



シニアの美容と睡眠 意識調査

【調査概要】

*調査期間：2016年1月20日～2月20日

*対象：全国の賃貸オーナー（50代以上の男女 653名）

*方法：賃貸経営マガジン「わんだふるオーナーズ」読者アンケートによる
郵送・FAXおよびwebでの回答

2016年3月

株式会社 CHINTAI

＜調査に関するお問い合わせ＞

わんだふるオーナーズ編集部

TEL：03-5771-4606 FAX：03-5771-4643

MAIL：wo@chintai.co.jp

本資料を転載、引用される場合は、ご連絡の上、「わんだふるオーナーズ調べ 2016」と
クレジット表記をお願いいたします。

＜全国 653 名の賃貸経営オーナーに大調査＞

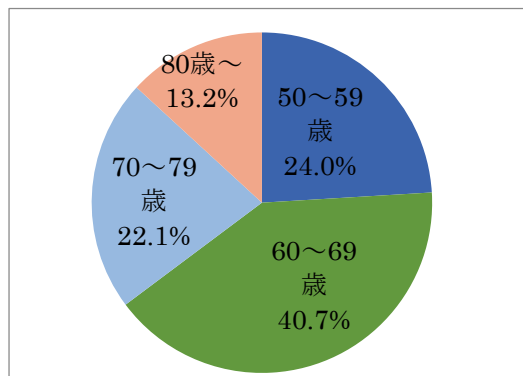
シニアの美容と睡眠意識調査

- 美容・健康に関して、2人に1人はサプリメント・健康食品を使用または購入したことがある！
 - 美容への月額支出額は、1位「1万円以下」43.2%、2位「3万円以下」41.8%とほぼ同数に
 - 56.3%が「サプリメント・健康食品」を試したことがあると回答し、もっとも関心が高い結果に
- 美容・健康のために大事にしていること、1位は「睡眠」！
 - 2位「食事」、3位「運動」と続き、4位以降を大きく引き離す結果に
 - 1日の睡眠時間は、「7時間」37.3%と「6時間」33.9%で約7割を占める
- 快適な睡眠にもっとも重要なのは「枕」である！
 - ベット・マットレス・布団を抑え、もっとも大事なアイテムとして関心が高い
 - 過去に検討または購入をしたことがある快眠グッズとして62.2%の選択率

