよりも魅力的と選択しているようだ。悪いと自覚していることをやめたり、習慣を改善したりすることができない“わかっちゃいるけど、やめられない”といった実像が浮かび上がってくる。

まさに目の前の現実の方が自分にとって得だと思ひ、意志が誘惑され、非合理的な選択や一時的な迷いに流されてしまっている“人間の業やサガ”が強い人たちとも言える。

国や企業が着手し始めた制度による“制御”は、一定の効果をあげるだろうが、消費者のニーズを中心に据えた健全な市場育成が進むのかが、懸念される。該当者・予備軍からは、現状の生活や幸せ感を否定せずに、メタボ対策に取り組める、“虫のいい”商品、サービスやコミュニケーションが、やはり期待されているようだ。

本件に関するお問い合わせ

より詳しい調査結果の内容についてのお問い合わせ

(株)I&S BBDO プランニンググループ R&D : 小坂・牧野 Tel.03-6221-8606

◆調査概要

・調査方法	: インターネット調査
・調査地域	: 首都圏(東京、千葉、埼玉、神奈川)・阪神圏(大阪、兵庫)
・調査時期	: 2008年4月21日(月)～24日(木)
・調査対象	: 30～59歳の男女個人 -男性: 給与事務職または給与労務職 -女性: 給与事務職または給与労務職 健康保険組合の被保険者(パート・アルバイト/派遣社員など)
・有効回答数	: 2,520名 ※男女別、エリア別、年代別の均等割り付け

◆調査項目一覧

- ・現在の食べ物・嗜好品の好み/生活スタイル
- ・「メタボリック・シンドローム」の認知度
 - 認知内容(自由回答)
 - 「メタボリック・シンドローム」の自己認識度(自己判定)
- ・情報提示後の「メタボリック・シンドローム」該当状況(数値判定) ※集計後、判定
- ・「メタボリック・シンドローム」関心度
- ・「メタボリック・シンドローム」改善策の実行意向
- ・「メタボリック・シンドローム」解消・予防商品・サービスについて
 - (1) 最近3か月の使用・利用経験
 - (2) 今後の使用・利用意向
- ・「メタボリック・シンドローム」解消・予防に掛けてもいい金額(自由回答)
- ・「特定健康診断」「特定保健指導制度」の認知度
- ・制度情報提示後の「特定健康診断」「特定保健指導制度」の実施状況
- ・「特定健康診断」「特定保健指導制度」の期待度
- ・「メタボリック・シンドローム」該当者・予備軍のイメージ(自由回答)
- ・「メタボリック・シンドローム」に関する意見や将来予測

