

	質問文	タイプ
Q1	あなたは、ご自身の「健康」について、普段どの程度意識していますか。最もあてはまるものをお選びください。	SA
Q2	あなたは普段「健康」に関して、どこから情報を得ることがありますか？あてはまるものをすべてお選びください。	MA
Q3	あなたは健康になるための行動に1日あたりどれくらいの時間を費やしていますか？（例えば運動、食事）	SA
Q4_1	あなたの直近1ヶ月間の1日あたりの平均労働時間を教えてください。／時間	NU
Q5_1	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／日頃からストレスを感じている	SA
Q5_2	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／健康に自信が持てない	SA
Q5_3	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／健康について、自分で調べることがある	SA
Q5_4	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／糖質制限をしている	SA
Q5_5	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／食物繊維を摂取するようにしている	SA
Q5_6	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／ヨーグルトを摂取するようにしている	SA
Q5_7	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／健康食品を摂取するようにしている	SA
Q5_8	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／バランスの取れた食事を心がけている	SA
Q5_9	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／日頃からヨガや筋トレをしている	SA
Q5_10	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／日頃からランニング・ウォーキングをしている	SA
Q5_11	以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／十分な睡眠がとれている	SA
Q6_1	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／便秘	SA
Q6_2	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／下痢	SA
Q6_3	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／肌荒れ	SA
Q6_4	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／肩こり	SA
Q6_5	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／倦怠感・疲労感	SA
Q6_6	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／冷え性	SA
Q6_7	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／むくみ	SA
Q6_8	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／頭痛	SA
Q6_9	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／不眠	SA
Q6_10	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／食欲不振	SA
Q6_11	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／口臭	SA
Q6_12	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／オナラが臭い	SA
Q6_13	あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／その他	SA
Q7_1	現在、日本人の死因1位はがんですが、男性・女性それぞれの死亡数が最も高いがんの種類をご存知ですか。それぞれ一つずつお選びください。／男性	SA
Q7_2	現在、日本人の死因1位はがんですが、男性・女性それぞれの死亡数が最も高いがんの種類をご存知ですか。それぞれ一つずつお選びください。／女性	SA
Q8_1	あなたが普段、健康に気を使っている身体の部位をすべてお選びください。その中で、最も気を使っている部位を一つだけお選びください。／気を使っている部位	MA
Q8_2	あなたが普段、健康に気を使っている身体の部位をすべてお選びください。その中で、最も気を使っている部位を一つだけお選びください。／最も気を使っている部位	SA
Q9	あなたは「腸活」の意味を知っていますか？	SA
Q10	あなたは「腸活」を行ったことがありますか？	SA
Q11	「腸活」で行った対策法は何ですか？あてはまるものをすべてお選びください。	MA
Q12	あなたは「小腸」と「大腸」の違いがわかりますか？小腸、大腸に該当する箇所をお選びください。／小腸	SA
Q12	あなたは「小腸」と「大腸」の違いがわかりますか？小腸、大腸に該当する箇所をお選びください。／大腸	SA
Q13	あなたは「腸内フローラ」を知っていますか？	SA
Q14	腸内フローラが主に生息しているのはどちらの部位だと思いますか？	SA
Q15	大腸の環境をよくすると思うものを、以下の中からすべてお選びください。	MA
Q16	大腸の環境を悪くすると思うものを、以下の中からすべてお選びください。	MA
Q17	あなたはどのような体調の変化が生じたときに、大腸が不調をきたしていると思いますか？	MA
Q18	「大腸劣化」と聞いてイメージできる心身のトラブル・病気は何ですか？	MA
Q19	大腸のケアに重要なのはどちらだと思いますか？	SA
Q20	「乳酸菌」「ビフィズス菌」以外で、大腸のケアに重要だと思う菌を教えてください。	SA
Q21	ビフィズス菌は乳酸菌の一種だと思いますか？	SA
Q22	ビフィズス菌は何の菌の一種だと思いますか？	SA
Q23	あなたは自分のオナラの臭いを抑えたいと思ったことはありますか？	SA
Q24_1	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／夫	SA
Q24_2	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／妻	SA
Q24_3	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／父親	SA
Q24_4	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／母親	SA
Q24_5	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／祖父	SA
Q24_6	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／祖母	SA
Q24_7	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／兄弟	SA
Q24_8	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／姉妹	SA
Q24_9	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／息子	SA
Q24_10	あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／娘	SA
Q25	自分が臭い（と感じる）ときの原因として考えられるものは何ですか？あてはまるものをすべてお選びください。	MA

Q1 あなたは、ご自身の「健康」について、普段どの程度意識していますか。最もあてはまると思うものをお選びください。(SA)

		該当数	とても意識している	意識している	やや意識している	あまり意識していない	意識していない	まったく意識していない
全体		1000	137	293	324	148	27	71
別性	男性	500	74	142	142	81	15	46
	女性	500	63	151	182	67	12	25
年代	20代	200	19	41	59	42	10	29
	30代	200	26	52	66	34	6	16
	40代	200	28	58	67	30	6	11
	50代	200	30	64	69	23	3	11
	60代	200	34	78	63	19	2	4
性年代	男性20代	100	10	22	20	21	6	21
	男性30代	100	14	23	31	21	3	8
	男性40代	100	18	26	34	15	1	6
	男性50代	100	16	30	28	15	3	8
	男性60代	100	16	41	29	9	2	3
	女性20代	100	9	19	39	21	4	8
	女性30代	100	12	29	35	13	3	8
	女性40代	100	10	32	33	15	5	5
	女性50代	100	14	34	41	8	0	3
女性60代	100	18	37	34	10	0	1	
居住エリア	北海道	45	6	10	18	8	1	2
	東北	57	15	14	17	3	1	7
	関東	419	55	119	136	59	16	34
	中部	154	17	62	46	20	2	7
	近畿	186	23	54	59	36	5	9
	中国	47	4	16	13	7	1	6
	四国	26	5	6	7	3	1	4
九州・沖縄	66	12	12	28	12	0	2	
健康意識度	健康意識Top3box	754	137	293	324	0	0	0
	健康意識Bottom3box	246	0	0	0	148	27	71
平日間労働時間	3時間未満	32	7	9	9	4	0	3
	3時間以上～5時間未満	39	8	12	9	5	1	4
	5時間以上～7時間未満	95	12	29	37	11	2	4
	7時間以上～9時間未満	335	51	86	107	53	11	27
	9時間以上～11時間未満	147	16	50	46	24	3	8
	11時間以上	41	3	11	13	7	2	5
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	90	172	178	76	17	24
	健康に自信が持てない	446	69	128	142	73	14	20
	健康について、自分で調べることがある	555	107	215	180	38	6	9
	糖質制限をしている	165	51	59	35	13	2	5
	食物繊維を摂取するようにしている	436	103	176	120	27	3	7
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	96	181	168	51	6	9
	健康食品を摂取するようにしている	235	67	90	59	13	1	5
	バランスの取れた食事を心がけている	459	104	185	138	27	1	4
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	58	81	57	16	2	5
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	66	108	84	13	2	4
十分な睡眠がとれている	342	64	119	111	30	6	12	
普段実感している症状 (各)	便秘	387	58	124	128	55	9	13
	下痢	367	49	106	123	62	9	18
	肌荒れ	385	46	120	151	49	6	13
	肩こり	593	85	179	211	90	11	17
	倦怠感・疲労感	615	90	191	210	91	15	18
	冷え性	355	56	112	121	49	8	9
	むくみ	292	46	86	106	37	7	10
	頭痛	401	59	120	138	64	10	10
	不眠	342	56	101	107	48	12	18
	食欲不振	165	33	48	46	22	6	10
	口臭	352	68	104	110	46	8	16
	オナラが臭い	415	65	124	138	61	11	16
その他	8	1	2	5	0	0	0	
認知度	認知有	647	108	223	220	76	7	13
	認知無	353	29	70	104	72	20	58
実施有無	実施有	117	33	48	28	6	0	2
	実施無	530	75	175	192	70	7	11
認知度	認知有	760	120	254	247	101	11	27
	認知無	240	17	39	77	47	16	44
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	61	113	110	39	7	6
	理解無	664	76	180	214	109	20	65