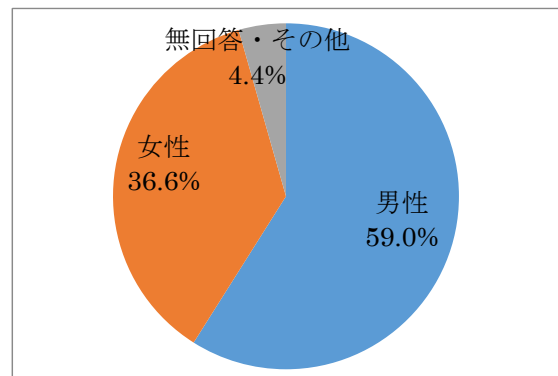
《快適な睡眠はお金に換えられない価値がある！と68.3%が感じている！》

アンケート回答者属性

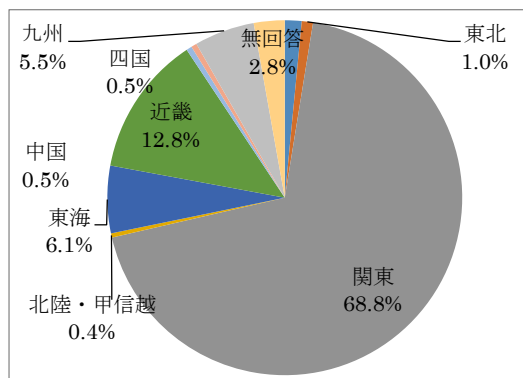
▼年齢層



▼性別



▼地域

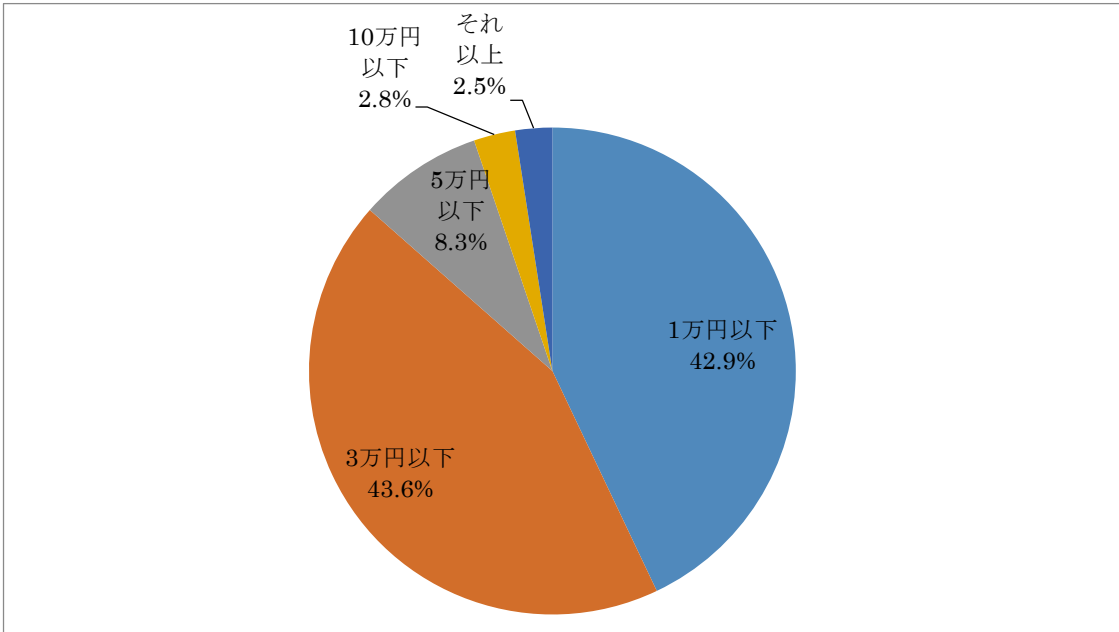


回答者は、
50代が24.0%
60代が40.7%
70代が22.1%
関東在住が68.8%

有効回答数：653名

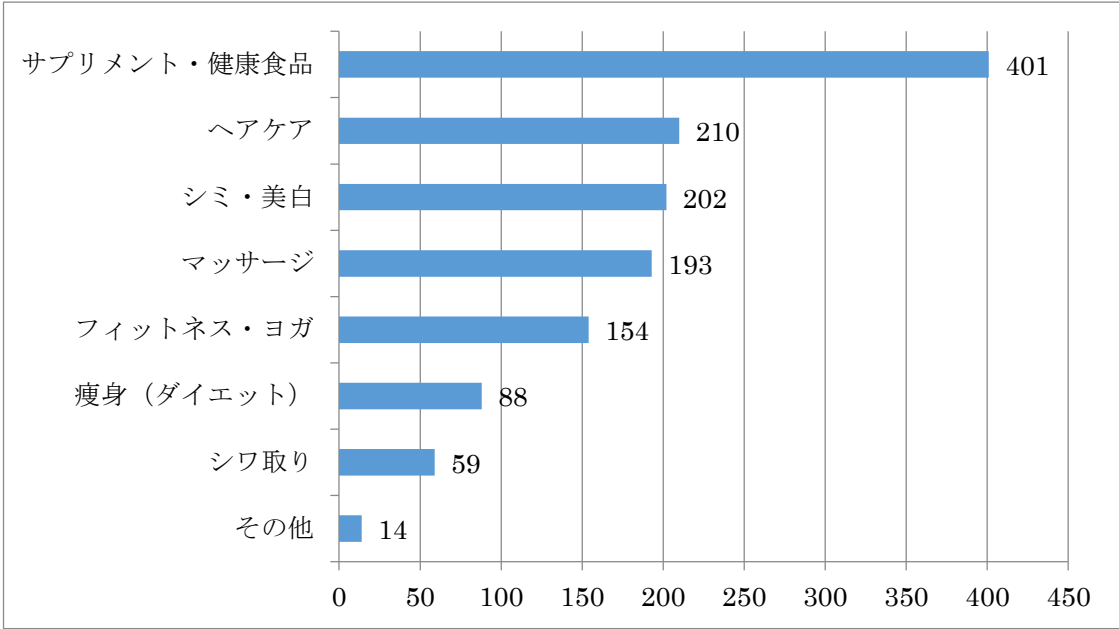
設問数：8問（うち、選択式7問、自由記述1問）

【Q1】 美容（衣服・化粧品・健康）への支出/月はどれくらいでしょうか？



	1万円以下	3万円以下	5万円以下	10万円以下	それ以上
選択者数	280	284	54	18	16
比率	42.9%	43.5%	8.3%	2.8%	2.5%

