

【報道関係者各位】

2017年4月13日

ゲンナイ製薬調べ

「女子力と健康美人に関する調査」

女子力が高い女性のイメージとは？ 最多は「内面美人」

でも、女子力を磨く＝外見を磨く？ 女子力を磨くために気にかけていること 1位「ファッション」

健康美人になるための食事「意識している」が8割も「とれている」は2割

自分を磨きながら年齢を重ねるために必要だと思われること

「健康の蓄え」「美容の蓄え」「自分のカラダを知る」は9割以上が必要だと感じている結果に！

妊活応援サプリメントを展開するゲンナイ製薬株式会社（所在地：東京都中央区、代表取締役：上山 永生）は、2017年1月26日～1月30日の5日間で、妊活を行ったことがないものの、いずれ妊娠・出産を考えている全国の20歳～44歳の女性に対し、「女子力と健康美人に関する調査」をインターネットリサーチで実施し、1,000名の有効回答サンプルを集計しました。（調査協力会社：ネットエイジア株式会社）

≫ 女子力のイメージ ……P.2-3

- 女子力が高い女性のイメージとは？ 最多は「内面美人」、「健康美人」と「外見美人」が同程度に
- 「自分は女子力が高いほう」1割にとどまる 40代前半では約2割に
- 女子力を磨く＝外見を磨く？
女子力を磨くために気にかけていること 1位「ファッション」2位「スキンケア」3位「メイク」
- 女子力を磨いている理由 1位「キレイになりたい・キレイでいたい」2位「自分に自信を持ちたい」
年齢が上がるほど「健康でいたい」が理由に

≫ 健康美人になるための食事 ……P.4-6

- 健康美人になるための食事「意識している」が8割も「とれている」は2割
女子力が高い女性ほど健康美人になるための食事がとれている！
- 健康美人になるための食事で意識していること 1位「栄養バランス」2位「野菜中心の食事」
原産国を意識している女性やサプリメントを活用している女性の姿も
- 健康美人になるための食事がとれない理由 1位「手間だから」2位「仕事が忙しいから」
知識不足も原因？ 約3割が「どのような食事が良いのかわからないから」と回答
- 自分に足りていない栄養は「食事」から補いたい 8割、40代前半では半数以上が「サプリ」から
- レシピや栄養について情報を得るためのツール 人気1位「レシピサイト」2位「レシピ動画」
「レシピ動画」に注目しているのは女子力が高い女性！

≫ 生活意識と自分を磨きながら年齢を重ねる方法 ……P.7-9

- 「毎日が充実している」4割、女子力が高い女性では6割半に
- 「数年後の自分をイメージして生活できている」女子力が高い女性の半数近く
- 「キレイは内側から作られる」9割
- 「周囲が憧れる存在でありたい」6割、女子力が高い女性では9割近くが同意
- 「健康管理をするためにカラダのつくりを徹底すること」前向きな女性が8割
- 自分を磨きながら年齢を重ねるために必要だと思われること
「健康の蓄え」「美容の蓄え」「自分のカラダを知る」は9割以上が必要だと感じている結果に！