		該当数	新聞	テレビ番組	雑誌	書籍	WEBニュース	企業サイト	医療機関のサイト	SNS	医師	友人	家族	その他
全体		1000	267	635	131	80	402	49	109	122	172	154	226	21
別性	男性	500	136	285	56	40	214	26	56	52	98	49	106	14
	女性	500	131	350	75	40	188	23	53	70	74	105	120	7
年代	20代	200	22	100	18	10	61	8	16	53	18	23	41	8
	30代	200	42	120	27	21	99	16	23	30	16	29	52	4
	40代	200	48	133	23	18	92	6	25	18	36	25	37	2
	50代	200	64	135	28	13	82	8	23	16	43	33	49	2
	60代	200	91	147	35	18	68	11	22	5	59	44	47	5
性年代	男性20代	100	13	47	5	7	29	6	7	19	9	11	19	6
	男性30代	100	23	49	9	9	52	10	11	12	8	11	28	3
	男性40代	100	26	58	11	8	54	2	14	10	19	7	14	0
	男性50代	100	32	62	14	5	42	3	13	10	22	10	18	1
	男性60代	100	42	69	17	11	37	5	11	1	40	10	27	4
	女性20代	100	9	53	13	3	32	2	9	34	9	12	22	2
	女性30代	100	19	71	18	12	47	6	12	18	8	18	24	1
	女性40代	100	22	75	12	10	38	4	11	8	17	18	23	2
	女性50代	100	32	73	14	8	40	5	10	6	21	23	31	1
女性60代	100	49	78	18	7	31	6	11	4	19	34	20	1	
居住エリア	北海道	45	14	31	6	2	14	3	5	9	7	2	6	1
	東北	57	18	37	6	3	24	5	8	11	10	10	15	2
	関東	419	109	270	57	41	178	22	49	49	73	61	92	9
	中部	154	45	99	21	13	62	8	17	17	23	24	25	1
	近畿	186	52	107	22	10	73	7	15	20	34	32	54	5
	中国	47	11	29	5	5	13	1	4	7	10	14	18	2
	四国	26	5	15	2	0	11	0	2	3	4	6	4	0
	九州・沖縄	66	13	47	12	6	27	3	9	6	11	5	12	1
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	234	508	122	76	338	48	100	104	157	136	172	10
	健康意識Bottom3box	246	33	127	9	4	64	1	9	18	15	18	54	11
平1 均日 間労 働あ った 時り	3時間未満	32	7	18	1	2	7	0	1	3	2	6	3	0
	3時間以上～5時間未満	39	8	24	7	4	15	1	2	3	8	11	10	0
	5時間以上～7時間未満	95	28	62	12	8	36	4	8	9	23	19	22	0
	7時間以上～9時間未満	335	80	209	44	20	143	15	42	37	45	43	63	9
	9時間以上～11時間未満	147	38	85	19	15	66	10	17	23	19	25	36	1
	11時間以上	41	12	25	8	3	18	2	2	6	8	4	9	0
健康意識・実態 (各 T o p 2 b o x)	日頃からストレスを感じている	557	135	375	81	47	247	29	60	82	97	80	111	8
	健康に自信が持てない	446	99	296	57	33	186	27	48	68	75	59	85	9
	健康について、自分で調べることがある	555	173	394	98	61	269	37	81	90	120	105	127	7
	糖質制限をしている	165	46	101	33	22	56	16	26	26	34	22	32	1
	食物繊維を摂取するようにしている	436	157	303	82	61	194	33	63	56	96	84	106	6
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	174	353	90	57	215	32	60	58	103	98	127	6
	健康食品を摂取するようにしている	235	75	155	40	29	114	23	32	39	49	38	50	3
	バランスの取れた食事を心がけている	459	173	310	82	53	214	36	64	52	101	86	126	3
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	74	138	44	33	86	17	34	31	40	39	46	2
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	104	186	57	40	120	24	46	35	56	58	69	4
十分な睡眠がとれている	342	100	225	49	32	135	14	46	49	66	64	81	8	
普段実感している 症状 (各 T o p 2 b o x)	便秘	387	108	263	59	34	165	20	37	57	68	63	85	5
	下痢	367	85	240	46	31	144	20	43	63	69	53	75	8
	肌荒れ	385	98	270	60	33	177	16	34	63	69	64	90	6
	肩こり	593	168	400	85	56	252	34	70	84	106	105	134	11
	倦怠感・疲労感	615	163	424	90	62	276	36	72	95	115	105	131	11
	冷え性	355	89	239	58	37	150	27	42	66	54	64	89	6
	むくみ	292	76	205	49	31	113	17	38	56	44	51	58	6
	頭痛	401	106	273	58	40	165	23	57	67	69	67	79	11
	不眠	342	84	227	52	23	153	22	40	58	66	61	70	9
	食欲不振	165	50	99	28	15	45	13	15	26	38	23	29	7
	口臭	352	86	241	57	30	144	20	36	54	57	51	71	7
	オナラが臭い	415	103	282	67	40	189	23	53	61	76	76	98	9
その他	8	2	6	1	1	2	0	2	2	2	0	0	0	
認知度 「腸活」	認知有	647	196	453	108	69	288	44	90	94	123	123	154	8
	認知無	353	71	182	23	11	114	5	19	28	49	31	72	13
実施有 「腸活」	実施有	117	49	82	31	22	58	13	21	21	26	31	30	1
	実施無	530	147	371	77	47	230	31	69	73	97	92	124	7
認知度 「腸内フ」	認知有	760	227	533	113	75	320	46	96	97	148	126	175	14
	認知無	240	40	102	18	5	82	3	13	25	24	28	51	7
理解度 大腸ケア	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	107	218	52	33	141	18	35	39	61	59	77	4
	理解無	664	160	417	79	47	261	31	74	83	111	95	149	17

Q3 あなたは健康になるための行動に1日あたりどれくらいの時間を費やしていますか？（例えば運動、食事）（SA）

		該 当 数	3 0 分 未 満	3 0 分 〜 1 時 間	0 1 時 間 〜 1 時 間 3 分	時 間 1 時 間 〜 2 時 間	0 2 時 間 〜 3 時 間	時 間 2 時 間 〜 3 時 間	0 3 時 間 〜 4 時 間	時 間 3 時 間 〜 4 時 間	4 時 間 以 上
全体		1000	607	234	85	38	10	6	4	2	14
別性	男性	500	316	104	40	21	5	2	2	1	9
	女性	500	291	130	45	17	5	4	2	1	5
年代	20代	200	120	49	16	4	4	0	1	0	6
	30代	200	116	52	21	7	1	1	0	0	2
	40代	200	129	38	16	9	2	1	1	0	4
	50代	200	137	35	12	9	2	1	1	2	1
	60代	200	105	60	20	9	1	3	1	0	1
性年代	男性20代	100	56	25	9	3	3	0	1	0	3
	男性30代	100	64	21	8	4	1	0	0	0	2
	男性40代	100	66	18	7	6	0	1	0	0	2
	男性50代	100	77	11	5	4	1	0	0	1	1
	男性60代	100	53	29	11	4	0	1	1	0	1
	女性20代	100	64	24	7	1	1	0	0	0	3
	女性30代	100	52	31	13	3	0	1	0	0	0
	女性40代	100	63	20	9	3	2	0	1	0	2
	女性50代	100	60	24	7	5	1	1	1	1	0
女性60代	100	52	31	9	5	1	2	0	0	0	
居住エリア	北海道	45	31	9	3	0	1	0	0	0	1
	東北	57	30	18	3	2	1	0	0	0	3
	関東	419	252	96	38	16	4	3	2	1	7
	中部	154	97	30	16	8	1	0	0	0	2
	近畿	186	113	47	12	10	1	1	1	1	0
	中国	47	28	12	4	1	1	0	0	0	1
	四国	26	17	4	3	1	0	1	0	0	0
九州・沖縄	66	39	18	6	0	1	1	1	0	0	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	402	213	75	36	10	5	4	1	8
	健康意識Bottom3box	246	205	21	10	2	0	1	0	1	6
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	14	10	6	1	0	0	0	0	1
	3時間以上〜5時間未満	39	23	8	3	2	0	0	0	0	3
	5時間以上〜7時間未満	95	57	29	5	1	0	1	0	1	1
	7時間以上〜9時間未満	335	225	65	24	15	1	1	0	0	4
	9時間以上〜11時間未満	147	91	35	13	2	2	0	1	1	2
11時間以上	41	24	9	3	4	1	0	0	0	0	
健康意識・実態 (Top2box)	日頃からストレスを感じている	557	339	129	48	23	6	3	3	2	4
	健康に自信が持てない	446	286	98	33	17	5	3	2	1	1
	健康について、自分で調べることがある	555	288	157	59	30	8	5	3	1	4
	糖質制限をしている	165	66	55	21	14	2	2	2	1	2
	食物繊維を摂取するようにしている	436	195	137	57	29	7	2	4	2	3
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	250	162	51	27	10	4	2	2	3
	健康食品を摂取するようにしている	235	107	73	32	12	3	2	2	2	2
	バランスの取れた食事を心がけている	459	216	139	59	26	8	3	3	2	3
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	76	75	35	16	5	5	3	2	2
日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	88	102	47	24	6	2	4	2	2	
十分な睡眠がとれている	342	169	108	39	13	4	4	2	1	2	
普段実感している 症状 (Top2box)	便秘	387	217	100	40	18	4	3	3	0	2
	下痢	367	221	89	30	16	4	4	0	1	2
	肌荒れ	385	227	96	34	16	3	4	1	0	4
	肩こり	593	349	156	48	24	5	5	3	0	3
	倦怠感・疲労感	615	368	150	51	26	7	5	3	1	4
	冷え性	355	201	92	35	16	2	4	1	0	4
	むくみ	292	159	78	29	14	4	3	1	0	4
	頭痛	401	232	107	35	13	5	3	2	0	4
	不眠	342	197	86	34	15	5	3	1	0	1
	食欲不振	165	90	44	21	8	0	1	0	0	1
	口臭	352	211	80	34	13	3	5	3	0	3
	オナラが臭い	415	245	96	41	17	3	5	4	1	3
その他	8	3	3	2	0	0	0	0	0	0	
認知度 「腸活」	認知有	647	345	180	66	33	7	4	3	2	7
	認知無	353	262	54	19	5	3	2	1	0	7
実施有無 「腸活」	実施有	117	43	44	14	9	2	2	1	0	2
	実施無	530	302	136	52	24	5	2	2	2	5
認知度 「腸内ケア」	認知有	760	429	194	74	36	9	5	4	1	8
	認知無	240	178	40	11	2	1	1	0	1	6
理解度 大腸ケア	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	184	98	31	14	4	1	2	0	2
	理解無	664	423	136	54	24	6	5	2	2	12

Q4_1 あなたの直近1ヶ月間の1日あたりの平均労働時間を教えてください。/時間 (NU)

