

第3回 フジ医療器「足のむくみ調査」結果発表 働く女性の87%が「むくみやすい」と回答！ ～ むくみのセルフケア、フットマッサージャーの使用が増加傾向に～

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20代～50代の全国の働く女性600人を対象に“足のむくみ”に関する悩みをテーマにしたアンケートを実施いたしましたので、その結果を発表いたします。

なお本調査は、2019年より実施している当社独自のアンケートで、今回は2020年以来、3回目となります。

<調査結果概要>

- (1) 87%の女性が足のむくみを感じている。40代が最も多く、割合は90%
- (2) 秋冬の季節は95%が足の冷えを感じやすく、93%が特に足がむくみやすいと回答
- (3) むくんだときの主な症状は「足が重くてだるい」、「足が太くなったように感じる」
- (4) 足のむくみ対策セルフケア方法の1位は「入浴」。「フットマッサージャー」は増加傾向

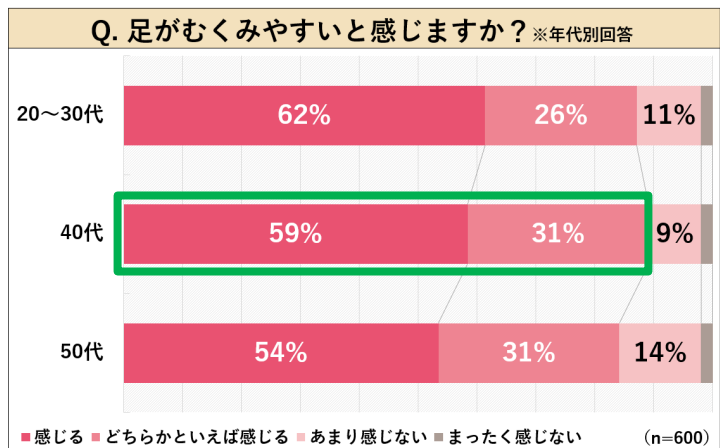
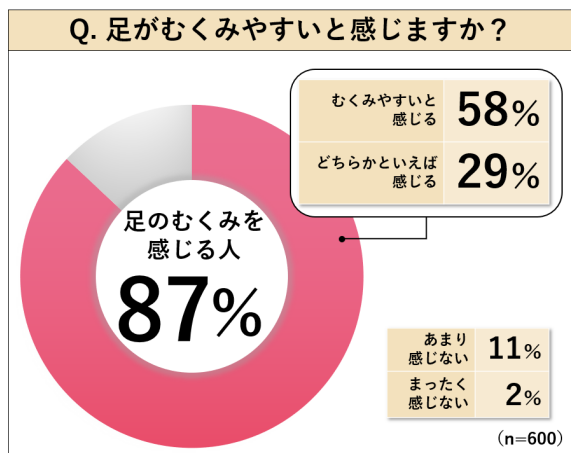
【調査概要】

調査期間 : 2022年10月20日(木)～2022年10月24日(月)
 対象者 : 20代～50代の働く女性
 有効回答者数 : 600名(20～30代:200名、40代:200名、50代:200名)
 仕事の主なスタイル : 座り仕事317名、立ち仕事261名、その他22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にならないものもございます。

<調査結果の詳細>

(1)87%の女性が足のむくみを感じている。40代が最も多く、割合は90%

「足がむくみやすいと感じますか?」という質問に対し、87%が「足のむくみを感じる」と回答しました(感じる58%、どちらかといえば感じる29%の合計)。年代別に比較したところ、40代が足のむくみを感じやすい人が最も多く、その割合は90%でした。いずれの年代でも85%を超える女性が足のむくみを感じているようです。



