

【こんぶネット】昆布と美容について アンケート報告書

■報告書作成日 2011年11月10日

株式会社ハーストリープラス
〒733-0834 広島市西区草津新町2丁目15-17
URL: <http://www.hs-plus.jp/>

【こんぶネット】昆布と美容についてのアンケート

【有効回答】 500人
 【アンケート実施日】 2011年10月21日～2011年10月23日

■属性

【性別】

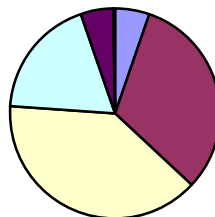
性別	人数	割合
男性	21	4.2
女性	479	95.8
合計	500	100



■ 男性
 ■ 女性

【年代】

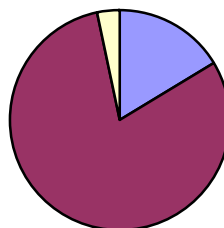
年代	人数	割合
20代	26	5.2
30代	159	31.8
40代	195	39
50代	94	18.8
60代	24	4.8
70代	2	0.4
合計	500	100



■ 20代
 ■ 30代
 ■ 40代
 ■ 50代
 ■ 60代
 ■ 70代

【未既婚】

未既婚	人数	割合
未婚	82	16.4
既婚	402	80.4
非公開	16	3.2
合計	500	100



■ 未婚
 ■ 既婚
 ■ 非公開

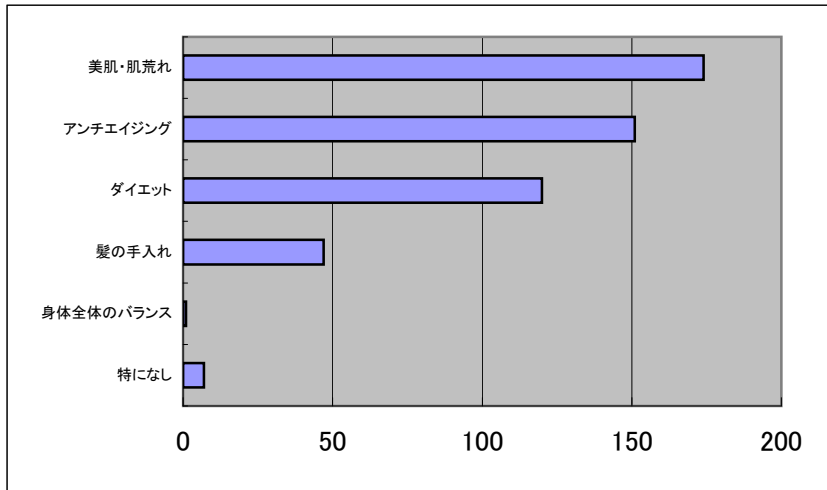
【都道府県】

地域	県名	人数	回答率	地域	県名	人数	回答率	地域	県名	人数	回答率
北海道				山梨県	1	0.2		岡山県	5	1	
北海道	北海道	24	4.8		長野県	3	0.6		広島県	23	4.6
東北					岐阜県	6	1.2		山口県	5	1
	青森県	2	0.4		静岡県	11	2.2	四国			
	岩手県	2	0.4		愛知県	37	7.4		徳島県	4	0.8
	宮城県	1	0.2		三重県	5	1		香川県	4	0.8
	福島県	1	0.2		富山県	2	0.4		愛媛県	3	0.6
	山形県	3	0.6		石川県	2	0.4		高知県	1	0.2
関東				関西				九州			
	茨城県	6	1.2		滋賀県	3	0.6		福岡県	19	3.8
	栃木県	6	1.2		京都府	11	2.2		佐賀県	2	0.4
	群馬県	5	1		大阪府	46	9.2		長崎県	5	1
	埼玉県	28	5.6		兵庫県	26	5.2		熊本県	2	0.4
	千葉県	21	4.2		奈良県	5	1		鹿児島県	2	0.4
	東京都	86	17.2		和歌山県	4	0.8		大分県	2	0.4
	神奈川県	58	11.6						宮崎県	2	0.4
中部				中国					沖縄県	3	0.6
	新潟県	3	0.6		鳥取県	3	0.6				
	福井県	3	0.6		島根県	4	0.8	合計		500	100