【Q2】 美容・健康に関して、使用/購入したことがあるものについて、教えてください。（複数回答可）

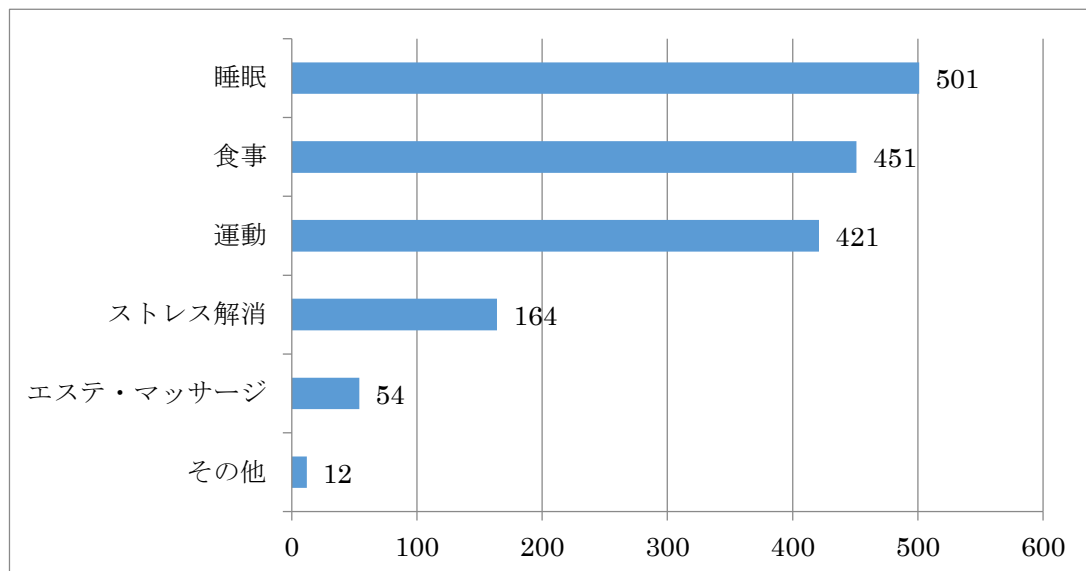


	サプリメント・健康食品	ヘアケア	シミ・美白	マッサージ	フィットネス・ヨガ	痩身(ダイエット)	シワ取り	その他
選択者数	401	210	202	193	154	88	59	14
選択率	61.4%	32.2%	30.9%	29.6%	23.6%	13.5%	9.0%	2.1%

<その他回答>

クリーム	下着
水素水サーバー	エステ
アルリア化粧品	フィットケアマッサージャー
ヨットセーリング	エステ
電位治療器	登山用のサポートタイツ
針灸	スイミングスクール
スイミングクラブ	エステ
養毛剤	エアロビクス
歩く	耳ツボダイエット
ヘルストロン・電位マットレス	針治療