本リリース内容の転載にあたりましては、「妊活応援サプリメントを提供するゲンナイ製薬調べ」もしくは「ゲンナイ製薬調べ」と記載頂けますよう、お願い申し上げます。

PDF版・グラフデータは、ウェブサイト上よりご覧いただけます。 <http://www.gennai-seiyaku.co.jp/>

【本リリースに関する報道関係者のお問い合わせ先】

○ゲンナイ製薬広報事務局 担当：毛利（もうり）

電話：03-5411-0066 携帯：080-9874-4857 E-mail: pr@real-ize.com

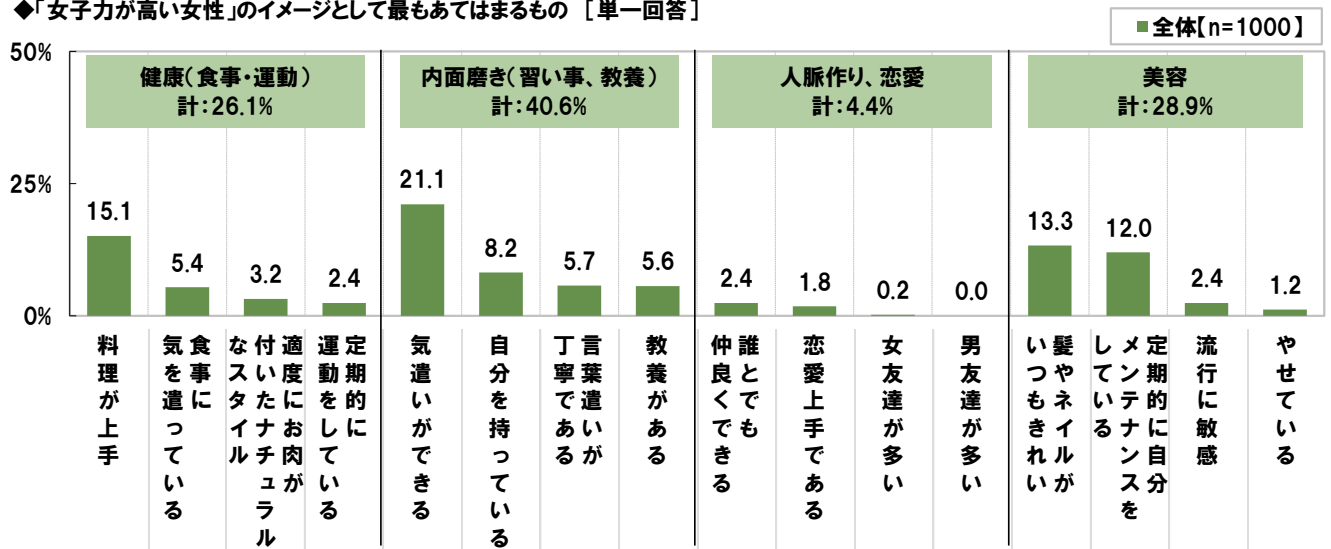
調査結果

■女子力が高い女性のイメージとは？ 最多は「内面美人」、「健康美人」と「外見美人」が同程度に
■「自分は女子力が高いほう」1割にとどまる 40代前半では約2割に

まず、妊活を行ったことがないものの、いずれ妊娠・出産を考えている全国の20歳～44歳の女性1,000名（全回答者）に、女子力が高い女性のイメージとして最もあてはまるものを聞いたところ、「気遣いができる」が最も多く21.1%、次いで、「料理が上手」が15.1%、「髪やネイルがいつもきれい」が13.3%、「定期的に自分メンテナンスをしている」が12.0%で続きました。

イメージをジャンルに分けてみると、気遣いができる、自分を持っているといった『内面磨き』が40.6%、髪やネイルがきれいといった『美容』が28.9%、料理が上手、食事に気を遣っているといった『健康』が26.1%、誰とでも仲良くできるといった『人脈作り、恋愛』が4.4%になり、女子力が高い女性＝“内面美人”とのイメージを持っている女性が多い様子がうかがえました。また、“健康美人”とのイメージを持っている女性は、“外見美人”とのイメージを持っている女性と同じくらいいるようです。

◆「女子力が高い女性」のイメージとして最もあてはまるもの【単一回答】

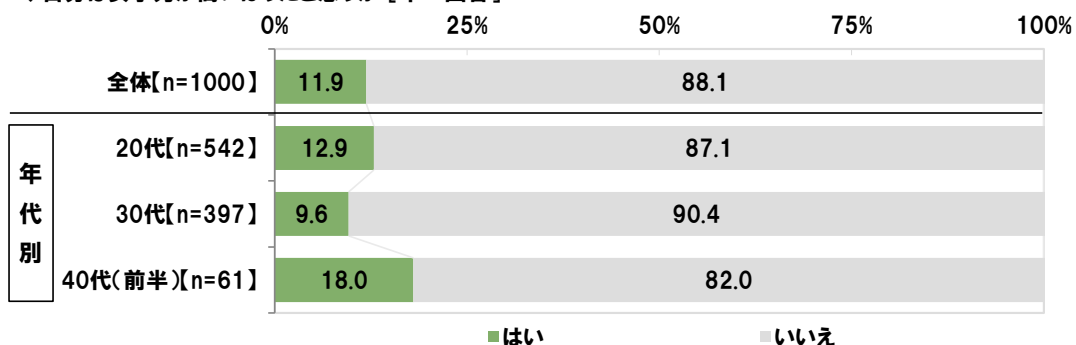


それでは、自分の女子力については、どのように感じているのでしょうか。

自分は女子力が高いほうだと思うか聞いたところ、「はい」11.9%、「いいえ」88.1%となり、自分は女子力が高いほうだと感じている女性は1割にとどまりました。内面磨きや美容、健康に気を遣えていないと感じている女性が多いのではないのでしょうか。

年代別に女子力が高いほうだと感じている女性の割合をみると、20代では12.9%、30代では9.6%、40代(前半)では18.0%となり、40代(前半)の女性が最も高くなりました。

◆「自分は女子力が高いほうだと思うか【単一回答】



■女子力を磨く＝外見を磨く？

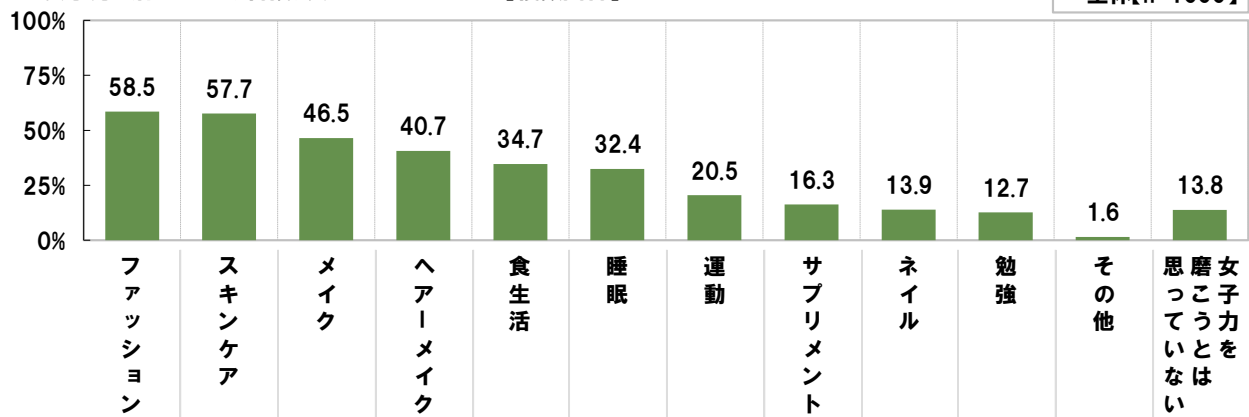
女子力を磨くために気にかけていること 1位「ファッション」2位「スキンケア」3位「メイク」

■女子力を磨いている理由 1位「キレイになりたい・キレイでいたい」2位「自分に自信を持ちたい」
年齢が上がるほど「健康でいたい」が理由に

自分は女子力が高いほうだと感じている女性は 1 割にとどまりましたが、女子力を磨くために、どのようなことを意識しているのでしょうか。

全回答者(1,000 名)に、女子力を磨くために、普段、気にかけていることを聞いたところ、「ファッション」が最も多く 58.5%、次いで、「スキンケア」が 57.7%、「メイク」が 46.5%、「ヘアメイク」が 40.7%と外見に関することが上位を占め、健康にもつながる「食生活」(34.7%)や「睡眠」(32.4%)、「運動」(20.5%)が、それらに続く結果となりました。カラダの内側や自分の内面を気にかけている女性より外見を気にかけている女性のほうが多いようです。

