

新大人研レポートⅣ「新しい大人世代“の健康意識”

健康の「維持」だけじゃ物足りない？ 健康を向上させて「生活を楽しみたい」40～60代

- ・「今の健康を向上させて、生活をさらに充実させたい/楽しみたい」78.9%。日々を楽しむために更に健康な体を目指すという、積極的な健康意識。
一方、「今の自分は健康だと思う」は半数強(53.7%)に留まり、健康への不安意識も存在。
- ・健康のために実践していること1位は「水分を十分にとる」(79.4%)、2位は「一日三食、きちんと食べる」(71.8%)。特別なことをするのではなく、日々の食生活で健康の維持・改善を図る傾向。

40～60代の意識が従来の常識から大きく変わり、いまや「絶滅!? する中高年」とでも言うべき状況が現れています。「博報堂 エルダナーナレッジ開発 新しい大人文化研究所」では、人生を前向きにとらえ、若々しくありたいとする新たな40～60代を総称して「新しい大人世代」と名づけ、彼らの志向や生活を探る様々な調査を実施しています。このたび、全国の40～60代の男女3708名に向けた調査から、40～60代のコミュニケーションに関する調査の分析結果をまとめましたので、ご報告いたします。

分析結果からは、新しい大人世代の健康に対する意識が明らかになりました。従来の「長生きするために健康でありたい」という意識ではなく、「毎日の生活を更に充実させるために、健康でありたい」という意識が顕著なようです。一方で、現在や将来の健康状態に関する潜在的な不安意識も明らかになりました。

健康・エイジレスに対する意識調査では「今の健康を向上させて、生活をさらに充実させたい/楽しみたい」に8割弱(78.9%)が共感を示しました。単に現状の健康状態を維持するだけでなく、更なる健康体を目指す積極的な姿勢がみてとれます。また、健康でありたい理由を「日々の生活をより充実させるため」という点においているのは、健康それ自体がゴールでなく、「充実した楽しい生活」がゴールであるという前向きな意識を持つ新しい大人世代の特徴であるといえます。

健康のために実践していることを尋ねた調査では、新しい大人世代の堅実な健康法が明らかになりました。実践していることの1位は「水分を十分にとる」(79.4%)、2位は「一日三食、きちんと食べる」(71.8%)、3位は「食べすぎに注意する」(71.1%)となり、日々の食生活の中で健康体を目指すこの世代の健康志向が見てとれます。全体の傾向としては何か特別なことをするわけではなく、日々の食生活の中の健康維持・改善を目指しているようです。

このような積極的な健康欲求の裏には、やはり病気や健康への不安意識が存在するようです。「あなたが将来や今後のことを考えて、不安に感じることは何ですか」という問いでは、「貯蓄・資産運用」や「仕事」「子育て」を抑えて「病気や老化への対処」が1位(46.3%)に。「あなたが今後(も)、力を注ぎたいことはなんですか」の問いでも「病気や老化の予防」「現在の健康や若さの維持・向上」が趣味や旅行と並ぶ上位項目となり、本世代が健康に寄せる大変高い興味・関心を見てとることができます。

◇調査概要◇

調査主体：博報堂 エルダナーレヅ開発 新しい大人文化研究所

調査時期：2011年9月9日(金)～10月3日(月)

調査対象：40～69歳男女 合計3708名(男性1854名 女性1854名)

40代(1236サンプル) 1963～1972年生…バブル世代が中心となる層

50代(1236サンプル) 1953～1962年生…ポスト団塊世代が中心となる層

60代(1236サンプル) 1943～1952年生…団塊世代が中心となる層

調査方法：インターネットアンケート調査

調査エリア：首都圏および全国の中小都市

(※全国の中小都市＝北海道札幌市、宮城県仙台市、新潟県新潟市、静岡県静岡市、浜松市、愛知県名古屋市、京都府京都市、大阪府大阪市、堺市、兵庫県神戸市、広島県広島市、福岡県北九州市、福岡市、岩手県、宮城県、福島県を除く全地域)