		該 当 数	最 小 値	最 大 値	平 均 値	標 準 偏 差
全 体		689	0	24	7.75	3.12
別 性	男性	402	0	24	8.19	2.83
	女性	287	0	24	7.13	3.38
年 代	20代	136	0	23	7.53	2.95
	30代	158	0	22	7.52	2.87
	40代	147	1	24	8.04	2.52
	50代	141	1	24	7.87	3.10
	60代	107	0	24	7.84	4.25
性 年 代	男性20代	71	1	23	8.08	3.03
	男性30代	89	1	12	7.72	2.33
	男性40代	90	1	23	8.32	2.38
	男性50代	89	2	24	8.74	2.74
	男性60代	63	0	24	8.03	3.78
	女性20代	65	0	12	6.92	2.74
	女性30代	69	0	22	7.25	3.44
	女性40代	57	3	24	7.61	2.69
	女性50代	52	1	24	6.38	3.14
	女性60代	44	0	24	7.56	4.87
居 住 エ リ ア	北海道	25	2	22	8.08	3.41
	東北	41	2	23	7.23	3.25
	関東	298	0	24	7.63	2.82
	中部	107	0	24	8.37	3.60
	近畿	134	1	24	7.69	2.88
	中国	28	0	24	7.71	4.12
	四国	17	3	11	7.32	2.28
	九州・沖縄	39	0	24	7.76	3.72
合 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	515	0	24	7.64	3.00
	健康意識Bottom3box	174	0	24	8.07	3.43
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	0	2	1.13	0.75
	3時間以上~5時間未満	39	3	5	3.56	0.54
	5時間以上~7時間未満	95	5	7	5.57	0.51
	7時間以上~9時間未満	335	7	9	7.82	0.40
	9時間以上~11時間未満	147	9	10	9.41	0.49
	11時間以上	41	11	24	15.51	5.29
T o p 2 b o x (各 健康意識・実態)	日頃からストレスを感じている	415	0	24	7.79	2.93
	健康に自信が持てない	307	0	24	7.83	3.16
	健康について、自分で調べることがある	371	0	24	7.70	3.24
	糖質制限をしている	123	0	22	7.44	3.10
	食物繊維を摂取するようにしている	294	0	24	7.48	3.35
	ヨーグルトを摂取するようにしている	338	0	24	7.69	3.38
	健康食品を摂取するようにしている	171	0	24	7.64	3.81
	バランスの取れた食事を心がけている	297	0	24	7.55	2.87
	日頃からヨガや筋トレをしている	157	0	22	7.33	3.20
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	193	0	22	7.69	2.92
	十分な睡眠がとれている	226	0	24	7.40	3.18

T o p 2 b o x (各)	便秘	259	0	24	7.51	3.23
	下痢	258	1	24	7.83	3.23
	肌荒れ	258	0	24	7.57	3.02
	肩こり	409	0	24	7.67	2.80
	倦怠感・疲労感	425	0	24	7.83	2.92
	冷え性	225	0	22	7.37	2.66
	むくみ	204	0	24	7.60	3.02
	頭痛	268	0	24	7.55	2.95
	不眠	233	0	24	7.80	3.41
	食欲不振	124	0	24	7.98	3.87
	口臭	251	0	24	7.55	3.25
	オナラが臭い	298	0	24	7.76	3.15
その他	6	7	10	8.08	0.80	
認 知 度	「腸活」 認知有	439	0	24	7.57	3.08
	認知無	250	0	24	8.07	3.16
実 施 有 無	「腸活」 実施有	81	1	24	7.66	3.98
	実施無	358	0	24	7.55	2.84
認 知 度	「腸内 ケア」 認知有	514	0	24	7.69	3.15
	認知無	175	0	24	7.94	3.02
理 解 度	大腸 ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	228	0	24	7.70	3.36
	理解無	461	0	24	7.78	2.99

Q5_1 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。/日頃からストレスを感じている (SA)

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	206	351	236	149	58
別 性	男性	500	96	160	126	71	47
	女性	500	110	191	110	78	11
年 代	20代	200	49	65	60	14	12
	30代	200	55	75	45	16	9
	40代	200	46	89	39	20	6
	50代	200	36	67	40	41	16
	60代	200	20	55	52	58	15
性 年 代	男性20代	100	22	27	36	7	8
	男性30代	100	25	35	25	8	7
	男性40代	100	27	37	21	9	6
	男性50代	100	16	34	18	18	14
	男性60代	100	6	27	26	29	12
	女性20代	100	27	38	24	7	4
	女性30代	100	30	40	20	8	2
	女性40代	100	19	52	18	11	0
	女性50代	100	20	33	22	23	2
女性60代	100	14	28	26	29	3	
居 住 エ リ ア	北海道	45	7	18	10	6	4
	東北	57	20	16	12	6	3
	関東	419	87	162	88	53	29
	中部	154	33	47	45	22	7
	近畿	186	32	64	42	38	10
	中国	47	8	12	16	7	4
	四国	26	6	7	7	5	1
九州・沖縄	66	13	25	16	12	0	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	158	282	154	124	36
	健康意識Bottom3box	246	48	69	82	25	22
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	7	11	9	2	3
	3時間以上～5時間未満	39	11	14	4	7	3
	5時間以上～7時間未満	95	12	38	28	12	5
	7時間以上～9時間未満	335	65	132	84	33	21
	9時間以上～11時間未満	147	41	60	23	15	8
	11時間以上	41	12	12	9	6	2
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	206	351	0	0	0
	健康に自信が持てない	446	159	208	46	29	4
	健康について、自分で調べることがある	555	147	230	87	80	11
	糖質制限をしている	165	54	68	17	19	7
	食物繊維を摂取するようにしている	436	99	176	72	71	18
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	118	201	89	91	12
	健康食品を摂取するようにしている	235	73	101	30	25	6
	バランスの取れた食事を心がけている	459	106	171	73	94	15
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	63	84	28	37	7
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	69	98	46	56	8
十分な睡眠がとれている	342	59	115	70	78	20	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	103	163	71	43	7
	下痢	367	99	160	60	37	11
	肌荒れ	385	113	171	51	40	10
	肩こり	593	152	258	103	67	13
	倦怠感・疲労感	615	173	278	92	65	7
	冷え性	355	102	144	58	44	7
	むくみ	292	93	128	42	26	3
	頭痛	401	129	167	61	39	5
	不眠	342	109	155	49	22	7
	食欲不振	165	62	68	25	7	3
	口臭	352	96	157	60	36	3
	オナラが臭い	415	105	184	73	48	5
	その他	8	1	5	1	1	0
	認知度	「腸活」 認知有	647	154	250	123	96
認知無		353	52	101	113	53	34
実施有無	実施有	117	33	44	23	16	1
	実施無	530	121	206	100	80	23
認知度	「腸内」 認知有	760	163	284	156	125	32
	認知無	240	43	67	80	24	26
理解度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	70	131	63	57	15
	理解無	664	136	220	173	92	43

Q5_2 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／健康に自信が持てない（SA）

		該当数	とてもあてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
全体		1000	118	328	363	141	50
別性	男性	500	47	154	187	71	41
	女性	500	71	174	176	70	9
年代	20代	200	31	65	76	17	11
	30代	200	33	72	66	22	7
	40代	200	27	76	72	19	6
	50代	200	17	65	68	36	14
	60代	200	10	50	81	47	12
性年代	男性20代	100	13	27	41	12	7
	男性30代	100	12	36	34	13	5
	男性40代	100	11	37	38	9	5
	男性50代	100	8	29	35	14	14
	男性60代	100	3	25	39	23	10
	女性20代	100	18	38	35	5	4
	女性30代	100	21	36	32	9	2
	女性40代	100	16	39	34	10	1
居住エリア	北海道	45	4	18	16	4	3
	東北	57	12	15	20	6	4
	関東	419	45	142	154	59	19
	中部	154	19	46	55	27	7
	近畿	186	19	63	66	26	12
	中国	47	6	11	22	5	3
	四国	26	4	4	12	5	1
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	83	256	267	116	32
	健康意識Bottom3box	246	35	72	96	25	18
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	6	10	11	2	3
	3時間以上～5時間未満	39	3	11	19	2	4
	5時間以上～7時間未満	95	14	34	31	13	3
	7時間以上～9時間未満	335	34	104	123	55	19
	9時間以上～11時間未満	147	14	57	49	20	7
	11時間以上	41	6	14	12	6	3
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	108	259	143	42	5
	健康に自信が持てない	446	118	328	0	0	0
	健康について、自分で調べることがある	555	92	221	165	67	10
	糖質制限をしている	165	36	66	37	21	5
	食物繊維を摂取するようにしている	436	67	149	142	64	14
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	67	180	169	83	12
	健康食品を摂取するようにしている	235	50	91	64	24	6
	バランスの取れた食事を心がけている	459	59	152	145	86	17
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	37	73	64	38	7
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	42	93	88	43	11
十分な睡眠がとれている	342	38	122	97	67	18	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	65	148	117	49	8
	下痢	367	67	165	85	42	8
	肌荒れ	385	71	160	110	38	6
	肩こり	593	88	233	187	75	10
	倦怠感・疲労感	615	106	258	176	71	4
	冷え性	355	63	149	94	45	4
	むくみ	292	61	124	80	27	0
	頭痛	401	79	160	118	40	4
	不眠	342	72	150	88	30	2
	食欲不振	165	40	71	41	12	1
	口臭	352	70	141	103	35	3
	オナラが臭い	415	75	157	130	47	6
	その他	8	2	1	2	3	0
認 知 度	「腸活」 認知有	647	83	237	218	88	21
	認知無	353	35	91	145	53	29
実 施 有 無	実施有	117	19	42	42	10	4
	実施無	530	64	195	176	78	17
認 知 度	「腸内」 認知有	760	93	259	270	115	23
	認知無	240	25	69	93	26	27
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	35	117	123	47	14
	理解無	664	83	211	240	94	36

Q5_3 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／健康について、自分で調べることがある（SA）