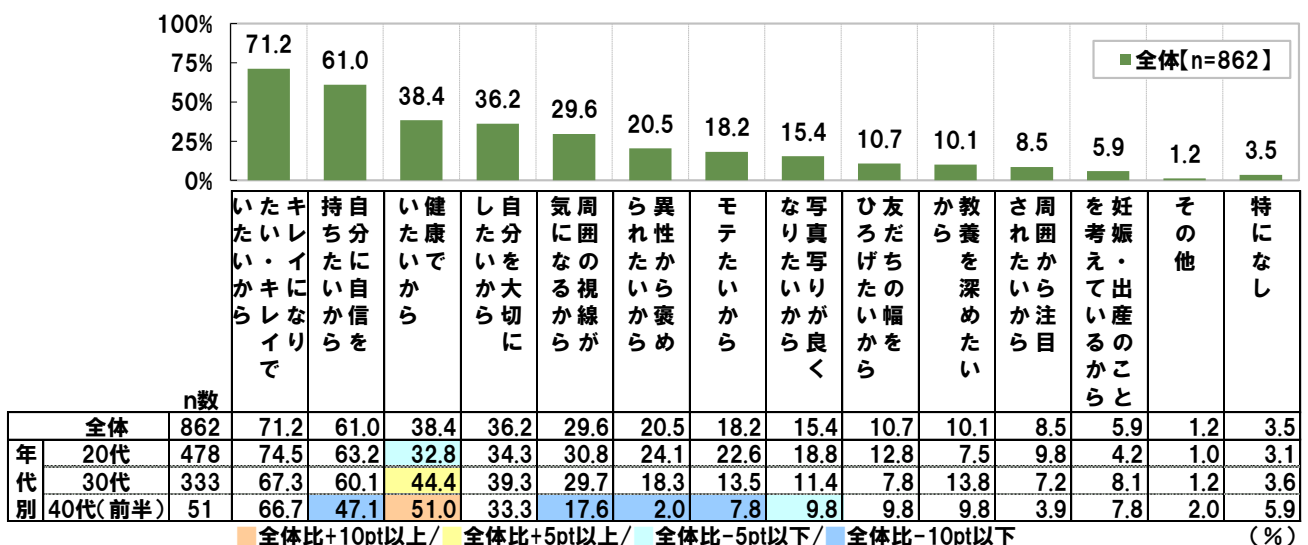
◆女子力を磨くために、普段、気にかけていること [複数回答]



続いて、女子力を磨いている女性(862 名)に、女子力を磨いている理由を聞いたところ、「キレイになりたい・キレイでいたいから」が最も多く 71.2%、次いで、「自分に自信を持ちたいから」が 61.0%で続きました。キレイになりたい、自分に自信を持ちたいとの思いが女子力を磨く原動力になっているようです。

年代別にみると、「健康でいたいから」は年齢が上がるにつれ高くなった一方、「周囲の視線が気になるから」「異性から褒められたいから」「モテたいから」「写真写りが良くなりたいたいから」といった理由は年齢が上がるにつれ低くなりました。歳を重ねるにつれ、“他人から良く見られたい”という理由から“自身のカラダのため”という理由に変わっていくようです。

