

報道関係各位

＜母の日企画＞第11回 お母さんの疲労事情と解消法調査 コロナストレスの影響か、心身共に疲労しているお母さんは過去最高の7割に 母の日に欲しい疲労解消グッズには「安眠グッズ」が1番人気

美と健康の総合メーカー、株式会社フジ医療器（本社：大阪府大阪市）は、この度、子どもをもつ20歳以上の女性を対象に「＜母の日企画＞第11回 お母さんの疲労事情と解消法調査」を実施いたしましたので、その結果を発表いたします。この調査は、2011年より毎年春に当社が独自に実施しており、今年の調査で11回目を迎えました。

【調査結果概要】

- (1) 92%のお母さんが「普段から疲れを感じる」と回答
- (2) 心身共に疲労しているお母さんは過去最高の7割に
- (3) 肉体的疲労の主な原因は「仕事」が3割、最も疲れを感じやすいのは「首や肩のコリ」
- (4) 精神的疲労の主な原因は「人間関係」
- (5) コロナ禍による疲労感の変化は精神的な面で強く出る結果に
- (6) 解消法には1位「好きなものを食べる」、2位は「睡眠をとる」
- (7) 母の日のプレゼントとして欲しい疲労解消グッズNo.1は今年も「安眠グッズ」

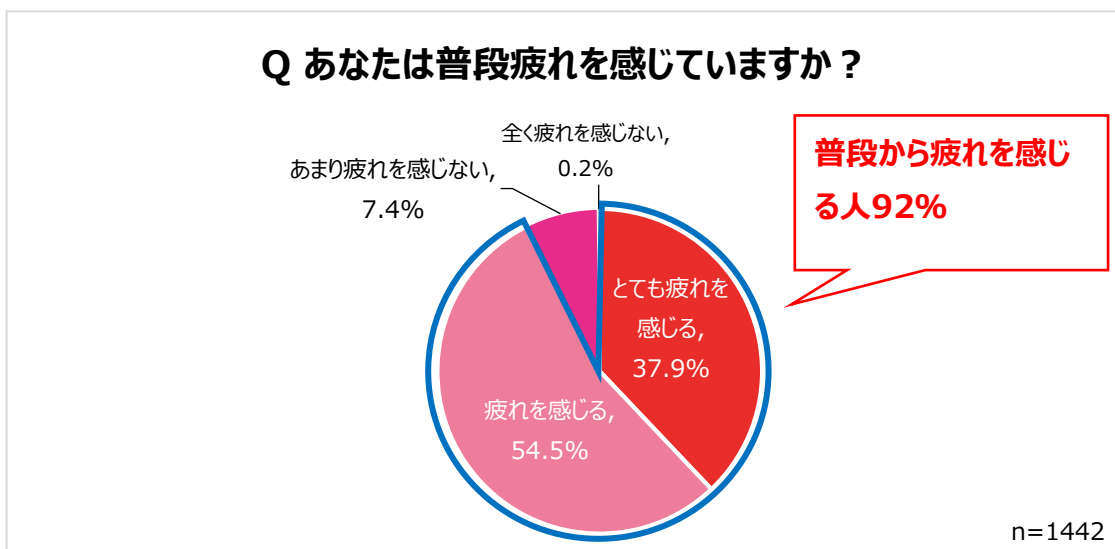
＜調査概要＞

- 調査期間 : 2021年4月8日～2021年4月12日
 調査対象者 : 子どもをもつ20歳以上の女性
 有効回答者数 : 1,442名(20代:63名、30代:335名、40代:390名、50代:367名、60代:213名、70代以上:74名)
 調査エリア : 全国
 調査方法 : フジ医療器メルマガ会員にWeb上でのアンケートを実施
 ※グラフのパーセンテージは四捨五入されているため合計値が100にならない場合がございます。