【Q3】 美容・健康のために大事にしていることを教えてください。（複数回答可）

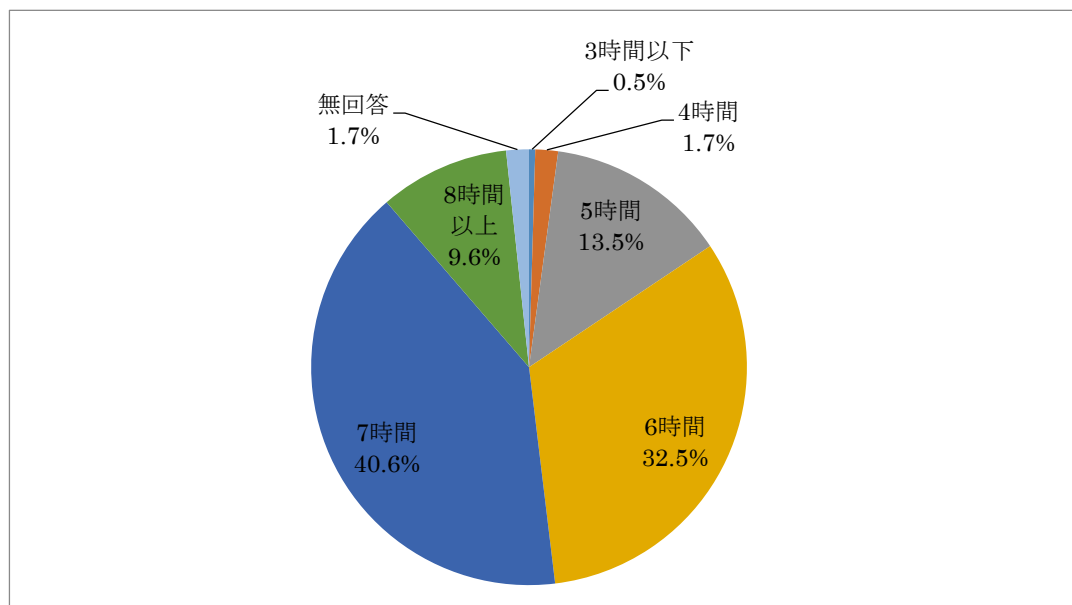


	睡眠	食事	運動	ストレス解消	エステ・マッサージ	その他
選択者数	501	451	421	164	54	12
選択率	65.6%	59.0%	55.1%	21.5%	7.1%	1.6%

<その他回答>

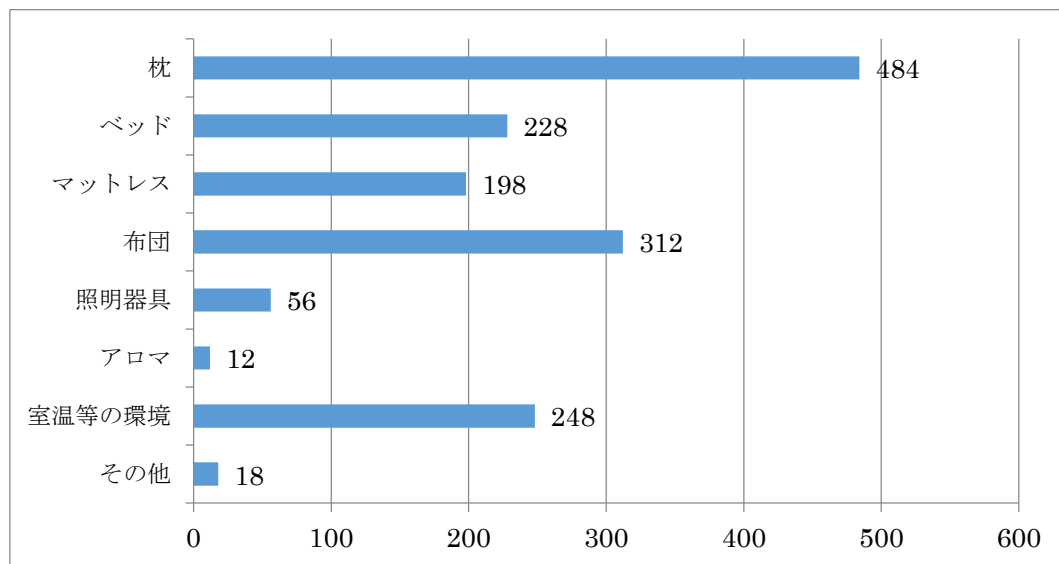
水	なるべく歩く
散歩	カーブス
温泉	禁酒、禁煙、脳トレ、落語等でよく笑う
化粧品	考え方をプラスに！
電位治療器	入浴、サウナ
針灸	寝具
水素水	散歩・学習
1本道を早く歩く、老人歩きにならないため	指圧マッサージ

【Q4】 平均的な 1 日の睡眠時間はどれくらいですか？



	3時間以下	4時間	5時間	6時間	7時間	8時間以上	無回答
選択者数	3	11	88	212	265	63	11
比率	0.5%	1.7%	13.5%	32.5%	40.6%	9.6%	1.7%

