

## ＜父の日企画＞第11回 お父さんの疲労事情と解消法調査

### 父の日に欲しい疲労解消グッズ 1位は11年連続「マッサージチェア」 長引くコロナ禍で精神的ストレスが強まる傾向に

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歳以上の男性を対象に「＜父の日企画＞第11回 お父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。調査結果からコロナ禍の影響で精神的な疲れが強くなっていることがわかりました。「第11回 お母さんの疲労事情と解消法調査」の結果も交えて詳細をご紹介します。この調査は、2011年より毎年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) 84%のお父さんが「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父さんは54%
- (3) 肉体的疲労の主な原因は「仕事」が5割超、「首や肩のコリ」や「腰痛」の悩みが多い
- (4) 精神的疲労の主な原因は「仕事」が6割弱、職場の人間関係もストレスに
- (5) コロナ禍による疲労感の変化は精神面で強い傾向に
- (6) 解消法のトップ3は「睡眠をとる」、「入浴をする」、「お酒を飲む」
- (7) 父の日のプレゼントとして欲しい疲労解消グッズ、1番人気は11年連続「マッサージチェア」

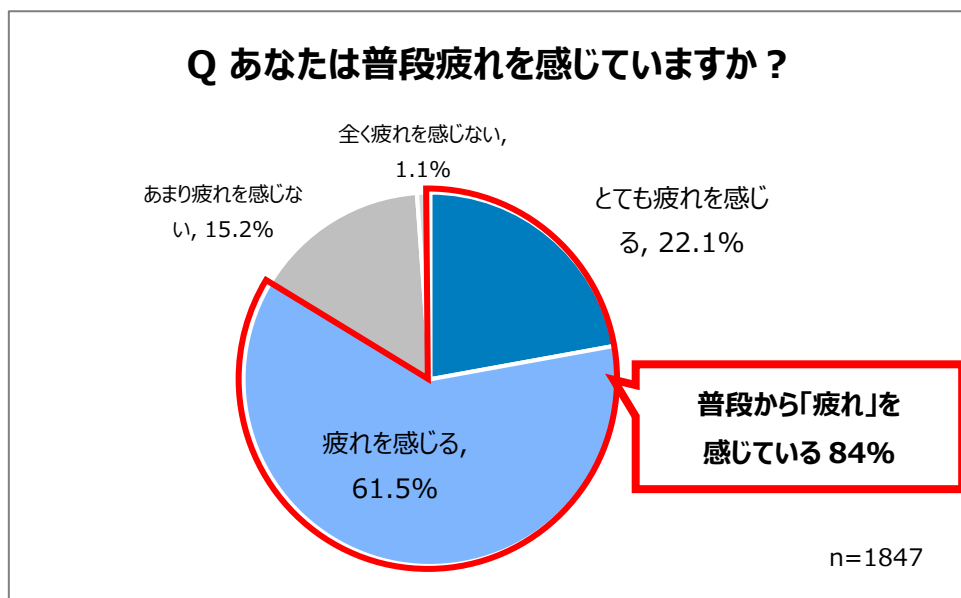
#### ＜調査概要＞

調査期間 : 2021年5月14日～2021年5月18日  
 調査対象者 : 子どもをもつ20歳以上の男性  
 有効回答者数 : 1,847名(20代:12名、30代:79名、40代:252名、50代:497名、60代:569名、70代以上:438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。

