

全国主婦のメタボリック シンドローム意識調査

あと何センチ減らしたい？主婦のお腹回りをチェック！

～メタボを自覚している方は 67%～

目標は - 8cm、55%が夫にも“お腹周り減らして欲しい”

女性だけの30分フィットネスチェーン「カーブス」を日本でFC展開する株式会社カーブスジャパン(住所 東京都台東区 / 代表 坂本眞樹)では、本年4月より開始予定の特定検診 保健指導を見据えて、生活習慣病予防週間である2月1日～2月7日の期間中、全国の主婦400名にメタボリック・シンドローム(以下メタボ)に対する意識調査を実施いたしました。

今回の調査の結果、メタボという言葉については98%、生活習慣病という言葉については96%の主婦が知つており、認知度の高さが伺えます。

本年4月から予定されている特定検診では、これまでのメタボ診断基準にさらに項目がプラスされ、厳しいものとなっています。今回の調査は、生活習慣病の危険を知らせるメタボ(内臓脂肪症候群)のポイントが“内臓脂肪の蓄積量”であることから、健診項目の腹囲(おへその高さで測ったお腹周り・内臓脂肪の量を算出する目的で計測)に着目しました。女性の場合、腹囲が90cm以上あつた場合、(1)空腹時の血糖値(2)高血圧(3)脂質代謝異常など3項目の危険因子の検査値が、2項目以上当てはまるメタボで、1項目該当すると予備軍と診断されます。

自分の腹囲を知ることが基本となるため、まずは、腹囲について質問しました。全対象者の中で、腹囲という言葉を知っている方が267人となり全体の66%、また、その中で自分の腹囲を減らしたいと思っている方は77%という高い結果となっています。また、腹囲をどの位減らしたいかの質問に対しては、3cm～20cmという回答で、平均としては現状より-約8cmが目標値となっています。(-8cmの場合、例えば洋服サイズ13号の方であれば9号への2サイズダウンも可能)

その中でも、カーブスに通うメンバーにおいては97%が“腹囲を減らしたい”と思っていて、カーブスのトレーニングによって健康になるだけではなく、スタイルアップも目指していることがわかります。また、夫にすきりとしたおなかになって欲しいと願っている主婦の割合も全体の55%比べてカーブスメンバーは65%高く、家族にも健康であって欲しい」という意識が高いことが現れています。

“これまで運動をしていなかった主婦の方々に運動習慣を身に付けていただき、健康の輪を広げていくカーブス”では、カーブスに通うメンバーの方に対して、毎月1回腹囲も含めた全身のサイズ計測を実施しております。まずは、腹囲(お腹周り)を気にすることで日頃の生活を振り返ってみてはいかがでしょうか。

調査内容

調査方法 カーブス店舗での対面調査 インターネットアンケート調査

実施期間 2008年2月1日～2月7日

対象 全国30～60歳代の主婦 カーブスに通っている主婦200名、一般200名 合計400名

	30代	40代	50代	60代	合計
全国のカーブスに通う30～60歳代の主婦	50	50	50	50	
全国の30～60歳代の一般主婦	50	50	50	50	400

特定検診は40歳以上が対象となります。今回の調査は特定検診を目前に控えている30歳代も対象に実施

【体に関するお問い合わせ先】

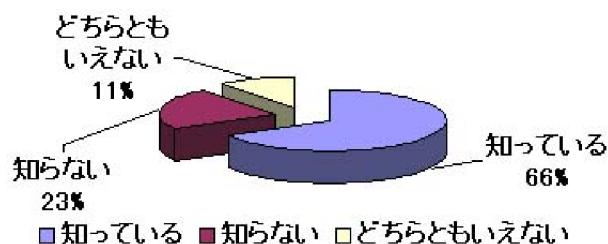
株式会社カーブスジャパン 小泉 由貴子

TEL:03-5827-0823 FAX:03-3841-8621

E-mail:pj@curves.co.jp

Q1)腹囲という言葉を知っていますか (N=400)

“66%の方が腹囲という言葉を知っていました！”



Q2)Q1で知っていると答えた方にお聞きします。 (N=267)

腹囲を減らしたいと思っていますか？



“カーブス入会者の 97% は腹囲を減らしたい” (N=121)

腹囲という言葉を知っているカーブスに通っている主婦の中で、腹囲を減らしたいと思っている方は、97%と非常に高くなっています。カーブスのトレーニングによって健康になるだけではなくスタイルアップも目指していることがわかります。



■減らしたい ■減らしたくない □どちらともいえない □自分の腹囲は知らない

減らしたいと思っている方は、何cm減らしたかお答えください (N=206)

“目標の平均値は - 8cm !! 願わば 20cm !! ”

