

Press Release

2019年8月13日

株式会社エアトリ

異性と一緒にリゾートに行くなら、「マッチョが理想」と答えた女性が7割超え！

男性が思うよりも女性は「マッチョ好き」で

女性が思うよりも男性は「ぽっちゃり好き」と判明!!

～エアトリが「筋肉・筋トレ」に関するアンケート調査を実施～

総合旅行プラットフォーム「エアトリ」(<https://www.airtrip.jp/>)を運営する株式会社エアトリ(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:吉村 英毅)は、20代~70代の男女621名を対象に「筋肉・筋トレ」に関する調査を実施しました。

■調査背景

水着や薄着になる機会が多くなる夏、NHKにおいても「みんなで筋肉体操」という番組が放送されるなど、日本は今「筋肉」ブームに沸いています。そこで、エアトリユーザーに「筋肉・筋トレ」に対する意識調査を実施しました。

■調査結果概要

調査1: 身体のラインを見せることに抵抗がありますか?

「抵抗がある」女性は男性の約2.5倍! 「むしろ見せたい」のは「細マッチョ」と「ナチュラルマッチョ」!
—「抵抗がある」と回答した男性は25.1%なのに対し、女性は61.7%となりました。「むしろ見せたい」と回答したのは「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」体型の人が63.9%を占めました。

調査2: (体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) どのくらいの頻度で身体を動かしていますか?

最多は「週3・4回」。「週1回以上」はマスト?
—「週3・4回」は最も多い36.3%、「週1回以上」は9割以上となりました。

調査3: (体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) 筋肉を付けた理由は何ですか?

男女共に「健康のため」「体力をつけるため」が1・2位。女性は「ストレス発散」が上位に。
—3位は男性が「筋肉がある方がカッコいいから」だったのに対し、女性は「ストレス発散」と差が出ました。

調査4: (体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) 筋肉を付けて良かったこと、悪かったことはありますか?

約7割が「良いことが多い」!
—「良いことが多い」と回答したのが、67.3%、「悪いことが多い」はたった4.4%でした。

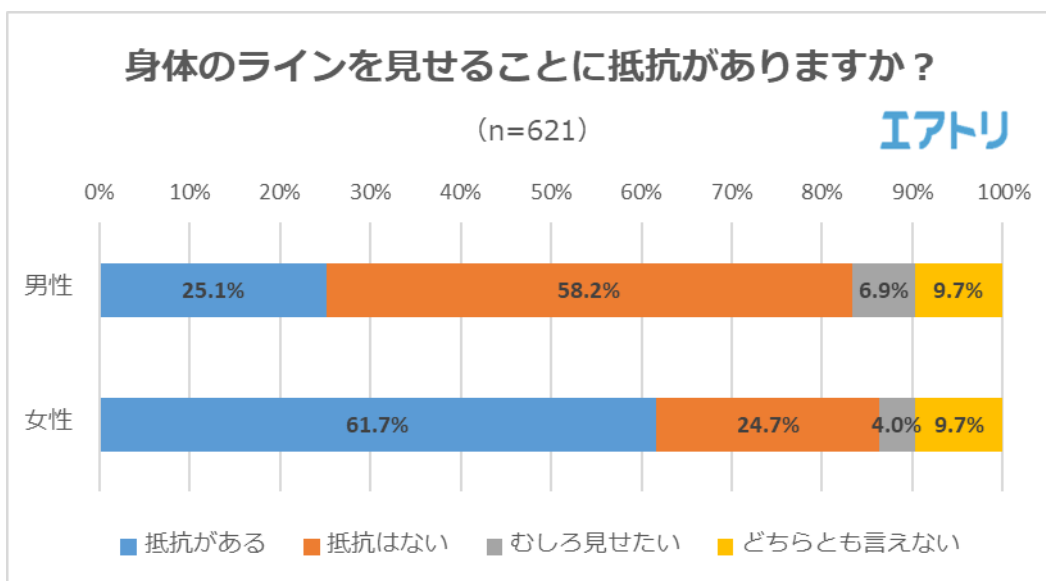
調査5: リゾートに行く際の「自分の理想体型」と「異性に求める理想体型」は?