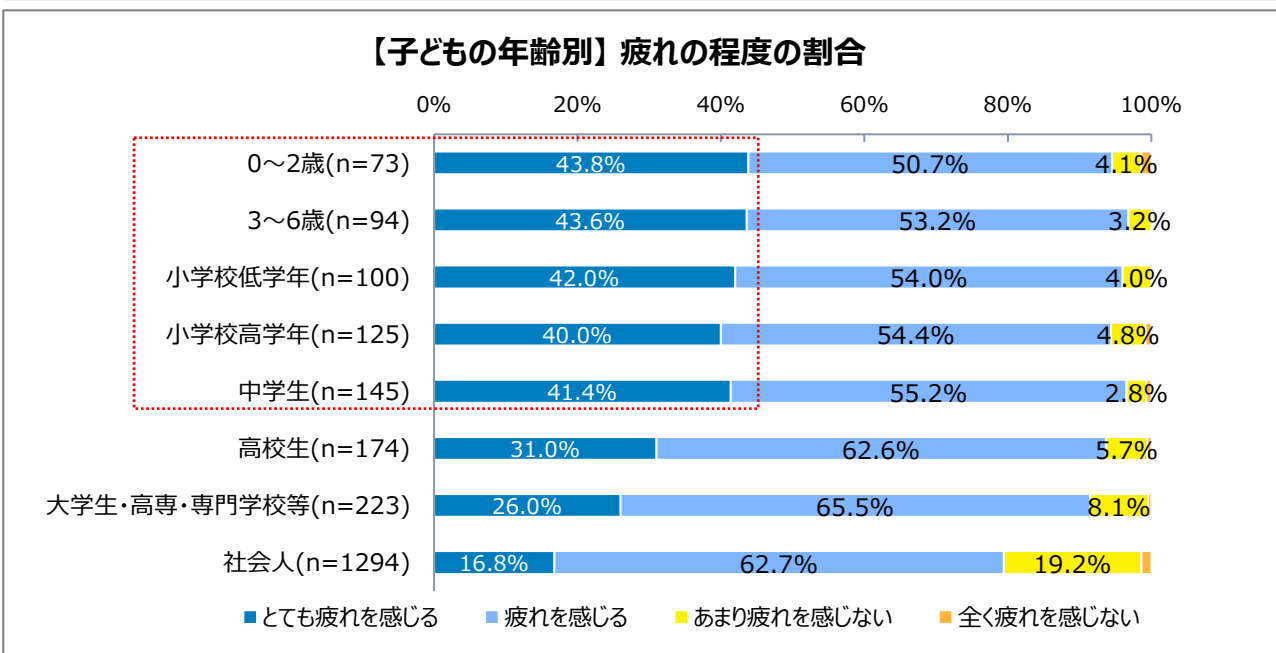
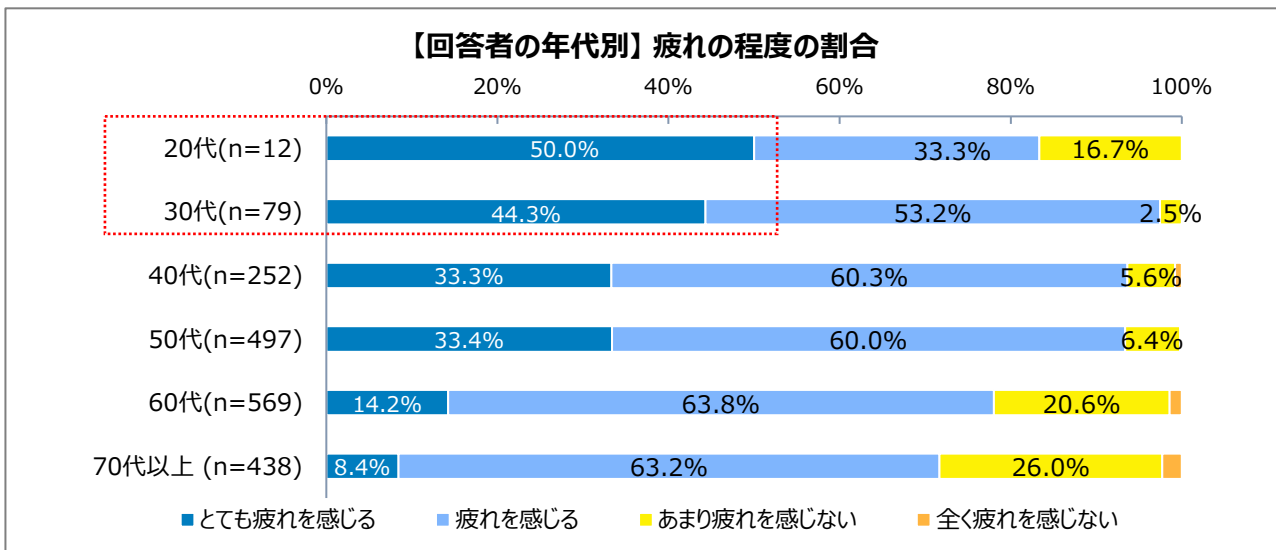
#### 【調査結果の詳細】

##### (1) 昨年より2ポイントアップ！84%のお父さんが「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？」「とても疲れを感じる」と「疲れを感じる」を合わせると84%となり、昨年調査に比べて2ポイントアップしていました。「とても疲れを感じる」を昨年調査と比較すると2ポイントアップしています。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父さんは毎回80%を超えています。