【Q5】 睡眠に重要だと思うものはどれでしょうか？（複数回答可）



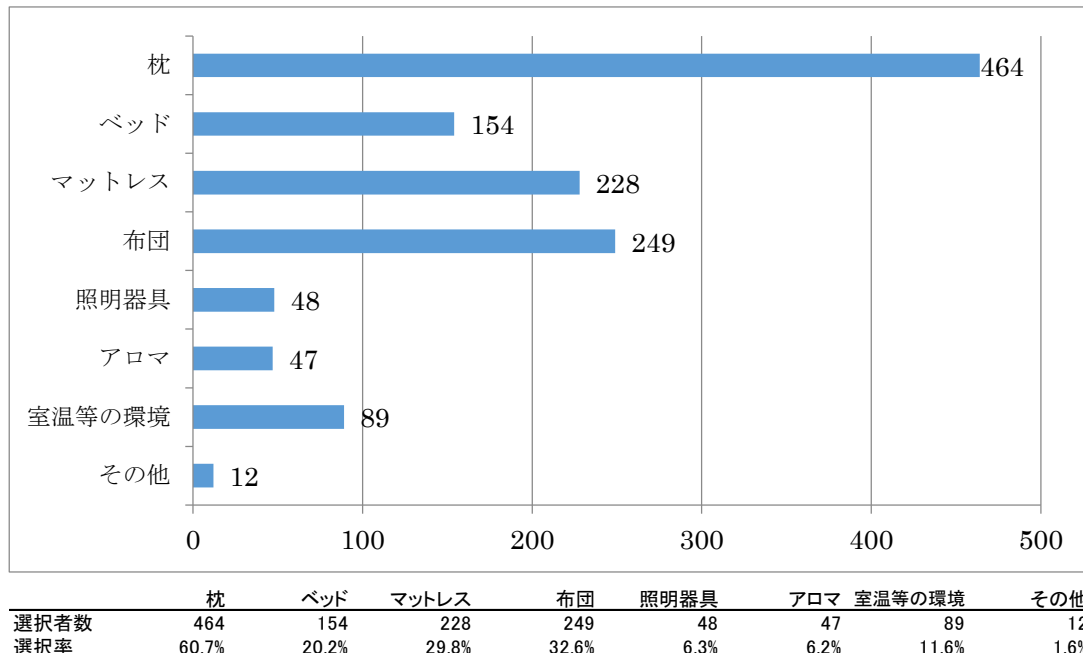
	枕	ベッド	マットレス	布団	照明器具	アロマ	室温等の環境	その他
選択者数	484	228	198	312	56	12	248	18
選択率	63.4%	29.8%	25.9%	40.8%	7.3%	1.6%	32.5%	2.4%

<その他回答>

身心の平安	入浴
その日をどのように過ごしたかが大切	気持ちの安定
日中の運動	高電位治療器
アイマスク	冬は部屋に干したものを干して眠る
自転車	音楽
適度な運動	ストレスを持ち込まない
血流をよくする	リラックスできる映像
携帯、PC、TV等電磁波を切る	静けさ

【Q6】 過去、検討／購入したことがある快眠グッズについて教えてください。

(複数回答可)

