

働きざかり、30・40 代の健康診断の結果は？**約半数が「昨年よりも体重増」と回答、****脂肪がついてきたパーツ 1 位は「ウエスト・お腹」…スタイルの自己評価に影響も****乳酸菌で体脂肪を減らす「カラダカルピス」発売中**

アサヒ飲料株式会社

“体脂肪を減らす”独自の乳酸菌を配合した機能性表示食品「カラダカルピス」を発売中のアサヒ飲料株式会社（本社 東京、社長 岸上 克彦）は、30～40 代有職男性 500 名を対象に「健康診断結果」に関する調査を行いました。

◆働きざかり世代の健康診断結果は？ 47%が昨年と比較し「体重が増加」！

企業で行われる「健康診断」のピークの時期と言われる 5 月。これから、その結果が出る人もいることでしょう。特に、20 代のころと比べ体についた脂肪が気になってきた…という 30 代・40 代の働きざかり世代の人は多いのではないのでしょうか。

そこで今回、勤め先で定期的に健康診断を実施しており、1 年以内に健康診断を受けた 30～40 代の有職男性 500 名を対象に「健康診断結果」に関する調査を行いました。

[「健康診断結果」に関する調査概要]

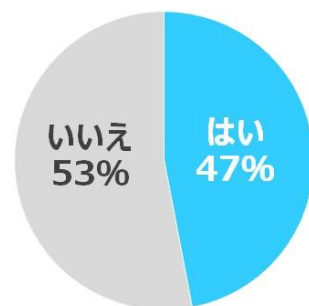
- ・調査期間：2017 年 4 月 17 日～4 月 18 日
- ・調査方法：インターネット調査
- ・調査対象：定期的に健康診断を行っており、1 年以内に健康診断を受けた 30～40 代有職男性 500 名 ※年代別均等割付

はじめに、1 年以内に受けた直近の健康診断結果についてきくと、「昨年の健康診断時と比較して体重が増えた」と答えた人は 47%と約半数を占める結果に。[グラフ 1] また、コレステロール値など「血中脂質が増えた」（35%）と回答した人も約 4 割と、**「体重」や「血中脂質」が増えはじめた人の割合**が気になるところです。実際に「昨年に比べ太ったことは自覚していたが、人生で最高に太ってしまったのでショック」（32 歳）、「体重は微増だが、ウエストが少々想定外の増量」（40 歳）と、思った以上の“増量”に関する悩みの声もきかれました。

さらに体重に関する「理想」と「現実」を探りました。すると 1 年以内の健康診断での体重の計測結果である“実際の”平均体重が「69.4kg」である一方、“理想の”平均体重は「64.3kg」。

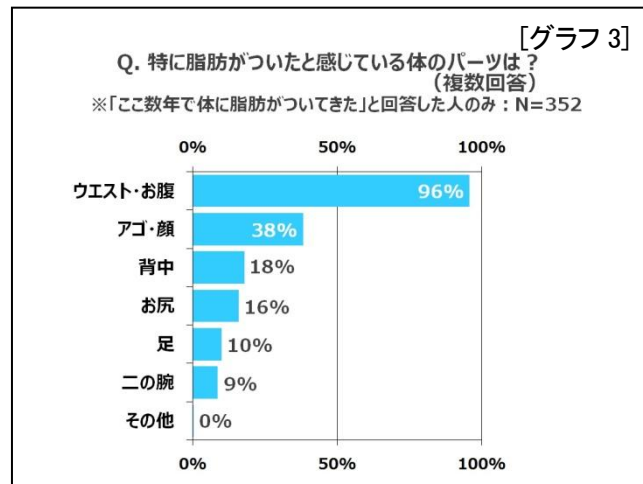
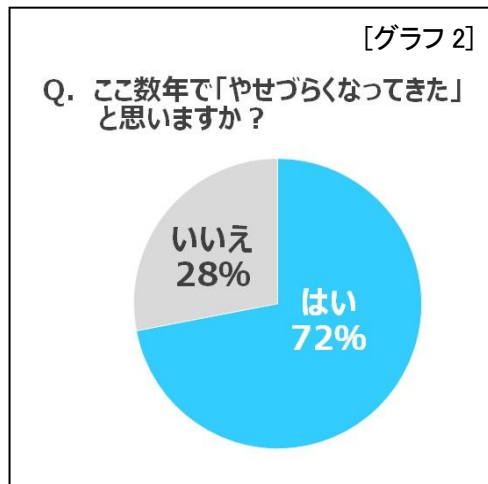
実に 5kg 以上も「ギャップ」があることがわかります。

[グラフ 1]

Q. 昨年の健康診断時と比較し、
体重が増えましたか？**◆加齢によるやせづらさに 72%が悩み…脂肪がついたパーツは「ウエスト・お腹」**

そんな「健康診断結果」を裏付けるように、ここ数年で「体に脂肪がついてきた」（70%）と答えた人は 7 割にもおよびます。さらに「やせづらくなってきた」（72%）と、**加齢による脂肪の落ちづらさに悩む人も多い**ようです。[グラフ 2]

そこで、「体に脂肪がついてきた」と回答した人のみに「特に脂肪がついたと感じている体のパーツ」をききました。すると、「ウエスト・お腹」（96%）が 2 位の「アゴ・顔」（38%）、3 位の「背中」（18%）を大きく引き離し 1 位に。[グラフ 3]



実際に「脂肪がついた」と感じたきっかけとして、「ジーンズなどのウエスト部分がきつくなってきた」(39 歳)、「パンツのゴムの上にお肉がふにっと乗っている」(43 歳)などを挙げる人もおり、**服装やスタイルに大きく関わるからこそ、「お腹まわり」が気になりがち**な様子うかがえます。

◆脂肪がつくことで、「スタイル」への自己評価が 20 点近くも下がる!?