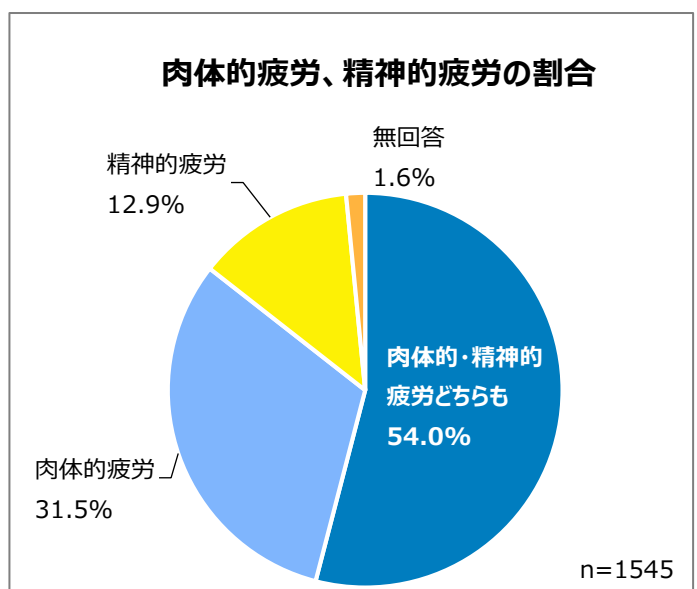
回答者の年代別と、子どもの年齢別に疲れの程度の割合を下記2つのグラフで示しています。  
 「とても疲れを感じる」の割合が多いグループに注目すると、年代別では、若い世代ほど疲れが強く20～30代では4割を超えています。子どもの年齢別では、0歳から中学生までは「とても疲れを感じる」が4割を超えています。高校生になると31%まで減り、子どもの年齢が上がるほど疲れの程度が緩くなっています。



## (2) 心身共に疲労しているお父さんは54%

「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54.0%で、「肉体的疲労」のみが31.5%、「精神的疲労」のみが12.9%という結果になりました。

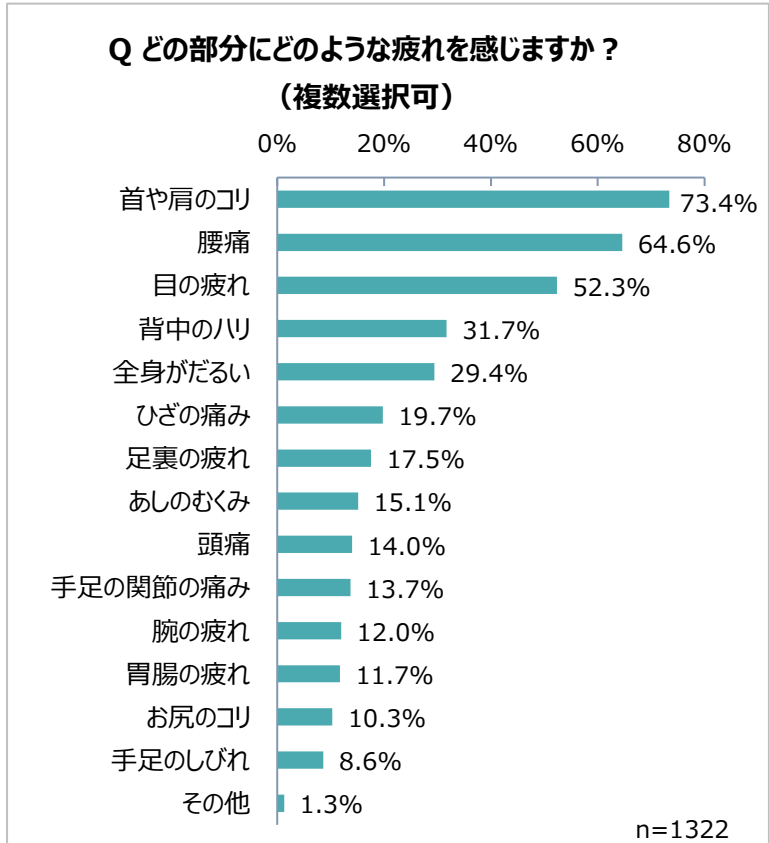
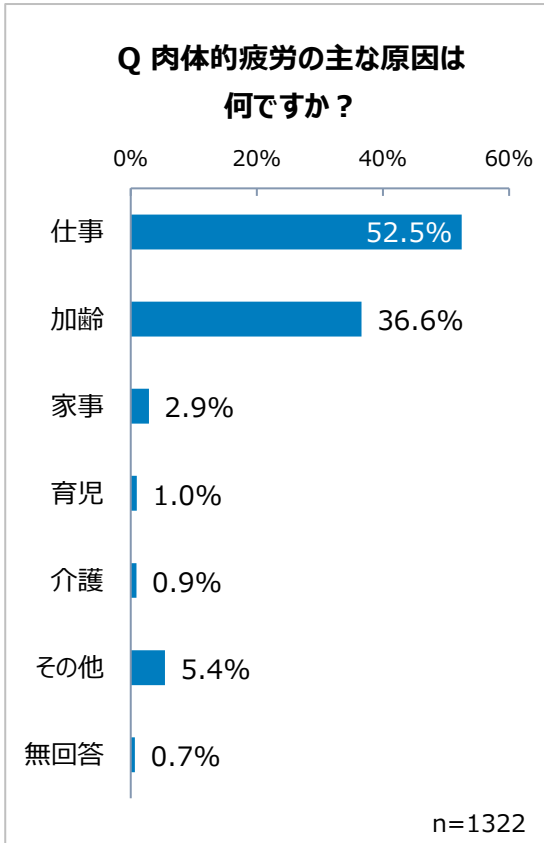
昨年の調査に比べて「肉体的・精神的疲労どちらも」は3ポイント減少、精神的疲労は2ポイント減少、肉体的疲労は5ポイント増えましたが、60代以上で「肉体的疲労」を選ぶ人が多い傾向です。



