

報道関係各位

アラガン・ジャパン、ダイエットに関する調査を実施 体型の変化を実感するのは31.6歳

～ダイエットに求めるのは「健康的に、理想のボディラインを実現すること」～

アラガン・ジャパン株式会社(本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：スザナ・ムルテイラ。以下、アラガン・ジャパン) は、ダイエットへの意識が高い30～49歳の女性を対象に、「ダイエットに関する意識調査」を実施しました。本調査の結果、女性の9割以上が年齢とともに体型が変化したと感じており、実際に変化を感じた年代は「30～34歳」と回答した人が最も多く、平均で「31.6歳」となりました。また、ダイエットの目的として、「きれいでいたい」「自信を持ちたい」といった回答が多く、理想のイメージに近づくことで、さらに自分を好きになりたいと思っている女性たちの意識が浮き彫りになりました。

一方で、理想的なダイエットとは、「体重を減らすだけでなく、健康的に理想的なボディラインを実現すること」と認識しつつも、「ダイエットで体重が減っても痩せにくい部位がある」と感じている傾向もあり、理想的なボディラインを実現することの難しさを感じていることがわかりました。

調査結果のハイライトは以下の通りです。

- ダイエットについて感じるものとして、「ダイエットは体重を減らすだけでなく、ボディライン(体型)を整えるものである」は93%、「ダイエットで体重が減っても痩せにくい部位がある」は92%が当てはまると回答した。一方で、「年齢と共に痩せにくくなっていると感じる」も91%と高スコアとなった。
- 過去に行ったダイエットについて問う設問では、ダイエットが成功したと回答した人が54%の一方で、17%の人は失敗したと回答。失敗した理由は「体重が思うように落ちなかった」(73%)、「途中で断念してしまった」(51%)、「痩せたい部位が痩せられなかった」(43%)となった。(調査レポート10P参照)
- 自身の体型の変化についての設問では、体型の変化を感じると回答したのは92%に達し、変化を感じ始めた年齢で最も多いのは「30～34歳」(30%)、平均年齢は「31.6歳」であった。
- 体型が変化したことで改善したいと思う体のパーツを聞いたところ、1位「下腹部(64%)」、2位「ウエスト」(43%)、3位「太もも」(36%)、4位「ヒップ」(35%)、5位「フェイスライン」(33%)と続いた。(調査レポート14P参照)
- 理想的なダイエットとは「健康的に痩せられるダイエット」(65%)、「理想的なボディラインを実現できるダイエット」(49%)であり、「体重が減少できるダイエット」(24%)より重要視されている。
- ダイエットを行う目的は、「健康でいたい」(75%)、「いつまでも若々しくいたい」、「きれいでいたい」(67%)、「ファッションを楽しみたい」「自分に自信を持ちたい」(56%)が上位5項目となった。

Allergan Aesthetics

an AbbVie company

【調査概要】

- ・ アンケート対象・サンプル数：全国の30～49歳のダイエットへの意識が高い女性・1,000人
(30～34歳/35～39歳/40～44歳/45～49歳：各250サンプル 合計N数 1,000人)
- ・ 地域：全国／調査方法：インターネットによる調査／期間2022年8月19日（金）～8月26日（金）
調査機関：Yiコンサルティング株式会社（調査委託）
- ・ 注）本調査レポートの百分率表示は小数点以下で四捨五入の丸め計算を行っています。そのため、数字の合計が100%にならない場合があります。
- ・ 調査背景：医療痩身機器「クールスカルプティング® エリート」の日本ローンチを機会に、ダイエットを意識していると回答した女性に、ダイエットに関する意識調査を実施しました。

— 調査詳細 —

【ダイエットへの意識について】

● ダイエットとは、「体重を減らすだけでなく、ボディライン（体型）を整えるものである」と考えている人は**93%**、「体重が減っても痩せにくい部位がある」と考えている人は**92%**となり、ダイエットで体重を減らすだけではボディラインを整えることが難しいと感じていることが明らかになった。

一方で、「年齢と共に痩せにくくなっていると感じる」も**91%**と高スコアとなり、年齢が上がるとともにダイエットの難易度も高くなるという懸念を感じている（図1）