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	118	437	274	106	65
別 性	男性	500	45	185	169	54	47
	女性	500	73	252	105	52	18
年 代	20代	200	20	63	67	30	20
	30代	200	36	76	61	15	12
	40代	200	30	90	59	13	8
	50代	200	20	96	54	19	11
	60代	200	12	112	33	29	14
性 年 代	男性20代	100	9	23	38	16	14
	男性30代	100	14	28	40	11	7
	男性40代	100	12	38	40	5	5
	男性50代	100	6	43	34	7	10
	男性60代	100	4	53	17	15	11
	女性20代	100	11	40	29	14	6
	女性30代	100	22	48	21	4	5
	女性40代	100	18	52	19	8	3
	女性50代	100	14	53	20	12	1
女性60代	100	8	59	16	14	3	
居 住 エ リ ア	北海道	45	4	21	11	6	3
	東北	57	11	26	11	4	5
	関東	419	55	178	117	40	29
	中部	154	12	72	41	17	12
	近畿	186	18	78	53	25	12
	中国	47	3	23	12	6	3
	四国	26	5	10	9	1	1
	九州・沖縄	66	10	29	20	7	0
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	107	395	167	57	28
	健康意識Bottom3box	246	11	42	107	49	37
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	7	11	11	1	2
	3時間以上～5時間未満	39	5	18	9	3	4
	5時間以上～7時間未満	95	13	45	23	11	3
	7時間以上～9時間未満	335	46	119	112	35	23
	9時間以上～11時間未満	147	12	75	40	9	11
	11時間以上	41	3	17	14	5	2
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	97	280	112	48	20
	健康に自信が持てない	446	89	224	77	39	17
	健康について、自分で調べることがある	555	118	437	0	0	0
	糖質制限をしている	165	47	85	26	6	1
	食物繊維を摂取するようにしている	436	92	256	64	16	8
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	80	287	93	39	12
	健康食品を摂取するようにしている	235	69	133	27	2	4
	バランスの取れた食事を心がけている	459	86	258	73	32	10
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	57	107	40	11	4
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	62	152	42	15	6
十分な睡眠がとれている	342	55	172	66	31	18	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	61	199	81	32	14
	下痢	367	58	175	84	34	16
	肌荒れ	385	62	210	77	24	12
	肩こり	593	91	304	123	53	22
	倦怠感・疲労感	615	96	318	127	54	20
	冷え性	355	60	185	71	33	6
	むくみ	292	60	151	54	20	7
	頭痛	401	83	193	81	34	10
	不眠	342	64	172	67	29	10
	食欲不振	165	37	73	41	11	3
	口臭	352	67	176	67	35	7
	オナラが臭い	415	69	212	83	40	11
	その他	8	1	5	1	1	0
認知度	「腸活」	647	92	336	138	57	24
	認知無	353	26	101	136	49	41
実施有無	実施有	117	32	65	19	0	1
	実施無	530	60	271	119	57	23
認知度	「腸内フローラ」	760	101	380	174	75	30
	認知無	240	17	57	100	31	35
理解度	大腸ケア	336	38	176	71	30	21
	理解無	664	80	261	203	76	44

Q5_4 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／糖質制限をしている（SA）

		該当数	とてもあてはまる	ややあてはまる	いどちらともいえない	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
全体		1000	38	127	301	251	283
別性	男性	500	21	63	163	108	145
	女性	500	17	64	138	143	138
年代	20代	200	9	23	69	43	56
	30代	200	11	28	66	40	55
	40代	200	8	29	61	47	55
	50代	200	5	20	57	61	57
	60代	200	5	27	48	60	60
性年代	男性20代	100	4	8	45	15	28
	男性30代	100	5	14	34	17	30
	男性40代	100	6	13	33	20	28
	男性50代	100	2	13	30	25	30
	男性60代	100	4	15	21	31	29
	女性20代	100	5	15	24	28	28
	女性30代	100	6	14	32	23	25
	女性40代	100	2	16	28	27	27
	女性50代	100	3	7	27	36	27
女性60代	100	1	12	27	29	31	
居住エリア	北海道	45	2	4	13	14	12
	東北	57	6	5	15	13	18
	関東	419	15	59	126	113	106
	中部	154	6	16	51	38	43
	近畿	186	2	28	45	44	67
	中国	47	2	4	15	9	17
	四国	26	0	4	8	7	7
九州・沖縄	66	5	7	28	13	13	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	34	111	217	204	188
	健康意識Bottom3box	246	4	16	84	47	95
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	5	8	9	5	5
	3時間以上～5時間未満	39	0	4	14	9	12
	5時間以上～7時間未満	95	2	15	28	30	20
	7時間以上～9時間未満	335	15	38	103	76	103
	9時間以上～11時間未満	147	5	23	48	26	45
	11時間以上	41	3	5	9	14	10
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	32	90	129	147	159
	健康に自信が持てない	446	30	72	110	115	119
	健康について、自分で調べることがある	555	34	98	138	149	136
	糖質制限をしている	165	38	127	0	0	0
	食物繊維を摂取するようにしている	436	36	104	111	105	80
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	34	92	128	132	125
	健康食品を摂取するようにしている	235	31	65	64	41	34
	バランスの取れた食事を心がけている	459	35	88	117	112	107
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	27	63	47	42	40
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	32	69	67	57	52
十分な睡眠がとれている	342	30	68	84	71	89	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	20	63	97	104	103
	下痢	367	21	54	95	97	100
	肌荒れ	385	17	60	96	107	105
	肩こり	593	30	85	149	165	164
	倦怠感・疲労感	615	29	87	159	167	173
	冷え性	355	14	61	84	101	95
	むくみ	292	19	57	78	76	62
	頭痛	401	20	59	99	117	106
	不眠	342	18	60	88	97	79
	食欲不振	165	13	35	48	31	38
	口臭	352	21	56	86	100	89
	オナラが臭い	415	19	64	92	128	112
	その他	8	0	1	2	0	5
認 知 度	「腸活」 認知有	647	30	94	175	170	178
	認知無	353	8	33	126	81	105
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	12	27	36	27	15
	実施無	530	18	67	139	143	163
認 知 度	「腸内」 認知有	760	34	105	208	204	209
	認知無	240	4	22	93	47	74
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	13	54	91	90	88
	理解無	664	25	73	210	161	195

Q5_5 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／食物繊維を摂取するようにしている（SA）

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	112	324	317	134	113
別 性	男性	500	50	134	173	67	76
	女性	500	62	190	144	67	37
年 代	20代	200	17	42	69	40	32
	30代	200	29	62	61	26	22
	40代	200	24	66	73	20	17
	50代	200	17	67	60	29	27
	60代	200	25	87	54	19	15
性 年 代	男性20代	100	8	22	37	14	19
	男性30代	100	12	17	39	15	17
	男性40代	100	11	31	34	12	12
	男性50代	100	6	25	35	15	19
	男性60代	100	13	39	28	11	9
	女性20代	100	9	20	32	26	13
	女性30代	100	17	45	22	11	5
	女性40代	100	13	35	39	8	5
	女性50代	100	11	42	25	14	8
女性60代	100	12	48	26	8	6	
居 住 エ リ ア	北海道	45	9	11	14	7	4
	東北	57	7	16	15	10	9
	関東	419	50	137	123	63	46
	中部	154	12	56	52	16	18
	近畿	186	19	63	59	21	24
	中国	47	2	12	18	9	6
	四国	26	3	9	11	2	1
九州・沖縄	66	10	20	25	6	5	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	104	295	209	91	55
	健康意識Bottom3box	246	8	29	108	43	58
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	8	12	6	3	3
	3時間以上～5時間未満	39	4	16	9	4	6
	5時間以上～7時間未満	95	10	37	29	15	4
	7時間以上～9時間未満	335	34	98	127	41	35
	9時間以上～11時間未満	147	11	46	43	22	25
	11時間以上	41	2	16	12	5	6
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	81	194	149	72	61
	健康に自信が持てない	446	62	154	117	63	50
	健康について、自分で調べることがある	555	93	255	117	61	29
	糖質制限をしている	165	46	94	18	6	1
	食物繊維を摂取するようにしている	436	112	324	0	0	0
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	98	237	104	51	21
	健康食品を摂取するようにしている	235	66	121	34	9	5
	バランスの取れた食事を心がけている	459	98	229	83	31	18
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	55	107	30	20	7
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	54	140	57	18	8
十分な睡眠がとれている	342	54	147	81	38	22	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	59	145	100	53	30
	下痢	367	46	118	108	52	43
	肌荒れ	385	48	144	110	52	31
	肩こり	593	80	223	157	85	48
	倦怠感・疲労感	615	81	222	164	88	60
	冷え性	355	46	140	94	42	33
	むくみ	292	45	114	80	33	20
	頭痛	401	56	150	103	54	38
	不眠	342	54	119	83	54	32
	食欲不振	165	25	63	43	18	16
	口臭	352	50	132	87	52	31
	オナラが臭い	415	53	158	103	63	38
	その他	8	1	4	0	2	1
認 知 度	「腸活」 認知有	647	87	250	172	85	53
	認知無	353	25	74	145	49	60
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	32	51	25	5	4
	実施無	530	55	199	147	80	49
認 知 度	「腸内」 認知有	760	100	286	210	97	67
	認知無	240	12	38	107	37	46
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	44	133	84	49	26
	理解無	664	68	191	233	85	87

Q5_6 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。/ヨーグルトを摂取するようにしている (SA)