男性が思うよりも女性は「マッチョ好き」! 女性が思うよりも男性は「ぽっちゃり好き」!
—男性に対して「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」が理想だと答えた女性は7割超え、一方女性は「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」になりたい人が47.6%と約半数だったのに対し、男性で「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」が理想だと答えた人は19.7%に留まりました。

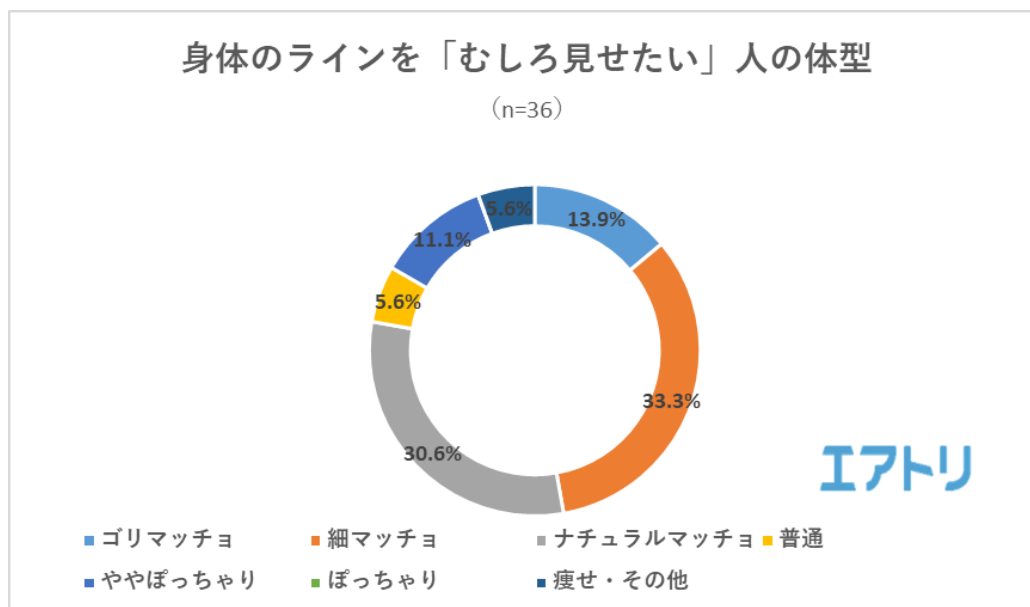
■調査結果

調査 1：身体のラインを見せることに抵抗がありますか？

「抵抗がある」と答えたのは男性が 25.1%だったのに対し、女性は 2.5 倍近い 61.7%となりました。一方、男性の 6.9%、女性の 4.0%は「むしろ見せたい」と回答しました。



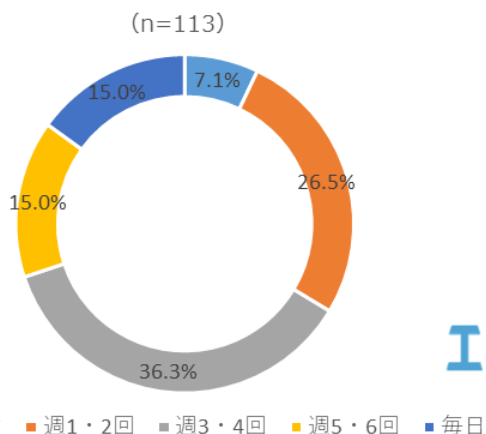
「むしろ見せたい」と回答した人に絞って体型を調べたところ、最も多かったのが「細マッチョ」(33.3%)、続いて「ナチュラルマッチョ」(30.6%)、「ゴリマッチョ」(13.9%)となりました。やはり身体を鍛えて筋肉質になるとその身体を外に向けてアピールしたくなるようです。



調査 2：(体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) どのくらいの頻度で身体を動かしていますか？

最も多かったのが「週 3・4 回」(36.3%)、その後に「週 1・2 回」(26.5%)、「週 5・6 回」「毎日」(いずれも 15.0%)と続きました。「週 1 回未満」は 7.1%しかおらず、習慣化させるという意味でも筋肉を付けたい人は週 1 回以上身体を動かすのが良いようです。

【体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人】
どのくらいの頻度で身体を動かしていますか？



エアトリ

調査3：(体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) 筋肉を付けた理由は何ですか？

男女共にきっかけは「健康のため」(男性 63.6%、女性 68.0%)、「体力をつけるため」(60.2%、女性 52.0%)が多くなりました。男性は3位に「筋肉がある方がカッコいいから」(43.2%)という見た目が理由に入った一方で、女性は「ストレス発散のため」(40.0%)となりました。大音量のクラブ・ミュージックや照明の中で、リズムにあわせてサンドバッグを殴る「ミットネス」が流行していることから女性も「ストレス発散」を目的にジムに通っていることが窺えます。

筋肉を付けた理由

(体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人 | n=113)

エアトリ

	男性	割合	女性	割合
1位	健康のため	63.6%	健康のため	68.0%
2位	体力をつけるため	60.2%	体力をつけるため	52.0%
3位	筋肉がある方がカッコいいから	43.2%	ストレス発散のため	40.0%
4位	スポーツをやっていて自然とついた	30.7%	筋肉がある方がカッコいいから	36.0%
5位	ダイエットのため	26.1%	スポーツをやっていて自然とついた 元々筋肉体質	32.0%

調査4：(体型が「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」の人) 筋肉を付けて良かったこと、悪かったことはありますか？