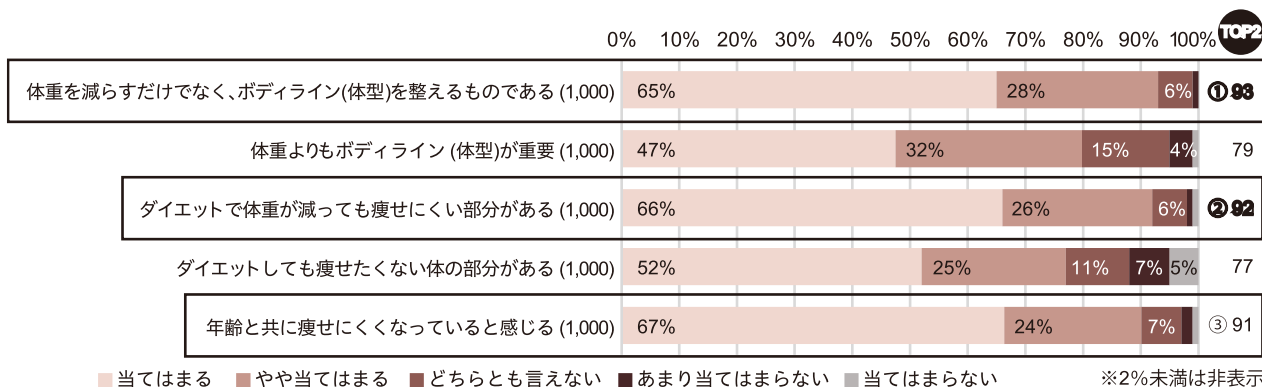


図1：ボディラインとダイエットについての意識

Q. ダイエットについて、あてはまるものを1つずつお選びください。(各項目 SA / n=1,000)

【体型の変化を感じる年齢】

● 自身の体型については**9割以上**が変化を感じており、実際に変化を感じた年齢は平均で「**31.6歳**」であった。体型の変化において、気になるパーツ、改善したいパーツはともに「**下腹部**」「**ウエスト**」が上位にあがり、**胴回り付近の変化が年齢を感じるポイント**になっている。（調査結果レポートP13 - 14参照）

・自身の体型の変化について問う設問では、体型の変化を感じると回答したのは**92%**に達した。（調査結果レポートP11参照）

変化を感じ始めた年齢で最も多いのは「**30～34歳**」（**30%**）、平均年齢は**31.6歳**と、**30代前半**から体型の変化を感じていることが明らかになった。（図2）

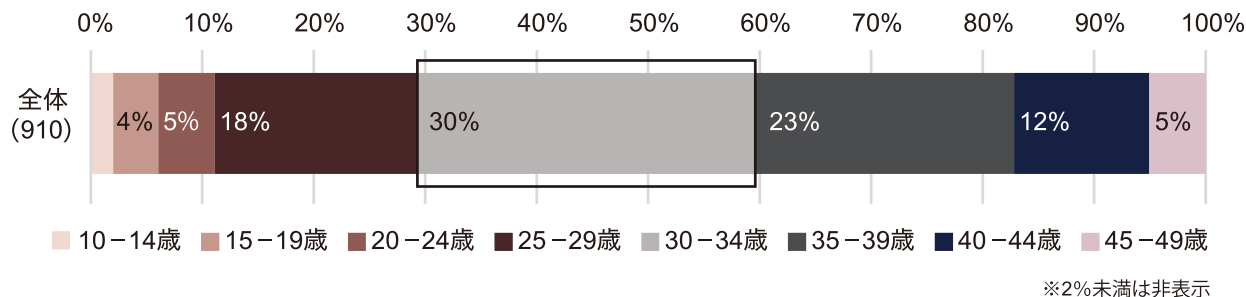


図2：体型の変化を感じた年齢

Q. あなたが自分の体型の変化を感じ始めたのは何歳の頃ですか。(SA / n=910)

【理想とするダイエットについて】

- ダイエットに求めているのは、「健康的に痩せられること」と「理想的なボディラインを実現できる」こと。

- ・理想のダイエットについて問う設問で、1位は「健康的に痩せられるダイエット」（65%）、次いで「理想的なボディラインを実現できるダイエット」（49%）が2位に続き、「体重が減少できるダイエット」（24%）と20ポイント以上の差をつけた。ダイエットに対し、体重を減らすだけでなく、健康的に理想のボディラインを実現することを望んでいることが明らかになった。（図3）