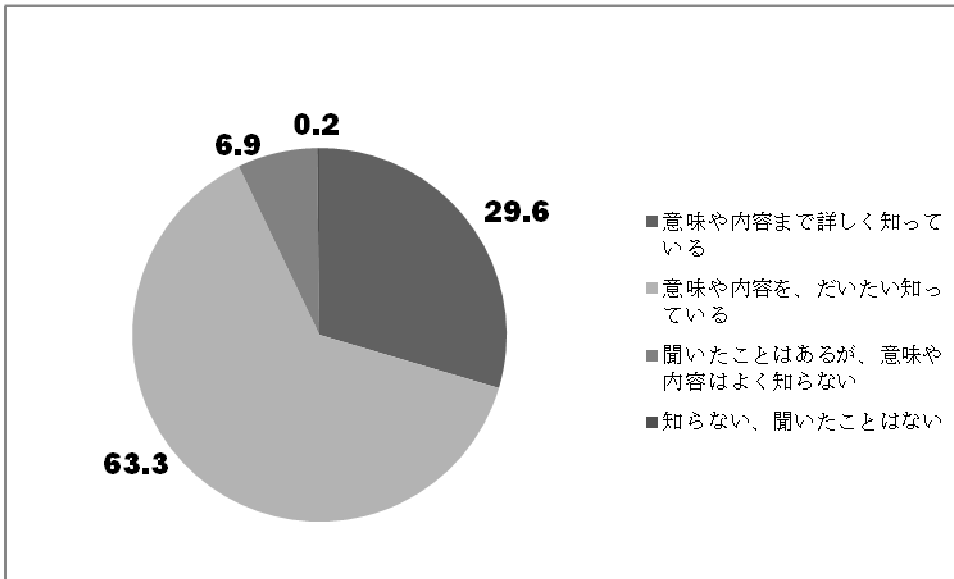
<フェイスシート>

- | | | | |
|---------|-----------|------------|-----------|
| ・未既婚 | ・世帯年間収入 | ・デスク在席時間 | ・健診受診の有無 |
| ・同居家族人数 | ・職業/業種 | ・1日平均通勤時間 | ・生活価値観 |
| ・同居家族 | ・勤務先の従業員数 | ・通勤時間内徒歩時間 | ・配偶者メタボ認識 |

主な調査結果

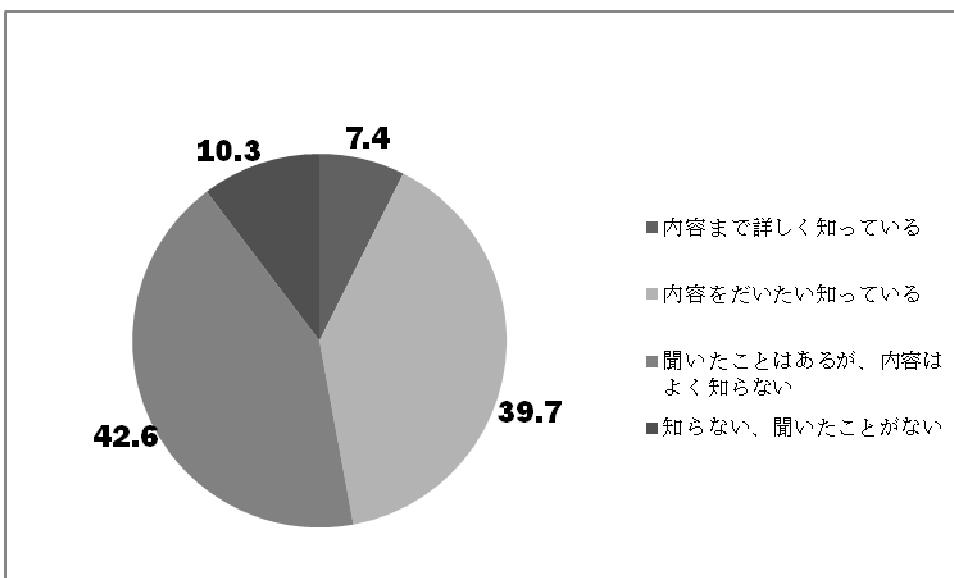
■「メタボリック・シンドローム」認知率(N=2,520)

「メタボリック・シンドローム」の認知率は 99.8%(非認知率は 0.2%)。
意味や内容を知っている、といった理解率は 92.9%。



■「特定健康診断」「特定保健指導制度」認知率(N=2,520)

今年 4 月から施行された「特定健診」「特定保健指導制度」の認知率は 89.7%。
内容を知っている、といった理解率は 47.1%で、約半数にとどまる。



■「メタボリック・シンドローム」該当者の数値判定(N=2,520)

	30-59 歳			40-59 歳
	合計	男性	女性	合計
メタボ該当者	4.3	7.1	1.4	5.4
メタボ予備軍	36.7	51.6	21.8	41.9
非該当者	35.7	25.9	45.5	29.4
不明（数値不明者）	23.3	15.4	31.3	23.3

注)本調査では、調査対象者に厚労省の「メタボリック・シンドローム」判定基準を提示し、該当するかどうかを自己判定してもらい、その結果を分類した。

- ・該当者は、腹囲に加え、血清脂質、血圧、血糖値の3つのうち2つ以上が基準値を上回る(あてはまる)と回答した人
- ・予備軍は、腹囲、血清脂質、血圧、血糖値のいずれか1項目でも基準値を上回ると回答した人。但し、基準値を上回る項目は3項目まで
- ・非該当者は、腹囲、血清脂質、血圧、血糖値のすべてが基準値に満たない(あてはまらない)と回答した人
- ・不明は、腹囲、血清脂質、血圧、血糖値が基準値を下回るか、不明(わからない)と回答した人。但し、4項目すべてが基準値を下回ると回答した人は非該当者のため除外