Q3)Q2の質問で腹囲を減らしたいと回答した方へお聞きします。

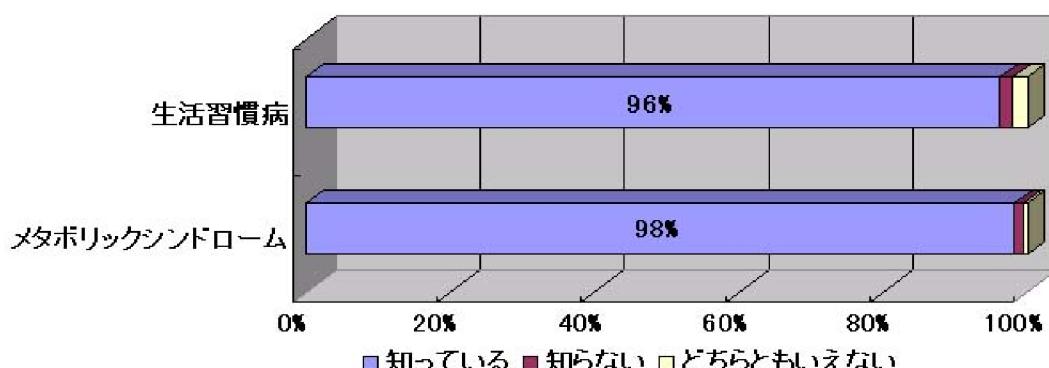
腹囲を減らすために何か特別なことをしていますか (N=206)

“腹囲は減らしたい気持ちはあるが減らす努力をしている人は 40% ”



Q4)メタボや生活習慣病という言葉を知っていますか (N=400)

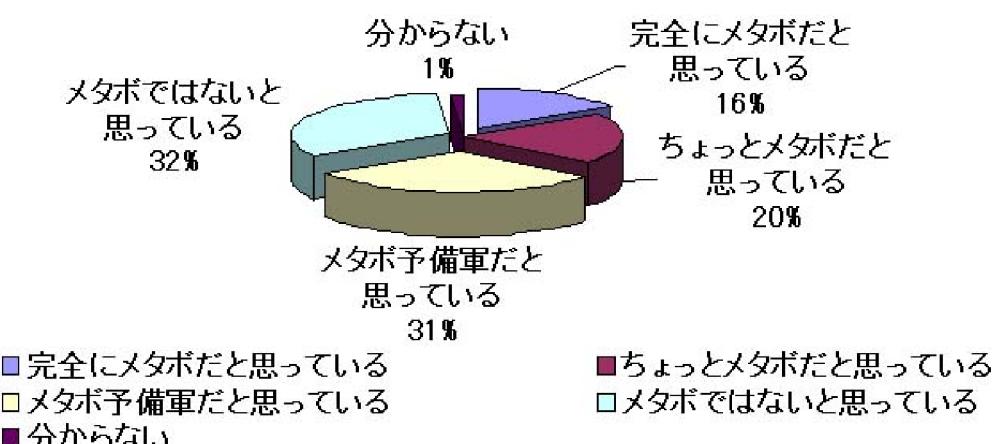
“メタボ、生活習慣病の言葉の認知度は、それぞれ 98%、96% でほとんどの人が知っています”



Q5) Q4でメタボを知っていると答えた方にお聞きします。(N=393)

あなたのメタボ度合いはどの程度だと思っていますか N=393

“67%の主婦がメタボもしくはメタボ予備軍だと自覚！”



取り組んでいるメタボ対策について一般の主婦のみお答えください (N=198 一般主婦のみ)

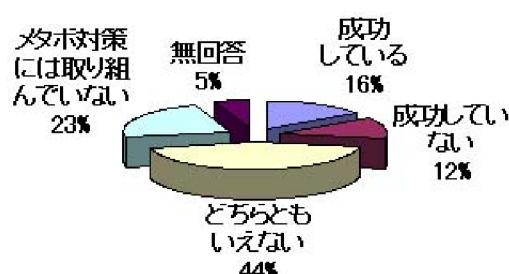
カーブスメンバーはカーブスで運動していますが、一般主婦のメタボ対策は「食事面のみ」が34%と最も多く、「油分の取りすぎに注意しバランスの良い食事を心がける」という声が聞かれました。運動のみ実施している一般主婦は27%、食事面と運動の両方を実施している主婦は、11%、運動を実施している主婦の大半が「ウォーキング」や「散歩」「ストレッチ」などの簡単な運動が多いのが実情です。



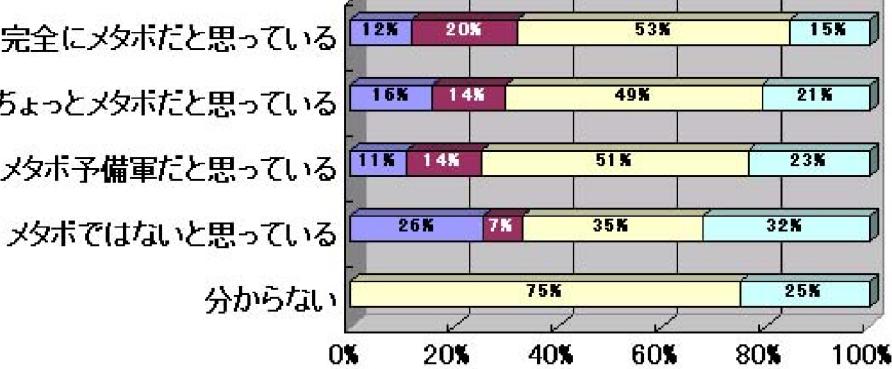
あなたのメタボ対策は成功していますか N=393

メタボ対策に成功している人は全体の 16%、メタボ対策は成功していない状況がつかえます。メタボを意識しながらも実際の対策をとっていない方もおり、自己管理の難しさを物語っています。