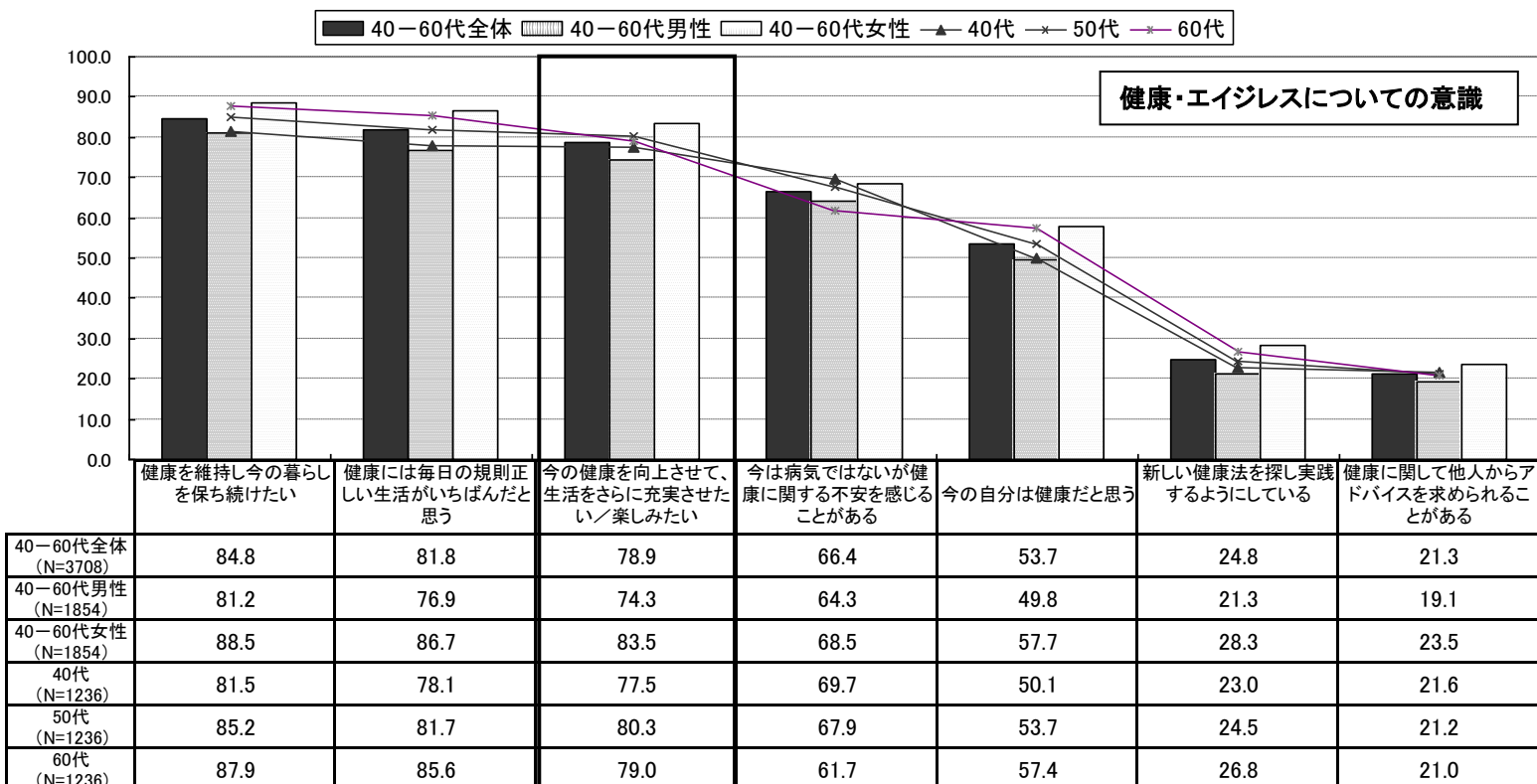
調査分析結果

■ 新しい大人世代の積極的な健康欲求。 8割弱が「今の健康を向上させて、生活をさらに充実させたい/ 楽しみたい」と回答。

新しい大人世代に対し健康・エイジレスに関する意識を尋ねた調査では、この世代が持つ積極的な健康欲求が明らかになりました。「今の健康を維持したい」という意識はもちろんのこと、「今の健康を向上させて、生活をさらに充実させたい/楽しみたい」には78.9%と8割近い同意が集まっています。一般に中高年と言われる世代となっても、今より更に健康になっていきたいと願う上り坂の積極的な健康意識が見て取れます。

また、健康でありたい理由を「日々の生活をより充実させるため」という点においているのも、前向きな意識を持つ新しい大人世代の特徴であるといえます。従来の、「長生きのために健康でありたい」といった意識から、「日々の生活をより楽しむために健康でありたい」という意識へと変化しているようです。