■「メタボリック・シンドローム」該当者や予備軍イメージ(自由回答を集計)

該当者・予備軍のイメージは、圧倒的にネガティブなものが多く挙がった。

病気、病人のイメージは少なく、「メタボな人＝太っている・肥満」イメージづけがなされている。

ポジティブなイメージは「人間らしい」「明朗」など。

	全体	メタボ該当者	メタボ予備軍	非該当者
1	運動不足 (22.9%)	運動不足 (17.8%)	運動不足 (19.7%)	運動不足 (22.4%)
2	自制心がない (16.1%)	デブ (16.7%)	肥満 (16.8%)	自制心がない (19.9%)
3	太っている (15.7%)	肥満 (15.6%)	太っている (14.5%)	太っている (16.3%)
4	肥満 (14.3%)	大食い (12.2%)	大食い (11.8%)	大食い (13.8%)
5	大食い (13.8%)	意志が弱い (11.1%)	デブ (10.6%)	肥満 (10.4%)

■生活価値観

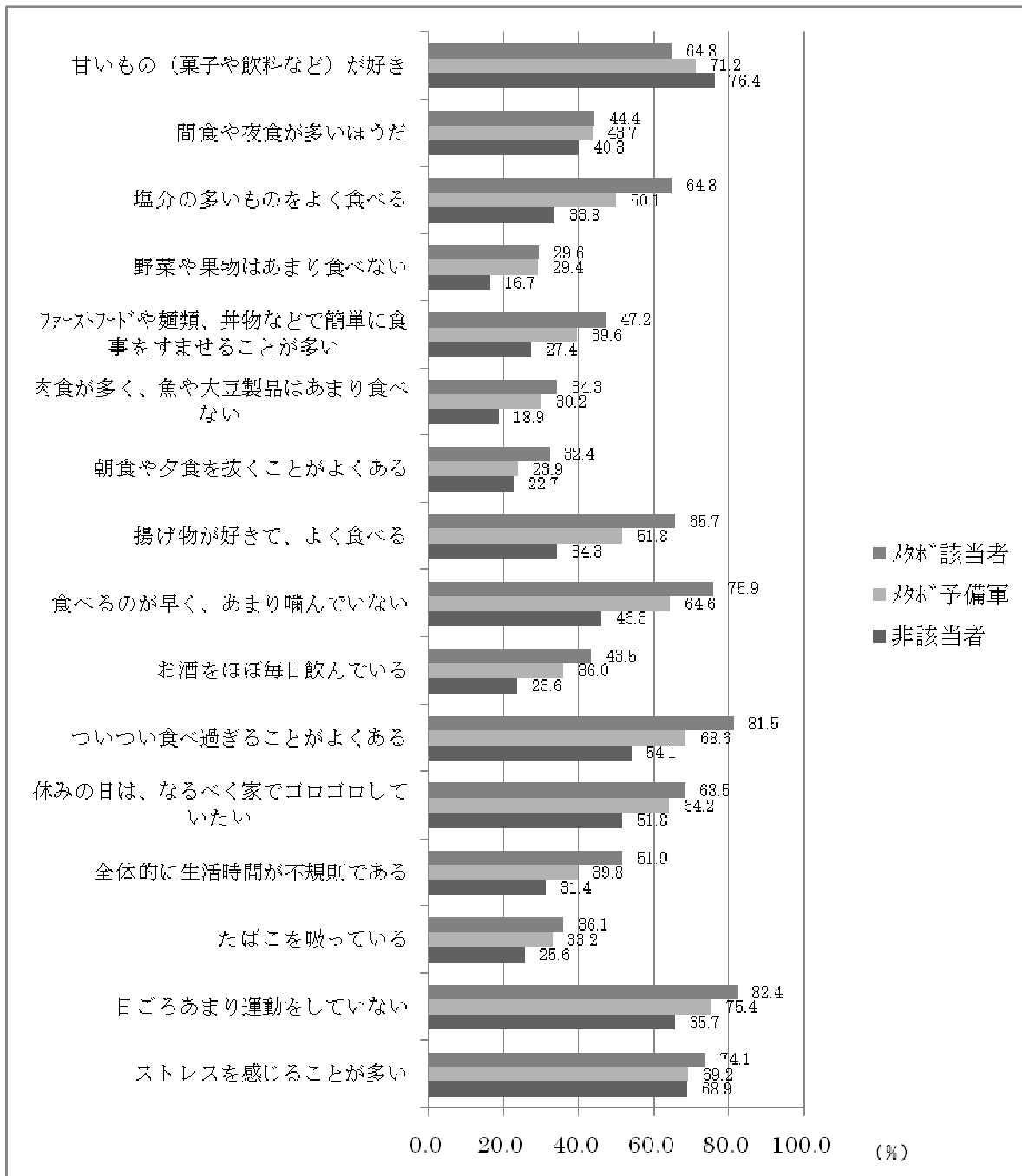
	全体	メタボ該当者	メタボ予備軍	非該当者
	2,520	108	925	899
1 できるだけ無駄をはぶいたシンプルな生活がしたい	85.0	79.6	82.7	88.0
2 将来に備えるよりも現在の生活を楽しみたい	52.6	63.9	51.5	50.9
3 地位や財産にこだわらず、のんびりとマイペースな生き方がしたい	81.3	88.0	80.0	79.5
4 社会的地位や権威を手に入れたい	23.7	29.6	27.4	23.2
5 自分に厳しく生きていきたい	32.5	33.3	31.6	35.8
6 なにごとにもホドホドが一番だ	84.1	84.3	83.0	84.2
7 人々の先頭に立つリーダーとして活躍したい	24.9	31.5	30.2	22.9
8 なによりも自分自身が大切だ	69.9	74.1	72.2	68.1
9 なるべくラクに生きていきたい	78.0	82.4	77.4	75.6
10 恋愛と結婚は別である	61.5	65.7	61.9	61.2
11 必ずしも結婚しなくてもよい	60.8	59.3	56.6	63.2
12 男性でも家事を積極的に行う方がよい	83.4	76.9	79.6	86.1