◆女子力を磨いている理由 [複数回答] 対象:女子力を磨いている人



■健康美人になるための食事「意識している」が8割も「とれている」は2割

女子力が高い女性ほど健康美人になるための食事がとれている！

■健康美人になるための食事で意識していること 1位「栄養バランス」2位「野菜中心の食事」

原産国を意識している女性やサプリメントを活用している女性の姿も

■健康美人になるための食事がとれない理由 1位「手間だから」2位「仕事が忙しいから」

知識不足も原因？ 約3割が「どのような食事が良いのかわからないから」と回答

■自分に足りていない栄養は「食事」から補いたい 8割、40代前半では半数以上が「サプリ」から

■レシピや栄養について情報を得るためのツール 人気1位「レシピサイト」2位「レシピ動画」

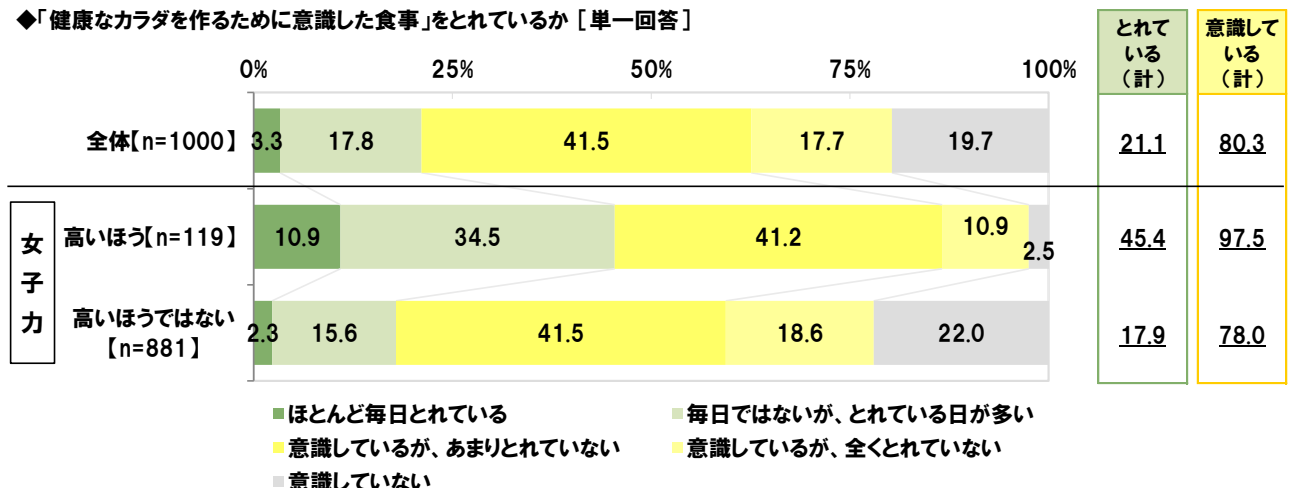
「レシピ動画」に注目しているのは女子力が高い女性！

女子力を磨く理由として、「他人からの評価を得るため」から歳を重ねるにつれて「自身のカラダのため」の女子力に変わっている様子が見えましたが、健康なカラダを作るための食生活（＝健康美人になるための食生活）を送っている女性は、どのくらいいるのでしょうか。

全回答者（1,000名）に、「健康なカラダを作るために意識した食事」をとれているか聞いたところ、「ほとんど毎日とれている」は3.3%、「毎日ではないが、とれている日が多い」は17.8%で、合計した『とれている（計）』は21.1%と5人に1人の割合となりました。また、「意識しているが、あまりとれていない」（41.5%）と「意識しているが、全くとれていない」（17.7%）までを合計した『意識している（計）』は80.3%でした。健康美人になるための食事を意識している女性が大多数であるものの、実際にそういった食事をとれているという女性は少数派のようです。

女子力の高さ別にみると、自分の女子力を高いほうだと評価した女性では、『とれている（計）』は45.4%、高いほうではないと評価した女性では、『とれている（計）』は17.9%となり、女子力が高い女性ほど健康なカラダを作るための食事がとれていることがわかりました。女子力が高い女性ほど健康美人になりたいという思いは強いようです。

◆「健康なカラダを作るために意識した食事」をとれているか【単一回答】

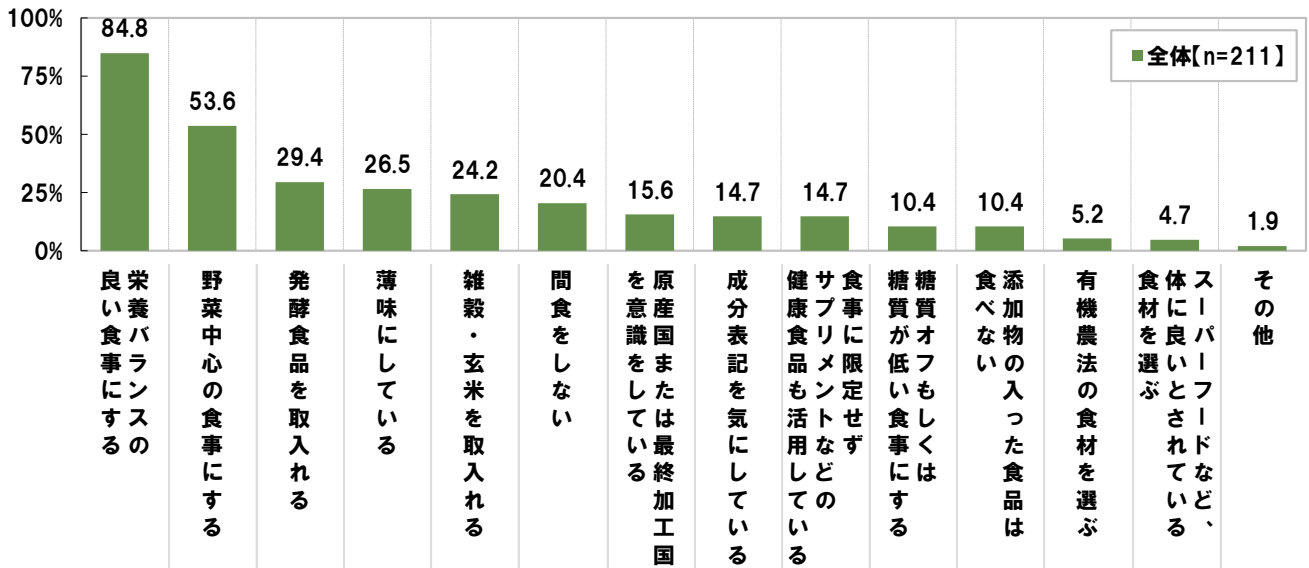


それでは、健康美人になるための食事をとれている女性は、どのようなことを意識しているのでしょうか。

健康なカラダを作るための食事をとれている女性（211名）に、健康なカラダを作るための食事では、どのようなことを意識しているか聞いたところ、「栄養バランスの良い食事にする」が最も多く84.8%、次いで、「野菜中心の食事にする」が53.6%、「発酵食品を取り入れる」が29.4%、「薄味にしている」が26.5%、「雑穀・玄米を取り入れる」が24.2%で続きました。健康美人になるために、栄養バランスを意識したり、野菜中心となるように意識したりしている女性が多いようです。