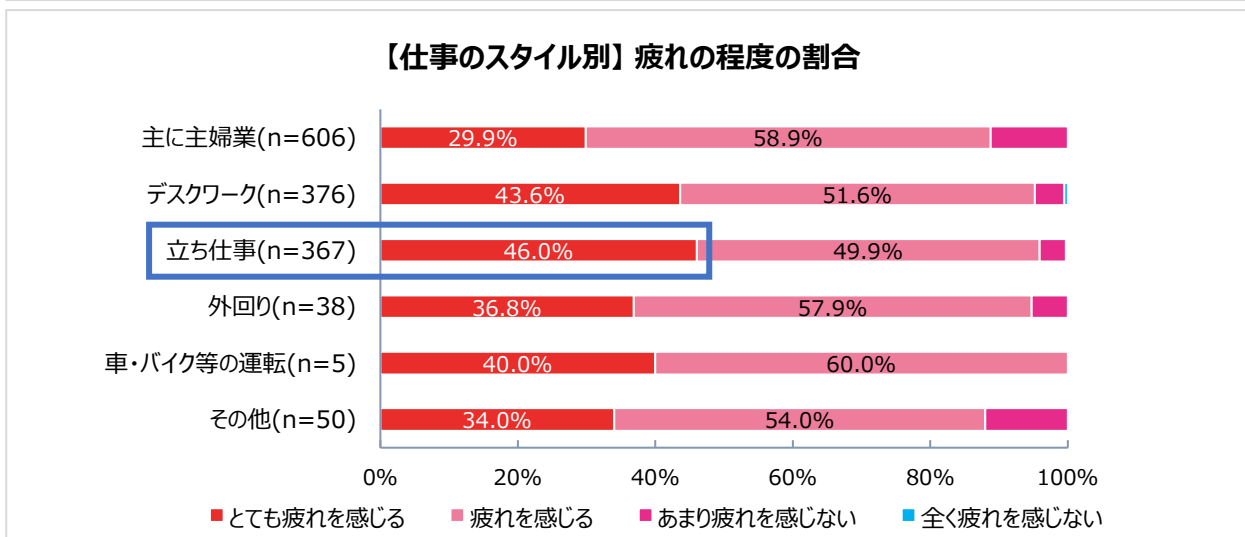
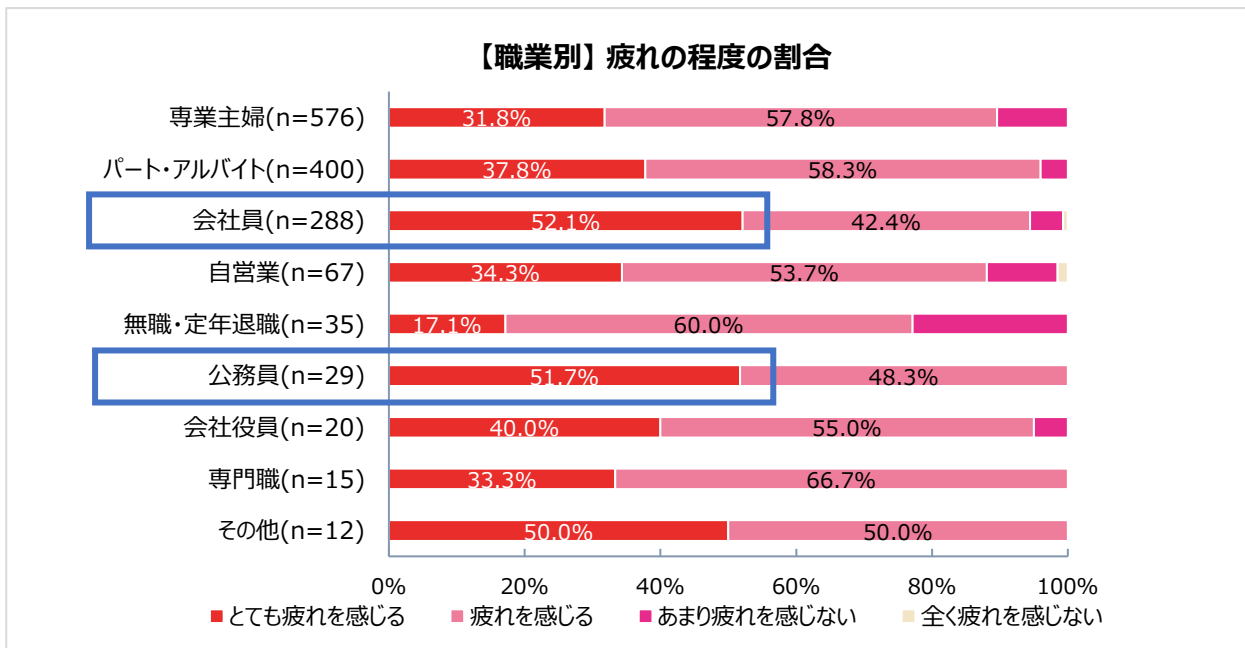
