

報道関係者各位
プレスリリース

2019年4月5日
ソフトブレイン・フィールド株式会社

ヘルスケアアプリの利用経験者は3割、利用者の半数以上が「ほぼ毎日利用」
～「スマートフォンヘルスケア&フィットネスアプリの利用に関するアンケート調査」～

[調査結果のポイント]

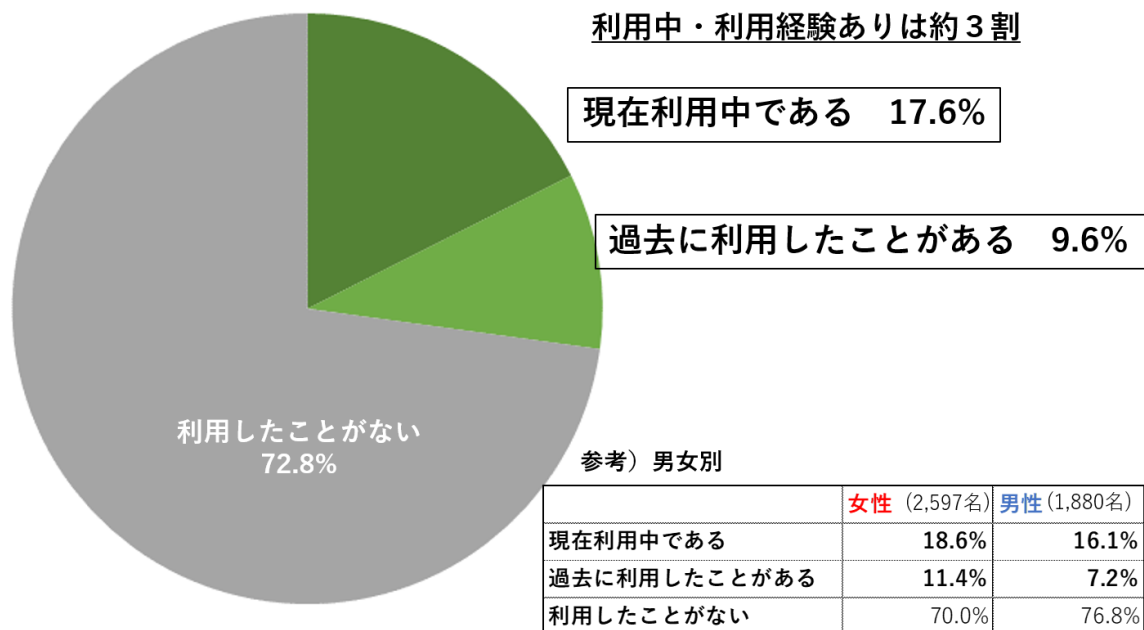
- ・スマートフォンのヘルスケア&フィットネスアプリを「現在利用中である」が17.6%、「過去に利用したことがある」9.6%と合わせて、直近1年間で利用経験がある方は、約3割となった。
- ・利用経験があるヘルスケア&フィットネスアプリの分野は、「健康管理」が52.7%で最多。「運動管理・運動指導」が40.8%、「ダイエット」が29.9%と続いた。
- ・利用頻度は、「週に6日以上」が54.3%で、半数以上の方がほぼ毎日利用をしている。
- ・管理をしている項目は、「歩数・歩行距離」が75.9%が最多で、次の「体重」51.8%を20ポイント以上引き離れた。
- ・利用する際に重視したポイントは、「操作のしやすさ」が64.6%で最多、「グラフや動画など情報のわかりやすさ」が41.7%、「利用料金」が37.6%と続いた。
- ・利用することにより得られたメリットは、「いつでも健康や運動などの管理ができるようになった」が33.0%で最多。「楽しく健康や運動などの管理ができるようになった」が23.4%、「健康をより意識するようになった」が23.2%と続いた。

健康に対する意識の高まりから、近年ヘルスケア&フィットネスアプリが増え、利用率はこの2年で5%から10%へと約2倍に伸びました。(株式会社電通デジタル・フラー株式会社調査結果より)

世界的な健康啓発を目的とした4月7日の世界保健デー(世界保健機関制定)を前に、フィールド・クラウドソーシング事業を展開するソフトブレイン・フィールド株式会社(本社:東京都港区、代表取締役社長:木名瀬博)は、「マルチプルID-POS購買理由データPoint of Buy®」(以下POB)アンケートモニター(n=4,477名 男女20代~60代)を対象に、「スマートフォンヘルスケア&フィットネスアプリの利用に関するアンケート」を2019年3月6日(水)~3月11日(月)にかけて実施しましたので、報告いたします。(調査概要5P参照)

まず調査では、直近1年間のスマートフォンのヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験について、調査をしました。