### (3) 肉体的疲労の主な原因は「仕事」が5割超、「首や肩のコリ」や「腰痛」の悩みが多い

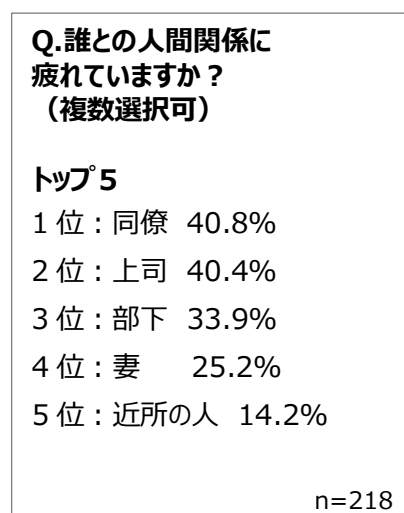
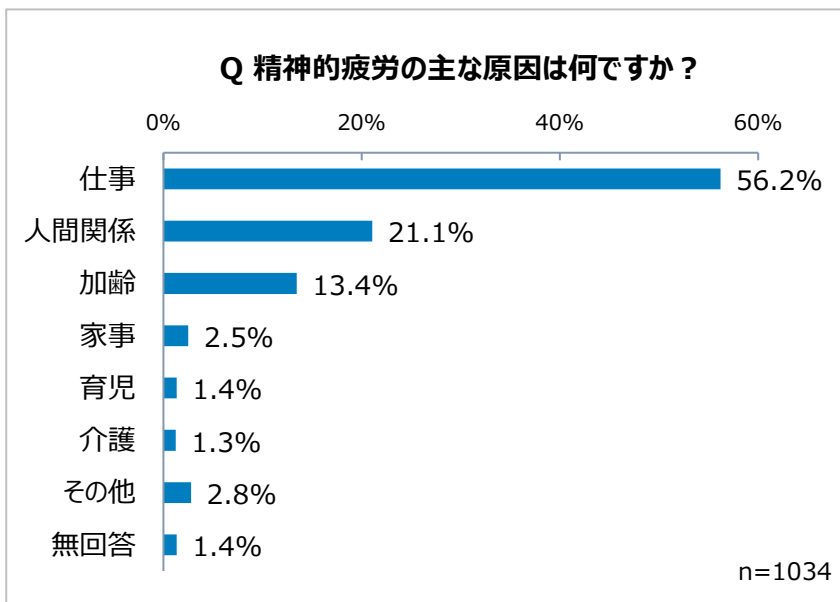
「肉体的疲労（「肉体的・精神的疲労どちらも」も含む）」を選択した回答者に「主な原因は何ですか？」と質問したところ、1位「仕事」（52.5%）、2位「加齢」（36.6%）、3位「家事」（2.9%）という結果になりました。「その他」の回答には、庭仕事や農作業という回答が多くみられました。