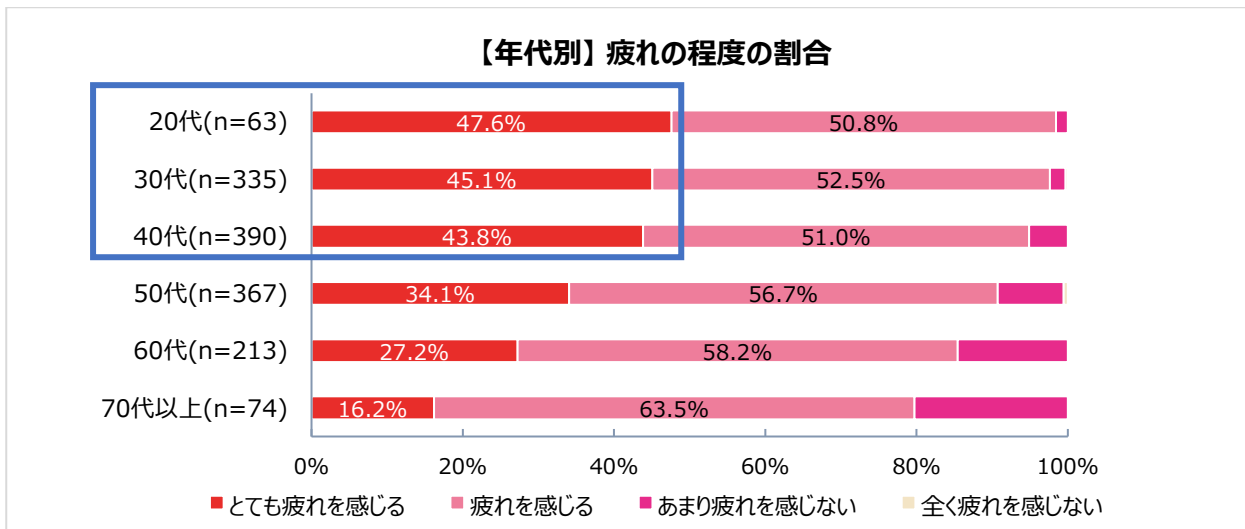
【調査結果の詳細】