「良いことが多い」と答えた人は67.3%と圧倒的多数となりました。一方、「悪いことが多い」はたった4.4%となりました。

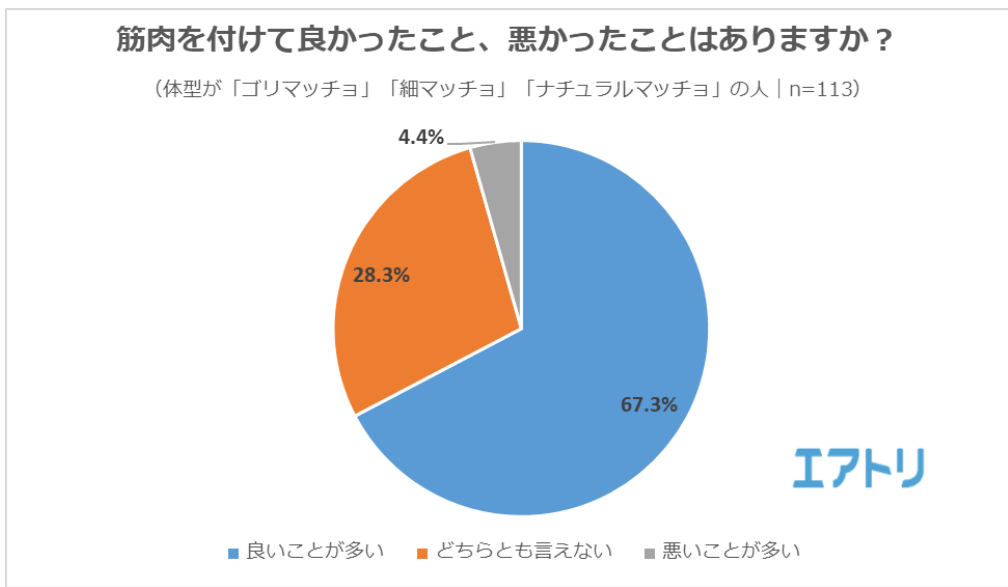
「良いことが多い」と回答した人は体の調子が良くなったことや、カッコよくなった・若く見られるようになったといった外見に関する声も挙がりました。一方で、「悪いことが多い」と回答した人の理由としては日本人の女の子には敬遠される(ゴリマッチョ)、代謝が上がり異様に汗をかく、着る服がない、といったものが見られました。

●「良いことが多い」と回答した人の理由

- ・全体に体力がついた。柔軟性が上がった。疲れにくくなった。(50代・男性・ナチュラルマッチョ)
- ・洋服のサイズが変わることで、自信がつく。自分らしさが出せるようになった。(20代・女性・ナチュラルマッチョ)
- ・食事や睡眠、飲酒なども自然に気をつけるようになり、健康になった。(30代・男性・細マッチョ)
- ・白いTシャツが似合うようになった。(50代・男性・細マッチョ)
- ・体質改善とともに外見をほめられることが多くなった。(30代・男性・ナチュラルマッチョ)