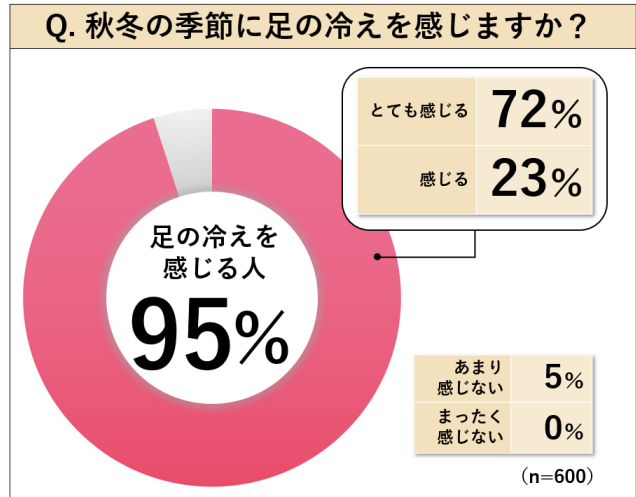
(2) 秋冬の季節は95%が足の冷えを感じやすく、93%が特に足がむくみやすいと回答

「秋冬の季節に足の冷えを感じますか？」という質問に対しては、95%が足の冷えを感じるという回答でした。年代別に見ると、20～30代が77%、50代は67%と年代間で足の冷えの感じやすさに差があることが分かります。

反対に足の冷えをまったく感じないという人は非常に少ない結果となり、秋冬にかけての気温の低下に伴い足の冷えも感じやすくなることが分かります。

Q. 秋冬の季節に足の冷えを感じますか？ ※年代別回答

	とても感じる	感じる	あまり感じない	まったく感じない
20～30代	77%	19%	4%	0%
40代	72%	24%	5%	1%
50代	67%	26%	8%	0%
総計	72%	23%	5%	0%

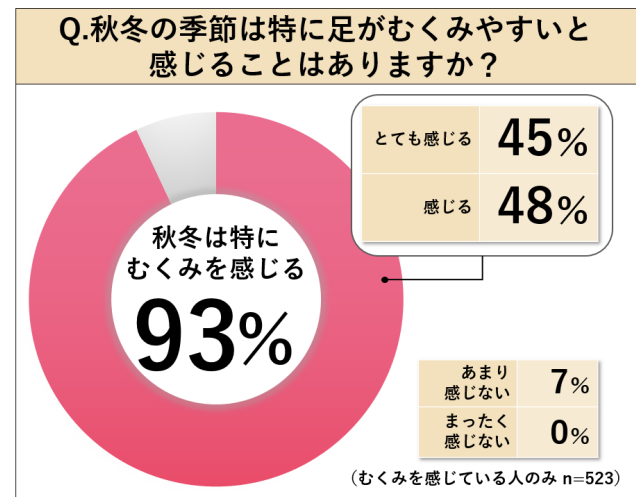


また、足がむくみやすいと感じている人に「秋冬の季節は特に足がむくみやすいと感じることはありますか？」と質問したところ、45%が「とても感じる」、48%が「感じる」と回答しています。