図表1) 直近1年間でヘルスケア&フィットネスアプリを利用したことがありますか？



N = 4,477名、20代～60代男女POB会員

ソフトブレン・フィールド調べ

ヘルスケア&フィットネスアプリを「現在利用中である」が17.6%、「過去に利用したことがある」9.6%と合わせて、直近1年間で利用経験がある方は、約3割となりました。

次からは、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験があると回答した、1,217名を対象に調査をしました。

図表2) 利用経験がある、ヘルスケア&フィットネスアプリの分野について教えてください。(複数回答)

項目	(%)
健康管理	52.7%
運動管理・運動指導	40.8%
ダイエット	29.9%
睡眠管理	15.0%
体調管理	11.2%
食事管理	10.1%
薬の管理 (お薬手帳など)	4.8%
ストレス・メンタル管理	3.5%
健康指導・遠隔医療	1.4%
その他	6.6%

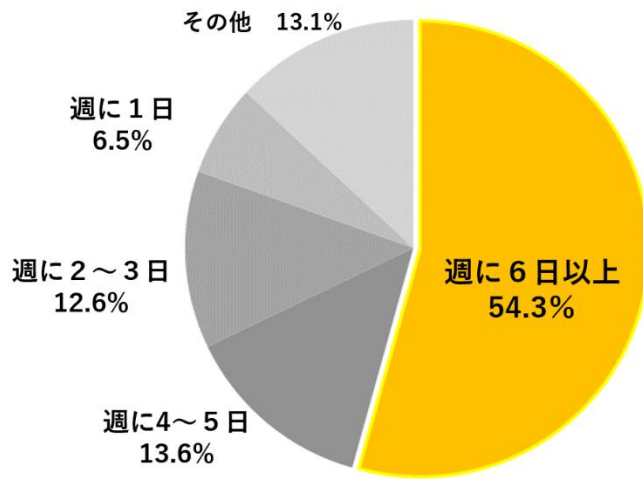
ソフトブレン・フィールド調べ

N = 1,217名、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験がある20代～60代女性POB会員

まず、利用経験があるヘルスケア&フィットネスアプリの分野は、「健康管理」が52.7%でもっとも多く、「運動管理・運動指導」が40.8%、「ダイエット」が29.9%と続きました。ヘルスケア&フィットネスアプリを利用したことがある方のうち、2人に1人が「健康管理」のアプリ利用経験があることがわかりました。

次に、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用頻度について調査をしました。

図表3) ヘルスケア&フィットネスアプリの利用頻度を教えてください。



ソフトブレーン・フィールド調べ

N=1,217名、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験がある20代~60代女性POB会員

利用頻度は、「週に6日以上」が54.3%となり、半数以上の方が、ほぼ毎日利用をしていることがわかりました。

次に、ヘルスケア&フィットネスアプリで、管理をしている項目について調査をしました。

図表4) ヘルスケア&フィットネスアプリで、管理をしている項目をお選びください。
(複数回答)

項目	(%)
1. 歩数・歩行距離	75.9%
2. 体重	51.8%
3. 体脂肪率	22.4%
4. 運動	21.6%
5. 睡眠	17.5%
6. 食事内容	13.1%
7. 摂取カロリー	12.9%
8. 生理周期	10.4%
9. 心拍数	10.3%
10. 血圧	7.7%

※上位10回答

ソフトブレーン・フィールド調べ

N=1,217名、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験がある20代~60代女性POB会員

管理をしている項目は、「歩数・歩行距離」が75.9%でもっとも多く、次の「体重」51.8%を20ポイント以上引き離す結果となりました。「目標歩数を設定してそれをクリアするために、できるだけ歩くようになった。(60代男性)」や、「歩数計の設定値を1万歩にしているので、通勤時、バスを止めて毎日設定値以上歩くようにしている。(60代男性)」などといったコメントがあり、いつも持ち歩くスマートフォンだけで、手軽に歩数の管理ができることにより、継続につながっていることが伺えます。

また、「体重」については、「毎日の体重を記録しているので増えた時に気をつけるようになった。(30代女性)」や「体重や体脂肪率を数字で見ることにより、運動をするモチベーションになり、ダイエットに成功した。(40代女性)」など、健康だけではなく、ダイエットや美容目的で管理しているという声がありました。

次に、ヘルスケア&フィットネスアプリを利用する際に重視したポイントを調査しました。

図表5) ヘルスケア&フィットネスアプリを利用する際に、重視したポイントを教えてください。(複数回答)

項目	(%)
1. 操作のしやすさ	64.6%
2. グラフや動画など情報のわかりやすさ	41.7%
3. 利用料金	37.6%
4. 健康データの取得のしやすさ	34.8%
5. ポイントなどの特典	15.7%
6. モチベーション維持の仕組み	8.3%
7. 評判	7.4%
8. 個人情報保護の対策状況	3.4%
9. 提供会社の信頼性や知名度	2.9%
10. 試用期間提供の有無	2.1%