(メタボ対策成功度)



(メタボ自覚度とメタボ対策成功度相関)



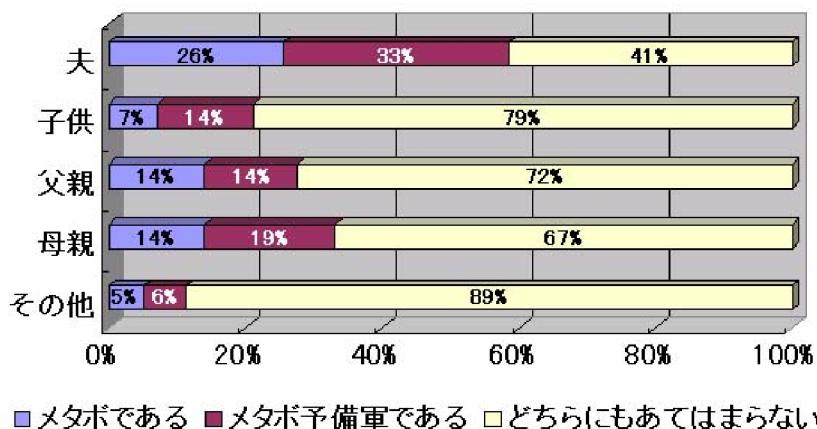
■成功している
□どちらともいえない

■成功していない
□メタボ対策には取り組んでいない

家族のメタボ度について尋ねたところ「夫がメタボもしくはメタボ予備軍である」と答えた主婦が半数以上の59%を超えています。夫の腹囲が気になっている方もほぼ同数でした。全体では55%、カーブスメンバーにおいては65%が夫にも腹囲を減らしてほしいと願っています。

Q6)ご家族にメタボの方、もしくは予備軍がいますか。(N=393)

“メタボまたはメタボ予備軍である夫が全体の59%。同じく母親33%、父親28%、子ども21%”



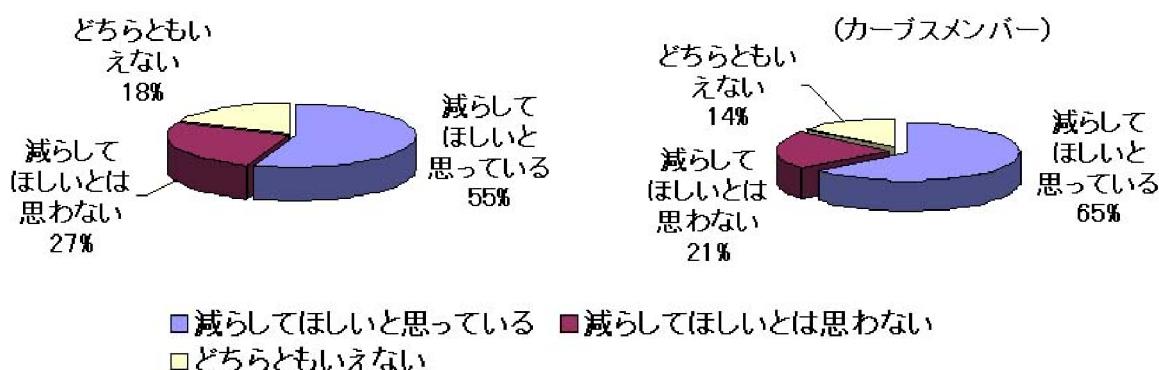
Q7)配偶者の腹囲は気になりますか(N=配偶者いる368)

“夫のお腹周りがやはり気になるほうは58%”



Q8)配偶者に腹囲を減らしてほしいと思っていますか(N=配偶者いる368)

“夫にすっきりお腹になってほしい！55%”



【株式会社カーブスジャパン 会社概要】

設立：2005年2月28日

代表者：坂本 真樹

資本金：1億1,600万円

従業員数：120名(2008年1月末日現在)

事業内容：フィットネスクラブ「Curves」のフランチャイズ展開

URL：<http://www.curves.co.jp/>

2005年7月4日のカーブス戸越オープン以来、健康志向の追い風を受け、全国で毎月平均20~30の店舗をオープン。国内で展開するフィットネスチェーン業態でも異例のスピードで500店舗を達成し、日本でも最大の店舗数・617店(2008年2月20日現在)となっています。現在日本の会員数は約16万人で、2008年中には900店舗・約25万人、2010年には1,500店舗・約50万人の会員獲得を目指しています。