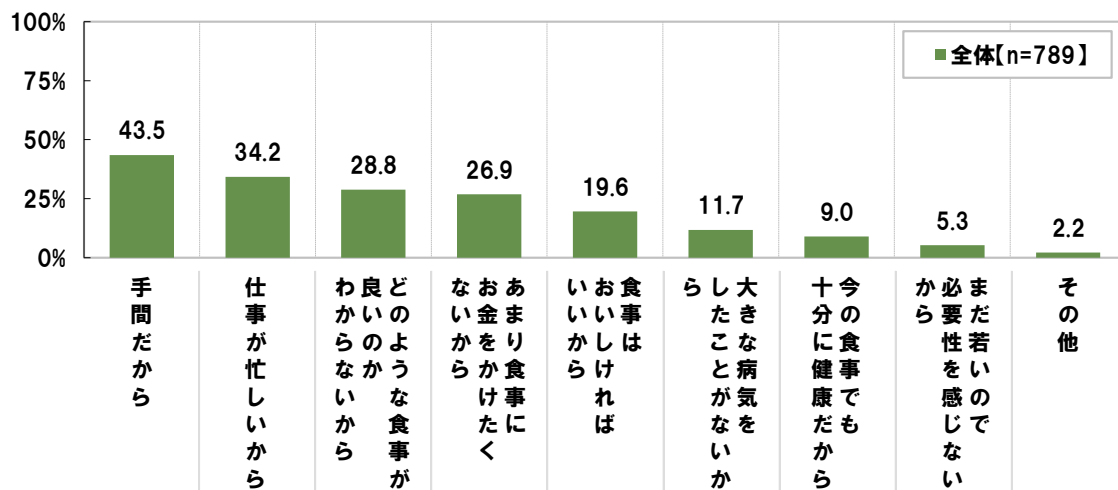
また、「原産国または最終加工国を意識している」が15.6%、「食事に限定せずサプリメントなどの健康食品も活用している」が14.7%となり、国産の食品を意識してとっている女性やサプリメントを上手に活用している女性もいることがうかがえました。

◆健康なカラダを作るための食事で意識していること〔複数回答〕 対象：健康なカラダを作るために意識した食事がとれている人



一方、健康なカラダを作るための食事がとれていないという女性(789 名)には、とれていない理由を聞いたところ、「手間だから」が最も多く 43.5%、「仕事が忙しいから」が 34.2%、「どのような食事が良いのかわからないから」が 28.8%、「あまり食事にお金をかけたくないから」が 26.9%となりました。時間やお金をかけられない、どのような食事が良いのかわからないといったことが理由になっている女性が多いようです。

◆健康なカラダを作るための食事ができていない理由〔複数回答〕
対象：健康なカラダを作るために意識した食事がとれていない人

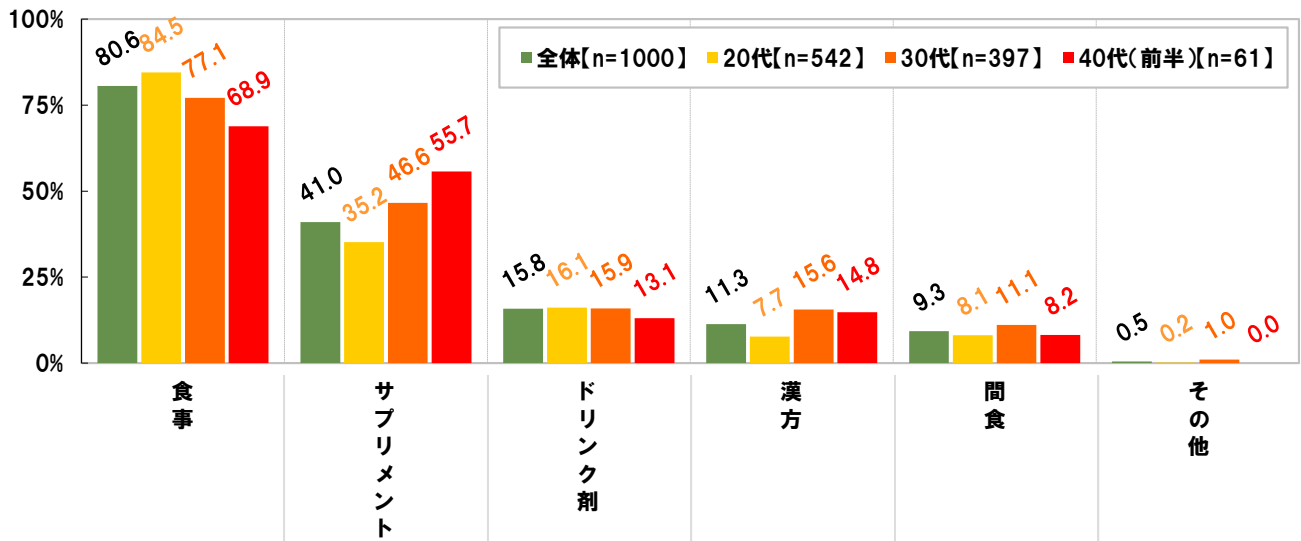


厚生労働省の国民健康・栄養調査によると、若い世代ほど栄養バランスに課題があり、特に若い世代の女性では、年齢が上の世代に比べて摂取量が少ない栄養素があるといわれています。

そこで、全回答者(1,000 名)に、自分に足りていない栄養をどういったもので補いたいと聞いたところ、「食事」が最も多く 80.6%、次いで、「サプリメント」が 41.0%で続きました。日頃の食事からしっかりと栄養を補いたいと考える女性や、サプリメントを上手く活用し栄養を補いたいと考える女性が多い結果となりました。

年代別にみると、「食事」から補いたいという女性の割合は、20 代 84.5%、30 代 77.1%、40 代(前半)68.9%と若い世代ほど高くなりましたが、「サプリメント」から補いたいという女性の割合は、20 代 35.2%、30 代 46.6%、40 代(前半)55.7%と年齢が上がるにつれ高くなりました。