「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」（73.4%）、2位「腰痛」（64.6%）、3位「目の疲れ」（52.3%）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「仕事」が6割弱、職場の人間関係もストレスに

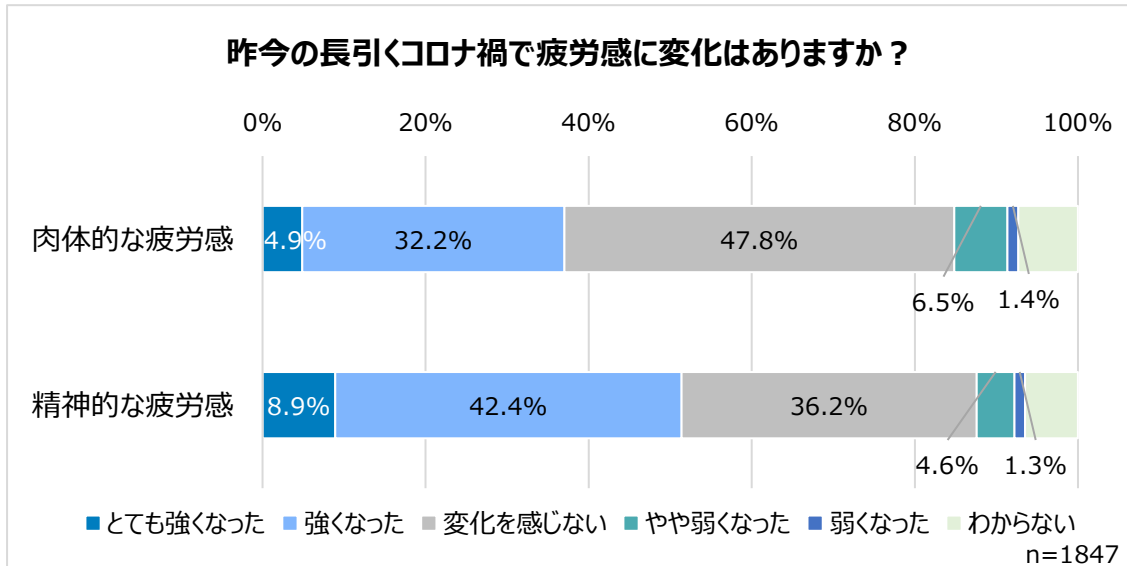
「精神的疲労（「肉体的・精神的疲労どちらも」も含む）」を選択した回答者に「主な原因は何ですか？」と質問した結果、1位「仕事」（56.2%）、2位「人間関係」（21.1%）、3位「加齢」（13.4%）となりました。「その他」には「新型コロナウイルスによる自粛」や「リモートワークによる孤独感」といった「新型コロナウイルス」に関わるコメントがありました。また、「人間関係」と回答した人に、「誰との人間関係に疲れていますか？（複数選択可）」の回答を求めたところ、多かった順に1位「同僚」、2位「上司」、3位「部下」という結果になりました。