13 自分に自信がある	40.5	48.1	44.1	42.0
14 人から「すごい」と思われたい	43.4	44.4	46.5	43.2
15 面倒なことは極力避ける	61.4	59.3	62.2	58.6
16 物事を見た感じやフィーリングで判断する	66.9	66.7	66.1	67.1
17 人から自分がどう見られるかが気になる	55.9	51.9	53.7	56.8
18 人の行動が気になる	46.3	48.1	46.5	45.7
19 小さいことを気に病む	52.7	51.9	51.4	51.4
20 何事にも用心深い	59.5	61.1	59.1	60.1
21 出世するより気楽な地位にいたい	70.0	66.7	69.0	69.3
22 昇進・昇給に関心を持っている	30.2	30.6	34.4	29.5
23 今の仕事に満足している	46.7	52.8	46.5	47.1
24 買い物をすることでストレスを解消することができる	55.8	50.9	52.1	58.2
25 自分のライフスタイルにこだわって商品を選ぶ	71.8	63.9	66.4	76.0
26 気に入った商品やサービスを周りの人によく薦める	40.2	34.3	37.4	43.4
27 衝動買いをすることが多い	41.9	44.4	43.1	41.9
28 同じ商品なら、いろいろ店を回って価格を調べる	73.1	75.0	70.9	75.4
29 将来に備えて節約するより、今の生活をより充実させるために出費する	46.6	49.1	45.2	47.6
30 欲しい物を買うために、節約するのは苦にならない	65.7	57.4	64.5	67.6
31 買い物をするのは楽しい	80.7	75.0	77.2	82.2

※全体は、「メタボ数値判定」全体 N=2,520 は、「不明(N=588)」を含んでいる

■食べ物の好み/生活スタイル

メタボ該当者は、下記に挙げた16項目のうち、「甘いものが好き」以外の15項目で1番高く、“不規則で、不摂生な生活”をしていると言える。

「運動不足」を筆頭に「つつい食べ過ぎることがある」「食べるのが早く、あまり噛んでいない」「揚げ物が好きで、よく食べる」「塩分の多いものをよく食べる」傾向が強くみられる。



※メタボ該当者 N=108 / メタボ予備軍 N=925 / 非該当者 N=899