◆自分に足りていない栄養をどういったもので補いたいのか〔複数回答〕

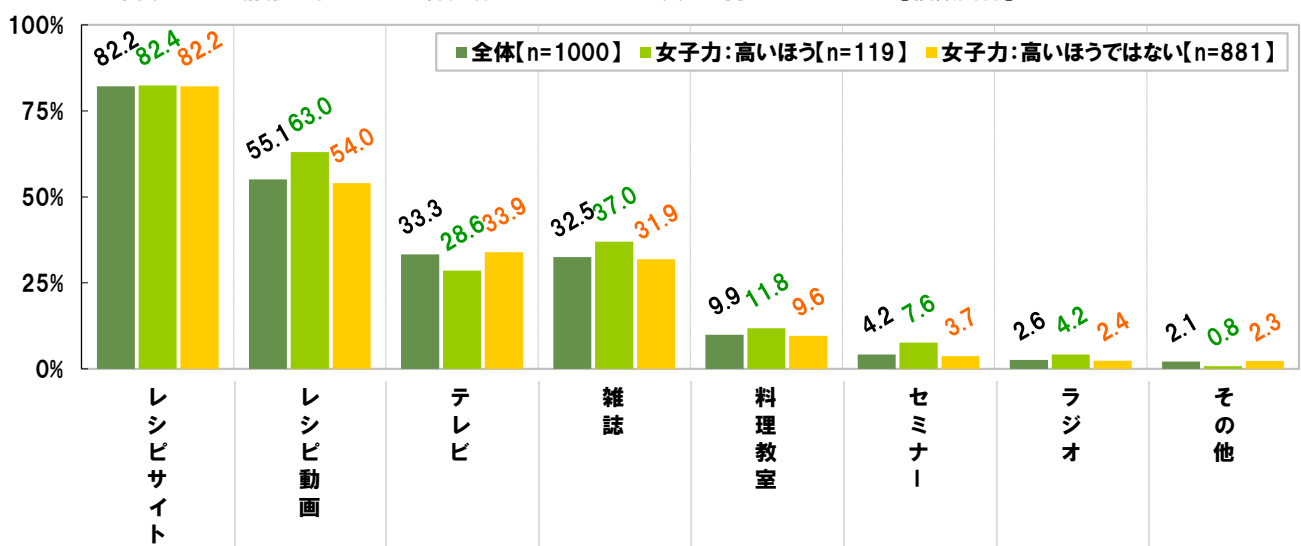


また、健康なカラダを作るための食事がとれていない理由では、「どのような食事が良いのかわからないから」が約3割(28.8%)と、知識不足によって健康なカラダを作るための食事がとれていないという女性も少なくないことがわかりましたが、女性は、レシピや栄養についての情報は何かから得ているのでしょうか。

全回答者(1,000名)に、レシピや栄養について情報を得るために、現在活用しているツール・興味を持っているツールを聞いたところ、「レシピサイト」が最も多く82.2%、次いで、「レシピ動画」が55.1%、「テレビ」が33.3%、「雑誌」が32.5%で続きました。レシピや栄養に関する情報の入手方法として、レシピサイトやレシピ動画といったWebコンテンツが人気のようです。

女子力の高さ別にみると、「レシピ動画」は、自分の女子力を高いほうだと評価した女性では63.0%、高いほうではないと評価した女性では54.0%となりました。女子力が高い女性のほうが、レシピ動画に注目していることが明らかになりました。

◆レシピや栄養について情報を得るために、現在活用しているツール・興味を持っているツール〔複数回答〕



- 「毎日が充実している」4割、女子力が高い女性では6割半に
- 「数年後の自分をイメージして生活できている」女子力が高い女性の半数近く
- 「キレイは内側から作られる」9割
- 「周囲が憧れる存在でありたい」6割、女子力が高い女性では9割近くが同意

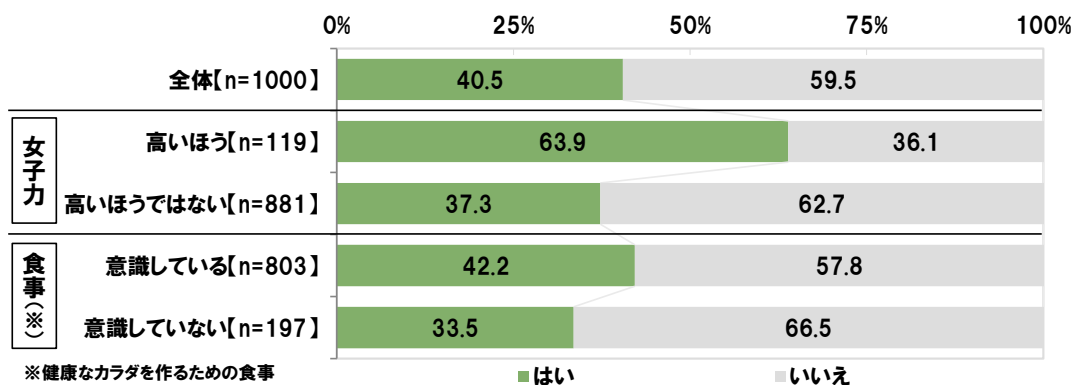
続いて、全回答者(1,000名)に、生活意識や女子力に関連した考えについて聞きました。

まず、生活意識についてみると、【毎日が充実しているか】という質問では、「はい」40.5%、「いいえ」59.5%となり、【数年後の自分をイメージして生活できているか】という質問では、「はい」16.7%、「いいえ」83.3%となりました。充実した毎日を過ごしている女性や将来のことを考えながら生活できている女性は少数派のようです。