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	209	302	227	119	143
別 性	男性	500	92	128	123	64	93
	女性	500	117	174	104	55	50
年 代	20代	200	28	47	57	33	35
	30代	200	47	50	52	21	30
	40代	200	47	60	45	23	25
	50代	200	34	67	37	28	34
	60代	200	53	78	36	14	19
性 年 代	男性20代	100	13	23	30	14	20
	男性30代	100	18	21	29	14	18
	男性40代	100	23	28	23	11	15
	男性50代	100	13	26	17	15	29
	男性60代	100	25	30	24	10	11
	女性20代	100	15	24	27	19	15
	女性30代	100	29	29	23	7	12
	女性40代	100	24	32	22	12	10
	女性50代	100	21	41	20	13	5
女性60代	100	28	48	12	4	8	
居 住 エ リ ア	北海道	45	11	13	12	4	5
	東北	57	13	18	10	7	9
	関東	419	87	124	95	54	59
	中部	154	36	48	31	17	22
	近畿	186	33	55	44	24	30
	中国	47	8	17	12	2	8
	四国	26	4	9	7	2	4
九州・沖縄	66	17	18	16	9	6	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	188	257	147	83	79
	健康意識Bottom3box	246	21	45	80	36	64
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	10	10	6	3	3
	3時間以上～5時間未満	39	10	10	5	7	7
	5時間以上～7時間未満	95	18	34	22	15	6
	7時間以上～9時間未満	335	69	80	94	40	52
	9時間以上～11時間未満	147	19	57	30	14	27
	11時間以上	41	9	12	7	5	8
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	136	183	97	63	78
	健康に自信が持てない	446	111	136	72	59	68
	健康について、自分で調べることがある	555	167	200	80	60	48
	糖質制限をしている	165	56	70	20	12	7
	食物繊維を摂取するようにしている	436	153	182	51	26	24
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	209	302	0	0	0
	健康食品を摂取するようにしている	235	100	90	23	12	10
	バランスの取れた食事を心がけている	459	158	184	54	36	27
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	75	89	28	17	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	99	110	28	24	16
十分な睡眠がとれている	342	89	139	39	39	36	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	103	129	68	45	42
	下痢	367	82	113	67	49	56
	肌荒れ	385	87	124	77	50	47
	肩こり	593	139	200	118	71	65
	倦怠感・疲労感	615	147	200	113	75	80
	冷え性	355	92	113	63	45	42
	むくみ	292	73	97	57	32	33
	頭痛	401	107	128	76	48	42
	不眠	342	90	107	65	37	43
	食欲不振	165	38	52	39	19	17
	口臭	352	92	105	69	41	45
	オナラが臭い	415	99	136	71	58	51
	その他	8	1	5	0	1	1
認知度	認知有	647	165	215	121	74	72
	認知無	353	44	87	106	45	71
実施有無	実施有	117	44	44	16	9	4
	実施無	530	121	171	105	65	68
認知度	認知有	760	184	244	153	87	92
	認知無	240	25	58	74	32	51
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	81	125	50	39	41
	理解無	664	128	177	177	80	102

Q5_7 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。/健康食品を摂取するようにしている (SA)

		該当数	とてもあてはまる	ややあてはまる	いどちらともいえない	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
全体		1000	63	172	335	206	224
別性	男性	500	28	89	170	92	121
	女性	500	35	83	165	114	103
年代	20代	200	9	33	66	40	52
	30代	200	19	38	68	34	41
	40代	200	18	27	72	43	40
	50代	200	8	36	65	41	50
	60代	200	9	38	64	48	41
性年代	男性20代	100	3	21	32	16	28
	男性30代	100	9	14	38	17	22
	男性40代	100	10	12	33	23	22
	男性50代	100	2	20	33	15	30
	男性60代	100	4	22	34	21	19
	女性20代	100	6	12	34	24	24
	女性30代	100	10	24	30	17	19
	女性40代	100	8	15	39	20	18
	女性50代	100	6	16	32	26	20
女性60代	100	5	16	30	27	22	
居住エリア	北海道	45	1	7	23	6	8
	東北	57	6	13	15	11	12
	関東	419	29	67	140	89	94
	中部	154	6	35	49	35	29
	近畿	186	11	31	55	37	52
	中国	47	2	4	18	9	14
	四国	26	2	4	10	6	4
九州・沖縄	66	6	11	25	13	11	
健康意識	健康意識Top3box	754	55	161	237	156	145
	健康意識Bottom3box	246	8	11	98	50	79
1日平均労働時間	3時間未満	32	5	10	10	3	4
	3時間以上~5時間未満	39	2	8	11	9	9
	5時間以上~7時間未満	95	5	21	31	28	10
	7時間以上~9時間未満	335	22	50	122	68	73
	9時間以上~11時間未満	147	8	27	48	26	38
	11時間以上	41	3	10	10	9	9
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	557	54	120	149	112	122
	健康に自信が持てない	446	50	91	123	81	101
	健康について、自分で調べることがある	555	59	143	150	103	100
	糖質制限をしている	165	32	64	38	17	14
	食物繊維を摂取するようにしている	436	54	133	114	76	59
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	52	138	143	93	85
	健康食品を摂取するようにしている	235	63	172	0	0	0
	バランスの取れた食事を心がけている	459	53	128	118	86	74
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	31	74	51	39	24
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	33	88	76	46	34
十分な睡眠がとれている	342	33	77	98	61	73	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	30	86	107	92	72
	下痢	367	31	78	100	75	83
	肌荒れ	385	37	80	113	82	73
	肩こり	593	48	116	180	133	116
	倦怠感・疲労感	615	53	119	180	134	129
	冷え性	355	36	73	101	77	68
	むくみ	292	32	64	92	55	49
	頭痛	401	40	74	124	84	79
	不眠	342	35	74	97	73	63
	食欲不振	165	22	42	49	28	24
	口臭	352	34	74	98	80	66
	オナラが臭い	415	35	94	112	94	80
	その他	8	1	2	2	1	2
認 知 度	「腸活」 認知有	647	50	137	197	133	130
	認知無	353	13	35	138	73	94
実 施 有 無	実施有	117	21	40	33	13	10
	実施無	530	29	97	164	120	120
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	52	148	251	153	156
	認知無	240	11	24	84	53	68
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	23	74	102	72	65
	理解無	664	40	98	233	134	159

Q5_8 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／バランスの取れた食事を心がけている（SA）

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	123	336	341	110	90
別 性	男性	500	49	151	190	50	60
	女性	500	74	185	151	60	30
年 代	20代	200	15	44	80	30	31
	30代	200	24	70	70	20	16
	40代	200	25	64	81	20	10
	50代	200	24	69	62	25	20
	60代	200	35	89	48	15	13
性 年 代	男性20代	100	5	23	46	10	16
	男性30代	100	8	32	40	9	11
	男性40代	100	14	25	45	8	8
	男性50代	100	7	29	34	14	16
	男性60代	100	15	42	25	9	9
	女性20代	100	10	21	34	20	15
	女性30代	100	16	38	30	11	5
	女性40代	100	11	39	36	12	2
	女性50代	100	17	40	28	11	4
女性60代	100	20	47	23	6	4	
居 住 エ リ ア	北海道	45	4	16	18	2	5
	東北	57	6	15	20	9	7
	関東	419	48	143	131	54	43
	中部	154	22	51	56	13	12
	近畿	186	23	74	55	17	17
	中国	47	5	11	23	4	4
	四国	26	3	8	10	4	1
九州・沖縄	66	12	18	28	7	1	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	117	310	221	70	36
	健康意識Bottom3box	246	6	26	120	40	54
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	5	10	10	4	3
	3時間以上～5時間未満	39	5	14	10	5	5
	5時間以上～7時間未満	95	11	36	32	12	4
	7時間以上～9時間未満	335	43	95	125	40	32
	9時間以上～11時間未満	147	13	51	54	14	15
	11時間以上	41	5	9	17	5	5
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	78	199	165	68	47
	健康に自信が持てない	446	62	149	137	55	43
	健康について、自分で調べることがある	555	101	243	134	57	20
	糖質制限をしている	165	46	77	33	6	3
	食物繊維を摂取するようにしている	436	112	215	82	22	5
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	102	240	119	33	17
	健康食品を摂取するようにしている	235	65	116	43	7	4
	バランスの取れた食事を心がけている	459	123	336	0	0	0
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	64	107	34	12	2
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	72	136	53	16	0
十分な睡眠がとれている	342	70	138	91	26	17	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	51	143	119	43	31
	下痢	367	45	123	128	38	33
	肌荒れ	385	43	152	112	53	25
	肩こり	593	88	226	177	68	34
	倦怠感・疲労感	615	86	233	177	74	45
	冷え性	355	50	134	111	40	20
	むくみ	292	46	99	90	35	22
	頭痛	401	66	142	119	43	31
	不眠	342	50	122	100	41	29
	食欲不振	165	26	59	56	10	14
	口臭	352	55	114	109	48	26
	オナラが臭い	415	61	141	124	58	31
	その他	8	2	3	0	1	2
認知度	認知有	647	96	259	191	63	38
	認知無	353	27	77	150	47	52
実施有無	実施有	117	26	54	28	6	3
	実施無	530	70	205	163	57	35
認知度	認知有	760	105	289	237	78	51
	認知無	240	18	47	104	32	39
理解度	理解有(ビフィズス菌だと知っている)	336	43	134	98	37	24
	理解無	664	80	202	243	73	66

Q5_9 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。/日頃からヨガや筋トレをしている (SA)