**(5) コロナ禍による疲労感の変化は精神面で強い傾向に**

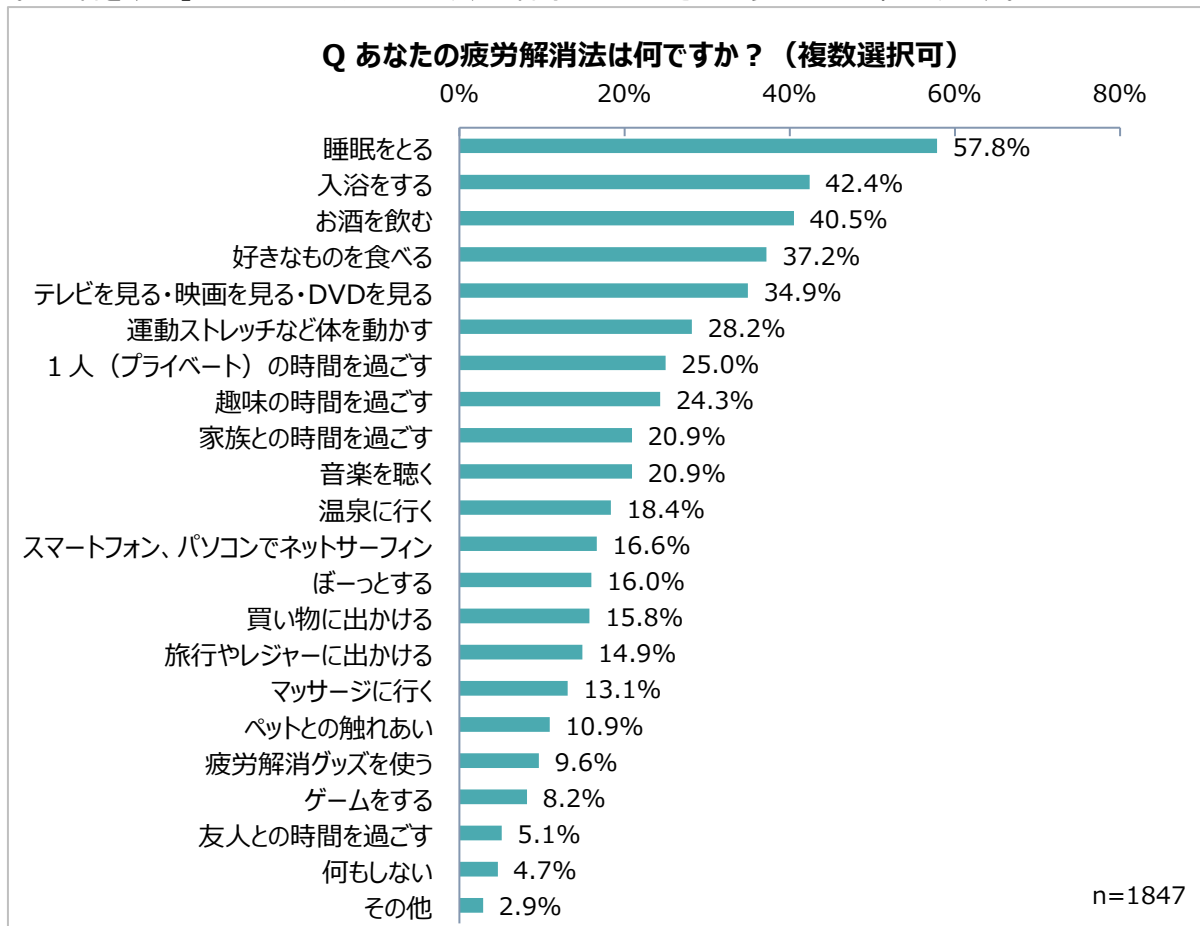
「昨今の長引くコロナ禍で疲労感に変化はありますか？」の質問に対し、肉体的な疲労感については「とても強くなった」が 4.9%、「強くなった」が 32.2%、「変化を感じない」は 47.8%でした。精神的な疲労感では「とても強くなった」が 8.9%、「強くなった」が 42.4%、「変化を感じない」は 36.2%という結果でした。

肉体的な疲労も精神的な疲労でも「とても強くなった」という人は 1 割もない結果でしたが、お母さんを対象とした今年の調査では、肉体的な疲労が「とても強くなった」人は 10.4%、精神的な疲労が「とても強くなった」人は 19.3%もいましたので、お母さんとお父さんにおいてコロナによる疲れ方の違いが見えてきました。