※上位10回答

ソフトブレーン・フィールド調べ

N=1,217名、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験がある20代~60代女性POB会員

利用する際に重視したポイントは、「操作のしやすさ」が64.6%でもっとも多く、「グラフや動画など情報のわかりやすさ」が41.7%、「利用料金」が37.6%と続きました。

また、今回の調査で利用しているアプリの月額料金を聞いたところ、「無料」と回答した方が84.7%となり、iPhoneなどにみられる初期インストールのヘルスケアアプリを利用していると回答した方もみられました。

次に、ヘルスケア&フィットネスアプリを利用することによって、得られたメリットを調査しました。

図表6) ヘルスケア&フィットネスアプリを利用することによって、得られたメリットを教えてください。(複数回答)

項目	(%)
1. いつでも健康や運動などの管理ができるようになった	33.0%
2. 楽しく健康や運動などの管理ができるようになった	23.4%
3. 健康をより意識するようになった	23.2%
4. 自分自身の生活を見直すきっかけになった	15.4%
5. 運動する頻度が増えた	12.5%
6. 目標を達成しやすくなり自信がついた	10.9%
7. 理想の体に近づいた	5.9%
8. 食事量をコントロールできるようになった	5.3%
9. 好きな時間に運動できるようになった	5.1%
10. ジム通いを辞め節約につながった	2.3%

※上位10回答

ソフトブレーン・フィールド調べ

N=1,217名、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用経験がある20代~60代女性POB会員

利用することにより得られたメリットは、「いつでも健康や運動などの管理ができるようになった」が33.0%でもっとも多く、「スマホはいつでも持ち歩くので、忘れることがなく健康管理ができる(50代女性)」といった、利便性に関する声が多く挙がりました。次に「楽しく健康や運動などの管理ができるようになった」が23.4%、「健康をより意識するようになった」が23.2%と続き、「アプリだとゲーム感覚でエクササイズが続けられるので運動が継続できた。(40代男性)」や、「以前は、なんとなく漠然と体調の管理をしていたが、アプリで数字やグラフで目にするると反省し改善しなくてはと意識が強くなった。(60代女性)」といったコメントがありました。

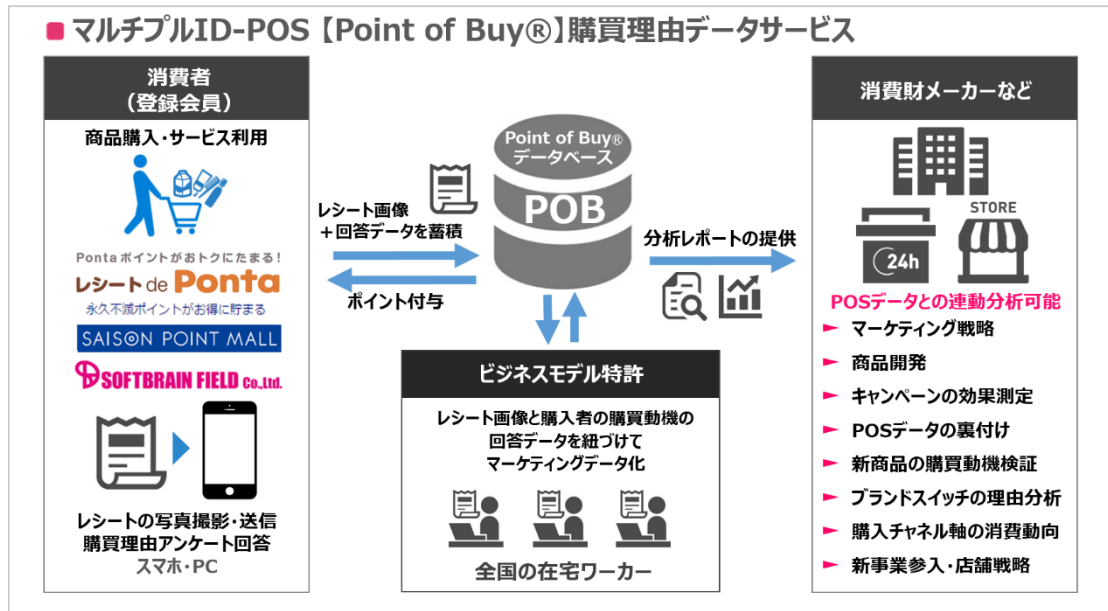
他にも、少数派ではありますが、「好きな時間に運動ができるようになった（5.1%）」、「ジム通いを止め節約につながった（2.3%）」とあり、「以前はパーソナルトレーナーの人がいるジムに行きましたが値段が高かったので、アプリに変えました。（50代女性）」などから、節約につながったという声がありました。