		該当数	とてもあてはまる	ややあてはまる	いどちらともいえない	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
全体		1000	65	154	242	182	357
別性	男性	500	31	65	126	91	187
	女性	500	34	89	116	91	170
年代	20代	200	15	34	58	29	64
	30代	200	17	32	57	31	63
	40代	200	14	31	51	33	71
	50代	200	13	23	42	42	80
	60代	200	6	34	34	47	79
性年代	男性20代	100	9	16	34	13	28
	男性30代	100	8	12	35	13	32
	男性40代	100	7	17	22	14	40
	男性50代	100	4	9	19	23	45
	男性60代	100	3	11	16	28	42
	女性20代	100	6	18	24	16	36
	女性30代	100	9	20	22	18	31
	女性40代	100	7	14	29	19	31
	女性50代	100	9	14	23	19	35
女性60代	100	3	23	18	19	37	
居住エリア	北海道	45	6	3	7	10	19
	東北	57	6	10	9	10	22
	関東	419	25	62	102	75	155
	中部	154	8	27	37	29	53
	近畿	186	6	37	44	33	66
	中国	47	4	4	16	5	18
	四国	26	4	3	7	5	7
九州・沖縄	66	6	8	20	15	17	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	60	136	166	142	250
	健康意識Bottom3box	246	5	18	76	40	107
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	3	11	8	3	7
	3時間以上~5時間未満	39	2	7	10	8	12
	5時間以上~7時間未満	95	6	20	23	20	26
	7時間以上~9時間未満	335	23	45	90	51	126
	9時間以上~11時間未満	147	10	22	32	26	57
	11時間以上	41	1	7	8	9	16
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	41	106	104	93	213
	健康に自信が持てない	446	30	80	79	82	175
	健康について、自分で調べることがある	555	58	106	105	106	180
	糖質制限をしている	165	33	57	31	19	25
	食物繊維を摂取するようにしている	436	55	107	83	78	113
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	53	111	98	91	158
	健康食品を摂取するようにしている	235	36	69	39	38	53
	バランスの取れた食事を心がけている	459	53	118	83	76	129
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	65	154	0	0	0
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	46	86	58	50	37
十分な睡眠がとれている	342	42	78	66	58	98	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	29	74	83	69	132
	下痢	367	21	65	70	74	137
	肌荒れ	385	23	72	79	76	135
	肩こり	593	39	107	129	113	205
	倦怠感・疲労感	615	46	103	128	107	231
	冷え性	355	27	78	68	70	112
	むくみ	292	24	62	63	49	94
	頭痛	401	32	74	81	75	139
	不眠	342	28	57	72	61	124
	食欲不振	165	13	40	45	24	43
	口臭	352	27	61	75	69	120
	オナラが臭い	415	35	73	76	83	148
	その他	8	0	2	2	0	4
認知度	「腸活」認知有	647	52	120	135	120	220
	「腸活」認知無	353	13	34	107	62	137
実施有無	「腸活」実施有	117	18	32	26	15	26
	「腸活」実施無	530	34	88	109	105	194
認知度	「腸内フローラ」認知有	760	55	132	164	141	268
	「腸内フローラ」認知無	240	10	22	78	41	89
理解度	大腸ケア理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	21	68	63	56	128
	大腸ケア理解無	664	44	86	179	126	229

Q5_10 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。/日頃からランニング・ウォーキングをしている（SA）

		該当数	とてもあてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない
全体		1000	95	182	251	164	308
別性	男性	500	50	96	138	74	142
	女性	500	45	86	113	90	166
年代	20代	200	14	27	56	36	67
	30代	200	24	35	62	22	57
	40代	200	22	33	50	31	64
	50代	200	20	37	40	38	65
	60代	200	15	50	43	37	55
性年代	男性20代	100	8	16	30	16	30
	男性30代	100	11	15	41	10	23
	男性40代	100	13	18	26	14	29
	男性50代	100	9	19	20	18	34
	男性60代	100	9	28	21	16	26
	女性20代	100	6	11	26	20	37
	女性30代	100	13	20	21	12	34
	女性40代	100	9	15	24	17	35
	女性50代	100	11	18	20	20	31
女性60代	100	6	22	22	21	29	
居住エリア	北海道	45	2	5	11	7	20
	東北	57	9	5	10	15	18
	関東	419	49	74	110	73	113
	中部	154	9	34	34	28	49
	近畿	186	12	44	50	22	58
	中国	47	3	7	12	7	18
	四国	26	2	5	6	3	10
九州・沖縄	66	9	8	18	9	22	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	90	168	174	120	202
	健康意識Bottom3box	246	5	14	77	44	106
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	7	6	12	1	6
	3時間以上～5時間未満	39	1	8	12	8	10
	5時間以上～7時間未満	95	9	15	26	19	26
	7時間以上～9時間未満	335	36	55	96	49	99
	9時間以上～11時間未満	147	12	31	32	25	47
	11時間以上	41	5	8	12	5	11
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	61	106	115	86	189
	健康に自信が持てない	446	48	87	78	71	162
	健康について、自分で調べることがある	555	80	134	98	88	155
	糖質制限をしている	165	42	59	28	17	19
	食物繊維を摂取するようにしている	436	75	119	84	69	89
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	75	134	94	85	123
	健康食品を摂取するようにしている	235	48	73	42	32	40
	バランスの取れた食事を心がけている	459	78	130	82	69	100
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	54	78	39	35	13
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	95	182	0	0	0
十分な睡眠がとれている	342	63	97	55	44	83	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	43	75	86	64	119
	下痢	367	39	67	85	64	112
	肌荒れ	385	44	75	79	62	125
	肩こり	593	66	111	122	105	189
	倦怠感・疲労感	615	66	112	121	112	204
	冷え性	355	37	68	72	66	112
	むくみ	292	29	58	64	50	91
	頭痛	401	47	73	88	65	128
	不眠	342	42	59	85	56	100
	食欲不振	165	22	36	46	24	37
	口臭	352	41	64	75	61	111
	オナラが臭い	415	53	81	86	73	122
	その他	8	0	3	1	1	3
認 知 度	「腸活」 認知有	647	76	129	146	109	187
	認知無	353	19	53	105	55	121
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	25	34	24	12	22
	実施無	530	51	95	122	97	165
認 知 度	「腸内」 認知有	760	85	147	170	128	230
	認知無	240	10	35	81	36	78
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	39	73	74	45	105
	理解無	664	56	109	177	119	203

Q5_11 以下の各項目について、あなたにそれぞれの程度あてはまりますか。／十分な睡眠がとれている（SA）

		該 当 数	と て も あ て は ま る	や や あ て は ま る	い ど ち ら と も い え な	な あ ま り あ て は ま ら	ら ま な い た く あ て は ま
全 体		1000	83	259	346	215	97
別 性	男性	500	40	112	177	107	64
	女性	500	43	147	169	108	33
年 代	20代	200	17	48	79	39	17
	30代	200	23	41	71	44	21
	40代	200	18	47	63	49	23
	50代	200	14	55	61	47	23
	60代	200	11	68	72	36	13
性 年 代	男性20代	100	8	23	43	16	10
	男性30代	100	8	17	40	22	13
	男性40代	100	10	20	31	22	17
	男性50代	100	9	19	30	28	14
	男性60代	100	5	33	33	19	10
	女性20代	100	9	25	36	23	7
	女性30代	100	15	24	31	22	8
	女性40代	100	8	27	32	27	6
	女性50代	100	5	36	31	19	9
女性60代	100	6	35	39	17	3	
居 住 エ リ ア	北海道	45	3	12	17	8	5
	東北	57	6	17	16	12	6
	関東	419	26	112	137	101	43
	中部	154	13	36	57	32	16
	近畿	186	19	51	64	33	19
	中国	47	8	10	19	6	4
	四国	26	1	5	12	6	2
九州・沖縄	66	7	16	24	17	2	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	69	225	229	168	63
	健康意識Bottom3box	246	14	34	117	47	34
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	7	7	9	7	2
	3時間以上～5時間未満	39	2	11	14	7	5
	5時間以上～7時間未満	95	11	34	29	17	4
	7時間以上～9時間未満	335	25	82	121	73	34
	9時間以上～11時間未満	147	8	26	47	50	16
	11時間以上	41	4	9	14	8	6
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	43	131	162	161	60
	健康に自信が持てない	446	40	120	130	107	49
	健康について、自分で調べることがある	555	61	166	150	133	45
	糖質制限をしている	165	36	62	32	26	9
	食物繊維を摂取するようにしている	436	54	147	113	88	34
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	60	168	141	108	34
	健康食品を摂取するようにしている	235	33	77	61	51	13
	バランスの取れた食事を心がけている	459	57	151	126	95	30
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	40	80	56	34	9
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	48	112	61	45	11
十分な睡眠がとれている	342	83	259	0	0	0	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	34	107	124	83	39
	下痢	367	33	89	112	96	37
	肌荒れ	385	32	104	122	94	33
	肩こり	593	49	165	182	144	53
	倦怠感・疲労感	615	47	155	188	165	60
	冷え性	355	36	96	114	81	28
	むくみ	292	23	81	92	69	27
	頭痛	401	31	103	130	99	38
	不眠	342	20	61	112	96	53
	食欲不振	165	13	43	57	34	18
	口臭	352	33	105	99	80	35
	オナラが臭い	415	41	103	130	98	43
	その他	8	1	2	3	2	0
	認知度	認知有	647	60	187	205	142
認知無		353	23	72	141	73	44
実施有無	実施有	117	22	33	27	29	6
	実施無	530	38	154	178	113	47
認知度	認知有	760	65	222	243	164	66
	認知無	240	18	37	103	51	31
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	28	103	90	84	31
	理解無	664	55	156	256	131	66

Q6_1 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。/便秘 (SA)

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	103	284	276	337
別性	男性	500	25	118	142	215
	女性	500	78	166	134	122
年代	20代	200	31	59	52	58
	30代	200	26	66	54	54
	40代	200	18	53	60	69
	50代	200	15	53	54	78
	60代	200	13	53	56	78
性年代	男性20代	100	4	26	32	38
	男性30代	100	7	30	24	39
	男性40代	100	7	21	27	45
	男性50代	100	5	20	29	46
	男性60代	100	2	21	30	47
	女性20代	100	27	33	20	20
	女性30代	100	19	36	30	15
	女性40代	100	11	32	33	24
	女性50代	100	10	33	25	32
女性60代	100	11	32	26	31	
居住エリア	北海道	45	5	12	10	18
	東北	57	10	12	16	19
	関東	419	33	123	119	144
	中部	154	24	34	46	50
	近畿	186	19	60	48	59
	中国	47	5	17	10	15
	四国	26	1	9	10	6
九州・沖縄	66	6	17	17	26	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	82	228	196	248
	健康意識Bottom3box	246	21	56	80	89
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	6	14	7	5
	3時間以上~5時間未満	39	1	13	12	13
	5時間以上~7時間未満	95	12	27	29	27
	7時間以上~9時間未満	335	23	93	100	119
	9時間以上~11時間未満	147	16	35	37	59
	11時間以上	41	6	13	9	13
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	78	188	139	152
	健康に自信が持てない	446	72	141	112	121
	健康について、自分で調べることがある	555	79	181	129	166
	糖質制限をしている	165	29	54	37	45
	食物繊維を摂取するようにしている	436	55	149	99	133
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	63	169	133	146
	健康食品を摂取するようにしている	235	41	75	56	63
	バランスの取れた食事を心がけている	459	55	139	107	158
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	34	69	61	55
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	37	81	70	89
十分な睡眠がとれている	342	41	100	91	110	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	103	284	0	0
	下痢	367	58	141	79	89
	肌荒れ	385	66	156	88	75
	肩こり	593	83	206	146	158
	倦怠感・疲労感	615	89	220	150	156
	冷え性	355	69	138	79	69
	むくみ	292	68	110	62	52
	頭痛	401	66	144	102	89
	不眠	342	54	141	78	69
	食欲不振	165	34	67	36	28
	口臭	352	58	129	81	84
	オナラが臭い	415	73	163	99	80
	その他	8	2	0	0	6
認知度	「腸活」	647	84	203	178	182
	認知無	353	19	81	98	155
実施有無	「腸活」	117	17	37	28	35
	実施無	530	67	166	150	147
認知度	「腸内フローラ」	760	86	225	213	236
	認知無	240	17	59	63	101
理解度	大腸ケア	336	40	96	85	115
	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	664	63	188	191	222