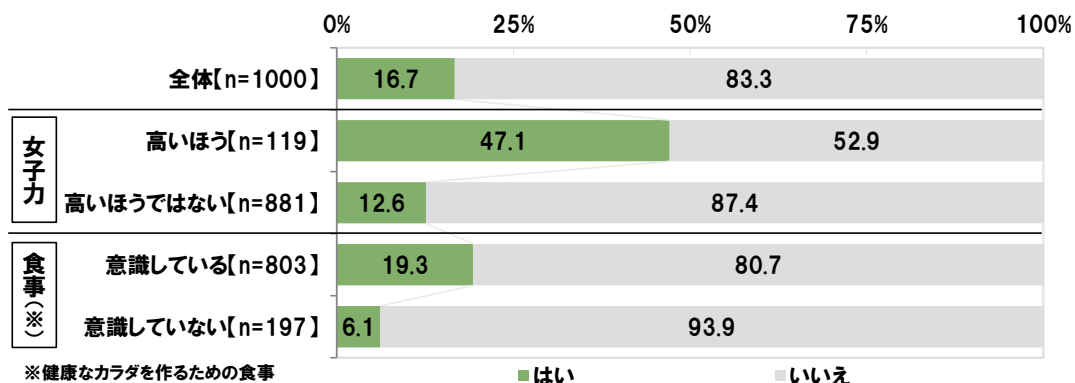
女子力の高さ別にみると、自分の女子力を高いほうだと評価した女性では、毎日が充実している女性は63.9%と6割以上になり、数年後の自分をイメージして生活できている女性は47.1%と半数近くで、どちらも高いほうではないと評価した女性(37.3%、12.6%)よりも高くなりました。

また、食事意識別にみると、健康なカラダを作るための食事を意識している女性では、毎日が充実している女性は42.2%、数年後の自分をイメージして生活できている女性は19.3%で、意識していない女性に比べて高くなりました。日頃の食事を意識している女性のほうが、充実した生活を送り、将来のことと考えられているようです。

◆毎日が充実しているか [単一回答]

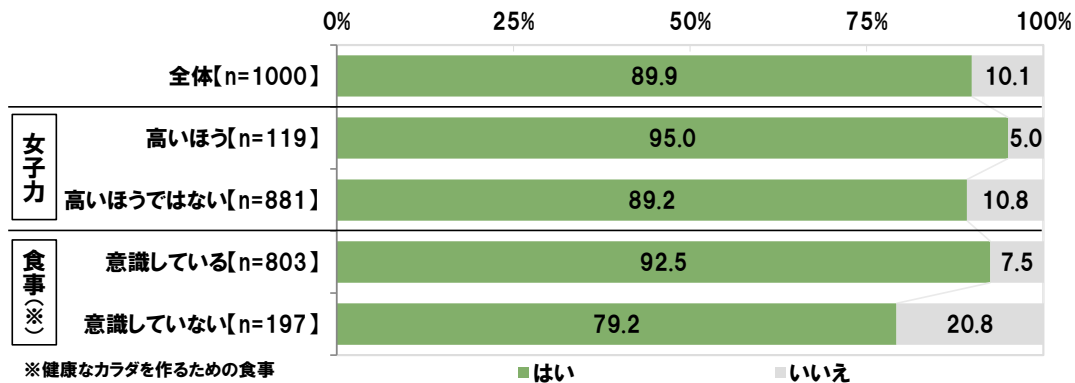


◆数年後の自分をイメージして生活できているか [単一回答]



次に、女子力に関連した考えについて聞いたところ、【キレイは内側から作られると思うか】という質問では、「はい」89.9%、「いいえ」10.1%となり、ほとんどの女性は、美しさは自分の内側から作られるものであると考えていることがわかりました。食事意識別にみると、健康なカラダを作るための食事を意識している女性では、キレイは内側から作られると思う女性は92.5%と9割を超え、意識していない女性(79.2%)より高くなりました。内側からキレイにしたいとの思いが、食事に対する意識につながっているのではないのでしょうか。

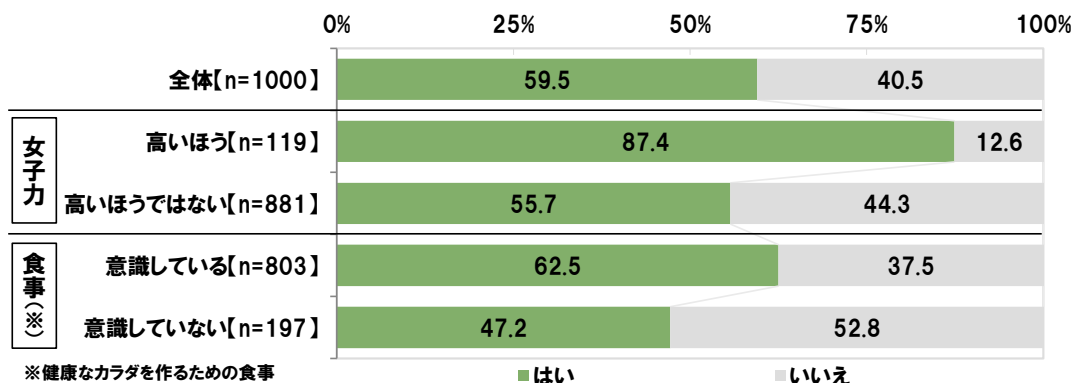
◆キレイは内側から作られると思うか【単一回答】



また、【周囲が憧れる存在でありたいか】という質問では、「はい」59.5%、「いいえ」40.5%となり、周囲から憧れられるような女性でありたいと考える女性が多数派であることがわかりました。

女子力の高さ別や食事意識別にみると、自分の女子力を高いほうだと評価した女性や、健康なカラダを作るための食事を意識している女性のほうが、周囲が憧れる存在でありたいと考えている結果となりました。憧れの存在になることを目標に、女子力を磨いたり、食生活に気を遣ったりしている女性が多いのではないのでしょうか。