Q. 下記の健康・エイジレスに関する項目について、あなたの気持ちはどの程度あてはまりますか。
(「非常にあてはまる」「ややあてはまる」計)

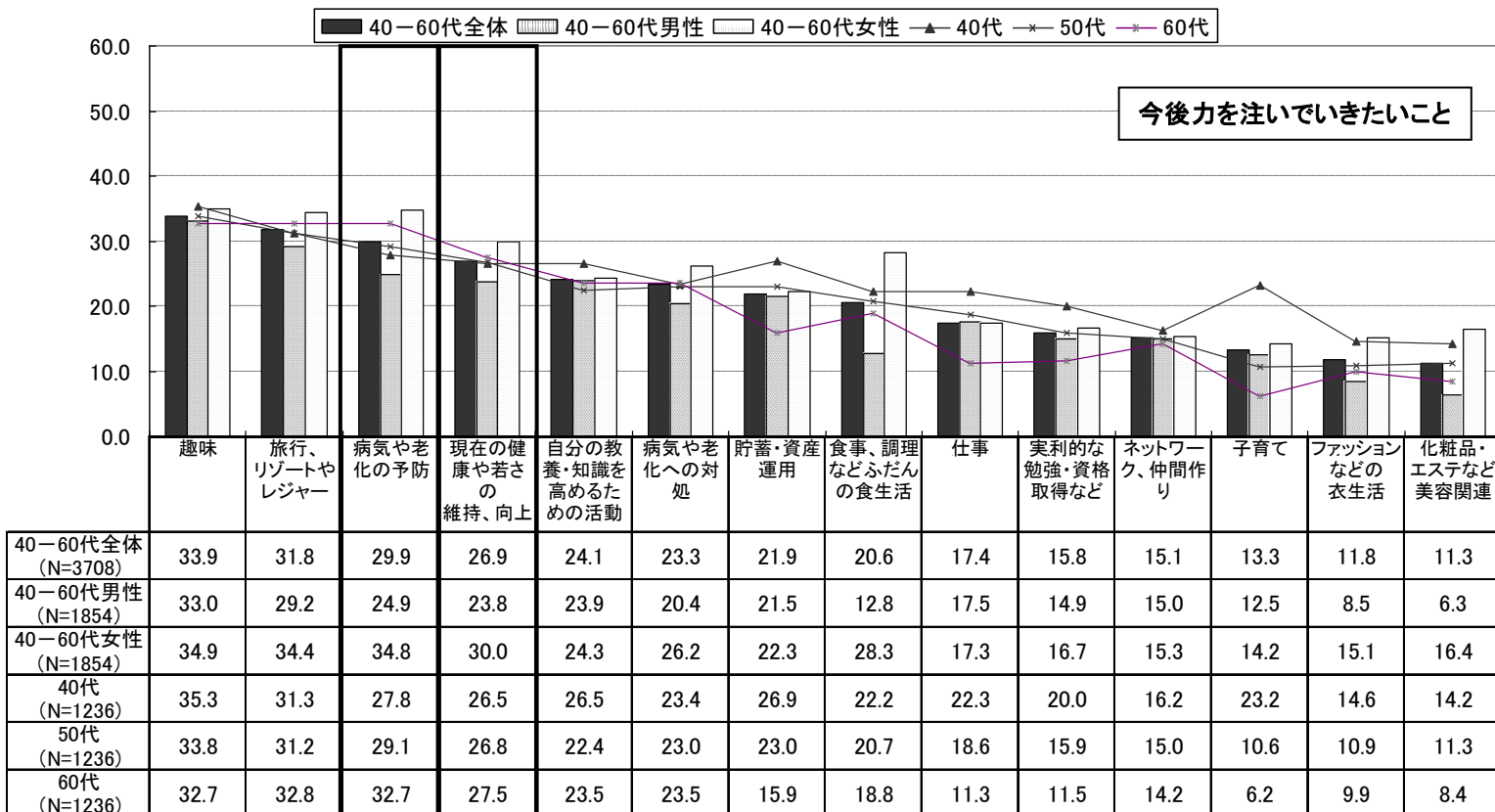


■ 「病気や老化の予防」「健康の維持・向上」は、新しい大人世代にとって 趣味や旅行に次ぐ関心事項。同時に病気や老化への不安意識も顕在化。

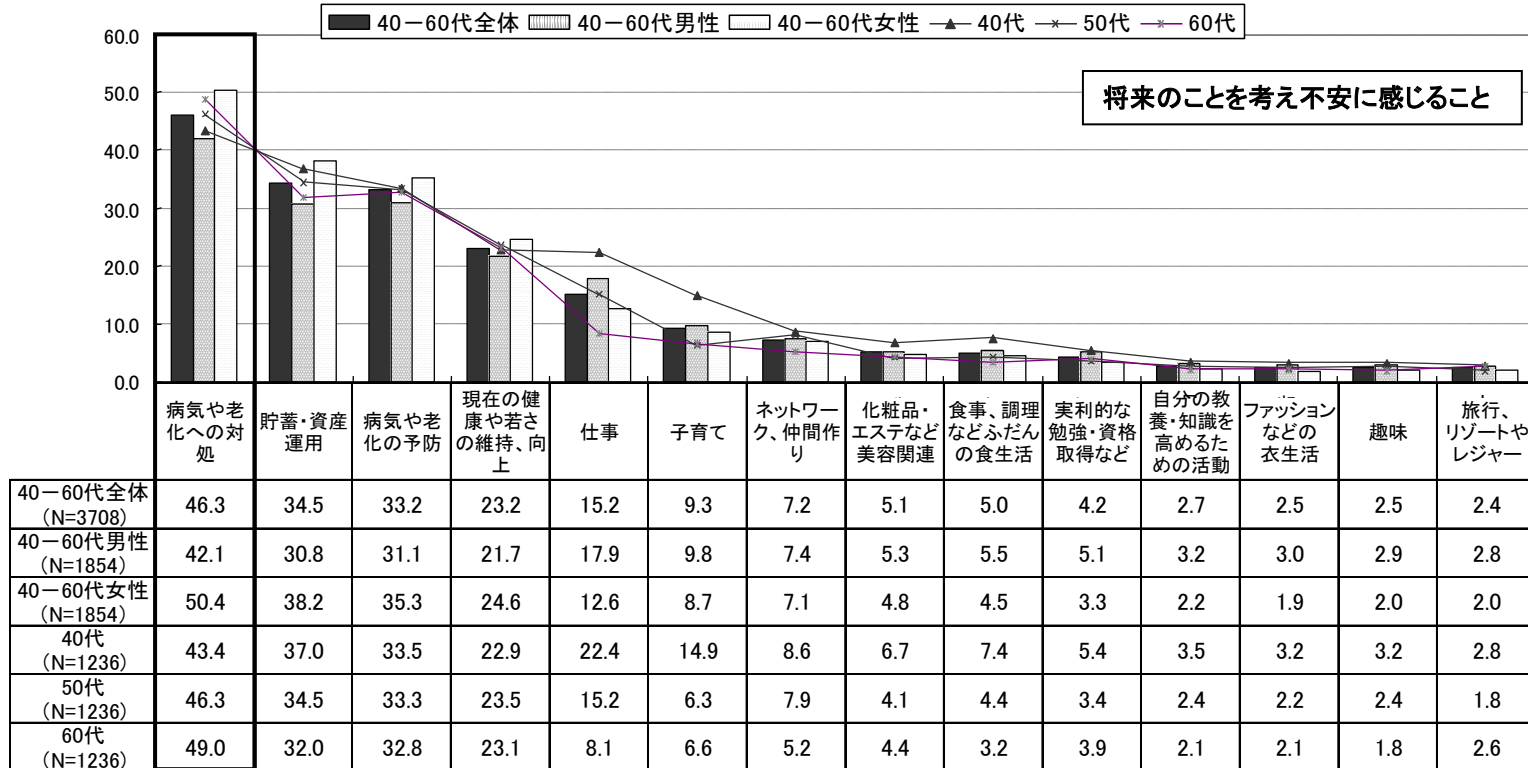
新しい大人世代の興味・関心事の中で「健康」はどの程度の割合を占めるのでしょうか。「あなたが今後、(も)、力を注ぎたいことはなんですか」と尋ねたところ、「病気や老化の予防」(3位: 29.9%)や「現在の健康や若さの維持・向上」(4位: 26.9%)が、「趣味」(1位: 33.9%)や「旅行・リゾートやレジャー」(2位: 31.8%)に次ぐ高い興味対象となっています。