■単純集計

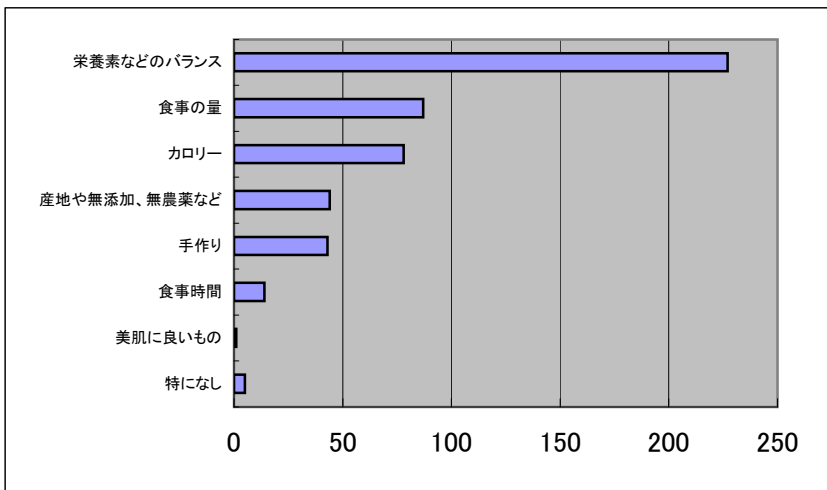
Q1. 美容について、あなたが一番気にしていることはなんですか？

回答	人数	回答率
美肌・肌荒れ	174	34.8
アンチエイジング	151	30.2
ダイエット	120	24
髪の手入れ	47	9.4
身体全体のバランス	1	0.2
特になし	7	1.4
合計	500	100



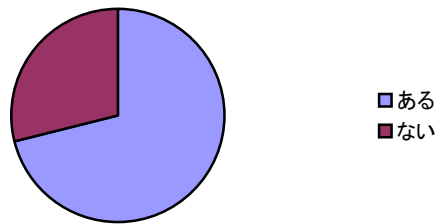
Q2. 美容のため、食事では一番注意していることはなんですか？

回答	人数	回答率
栄養素などのバランス	228	45.6
食事の量	87	17.4
カロリー	78	15.6
産地や無添加、無農薬など	44	8.8
手作り	43	8.6
食事時間	14	2.8
美肌に良いもの	1	0.2
特になし	5	1
合計	500	100