(1) 92%のお母さんが「普段から疲れを感じる」と回答

「あなたは普段疲れを感じていますか？」の質問に対し、「とても疲れを感じる」(37.9%)、「疲れを感じる」(54.5%)、「あまり疲れを感じない」(7.4%)、「全く疲れを感じない」(0.2%)という結果でした。「とても疲れを感じる」と「疲れを感じる」を合わせると92.4%となり、昨年調査に比べて1ポイントアップしています。「とても疲れを感じる」だけを昨年調査と比較すると4ポイントアップしました。なお、第1回目の調査以来、疲れを感じていると回答したお母さんは毎回9割を超えています。

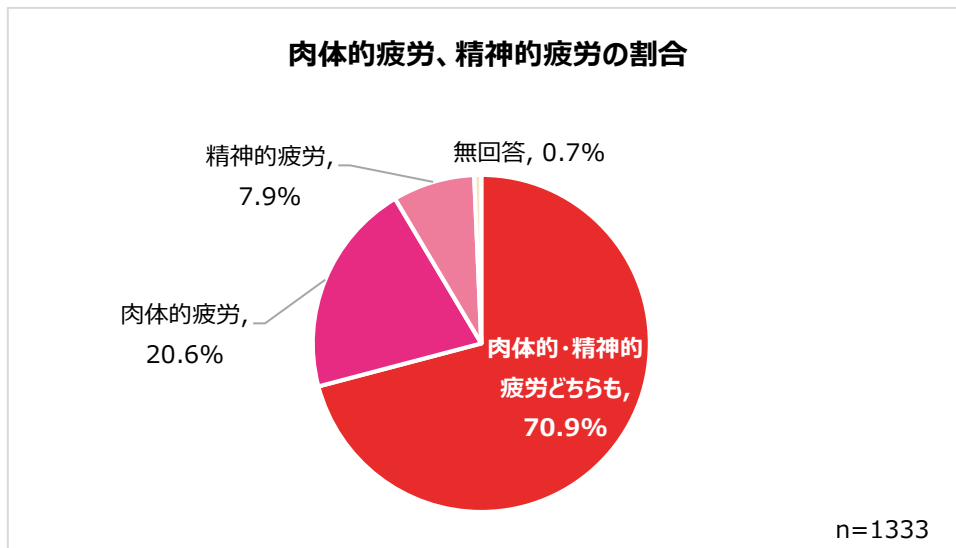


年代別、職業別、仕事のスタイル別に、疲れの程度の割合を下記3つのグラフで示しています。「とても疲れを感じる」の割合が多いグループに注目すると、年代別では、若い世代ほど疲れが強く20～40代では4割を超えています。職業別では「会社員」や「公務員」で5割を超え、仕事のスタイル別では「立ち仕事」の人が最も多い結果になりました。