また、「あなたが将来や今後のことを考えて、不安に感じることは何ですか」という問いの1位は「病気や老化への対処」となっており、46.3%と約半数の人が将来の健康に不安を感じていることが分かります。積極的に健康でありたいという前向きな意識の裏返しとも言えるでしょう。

Q.あなたが今後(も)、力を注ぎたいことはなんですか。(あてはまるもの全て)



Q.あなたが将来や今後のことを考えて、不安に感じることは何ですか。(あてはまるもの全て)

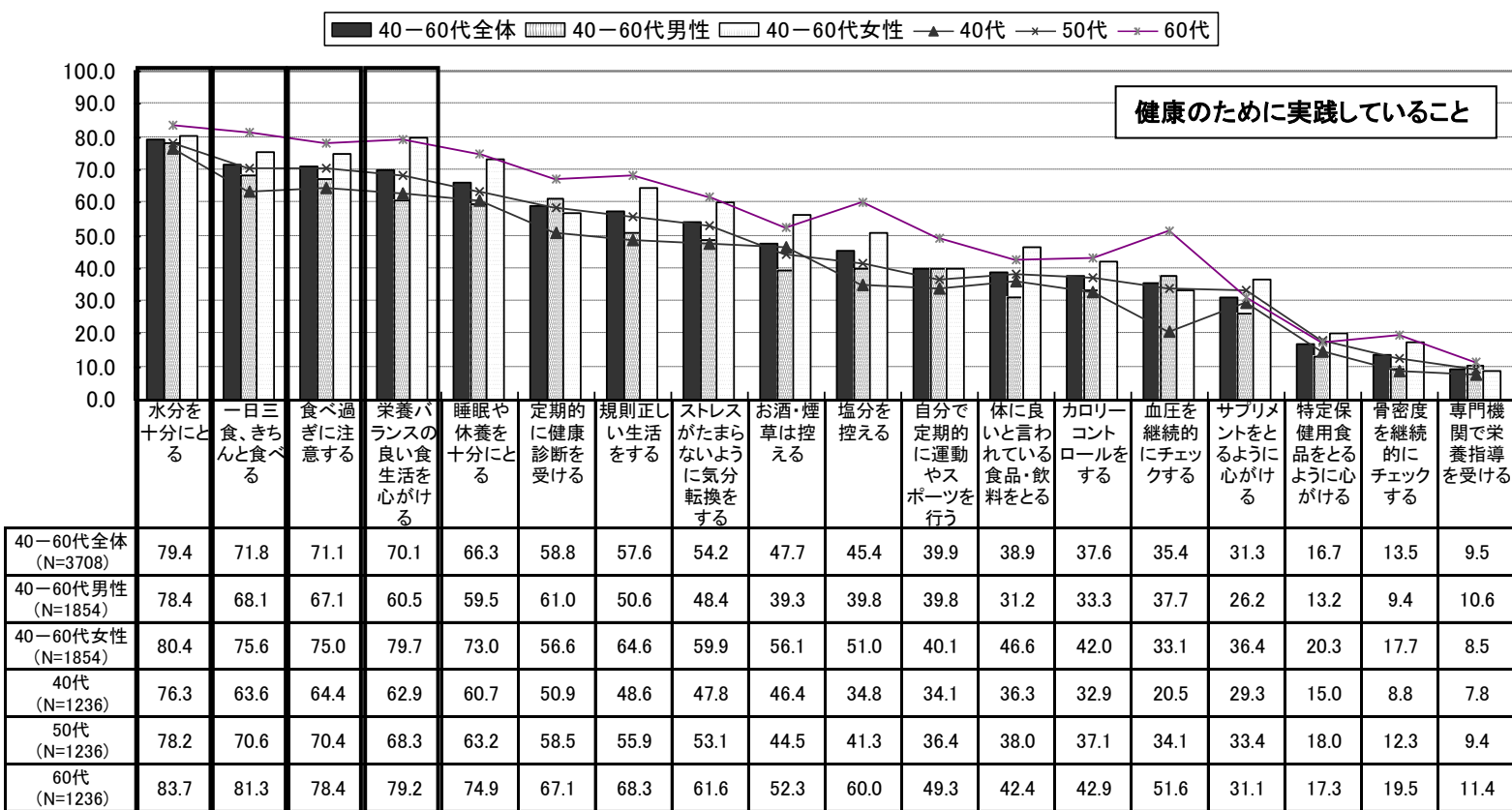


健康のために実践していること1位は「水分を十分にとる」、2位は「一日三食、きちんと食べる」。日常の食生活の中で健康向上を図る。

新しい大人世代に対し健康のために実践していることを尋ねたところ、日々の食生活から堅実に健康の維持・改善を目指す本世代の特徴が明らかになりました。

「健康のために実践していること」では、上位に日々の食生活に関する項目が並びました。1位は「水分を十分にとる」(79.4%)、2位は「一日三食、きちんと食べる」(71.8%)、3位は「食べすぎに注意する」(71.1%)、4位は「栄養バランスの良い食生活を心がける」(70.1%)と続き、毎日の食がいか健康にとって重要かを認識しているのが、この世代の特徴であるといえそうです。

Q28.下記の健康に関する項目について、あなたは日頃どの程度実践されていますか。
 (「非常に実践している」「やや実践している」計)