年代別に見ると、足の冷えの感じやすさと同じく、20～30代の方が秋冬は特にむくみを感じやすいことがわかりました。

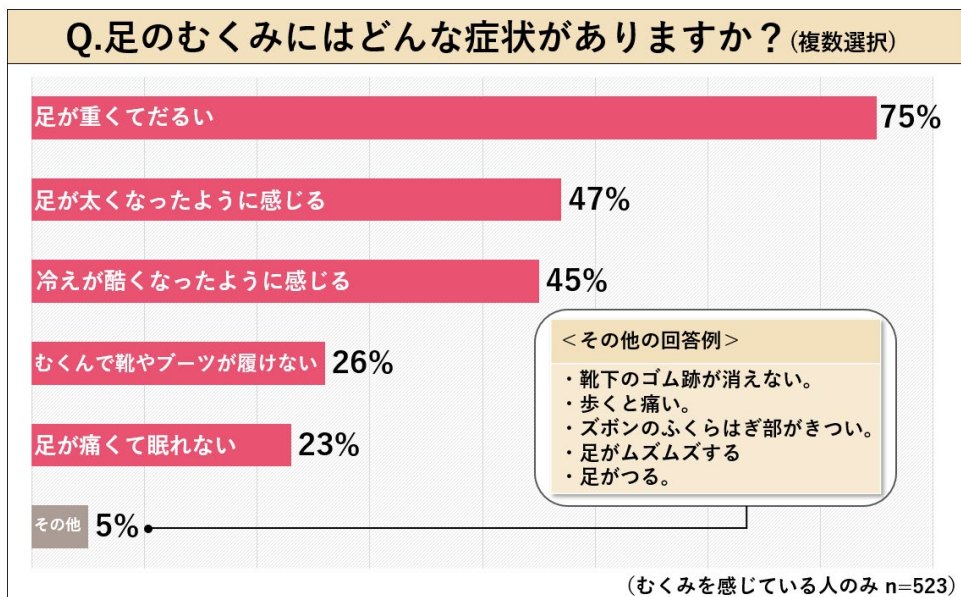
Q. 秋冬の季節は特に足がむくみやすいと感じることはありますか？ ※年代別回答

	とても感じる	感じる	あまり感じない	まったく感じない
20～30代	53%	41%	6%	0%
40代	41%	50%	9%	0%
50代	39%	53%	8%	0%
総計	45%	48%	7%	0%



(3) むくんだときの主な症状は「足が重くてだるい」、「足が太くなったように感じる」

足がむくみやすいと感じている人に「どのような症状がありますか？」と質問したところ、多かった順に「足が重くてだるい」(75%)、「足が太くなったように感じる」(47%)、「冷えが酷くなったように感じる」(45%)という結果になりました。その他の回答例としては、主に「靴下のゴム跡が消えない」という意見がありました。

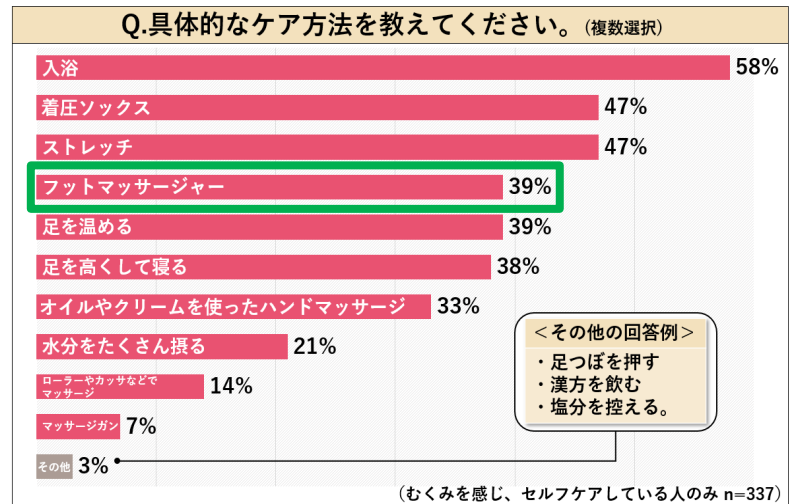
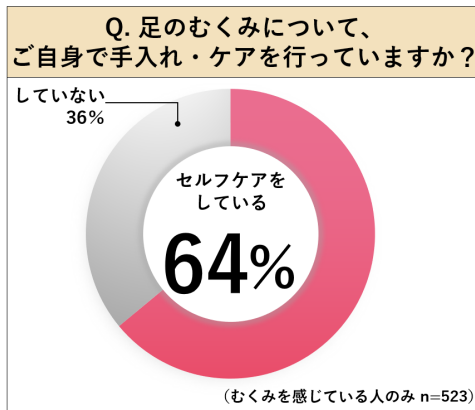


(4)足のむくみ対策セルフケア方法の1位は「入浴」。「フットマッサージャー」は増加傾向

「足のむくみについて、ご自身で手入れ・ケアを行っていますか？」と質問したところ、64%が「はい」と回答しました。

具体的なケア方法については、多い回答から順に「入浴」(58%)、「着圧ソックス」(47%)、「ストレッチ」(47%)、「フットマッサージャー」(39%)という結果で、過去2回で20%前後*だった「フットマッサージャー」が今回は39%と、大幅に増加しました。