(2) 心身共に疲労しているお母さんは過去最高の7割に

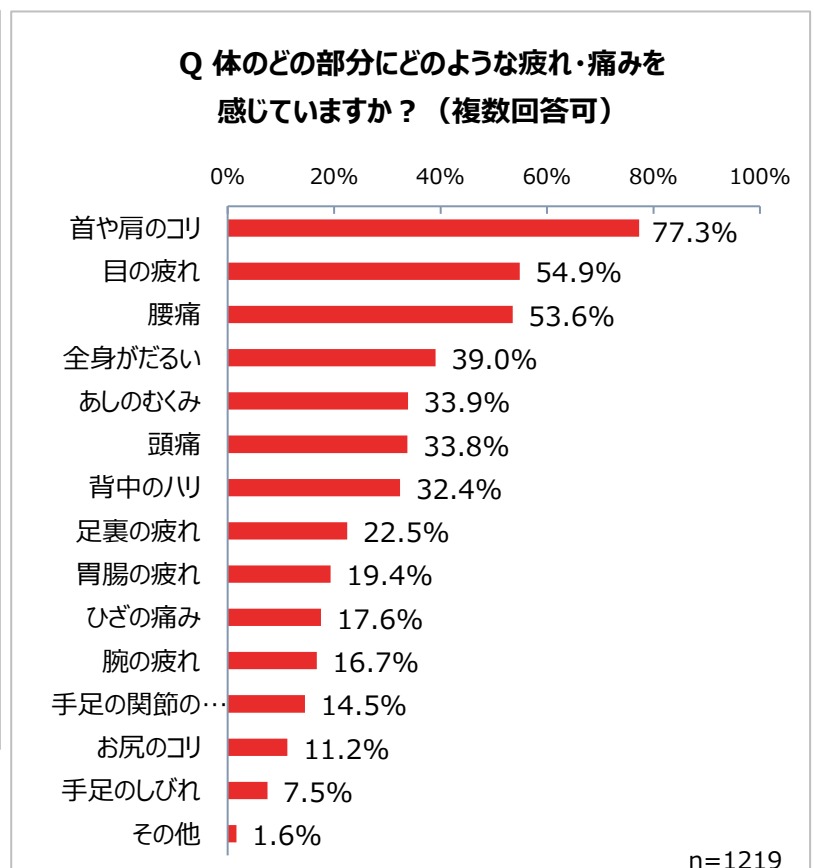
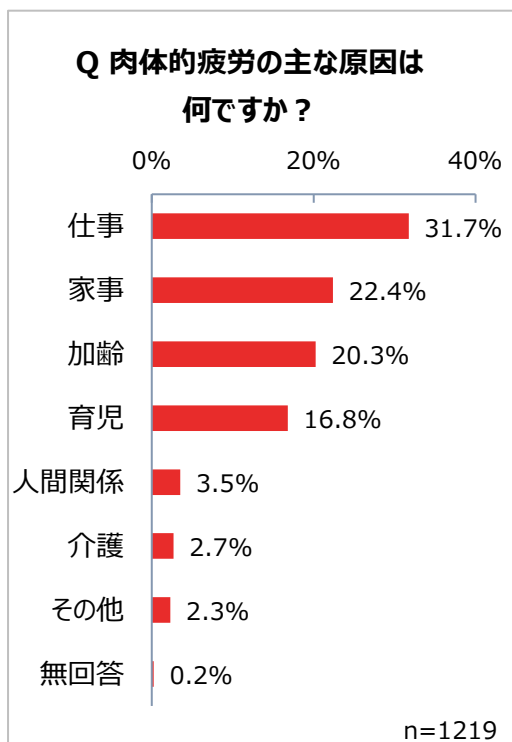
「その疲れは肉体的疲労ですか？精神的疲労ですか？」の質問に対し、「肉体的・精神的疲労どちらも」と回答した人が **70.9%**で、この結果は過去最大の割合となり、昨年からは 10 ポイント以上も増えました。心身ともに疲労している人が増加傾向であることがわかります。「肉体的疲労」のみは 20.6%、「精神的疲労」のみが 7.9%です。