さらに、体に脂肪がつくことで自分の体型などの「スタイル」への自己評価が下がってしまう人も多いようです。

まず自分のスタイルについて自己採点してもらうと、「ここ数年で体に脂肪がついてきた」と回答した人(352 名)の平均点は「54.8 点」。

一方で「脂肪がついてきた」と感じていない人(148 名)の平均点は「74.1 点」となりました。ここからは、**脂肪がついているか否かで 20 点近くも自己評価に差が出てしまうことがわかります。**[表 1]

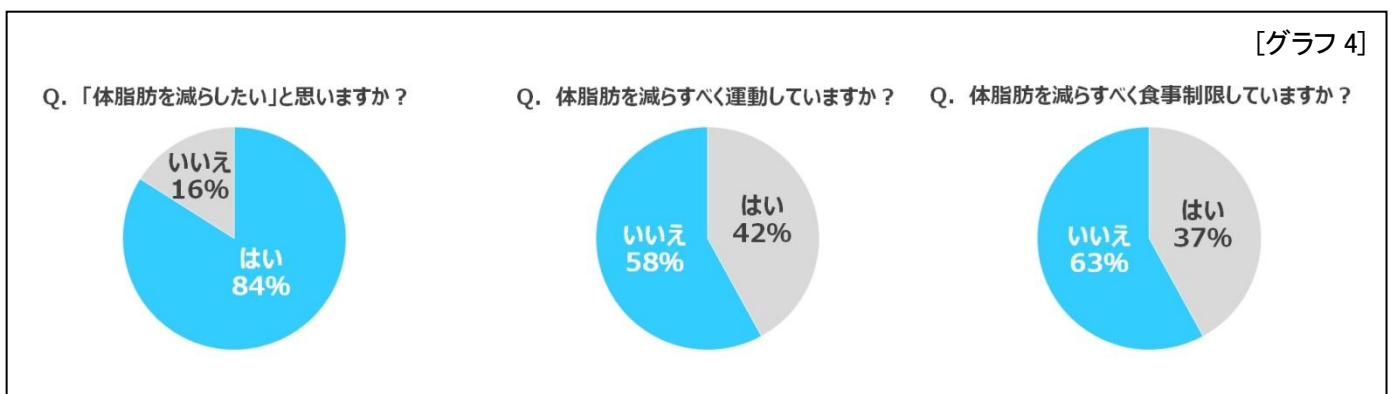
[表 1]

Q. ご自身のスタイルを100点満点で自己評価してください。

ここ数年で体に脂肪がついてきた人	54.8点
ここ数年で体に脂肪がついていない人	74.1点

◆体脂肪を減らしたい人は 84%…一方、運動や食事制限の実施率は少ない傾向に

そんな自己評価にも影響する体脂肪を「減らしたいと思う」(84%)人は8割超に上ります。しかし、そのために「運動している」(42%)、「食事制限をしている」(37%)人は少ない傾向にあるようです。[グラフ 4]



体脂肪を減らすことに対する課題をきくと、「仕事が忙しく運動時間に制限がある。また、つきあいで外食が多く、なかなか体脂肪を減らすことができていない」(49 歳)や「食事制限に本気で取り組めば何とかなると思うが、なかなか余裕がない」(39 歳)など、**働きざかりの世代だからこそ、仕事の忙しさによって運動・食事制限などに取り組めていない**ことがうかがえます。

忙しい働く男性たちにとって、「適度な運動にプラスして、それをサポートしてくれる機能性飲料などがあれば嬉しい」(43 歳)といった、機能性食品による食生活面のサポートを歓迎する声も聞かれました。

◆乳酸菌で体脂肪を減らす。「カラダカルピス」

機能性表示食品「カラダカルピス」は、「カルピス」由来の乳酸菌科学により選抜された独自の乳酸菌「Lactobacillus（ラクトバチルス） amylovorus（アミロボラス） CP1563 株」を配合した、体脂肪を減らす機能がある乳性飲料です。1日1本を12週間継続して摂取することで、体脂肪を減らす機能があることが実証されています。「カルピス」の甘く爽やかな味わいがカロリーゼロで楽しめ、食事シーンだけでなくいつでもどこでも気軽に体脂肪対策ができます。

健康診断結果が気になる働きざかり世代の方は、バランスの良い食事や普段の運動にプラスし、ぜひご利用ください。



<商品概要>

商品名：「カラダカルピス」

届出番号：B20

届出表示：本品には独自の乳酸菌 CP1563 株が含まれ、体脂肪を減らす機能があるので、体脂肪が気になる方および肥満気味の方に適しています。

中味：清涼飲料水

容器・容量：PET500ml

希望小売価格（消費税別）：160 円

発売地域：全国

※本品は「体脂肪を減らす」機能を持った機能性表示食品です。

※食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

※本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。

※本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日摂取目安量を守ってください。

本件に関するお問い合わせ先

トレンダーズ株式会社(担当:海野)

TEL:03-5774-8871 FAX:03-5774-8872 E-mail:press@trenders.co.jp

<お客様からのお問い合わせ先>

アサヒ飲料株式会社 お客様相談室：フリーダイヤル：0120-328-124

アサヒ飲料 ホームページアドレス：<http://www.asahiinryo.co.jp>

「カルピス」は、アサヒ飲料株式会社の登録商標です。