Q3. 昆布が美容にも良いということを聞いたことがありますか？
ある方は、どのような内容か教えてください。

回答	人数	回答率
ある	356	71.2
ない	144	28.8
合計	500	100

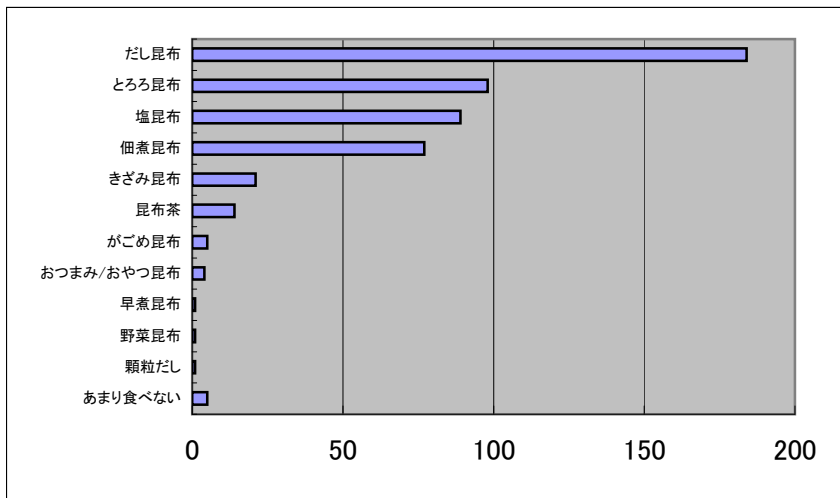


■「ある」と回答の主な内容

髪に良いと...
きれいな黒髪に なれると 小さい頃 聞きました。
海藻は髪に良いと聞いたことがあります。ミネラルが豊富だから？
髪が黒く綺麗になる
髪の毛のつやが出ると聞いたことがある
髪の毛にいいと聞いて、子供のころよく食べさせられた。
昆布は、髪の毛を美しくするなどの作用があると聞いたので、煮昆布などをよく食べていた。
食物繊維が豊富で便秘対策にも...
食物繊維が豊富でおなかの調子を良くするので、肌にもよい。
昆布は繊維が多いので腸に良く、したがって便秘を防ぐから、肌に良い。
あります。昆布には食物繊維が豊富なので、ダシでとった昆布も刻んで具として食べています。
繊維質が豊富なので便秘に効果がある
昆布のフコイダンが髪の毛の育毛に効果的。食物繊維が多いので、食べると身体の中の掃除が出来る。
低カロリーで、食物繊維が豊富なおなかのお掃除に最適
腸で膨らんで排便を促すって聞きました。
根昆布を水に浸けておいたものを飲んで便秘対策をしていたことがありました。
昆布水が便秘に良いと雑誌で読んだことがあります。
海藻類は繊維が多いので便秘によく効くと聞いているので必ず食事に取り入れている。
低カロリーなので...
ミネラルも豊富で、痩せたいなら、カロリーがないので、お腹がすいたら、食べてみるといい。
昆布はカロリーが低いので、多く取り入れると食事のカロリーを抑えられる。
カロリーが低く、美容に良いとされる栄養もある。
ノンカロリーで満腹感がある
ダイエットにも...
ミネラルも豊富で乾燥こんぶを味噌汁にたくさん入れ、ダイエット食としていた事はある
ヘルシーでカロリーがないのでダイエットに最適。今、とろろ昆布を3食に取り入れています。
例にあるように、食物繊維が豊富なのでとろろ昆布ダイエットをしていましたが、塩分が気になってやめました
水溶性の食物繊維で、ダイエットによい。
とろろ昆布がダイエットになると聞きなると、何にでものせてたべていた。
ミネラルが豊富なので...
良質のミネラルが手軽に摂取できると聞いています。
昆布は食物繊維やミネラル類が豊富で、「海の野菜」と呼ばれていること。
ミネラルが含まれているのでむくみに良いと聞いたような気がします。
ミネラルが豊富なので美容に良いというのは何となく聞いたことがあります
ミネラルがたっぷりなので髪にもお肌にも良いと聞いたことがあり、昆布入りシャンプーを使ったことがある。
フコイダンが...
昆布フコイダンが肌に良いと聞いた。
フコイダンの成分が、便秘、コレステロールに、よいので、なるべく食べるようにしている。
フコイダンが良いらしいので、がごめ昆布入りスープを摂取している
フコイダンという成分が良いと聞いたことがある。
フコイダンが免疫力を高める
ねばねばが...
ねばねばが身体に良いと聞いたことがある。免疫を高めるなど
ねばねば成分がよいと聞いた事があります。
ぬめりの多い食べ物は身体に良いと聞いた事があります。
ヌメリ成分が美容によいと聞いたことがある
昆布のぬめり成分が体の老廃物を流してくれる

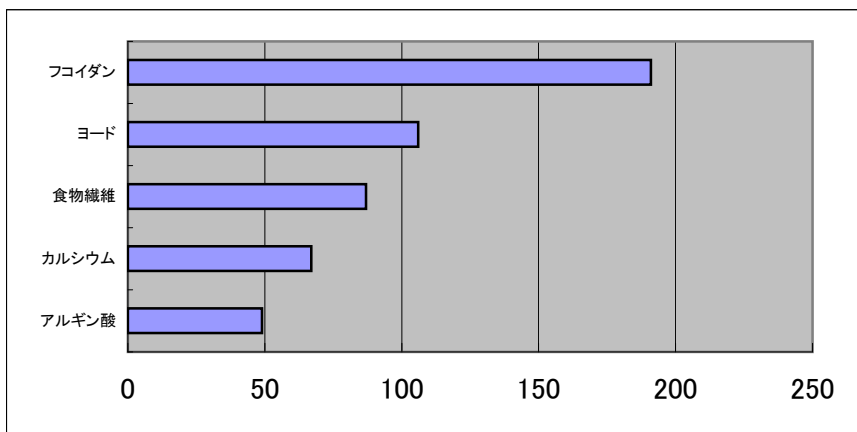
Q4. 昆布の種類の中で、一番よく使う(食べる)昆布は何ですか？

回答	人数	回答率
だし昆布	184	36.8
とろろ昆布	98	19.6
塩昆布	89	17.8
佃煮昆布	77	15.4
きざみ昆布	21	4.2
昆布茶	14	2.8
がごめ昆布	5	1
おつまみ/おやつ昆布	4	0.8
早煮昆布	1	0.2
野菜昆布	1	0.2
顆粒だし	1	0.2
あまり食べない	5	1
合計	500	100