(3) 肉体的疲労の主な原因は「仕事」が3割、最も疲れを感じやすいのは「首や肩のコリ」

「肉体的疲労（「肉体的・精神的疲労どちらも」も含む）」を選択した回答者に「主な原因は何ですか？」と質問したところ、1位「仕事」(31.7%)、2位「家事」(22.4%)、3位「加齢」(20.3%)、4位「育児」(16.8%)という結果になりました。

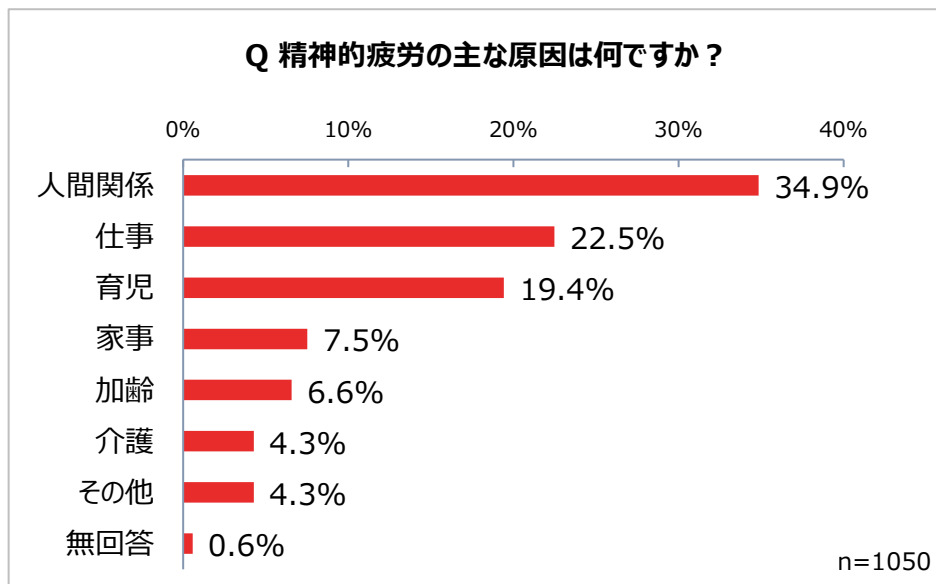
「体のどの部分にどのような疲れ・痛みを感じていますか？（複数選択可）」と質問したところ、1位「首や肩のコリ」(77.3%)、2位「目の疲れ」(54.9%)、3位「腰痛」(53.6%)となりました。「首や肩のコリ」は第1回目の調査から毎回1位になっています。



(4) 精神的疲労の主な原因は「人間関係」

「精神的疲労(「肉体的・精神的疲労どちらも」も含む)」を選択した回答者に「主な原因は何ですか?」と質問した結果、1位「人間関係」(34.9%)、2位「仕事」(22.5%)、3位「育児」(19.4%)となりました。「その他」を選択した人の自由記述回答には「新型コロナウイルス」に関わるコメントが複数見受けられました。

また、「人間関係」と回答した人に、「誰との人間関係に疲れていますか?(複数選択可)」の回答を求めたところ、多かった順に1位「夫」、2位「同僚」、3位「子ども」という結果になりました。