Q6_2 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／下痢（SA）

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	60	307	352	281
別性	男性	500	37	158	151	154
	女性	500	23	149	201	127
年代	20代	200	14	75	66	45
	30代	200	11	73	63	53
	40代	200	19	55	73	53
	50代	200	12	61	76	51
	60代	200	4	43	74	79
性年代	男性20代	100	7	35	29	29
	男性30代	100	5	38	30	27
	男性40代	100	14	30	30	26
	男性50代	100	7	30	34	29
	男性60代	100	4	25	28	43
	女性20代	100	7	40	37	16
	女性30代	100	6	35	33	26
	女性40代	100	5	25	43	27
	女性50代	100	5	31	42	22
女性60代	100	0	18	46	36	
居住エリア	北海道	45	4	12	16	13
	東北	57	10	18	17	12
	関東	419	20	142	141	116
	中部	154	11	35	56	52
	近畿	186	11	59	69	47
	中国	47	0	18	19	10
	四国	26	2	5	12	7
九州・沖縄	66	2	18	22	24	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	42	236	265	211
	健康意識Bottom3box	246	18	71	87	70
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	4	10	12	6
	3時間以上～5時間未満	39	1	13	11	14
	5時間以上～7時間未満	95	7	29	33	26
	7時間以上～9時間未満	335	16	98	131	90
	9時間以上～11時間未満	147	11	52	39	45
	11時間以上	41	5	12	12	12
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	49	210	182	116
	健康に自信が持てない	446	46	186	128	86
	健康について、自分で調べることがある	555	38	195	189	133
	糖質制限をしている	165	18	57	50	40
	食物繊維を摂取するようにしている	436	31	133	151	121
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	32	163	177	139
	健康食品を摂取するようにしている	235	23	86	63	63
	バランスの取れた食事を心がけている	459	31	137	159	132
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	20	66	80	53
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	24	82	94	77
十分な睡眠がとれている	342	24	98	117	103	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	28	171	125	63
	下痢	367	60	307	0	0
	肌荒れ	385	38	170	117	60
	肩こり	593	46	226	203	118
	倦怠感・疲労感	615	51	240	205	119
	冷え性	355	35	151	111	58
	むくみ	292	29	119	93	51
	頭痛	401	34	181	125	61
	不眠	342	33	143	114	52
	食欲不振	165	27	77	42	19
	口臭	352	35	153	103	61
	オナラが臭い	415	42	172	133	68
	その他	8	3	2	2	1
	認知度	認知有	647	40	202	243
認知無		353	20	105	109	119
実施有無	実施有	117	9	37	47	24
	実施無	530	31	165	196	138
認知度	認知有	760	46	232	277	205
	認知無	240	14	75	75	76
理解度	理解有(ビフィズス菌だと知っている)	336	23	97	116	100
	理解無	664	37	210	236	181

Q6_3 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。/肌荒れ (SA)

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	88	297	383	232
別性	男性	500	29	106	206	159
	女性	500	59	191	177	73
年代	20代	200	27	62	62	49
	30代	200	27	67	64	42
	40代	200	17	74	68	41
	50代	200	10	61	85	44
	60代	200	7	33	104	56
性年代	男性20代	100	7	21	38	34
	男性30代	100	6	25	38	31
	男性40代	100	8	25	40	27
	男性50代	100	5	21	43	31
	男性60代	100	3	14	47	36
	女性20代	100	20	41	24	15
	女性30代	100	21	42	26	11
	女性40代	100	9	49	28	14
	女性50代	100	5	40	42	13
女性60代	100	4	19	57	20	
居住エリア	北海道	45	3	12	17	13
	東北	57	9	16	21	11
	関東	419	36	132	156	95
	中部	154	14	47	60	33
	近畿	186	17	55	66	48
	中国	47	3	10	23	11
	四国	26	4	4	14	4
九州・沖縄	66	2	21	26	17	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	75	242	285	152
	健康意識Bottom3box	246	13	55	98	80
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	6	6	14	6
	3時間以上~5時間未満	39	5	16	10	8
	5時間以上~7時間未満	95	11	25	37	22
	7時間以上~9時間未満	335	27	101	120	87
	9時間以上~11時間未満	147	8	40	59	40
	11時間以上	41	2	11	15	13
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	69	215	185	88
	健康に自信が持てない	446	63	168	141	74
	健康について、自分で調べることがある	555	67	205	204	79
	糖質制限をしている	165	19	58	55	33
	食物繊維を摂取するようにしている	436	50	142	159	85
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	52	159	204	96
	健康食品を摂取するようにしている	235	37	80	78	40
	バランスの取れた食事を心がけている	459	51	144	174	90
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	27	68	80	44
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	31	88	99	59
十分な睡眠がとれている	342	33	103	124	82	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	51	171	126	39
	下痢	367	47	161	123	36
	肌荒れ	385	88	297	0	0
	肩こり	593	72	243	206	72
	倦怠感・疲労感	615	77	247	214	77
	冷え性	355	56	169	104	26
	むくみ	292	47	149	74	22
	頭痛	401	54	182	125	40
	不眠	342	48	141	125	28
	食欲不振	165	29	77	49	10
	口臭	352	59	144	109	40
	オナラが臭い	415	62	169	138	46
	その他	8	2	3	1	2
認 知 度	「腸活」 認知有	647	61	232	244	110
	認知無	353	27	65	139	122
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	13	44	42	18
	実施無	530	48	188	202	92
認 知 度	「腸内」 認知有	760	70	247	293	150
	認知無	240	18	50	90	82
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	24	112	119	81
	理解無	664	64	185	264	151

Q6_4 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。/肩こり (SA)

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	260	333	233	174
別 性	男性	500	86	152	135	127
	女性	500	174	181	98	47
年 代	20代	200	52	51	52	45
	30代	200	61	72	33	34
	40代	200	59	67	48	26
	50代	200	52	68	50	30
	60代	200	36	75	50	39
性 年 代	男性20代	100	11	27	29	33
	男性30代	100	17	34	21	28
	男性40代	100	29	28	26	17
	男性50代	100	21	30	28	21
	男性60代	100	8	33	31	28
	女性20代	100	41	24	23	12
	女性30代	100	44	38	12	6
	女性40代	100	30	39	22	9
	女性50代	100	31	38	22	9
女性60代	100	28	42	19	11	
居 住 エ リ ア	北海道	45	14	16	6	9
	東北	57	17	16	13	11
	関東	419	107	132	103	77
	中部	154	32	61	38	23
	近畿	186	52	67	38	29
	中国	47	10	15	14	8
	四国	26	9	7	6	4
九州・沖縄	66	19	19	15	13	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	212	263	174	105
	健康意識Bottom3box	246	48	70	59	69
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	9	9	8	6
	3時間以上～5時間未満	39	9	11	11	8
	5時間以上～7時間未満	95	22	38	22	13
	7時間以上～9時間未満	335	92	110	77	56
	9時間以上～11時間未満	147	41	48	36	22
	11時間以上	41	7	13	10	11
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	206	204	88	59
	健康に自信が持てない	446	169	152	74	51
	健康について、自分で調べることがある	555	183	212	111	49
	糖質制限をしている	165	47	68	31	19
	食物繊維を摂取するようにしている	436	132	171	83	50
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	147	192	109	63
	健康食品を摂取するようにしている	235	75	89	42	29
	バランスの取れた食事を心がけている	459	135	179	86	59
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	66	80	45	28
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	80	97	60	40
十分な睡眠がとれている	342	87	127	76	52	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	130	159	65	33
	下痢	367	131	141	66	29
	肌荒れ	385	144	171	49	21
	肩こり	593	260	333	0	0
	倦怠感・疲労感	615	232	268	80	35
	冷え性	355	138	150	53	14
	むくみ	292	125	117	41	9
	頭痛	401	174	157	47	23
	不眠	342	127	141	49	25
	食欲不振	165	59	76	21	9
	口臭	352	130	144	50	28
	オナラが臭い	415	154	167	61	33
	その他	8	3	2	2	1
認 知 度	「腸活」 認知有	647	209	233	129	76
	認知無	353	51	100	104	98
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	40	43	20	14
	実施無	530	169	190	109	62
認 知 度	「腸内」 認知有	760	218	265	170	107
	認知無	240	42	68	63	67
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	91	119	77	49
	理解無	664	169	214	156	125