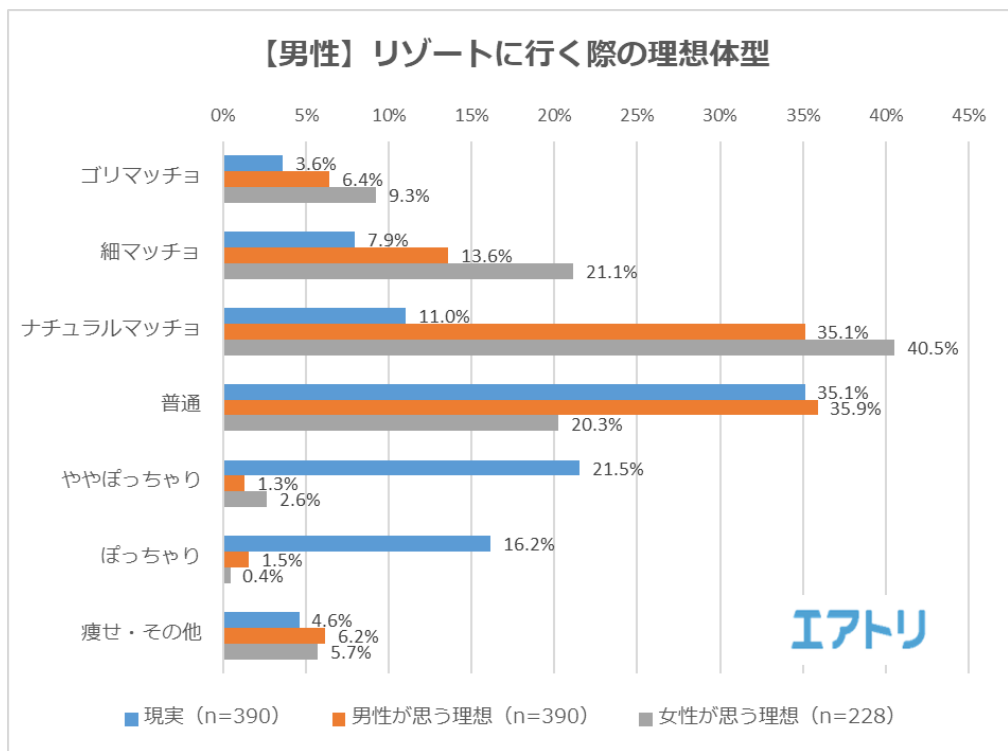
●「悪いことが多い」と回答した人の理由

- ・元々の体型+筋肉で合う服がない！なので女性用ジーンズとかタンクトップとか。これが意外と合う。(50代・男性・ナチュラルマッチョ)
- ・公共機関の座席のシート幅が狭くなった。(40代・男性・細マッチョ)
- ・服のサイズが変わると服を買い直さないといけない。年齢的に、やり続ける事がしんどくなってきた。(40代・男性・細マッチョ)

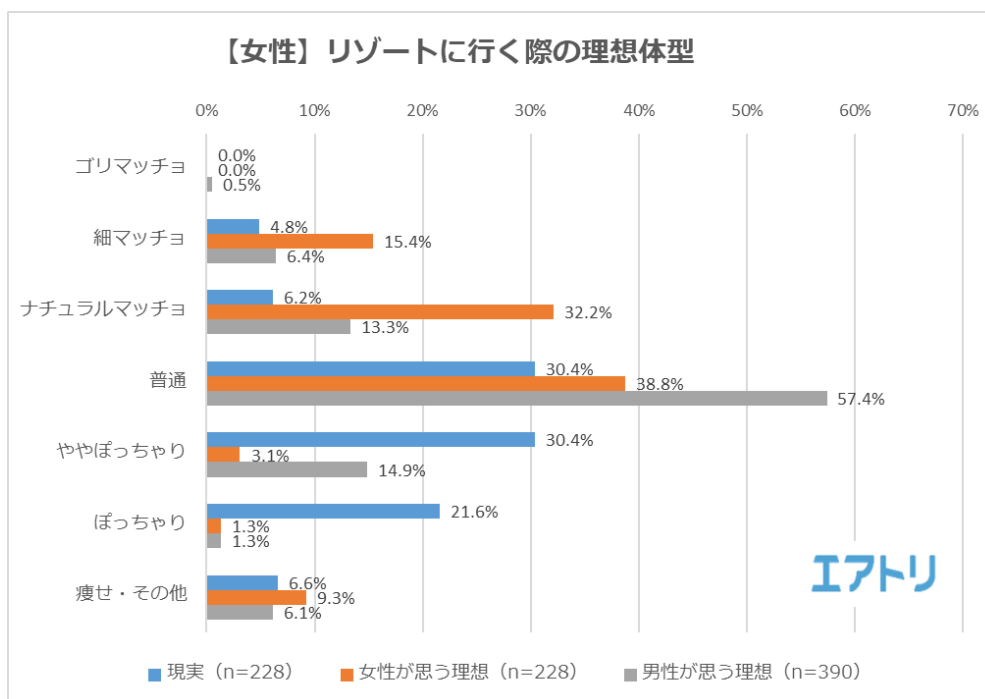


調査 5 : リゾートに行く際の「自分の理想体型」と「異性に求める理想体型」は？

男性の理想体型について、男性は「普通」(35.9%)を選んだ人が最も多かったのに対し、女性は「ナチュラルマッチョ」(40.5%)が1位となりました。「ゴリマッチョ」「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」を選んだ男性は55.1%だったのに対し、女性は70.9%と15%以上の差がつかしました。男性以上に女性は男性に筋肉を求めているようです。



続いて、女性の理想体型について男女で調べたところ、女性の約半数となる47.6%の人が「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」を選んだ一方で、男性の中で「細マッチョ」「ナチュラルマッチョ」を選んだ人は19.7%と27.9ポイント以上の差がつかしました。「ややぽっちゃり」を選んだ女性は3.1%しかいなかったのに対し、男性は14.9%となっており、男性は筋肉がついた女性よりも柔らかいお肉が多少ついた女性を好む人が多いようです。



■調査概要

- 調査タイトル : 「筋肉・筋トレ」に関するアンケート調査
- 調査対象 : 20代～70代の男女 621名
- 調査期間 : 2019年8月1日～8月4日
- 調査方法 : インターネット調査
- 調査主体 : 株式会社エアトリ

本件に関するお問い合わせ先
 株式会社エアトリ PR担当：稲葉
 TEL:03-6866-5975 FAX:03-6866-5979
 E-Mail: media-pr@airtrip-corp.com