今回の調査では、ヘルスケア&フィットネスアプリの利用者は3割程度となりましたが、利用者の方のコメントをみると、「離れている両親の体重を管理をしている。（50代男性）」や、遠方の家族の健康管理をアプリで行っている方や、「病院でデータを見てもらい、専門家の見解を過不足なく聞かせてもらえるようになった（30代女性）」、「病院受診の際の参考になるように、日々の血圧や体調を管理してる（60代女性）」など、家族や医師とデータを共有している方もみられました。

「人生100年の時代」健康寿命を延ばすのが大きな社会課題と言われる中で、無理せず継続できる健康管理方法のひとつとして、ヘルスケア&フィットネスアプリの市場は活性化し、今後注目を浴びることになることが予想されます。

【調査概要】

調査対象	全国のPOB会員アンケートモニター					
調査方法	インターネットリサーチ					
行ラベル	20代	30代	40代	50代	60代以上	総計
女性	125	507	957	717	291	2,597
男性	37	156	486	660	541	1,880
総計	162	663	1,443	1,377	832	4,477
調査日時	2019/3/6~3/11					
調査機関	ソフトブレン・フィールド株式会社					



Point of Buy®データベースは、全国の消費者から実際に購入/利用したレシートを収集し、ブランドカテゴリや利用サービス、実際の飲食店利用者ごとのレシート（利用証明として）を通して集計したマルチプルリテール購買データです。

同一個人（シングルソース）から「消費行動」に関わる複数種類のデータを収集しており、ショッパーの行動結果からリアルなショッパーの実態に直接迫り、マーケティング戦略に不可欠なデータを、“より精度を高く” 企業・メーカーに提供します。

集計対象は、消費財カテゴリ68種類 約6,000ブランド、飲食利用カテゴリ10種類約200チェーン（2018年1月現在）。全ての利用証明に購入/利用理由（フリーコメント）がデータ化されています。

■ 当事業の特長：

- 日本初のレシートによる購買証明付き購買理由データ
- 「セゾンポイントモール」会員と、「Ponta Web」会員、「履歴書情報」のある当社登録会員「キャスト」で構成された約20万人のネットワークに基づく本人認証度の高いデータを提供
- 700企業以上のチェーン情報を公開
- ビジネスモデル特許による全チェーン共通オリジナルブランドマスター（※JICFS/IFDBベース）を生成
詳細はこちら <https://www.sbfield.co.jp/press/20170222-10722>
※JICFS/IFDB：JANコード統合商品データベース（一財）流通システム開発センター

■ サービス詳細参照ページ：

- ・「マルチプルID-POS購買理由データPoint of Buy®」 <https://www.sbfield.co.jp/multi-idpos>
- ・レシートで貯める <https://aqfpob.com/>
- ・レシート de Ponta <https://ponta-receipt.jp/>
- ・レシーポ <https://receipo.com/>

【ソフトブレン・フィールド株式会社 会社概要】

ソフトブレン・フィールド株式会社は、ソフトブレン株式会社（市場名：東証1部・4779、本社：東京都中央区、設立年月日：1992年6月17日、代表取締役社長：豊田浩文）のグループ会社として、全国の主婦を中心とした登録スタッフ約90,000名のネットワークを活用し、北海道から沖縄まで全国のドラッグストアやスーパー、コンビニ、専門店など169,000店舗以上をカバーし、営業支援（ラウンダー）や市場調査（ミステリーショッパー、店頭調査など）を実施しています。当社代表の木名瀬博は、2004年にアサヒビールの社内独立支援制度に応募し、合格第1号事業として独立しました。

「木名瀬 博のフィールド虎の巻」URL：<https://www.sbfield.co.jp/toranomaki>

本社所在地：東京都港区赤坂3-5-2 サンヨー赤坂ビル5階

設立：2004年7月 / 資本金：151,499,329円

代表取締役社長：木名瀬 博

URL：<https://www.sbfield.co.jp/>

【サービスに関するお問い合わせ先】

ソフトブレン・フィールド株式会社 経営企画部 事業開発課 佐藤（さとう） / 神谷（かみたに）

TEL：03-6328-3883 FAX：03-5561-8599 お問い合わせフォーム：<https://www.sbfield.co.jp/contact/contact-corporation>

【報道関係お問い合わせ先】

ソフトブレン・フィールド株式会社 経営企画部 広報担当 坂本（さかもと） / 石井（いしい）

TEL：03-6328-3630 FAX：03-6328-3631 MAIL：press@sbfield.com

当社調査リリースに取材協力していただける企業を募集しています。くわしくは、press@sbfield.com よりお気軽にお問い合わせください。