参考資料

博報堂 エルダナーレッジ開発 新しい大人文化研究所(旧:エルダナービジネス推進室) 過去のレポート一覧

- ・HOPEレポートⅠ 元気で意欲的な「ニューエルダー」の登場 (2001.5.21)
- ・HOPEレポートⅡ エルダナー世代から見て公共サービスや高齢者への工夫はどの程度進んでいるのか(広告分野含め) (2001.7.10)
- ・HOPEレポートⅢ エルダナー世代が現在楽しみにしている付き合い・コミュニケーション (2001.8.21)
- ・HOPEレポートⅣ 65歳以上の「親」世代が「子」「孫」世代とどうコミュニケーションしているのか(3世代コミュニケーション) (2001.9.7)
- ・HOPEレポートⅤ エルダナー層のお金に対する意識調査 (2001.11.9)
- ・HOPEレポートⅥ いま、ラジオがエルダナーを動かす (2001.11.29)
- ・HOPEレポートⅦ エルダナー世代の旅は「夫婦二人きりで、贅沢に！」(2002.3.26)
- ・HOPEレポートⅧ 50代男女に聞いた「言われてうれしい言葉」～[50代調査速報] (2002.7.12)
- ・HOPEレポートⅨ 65歳以上のパソコン使用率:2年間で2.7倍、携帯電話使用率は2倍 (2002.10.21)
- ・HOPEレポートⅩ エルダナーの3分の2はお金に苦労しない～「50代・60代のお金に関する意識」(2003.3.11)
- ・HOPEレポート増刊 「新しい大人文化」創造のヒント(公式)を発表します。開けひま。(2003.10.8)
- ・HOPEレポートⅩⅠ 夫だけが信じる「ウチは大丈夫」～「50代夫婦のパートナー評価」(2003.12.12)
- ・HOPEレポートⅩⅡ 3食きっちり、エルダナーは食べるのが楽しみな「食生活優等生」
「エルダナーの食生活調査」(2004.2.19)
- ・HOPEレポートⅩⅢ 「いまは健康」だが、「今後の健康」・「病気のお金」に強い不安。(2004.4.22)
- ・HOPEレポートⅩⅣ 3世代とも「他世代と、もっとコミュニケーション」したい。(2004.7.14)
- ・HOPEレポートⅩⅤ 団塊リサーチ(1)「団塊夫婦の定年意識」に関する調査 (2004.9.8)
- ・HOPEレポートⅩⅥ 団塊リサーチ(2)「団塊世代のエンタテイメント消費調査」(2005.4.15)
- ・HOPEレポートⅩⅦ 団塊リサーチ(3)「団塊世代のファッション実態調査」(2005.7.20)
- ・HOPEレポートⅩⅧ HOPEサーベイ2005 最新データ「エルダナーの情報縁とタッチポイント」(2005.9.8)
- ・HOPEレポートⅩⅨ 「団塊世代～定年(引退)後のライフスタイル調査」(2005.10.15)
- ・HOPEレポートⅩⅩ 「団塊男性、定年後に目指す『男のロマン』調査」(2006.5.10)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅠ HOPEサーベイ2006 「団塊世代 人生60年の棚卸し」(2006.11.24)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅡ 「団塊世代 60歳以降の人生設計」(2007.2.20)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅢ 2007年団塊リタイヤ開始(1)「団塊世代 退職金の使い方」(2007.4.26)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅣ 2007年団塊リタイヤ開始(2)「団塊世代 今後の生活と暮らし方」(2007.6.26)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅤ 2007年団塊リタイヤ開始(3)「夫婦の関係」(2007.7.24)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅥ “絶滅!?する中高年”ジーンズフィフティ・インフルエンサーの登場 (2009.2.5)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅦ 団塊夫婦調査(1)「夫婦はやはり“すれ違い”!?」(2009.4.9)
- ・HOPEレポートⅩⅩⅧ 団塊夫婦調査(2)「夫婦関係改善の手立て」(2009.4.20)
- ・新大人研レポートⅠ ”新しい大人世代“の人生のとらえ方(2012.1.19)
- ・新大人研レポートⅡ ”新しい大人世代“の言われて嬉しい言葉(2012.2.1)
- ・新大人研レポートⅢ ”新しい大人世代“のコミュニケーション(2012.4.16)

「博報堂 エルダナーレッジ開発 新しい大人文化研究所」とは

当研究所は、「博報堂エルダナービジネス推進室」(2000年設立)を前身とし、2011年2月に設立された、40～60代生活者の意識・行動を研究する専門組織です。従来の中高年齢層の間で一般的であった意識やライフスタイルとは異なる、新しい40～60代が誕生しています。当研究所では、年を重ねるごとに前向きな意識を持つ、この新しい中高年生活者を「新しい大人」と名づけ、少子高齢化社会にプラスのインパクトを与える重要な存在として調査・研究および企業向けコンサルティング業務を行っています。