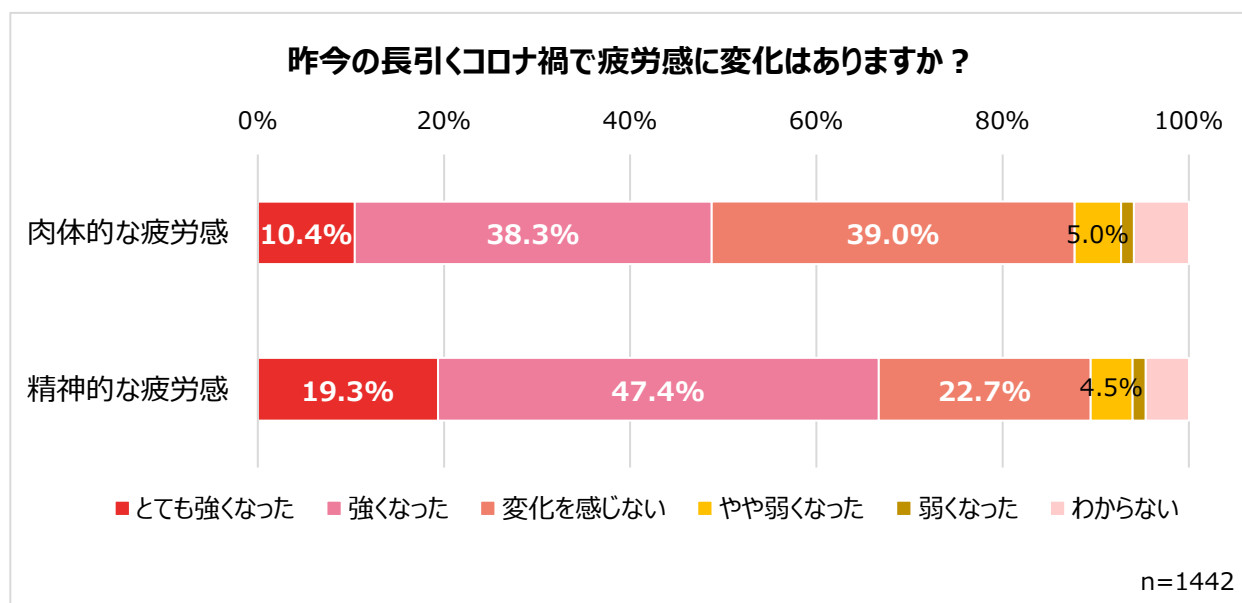


Q. 誰との人間関係に疲れていますか?(複数選択可) トップ5

1位:	2位:	3位:	4位:	5位:
夫 45.1%	同僚 26.8%	子ども 25.7%	姑 21.0%	上司 19.7%

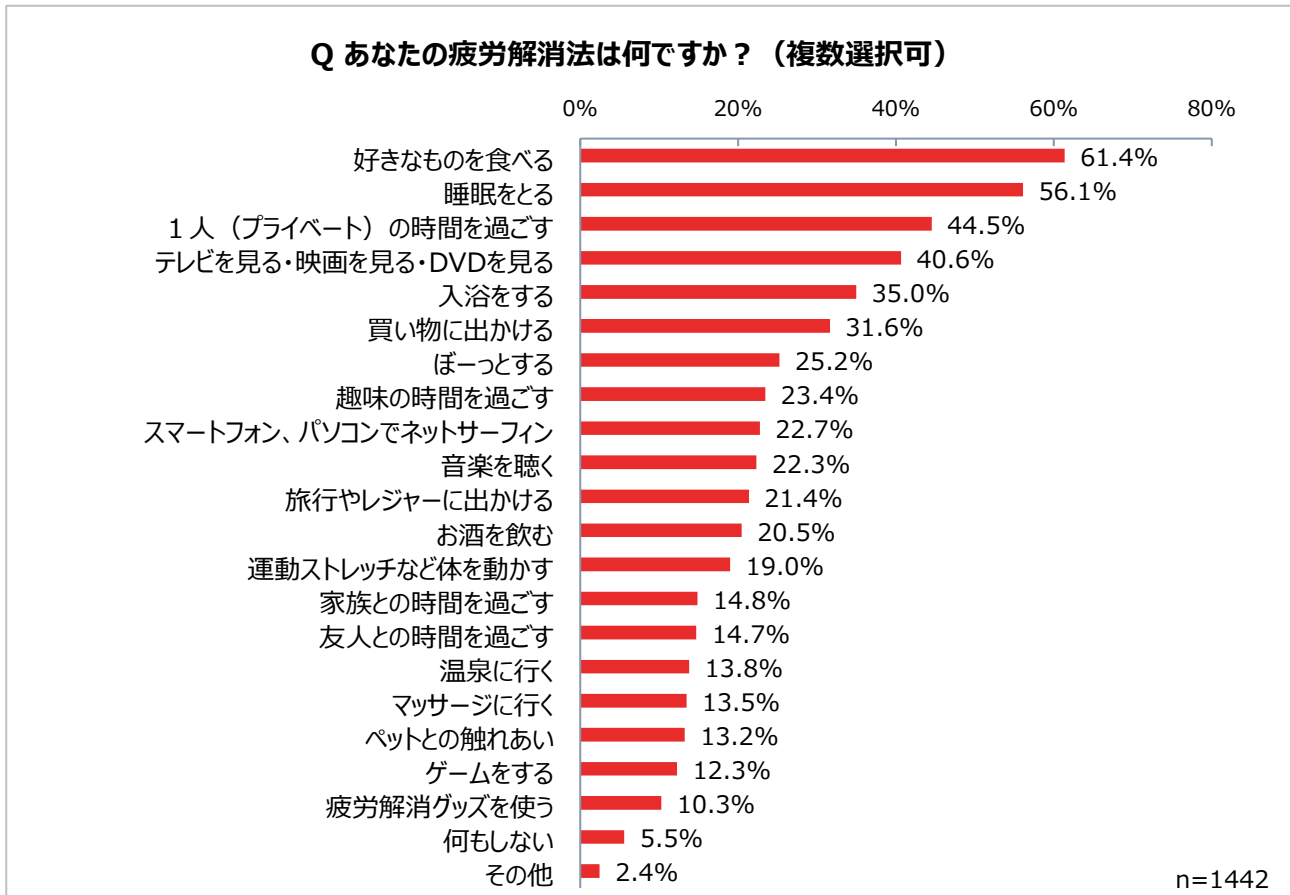
(5) コロナ禍による疲労感の変化は精神的な面で強く出る結果に

「昨今の長引くコロナ禍で疲労感に変化はありますか?」の質問に対し、肉体的な疲労感については「とても強くなった」が10.4%、「強くなった」が38.3%でした。精神的な疲労感では「とても強くなった」が19.3%、「強くなった」が47.4%と、6割を超える人が精神的な疲れが強く出ていることがわかります。