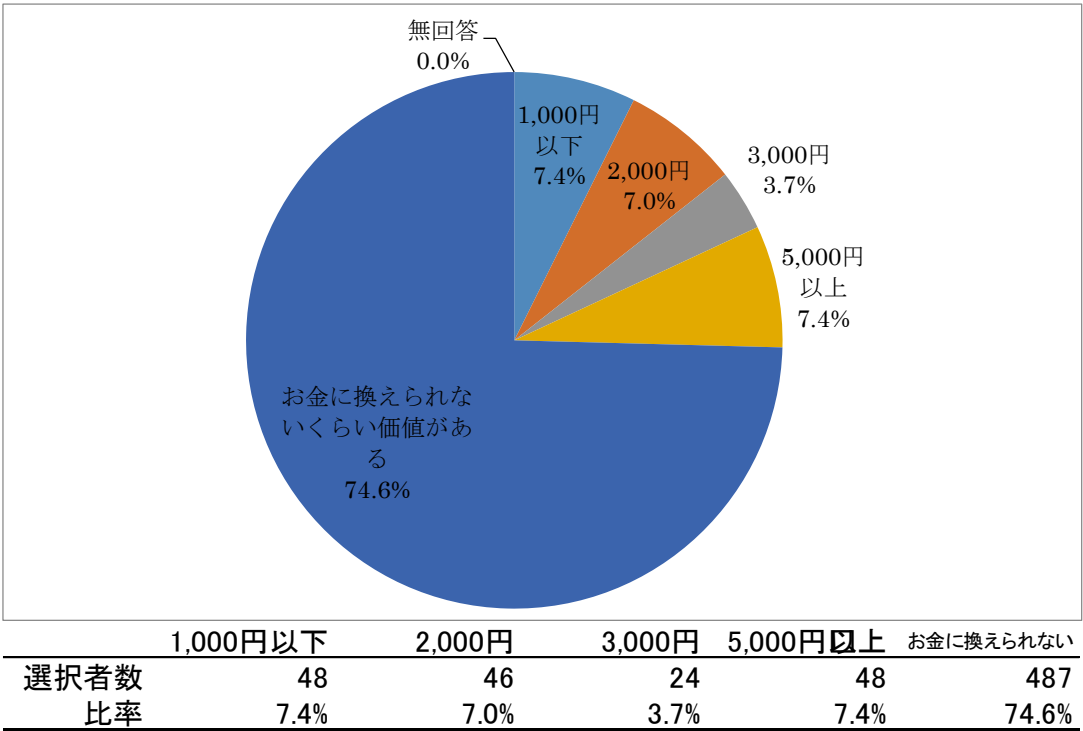


※何かしら検討／購入したことがあると回答したのは全体の 89.7%。

<その他回答>

高電位治療器	空気清浄器、加湿器
加湿器	磁気マット、アイマスク
毛布	加湿器
リラクゼーションCD	3重ガーゼのシーツ
作りつけのベッド	空気清浄器、除湿器
毛布	カーテン
寝る前に温泉であたたまる	目覚まし時計

【Q7】 快適な睡眠の価値（1 回分）はどれくらいだと思いますか？



【Q8】美容・健康について気にしていること、困っていることなどを教えてください。（自由記述）

※185 件の回答の中より、抜粋。

▼60 代男性

「年のせいか次から次へと神経系のトラブルが続く（アレルギー皮膚炎/耳鳴り/原因のわからない移動する痛みなど）病院通いしても原因不明、ビタミン剤で何とかしのいでいる。」

▼70 代女性

「乾燥肌になりやすい冬の過ごし方をどのようにしたらよいか。」

▼70 代男性

「若いころ、きついぎっくり腰をやっているため、今も変形性頸椎症に悩まされております。寝るときの姿勢が再発を招くので、枕、布団は注意しております。しびれや麻痺は日常茶飯事です。」

▼80 代女性

「睡眠時間が短いので、いろいろな取組やサプリメントも利用しているが、改善できず、悩みの種です。」

▼60 代女性

「特にヒザが痛く、外科、接骨院でも治らなく困っています。サプリメントも効用ありません。ウォーキングや体操の習慣が減り、体重増加で困っています。ますますヒザへの負担がかかりどうしたものかと悩みます。」

▼60 代男性

「ウォーキングが好きで山に登りたいと思っているが足が重いことが多くどこまで山に登れるか不安（目標は丹沢、奥多摩）」

▼60 代女性

「その時々はその気になりがんばりますけど 長続きしない事です。気持ちがついていけないのが、悩みですね。（健康グッズもすぐあきてしまいます トホホです）」

▼60代女性

「加齢と共に美容、健康面について、今まで以上に気を留めなければいけないと思っています。その都度、自分なりに対処できる様、脳回路を鮮明に保つ努力をしようと思う。」

▼50代女性

「年令による老いを感じる年になりました。
若々しさを保つ為に色々試してみたいのですが、どれも結果がうそっぽいので本当の美容・健康法が知りたいですね。」

以上

＜わんだふるオーナーズ媒体概要＞

6万人のシニア資産家へ直接リーチが可能な媒体！

わんだふるオーナーズでは、広告出稿をお待ちしております。



□創刊 : 2011年4月
□読者像 : 全国の賃貸物件所有オーナー
□配布部数 : 60,000部(2016年1月現在)
□配布方法 : 毎月20日着にてオーナー様宅へ直接配送
□定価 : フリーマガジン
□発刊サイクル : 季刊(4、7、10、1月)
□体裁 : A4版 52P カラー(4C) 無線綴じ

媒体の特徴 1

読者**6万人**。全員が賃貸オーナー

媒体の特徴 2

全て直送なので、**リーチ率100%**

媒体の特徴 3

好奇心が強く、**行動派**の読者が多い



http://www.chintai.net/wonderful_owners/

＜広告出稿に関するお問い合わせ＞

株式会社 CHINTAI 法人営業グループ

TEL : 03-5771-4609 FAX : 03-5771-4643

MAIL : wo@chintai.co.jp