**(6) 解消法のトップ 3 は「睡眠をとる」、「入浴をする」、「お酒を飲む」**

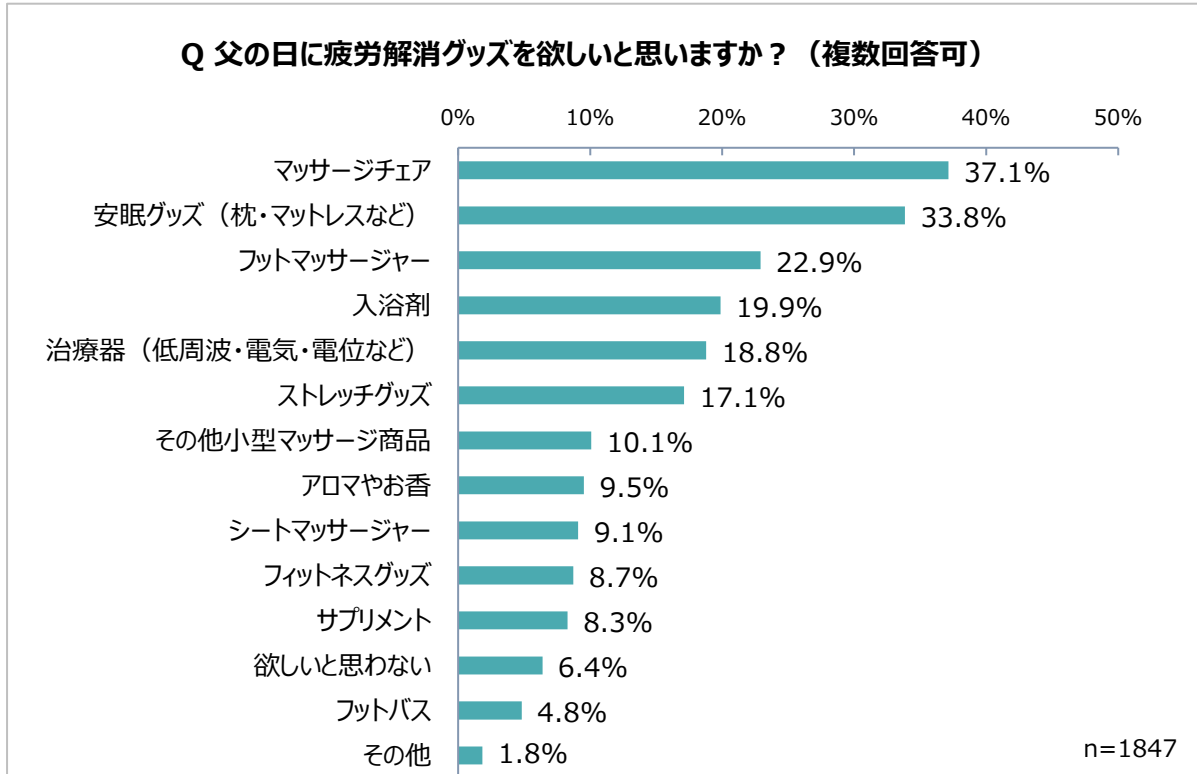
「あなたの疲労解消法は何ですか？（複数選択可）」の質問に対して、1 位「睡眠をとる」(57.8%)、2 位「入浴をする」(42.4%)、3 位「お酒を飲む」(40.5%)となりました。トップ 3 の順位は昨年の調査と同じとなっています。「お酒を飲む」がトップ 3 に入っており、お酒好きのお父さんが多いことがわかります。



## (7) 父の日のプレゼントとして欲しい疲労解消グッズ、1番人気は11年連続「マッサージチェア」

「父の日のプレゼントとして「疲労解消グッズ」をもらえたら、どんなものが欲しいですか？（複数選択可）」の質問には、1位「マッサージチェア」(37.1%)、2位「安眠グッズ(枕・マットレスなど)」(33.8%)、3位「フットマッサージャー」(22.9%)という結果になりました。

「マッサージチェア」は、これまでの調査でも常に1位を獲得しています。また、「安眠グッズ」は前回の調査より30%を超えており、「睡眠をとる」ことで疲労解消をしているお父さんが多く、質の高い睡眠をとれる商品へのニーズが高まっているようです。



### ◎ 父の日ギフトにおすすめのフジ医療器の商品

お疲れのお父さんにはマッサージチェアの贈り物はいかがでしょう。

#### 業界最小幅約 55cm!※ 最新モデル

#### 「ルームフィットチェア グレイス AS-R500」

広範囲にもみほぐす横回転式と、たたく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。また、腰まわりや太もも裏を集中的にほぐすオリジナルのコースも搭載しています。コンパクト設計で圧迫感を与えず、お部屋にフィットするデザインです。

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

※当社調べ(2021年3月現在)



#### フジ医療器の最高峰モデル「サイバーリ

#### ラックス マッサージチェア AS-2100」

最先端のマッサージ技術を駆使した豊富な機能を搭載し、自分好みのマッサージをカスタマイズすることが可能です。スマホと連携する「アプリモード」では、その時の気分や健康状態、疲労度を分析して最適なコースを提案します。また、就寝前に効果的なゆったりとしたストレッチとマッサージを行う30分間の自動コース「ナイトヒーリング」でくつろぎのひと時をお過ごしいただけます。

医療機器認証番号: 302ABBZX00026000

(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 H57



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