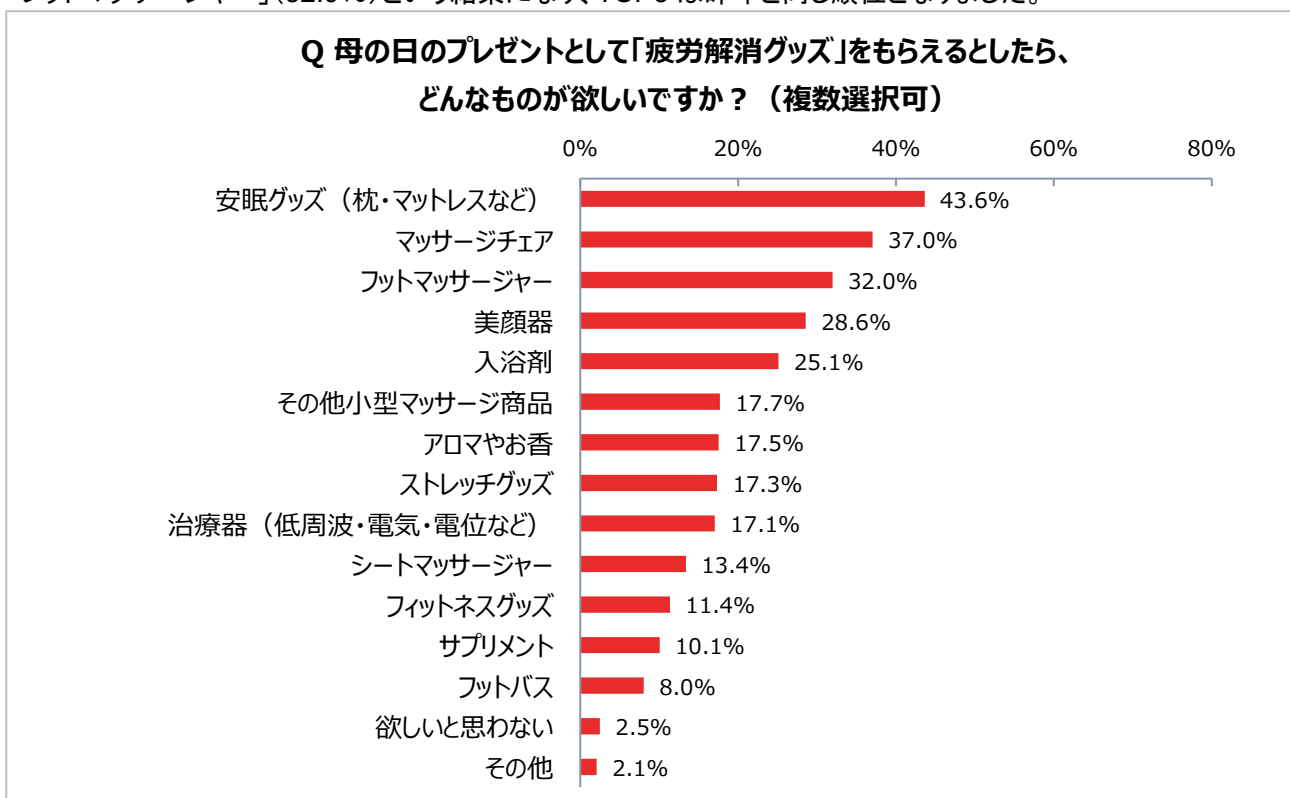
(6) 解消法には1位「好きなものを食べる」、2位は「睡眠をとる」

「あなたの疲労解消法は何ですか？（複数選択可）」の質問に対して、1位「好きなものを食べる」（61.4%）、2位「睡眠をとる」（56.1%）、3位「1人（プライベート）の時間を過ごす」（44.5%）となりました。TOP3は前回同じ順位で大きな変化はありませんでした。



(7) 母の日のプレゼントとして欲しい疲労解消グッズNo.1は今年も「安眠グッズ」

「母の日のプレゼントとして「疲労解消グッズ」をもらえるとしたら、どんなものが欲しいですか？（複数選択可）」という質問には、1位「安眠グッズ（枕・マットレスなど）」（43.6%）、2位「マッサージチェア」（37.0%）、3位「フットマッサージャー」（32.0%）という結果になり、TOP3は昨年と同じ順位となりました。



母の日ギフトにおすすめのフジ医療器の商品

心身ともに疲れを感じているお母さんにはリラックスできるギフトがおすすめです。お昼寝にも便利なグッズや、全身を心地よくほぐすマッサージチェアをご紹介します。

お昼寝にぴったりの枕

「マシュア チョイ寝エアークロー M-001」

昼休みなどの休憩時間にデスクで快適な睡眠がとれるお昼寝専用の枕です。休息しやすい立体アーチ形状のためうつぶせ寝のほか、枕の下の空間に腕を通して様々な姿勢で眠ることが出来ます。また、5段階の高さ調節ができるエアークローを搭載し、エアークローの動作で静かに眠りから覚ましてくれるサイレントアラーム機能も搭載しています。



手や腕をやさしく癒す

「マシュア マイアームケア M-002」

内蔵しているエアークローが圧迫・開放を繰り返して、手や腕の疲れをやさしく癒してくれるので、仕事や家事などの少しの空き時間にリラックスしながら心地よくケアができます。さらに、昼寝枕としてもご使用いただけるように手触りが良いふわふわモチモチとした柔らかさ、触るだけでも癒されるような上質な材質にもこだわりました。



ベビーピンク



ピーコック
グリーン



ミッドナイト
ブルー

エレガントなフォルムがお部屋にフィットするマッサージチェア

最新モデル「ルームフィットチェア グレイス AS-R500」

エレガントなフォルムで、お部屋の空間と調和し、圧迫感を与えずに設置することができます。マッサージ機能には、広範囲にもみほぐす横回転式とたたきようにほぐす縦回転式の2種類のもみ玉を採用した「マルチムーブメカ」が、背中からも裏まで施療範囲約91cmにわたって滑らかにマッサージします。自動コースには、在宅ワークで座りっぱなしの方や、日常的に立ちっぱなしが多い方が疲れた下半身を心地良くケアしていただけるコースを搭載しています。

Bluetooth®対応スピーカーを搭載しており、お手持ちのスマートフォンやパソコンなどと接続し、お好みの音楽を流してリラックスしながらマッサージを受けることができます。

医療機器認証番号:229AGBZX00107A01

(家庭用電気マッサージ器・管理医療機器)

販売名: マッサージチェア L57



ベージュ×ブラウン



ベージュ



ブラウン

今後も、フジ医療器は定期的に「美と健康」に関する市場調査結果やお役立ち情報を提供していきます。

■フジ医療器お問い合わせ先

<報道関係の方>

株式会社フジ医療器 マーケティング部 Tel: 06-4793-0611(代表)

<お客様>

フジ医療器お客様相談窓口 【フリーダイヤル】0120-027-612