◆周囲が憧れる存在でありたいか【単一回答】



■「健康管理をするためにカラダのつくりを徹底すること」前向きな女性が8割

■自分を磨きながら年齢を重ねるために必要だと思われること

「健康の蓄え」「美容の蓄え」「自分のカラダを知る」は9割以上が必要だと感じている結果に！

最後に、全回答者(1,000名)に、自分を磨きながら年齢を重ねていく方法について聞きました。

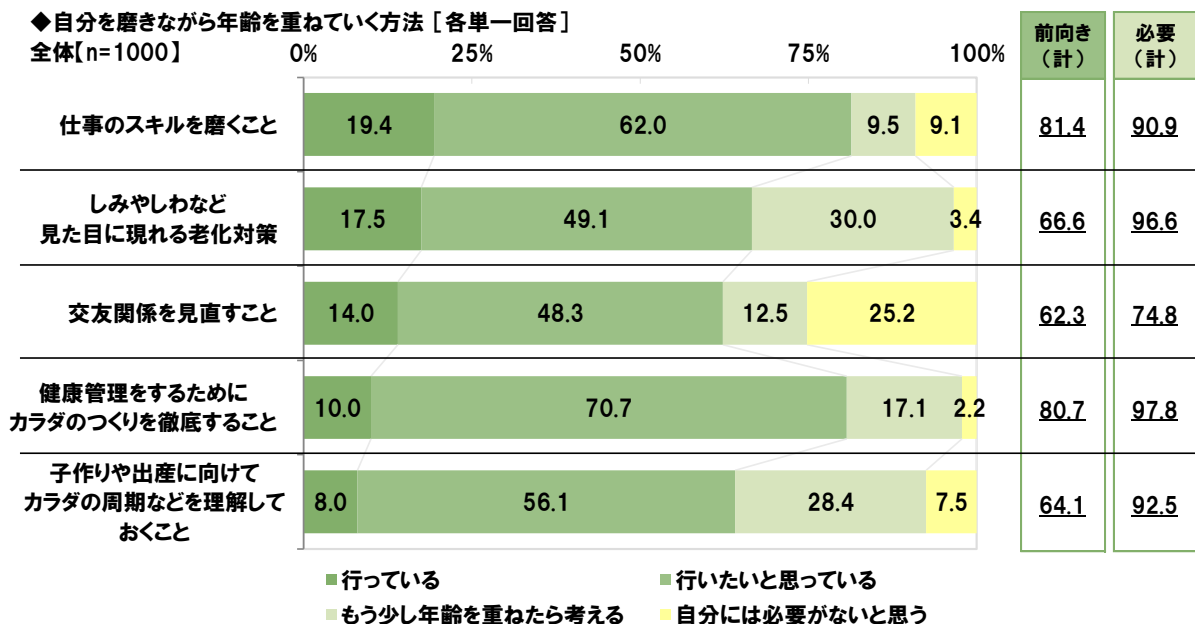
全回答者(1,000名)に、自分を磨きながら年齢を重ねていく方法を提示し、自身の状況を聞いたところ、「行っている」という女性が最も多かったのは【仕事のスキルを磨くこと】で19.4%、【しみやしわなど見た目に現れる老化対策】が17.5%で続きました。

自分を磨きながら年齢を重ねていく方法を実践できている女性は、最も多くなった【仕事のスキルを磨くこと】でも約2割にとどまりましたが、取り組みに対して否定的なわけではないようです。

取り組みに対して『前向き』な女性の割合(「行っている」と「行いたいと思っている」の合計)についてみると、【仕事のスキルを磨くこと】では81.4%、【健康管理をするためにカラダのつくりを徹底すること】では80.7%となり、大多数の女性が前向きであることがわかりました。“スキルアップ”をすることや、“健康でいるための蓄え”を準備していくことに前向きな女性は多いようです。

さらに、取り組みに対して、『必要』だと感じている女性の割合(「行っている」「行いたいと思っている」「もう少し年齢を重ねたら考える」の合計)についてもみると、【健康管理をするためにカラダのつくりを徹底すること】では97.8%、【しみやしわなど見た目に現れる老化対策】では96.6%になりました。将来のことを考えたとき、“健康でいるための蓄え”や“キレイでいるための蓄え”が必要だと、ほとんどの女性が感じているようです。

また、【子作りや出産に向けてカラダの周期などを理解しておくこと】でも92.5%と9割以上になりました。“自分のカラダについて知っておくこと”が必要だと感じている女性も多いことがわかりました。



◆調査概要◆

- ◆調査タイトル: 女子力と健康美人に関する調査
- ◆調査対象: ネットエイジアリサーチのモニター会員を母集団とする
妊活を行ったことがないものの、いずれ妊娠・出産を考えている20歳～44歳の女性
- ◆調査期間: 2017年1月26日～1月30日
- ◆調査方法: インターネット調査
- ◆調査地域: 全国
- ◆有効回答数: 1,000サンプル
- ◆実施機関: ネットエイジア株式会社

■報道関係の皆様へ■

本リリース内容の転載にあたりましては、
「妊活応援サプリメントを提供するゲンナイ製薬調べ」もしくは「ゲンナイ製薬調べ」
と記載頂けますよう、お願い申し上げます。

【本リリースに関する報道関係者のお問い合わせ先】

○ゲンナイ製薬広報事務局 担当: 毛利(もうり)

電話: 03-5411-0066 携帯: 080-9874-4857 E-mail: pr@real-ize.com

■会社概要■

企業名	ゲンナイ製薬株式会社 Gennai Seiyaku Co.,Ltd
代表取締役	上山 永生
本社所在地	104-0033 東京都中央区新川 2-9-6 シュテルン中央ビル 3 階
電話番号	03-6222-8440(代表) / 03-6222-8416(広報部署専用)
設立年月	2009 年 6 月
資本金	1,000 万円
売上高	8 億 7,000 万円(6 期)
従業員数	10 名(男性 2 名、女性 8 名)
業務内容	化粧品、医薬部外品製造販売／サプリメント販売／幼児用健康履物の販売／ 情報提供サイトの運営
URL	http://www.gennai-seiyaku.co.jp/