*2019年の結果:23% 2020年の結果:20%



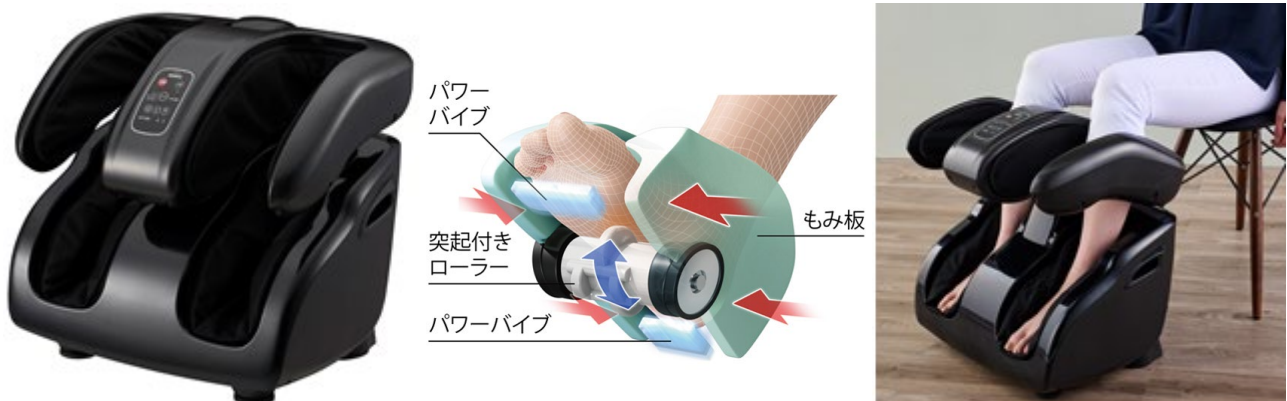
今回実施したアンケートから、年代や仕事のスタイルにかかわらず9割に近い女性が足のむくみを感じており、秋冬はほとんどの女性が特にむくみやすいということが明らかになりました。入浴をして体を温めるなど、日ごろからご自身でケアをしている人も多く、日常的に足のむくみに悩まされながらも軽減するための対策を講じていることがわかりました。秋冬は寒さや冷えを感じることも増えるため、日頃からケアを行うことが大切です。

●フジ医療器がおすすめする、日々のフットケアに最適な2アイテム

[1]足裏から太ももまで集中ケアができる「モミーナ フットマッサージャー R22 KC-330」

日頃の足のケアには、人の手のようなきめ細やかな施術動作と、メカだから実現する力強さや振動を掛け合わせた動きで脚部マッサージを行う「モミーナ フットマッサージャーR22 KC-330」をおすすめします。ふくらはぎ部のマッサージ機構を太もも位置まで5段階で角度調節が可能な「ラチェットウイング」を搭載し、足裏から太ももまでパワフルにマッサージを行います。もみ板やパワーバンプを使用した力強いマッサージで脚全体に爽快な心地良さを感じていただけます。

- ・医療機器認証番号:303ABBZX00056000(家庭用電気マッサージ器・管理医療機器)
- ・メーカー希望小売価格:オープン価格
- ・全国の家電量販店やフジ医療器オンラインショップにて販売



〔2〕足裏をしっかり掴んで伸ばしてほぐす「モミーナ フットマッサージャー KC-220」

足裏全体をほぐすためにローラーが回転しながら前後に移動する「足裏極メカローラー」と、ふくらはぎから足先まで包み込み絞りあげる「全周囲エアーマッサージ」を組み合わせた「モミーナ フットマッサージャー KC-220」もおすすめです。ローラーと指圧突起による足裏マッサージ、そしてふくらはぎ、足首、足先へのエアーマッサージでリフレクソロジーのようなスッキリ爽快なマッサージをお楽しみいただけます。

- ・医療機器認証番号:303ABBZX00021000(家庭用電気マッサージ器・管理医療機器)
- ・メーカー希望小売価格:オープン価格
- ・全国の家電量販店やフジ医療器オンラインショップにて販売



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 会社概要>

社名	株式会社フジ医療器
創業	1954年
設立	1965年4月
代表取締役	安永 誠司
本社所在地	大阪市中央区農人橋1丁目1番22号 大江ビル14階
事業内容	健康・美容機器の製造、販売、輸出入
資本金	3,000万円 ジョンソンヘルステック(台湾上場)グループ :60% アサヒホールディングス(東京証券取引所 プライム市場)グループ :40%
従業員数	770名(2021年12月現在)
URL	https://www.fujiiryoki.co.jp/

■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

Tel: 06-4793-0611(代表)

フジ医療器お客様相談窓口 【フリーダイヤル】0120-027-612