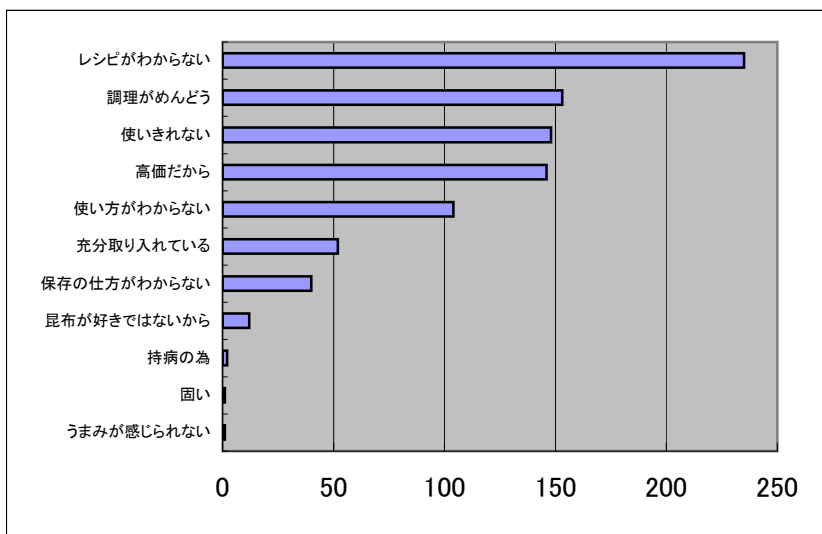
Q5. 昆布には健康・美容に良い栄養がいっぱいです。
以下の中で一番興味があるものを教えてください。

回答	人数	回答率
若返り「フコイダン」	191	38.2
お肌つるつる「ヨード」	106	21.2
ダイエットに「食物繊維」	87	17.4
骨が元気「カルシウム」	67	13.4
頭の回転がよくなる「アルギン酸」	49	9.8
合計	500	100



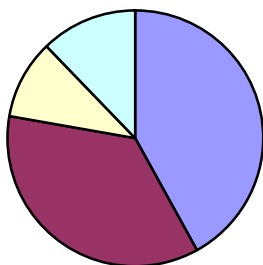
Q6. こんぶネットでは「いつもの料理にこんぶをプラス」をテーマに活動しています。もっと昆布を身近に活用していただきたいと思いますが、近年、昆布の消費量は減ってきています。昆布を食生活に取り入れるのが難しいなと思われる理由を教えてください。【複数回答】

回答	人数	回答率
昆布を使った料理のレシピがわからない	235	26.4
調理がめんどう	153	17.1
1袋買っても使いきれない	148	16.6
高価だから	146	16.3
だしの取り方などの使い方がわからない	104	11.6
昆布を食生活に充分取り入れている	52	5.8
保存の仕方がわからない	40	4.5
昆布が好きではないから	12	1.3
持病の為(甲状腺疾患など)	2	0.2
固い	1	0.1
うまみを感じられない。	1	0.1
合計	894	100



Q7. こんぶネットでは現在昆布商品が当たるキャンペーンを実施しています。興味があるキャンペーンを以下からお選びください。【複数回答】

回答	人数	回答率
塩昆布を使った「簡単！ちよい足し昆布レシピ」募集！	264	42
昆布の学校クイズに答えて「昆布おやつセット」を当てよう！	224	35.7
「昆布川柳」募集！	64	10.2
興味がない	76	12.1
合計	628	100



- 「簡単！ちよい足し昆布レシピ」募集
- 昆布の学校クイズ
- 「昆布川柳」募集
- 興味がない