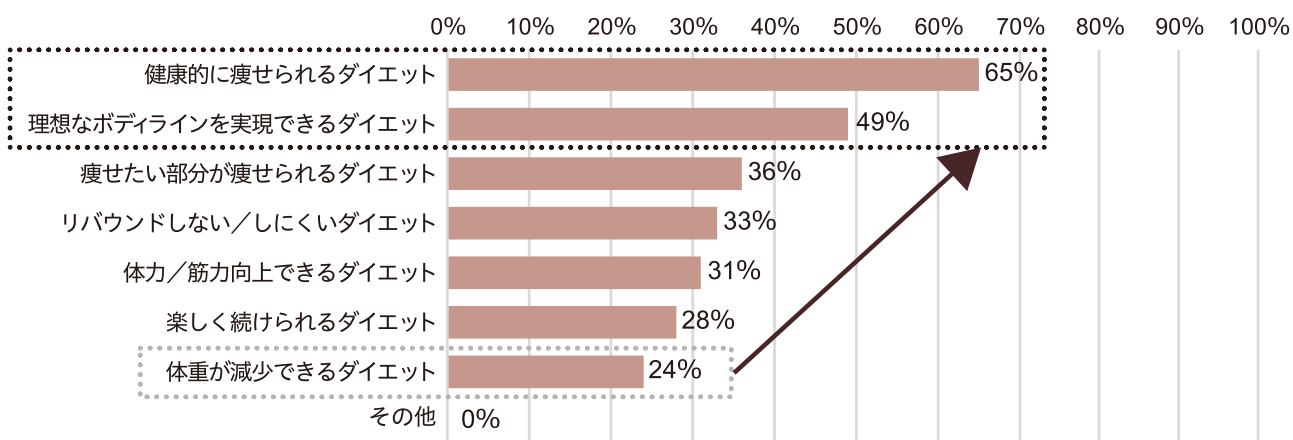


図3：理想のダイエットについて

Q. あなたにとって理想なダイエットとはどのようなダイエットですか。(MA/up to 3 n=1000)

- ・ダイエットの目的を聞いたところ、1位が「健康でいたい」（75%）、2位が「いつまでも若々しくいたい」（67%）、「きれいでいたい」（67%）、4位「ファッションを楽しみたい（56%）、「自分に自信を持ちたい」（56%）と続いた。（図4）

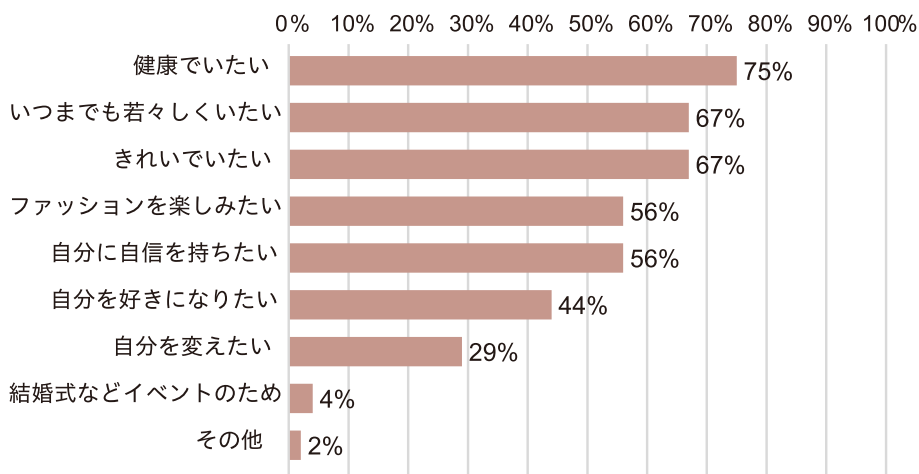


図4：ダイエットをする目的（TOP5）

Q. あなたがダイエットする目的は何ですか。(MA / n=1,000)



KUMIKO CLINIC 院長
下島 久美子 先生

当クリニックでも、部分痩せを目的に来院される30代前半の患者さんが年々増えてきているように感じます。特に昨今の生活スタイルの変化で自分と向き合う時間が増えたことに加え、SNSの普及によってご自身の姿を客観的に見る機会が増える等、体型に対する意識がより高まっているのではないのでしょうか。体重を減らす“減量”と無駄なぜい肉を減らす“部分痩せ”治療というのは時に混同されてしまいがちですが、正しく脂肪のことを理解し、運動や部分痩せ治療を組み合わせる自分の求める体型をデザインすることは、何歳からでも始められます。理想の体型を叶えたことでファッションをより楽しめるようになり、自分に自信を持てるようになったという患者さんも多くいらっしゃいます。年齢を問わず健康的なボディラインづくりにチャレンジしていただけたらと思います。

【本調査結果のレポートは以下のURLをご参照ください】
<https://bit.ly/3Ut4Kyc>

アラガン・ジャパン株式会社について

アラガン・ジャパン株式会社は、アッヴィグループのアラガン・エスティックスとして、先進の美容医療を牽引する製品およびブランドを開発・製造し、販売しています。私たちの美容医療領域は、ボツリヌス治療やヒアルロン酸注入治療、脂肪冷却による部分痩せ治療、乳房再建関連製品等を中心に多岐に渡っています。

私たちは、イノベーション、教育、優れたサービスを一貫して、顧客の皆様のニーズに沿って提供することを目指しています。

<本プレスリリースに関する報道関係者からのお問合せ先>

アラガン・ジャパン株式会社 広報部 下野由絵

Mail: yukie.shimono@allergan.com

TEL:[070-1362-1040](tel:070-1362-1040)