

報道関係者各位

2009年10月28日
株式会社東急ハンズ
株式会社アップアローズ

東急ハンズ、カゼ予防に関するモバイル調査を実施

～多くの方がサプリメントや薬に頼らず、日頃の身体のケアで、カゼ予防を実践。

昔ながらの「おばあちゃんの知恵」が生きていることが浮き彫りに～

株式会社東急ハンズ(本社:東京都渋谷区、取締役社長:中島 美博)は、モバイルサイト『ハンズモバイル』にて、株式会社アップアローズ(本社:東京都目黒区、代表取締役社長:星加 修)の協力のもと、同社のモバイルアンケートシステム『リアルアンケート』を利用し、カゼ、インフルエンザへの関心が高まる時期に、こういった予防法を実践しているのかをアンケート調査し、678人の皆様からご回答いただきました。

■調査概要

調査方法	東急ハンズモバイルトップページで、アンケート回答者を募集(オープンアンケート)告知メール配信(属性:男女会員)
回答方法	モバイルサイトにおけるアンケート
調査期間	2009年10月16日(金)～18日(日)(3日間)
有効回答数	678

■まとめ

手洗い、うがいは当たり前。日頃からサプリメントには頼らず、栄養バランスに気をつけ、身体を内・外から温め、睡眠を十分に取ることが大事。

秋も深まり、気温が下がり、体調を崩しやすい季節です。みなさん、当たり前のカゼ対策にとどまらず、日頃から体調を崩さないように気をつけていらっしゃるようです。

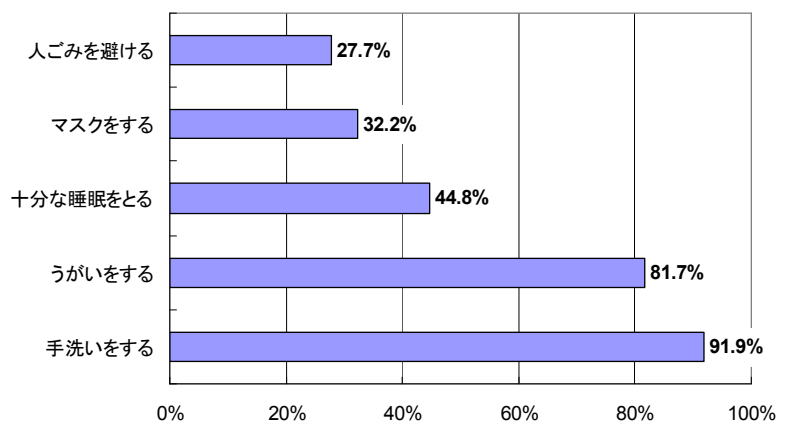
回答から読み取れることは、サプリメントに頼らず、**毎日3食、栄養バランスの良い食事**をすること。そして、**身体を温め、免疫力を高めること**。

カゼ予防には、子供のころから慣れ親しんだ「**おばあちゃんの知恵**」が生きているように思えます。

■カゼ・インフルエンザ予防のためにいつもやっていることは？(複数回答)

回答者の8割以上が「手洗い」(91.9%)と「うがい」(81.7%)を習慣としていることがわかりました。次に多かったのは「十分な睡眠をとる」(44.8%)で、次いで「マスクをする」(32.2%)、「人ごみを避ける」(27.7%)の順でした。

インフルエンザ予防に関心が高まる中、日頃できることをしっかりやるという意識の高さがうかがえます。



■とっておきのカゼ予防策を教えてください。(フリー回答)

フリー回答を分類すると、食べ物(22.3%)、飲み物(19.0%)、うがい(13.3%)、睡眠(9.0%)の順となりました。

回答例)

- 食べ物: ネギやショウガ、ニンニク、唐辛子などの香辛料をとる。／鍋を食べる。／3食バランスを考える。／みかんやレモンなどのかんきつ類を食べる。納豆、れんこんを食べる。
- 飲み物: 紅茶、蜂蜜入りショウガ湯、緑茶などの体温を上げる温かいものを飲む。
- うがい: 鼻うがいをする。／緑茶、紅茶でうがいをする。
- 睡眠: 十分な睡眠をとる。

まず、第一のポイントですが、サプリメントに頼るという回答は少なく、**バランスの良い食事をして、栄養をとる**という傾向が見られました。

また、**身体を温め、免疫力を高める**ということが第二のポイントです。ショウガやネギ、ニンニク、七味唐辛子といった食事や、紅茶、生姜湯、緑茶といった飲み物をとること。そして、身体、首を冷やさないようにマフラーをする、適度な運動、毎日湯船につかって半身浴をする等で血行を良くするという答えもありました。また、乾燥を防ぐために、加湿をする、マスクをする、水分補給を欠かさないなども当たり前に行われているようです。

最後に、**規則正しい生活をして、よく眠る**ことをあげていらっしゃる方が多くみられました。

また、ユニークな回答としては、

- 夏場にクーラーを使わない。かぜのきっかけになってしまうから。
- 喉にいいアロマオイルを使ってアロマをたいています。
- コーラにショウガを入れて温めて飲む。

など、カゼを引かないために自分にあった方法を見つけ出していることがわかりました。

<参考>

ハンズモバイル	http://hands-mobile.jp/	
---------	---	---

■モバイルアンケートシステム『リアルアンケート』

『リアルアンケート』は、2006年にアップアローズが独自で開発したモバイルアンケート構築・運用システムです。アンケート調査票の作成・運用は大変手間とコストのかかる作業ですが、リアルアンケートを導入することで、一連の作業を効率化、低コストかつスピーディーにアンケートを実施することができます。

WEBサイト: <http://www.up-arrows.co.jp/business/real.html>

■株式会社アップアローズ 会社概要

本社所在地: 〒153-0044 東京都目黒区大橋1-6-2 池尻大橋ビルディング3F

設立: 2006年7月

代表者: 代表取締役社長 星加 修

事業内容: 携帯電話向けウェブサイトの企画、開発、構築、

携帯電話向けコンテンツの制作、インターフェースデザイン、サウンド制作

WEBサイト: <http://www.up-arrows.co.jp/> モバイルサイト: <http://up-arrows.jp/>

以上