Q6_5 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／倦怠感・疲労感（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	209	406	225	160
別 性	男性	500	78	184	127	111
	女性	500	131	222	98	49
年 代	20代	200	43	68	46	43
	30代	200	55	79	32	34
	40代	200	48	90	40	22
	50代	200	43	87	42	28
	60代	200	20	82	65	33
性 年 代	男性20代	100	13	27	29	31
	男性30代	100	18	38	20	24
	男性40代	100	23	42	22	13
	男性50代	100	17	42	20	21
	男性60代	100	7	35	36	22
	女性20代	100	30	41	17	12
	女性30代	100	37	41	12	10
	女性40代	100	25	48	18	9
	女性50代	100	26	45	22	7
女性60代	100	13	47	29	11	
居 住 エ リ ア	北海道	45	9	19	6	11
	東北	57	14	16	15	12
	関東	419	89	171	88	71
	中部	154	30	70	35	19
	近畿	186	39	70	51	26
	中国	47	5	25	11	6
	四国	26	6	11	6	3
九州・沖縄	66	17	24	13	12	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	167	324	161	102
	健康意識Bottom3box	246	42	82	64	58
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	8	11	7	6
	3時間以上～5時間未満	39	8	12	12	7
	5時間以上～7時間未満	95	18	38	26	13
	7時間以上～9時間未満	335	72	127	80	56
	9時間以上～11時間未満	147	34	72	20	21
	11時間以上	41	9	16	7	9
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	195	256	66	40
	健康に自信が持てない	446	158	206	52	30
	健康について、自分で調べることがある	555	154	260	93	48
	糖質制限をしている	165	36	80	30	19
	食物繊維を摂取するようにしている	436	101	202	84	49
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	113	234	107	57
	健康食品を摂取するようにしている	235	65	107	43	20
	バランスの取れた食事を心がけている	459	108	211	88	52
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	51	98	45	25
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	60	118	63	36
十分な睡眠がとれている	342	56	146	82	58	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	112	197	59	19
	下痢	367	115	176	56	20
	肌荒れ	385	132	192	46	15
	肩こり	593	180	320	64	29
	倦怠感・疲労感	615	209	406	0	0
	冷え性	355	114	188	44	9
	むくみ	292	113	141	31	7
	頭痛	401	149	198	39	15
	不眠	342	125	172	35	10
	食欲不振	165	60	84	18	3
	口臭	352	117	177	41	17
	オナラが臭い	415	136	208	55	16
	その他	8	5	1	0	2
	認知度	認知有	647	156	284	133
認知無		353	53	122	92	86
実施有無	実施有	117	26	55	21	15
	実施無	530	130	229	112	59
認知度	認知有	760	173	322	164	101
	認知無	240	36	84	61	59
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	72	137	75	52
	理解無	664	137	269	150	108

Q6_6 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。/ 冷え性 (SA)

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	113	242	310	335
別性	男性	500	25	78	155	242
	女性	500	88	164	155	93
年代	20代	200	31	52	55	62
	30代	200	31	55	62	52
	40代	200	25	48	62	65
	50代	200	18	47	62	73
	60代	200	8	40	69	83
性年代	男性20代	100	7	17	29	47
	男性30代	100	7	16	35	42
	男性40代	100	4	16	31	49
	男性50代	100	4	15	31	50
	男性60代	100	3	14	29	54
	女性20代	100	24	35	26	15
	女性30代	100	24	39	27	10
	女性40代	100	21	32	31	16
	女性50代	100	14	32	31	23
女性60代	100	5	26	40	29	
居住エリア	北海道	45	5	10	13	17
	東北	57	9	14	14	20
	関東	419	55	90	133	141
	中部	154	11	31	58	54
	近畿	186	15	62	51	58
	中国	47	7	11	13	16
	四国	26	2	8	5	11
九州・沖縄	66	9	16	23	18	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	90	199	224	241
	健康意識Bottom3box	246	23	43	86	94
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	2	9	12	9
	3時間以上~5時間未満	39	7	10	10	12
	5時間以上~7時間未満	95	16	21	30	28
	7時間以上~9時間未満	335	30	80	105	120
	9時間以上~11時間未満	147	15	22	50	60
	11時間以上	41	2	11	7	21
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	86	160	161	150
	健康に自信が持てない	446	76	136	119	115
	健康について、自分で調べることがある	555	78	167	155	155
	糖質制限をしている	165	24	51	42	48
	食物繊維を摂取するようにしている	436	59	127	126	124
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	61	144	160	146
	健康食品を摂取するようにしている	235	36	73	58	68
	バランスの取れた食事を心がけている	459	54	130	136	139
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	29	76	58	56
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	29	76	73	99
十分な睡眠がとれている	342	38	94	99	111	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	68	139	104	76
	下痢	367	66	120	93	88
	肌荒れ	385	81	144	92	68
	肩こり	593	91	197	167	138
	倦怠感・疲労感	615	102	200	170	143
	冷え性	355	113	242	0	0
	むくみ	292	74	125	55	38
	頭痛	401	73	137	114	77
	不眠	342	65	120	91	66
	食欲不振	165	37	68	42	18
	口臭	352	59	121	94	78
	オナラが臭い	415	65	135	113	102
	その他	8	4	1	0	3
	認 知 度	「腸活」 認知有	647	87	182	206
認知無		353	26	60	104	163
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	19	44	24	30
	実施無	530	68	138	182	142
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	94	205	236	225
	認知無	240	19	37	74	110
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	41	85	101	109
	理解無	664	72	157	209	226

Q6_7 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／むくみ（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	76	216	355	353
別 性	男性	500	15	63	170	252
	女性	500	61	153	185	101
年 代	20代	200	23	54	52	71
	30代	200	19	48	67	66
	40代	200	19	47	74	60
	50代	200	9	34	82	75
	60代	200	6	33	80	81
性 年 代	男性20代	100	5	13	27	55
	男性30代	100	2	12	34	52
	男性40代	100	3	15	35	47
	男性50代	100	4	15	36	45
	男性60代	100	1	8	38	53
	女性20代	100	18	41	25	16
	女性30代	100	17	36	33	14
	女性40代	100	16	32	39	13
	女性50代	100	5	19	46	30
女性60代	100	5	25	42	28	
居 住 エ リ ア	北海道	45	5	9	12	19
	東北	57	6	12	18	21
	関東	419	32	85	152	150
	中部	154	11	33	58	52
	近畿	186	13	43	64	66
	中国	47	1	17	13	16
	四国	26	1	3	13	9
九州・沖縄	66	7	14	25	20	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	59	179	266	250
	健康意識Bottom3box	246	17	37	89	103
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	3	8	11	10
	3時間以上～5時間未満	39	3	8	15	13
	5時間以上～7時間未満	95	8	22	34	31
	7時間以上～9時間未満	335	25	76	111	123
	9時間以上～11時間未満	147	11	29	47	60
	11時間以上	41	3	8	13	17
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	70	151	179	157
	健康に自信が持てない	446	59	126	149	112
	健康について、自分で調べることがある	555	62	149	192	152
	糖質制限をしている	165	22	54	44	45
	食物繊維を摂取するようにしている	436	42	117	152	125
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	48	122	179	162
	健康食品を摂取するようにしている	235	33	63	72	67
	バランスの取れた食事を心がけている	459	42	103	162	152
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	22	64	66	67
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	18	69	99	91
十分な睡眠がとれている	342	26	78	117	121	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	44	134	136	73
	下痢	367	46	102	123	96
	肌荒れ	385	60	136	119	70
	肩こり	593	67	175	201	150
	倦怠感・疲労感	615	72	182	210	151
	冷え性	355	64	135	106	50
	むくみ	292	76	216	0	0
	頭痛	401	55	136	132	78
	不眠	342	47	114	105	76
	食欲不振	165	31	66	39	29
	口臭	352	47	110	114	81
	オナラが臭い	415	59	119	136	101
	その他	8	3	1	2	2
認 知 度	「腸活」 認知有	647	62	173	231	181
	認知無	353	14	43	124	172
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	13	41	39	24
	実施無	530	49	132	192	157
認 知 度	「腸内」 認知有	760	67	184	273	236
	認知無	240	9	32	82	117
理 解 度	大腸 ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	25	81	116	114
	理解無	664	51	135	239	239

Q6_8 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／頭痛（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	83	318	342	257
別 性	男性	500	28	124	172	176
	女性	500	55	194	170	81
年 代	20代	200	20	72	55	53
	30代	200	16	77	65	42
	40代	200	26	65	64	45
	50代	200	12	67	78	43
	60代	200	9	37	80	74
性 年 代	男性20代	100	8	28	29	35
	男性30代	100	7	30	33	30
	男性40代	100	10	27	34	29
	男性50代	100	2	26	40	32
	男性60代	100	1	13	36	50
	女性20代	100	12	44	26	18
	女性30代	100	9	47	32	12
	女性40代	100	16	38	30	16
	女性50代	100	10	41	38	11
女性60代	100	8	24	44	24	
居 住 エ リ ア	北海道	45	4	6	18	17
	東北	57	9	19	16	13
	関東	419	35	142	135	107
	中部	154	14	51	60	29
	近畿	186	10	56	62	58
	中国	47	1	17	20	9
	四国	26	4	6	7	9
九州・沖縄	66	6	21	24	15	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	62	255	257	180
	健康意識Bottom3box	246	21	63	85	77
平 1 均 日 間 労 働 た り 時 間	3時間未満	32	4	12	8	8
	3時間以上～5時間未満	39	4	9	15	11
	5時間以上～7時間未満	95	3	37	28	27
	7時間以上～9時間未満	335	22	112	113	88
	9時間以上～11時間未満	147	11	38	58	40
	11時間以上	41	4	12	8	17
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	75	221	166	95
	健康に自信が持てない	446	67	172	129	78
	健康について、自分で調べることがある	555	63	213	174	105
	糖質制限をしている	165	29	50	50	36
	食物繊維を摂取するようにしている	436	55	151	146	84
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	57	178	175	101
	健康食品を摂取するようにしている	235	41	73	78	43
	バランスの取れた食事を心がけている	459	49	159	154	97
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	29	77	72	41
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	30	90	84	73
十分な睡眠がとれている	342	28	106	120	88	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	48	162	122	55
	下痢	367	48	167	96	56
	肌荒れ	385	51	185	102	47
	肩こり	593	72	259	186	76
	倦怠感・疲労感	615	77	270	187	81
	冷え性	355	51	159	107	38
	むくみ	292	49	142	75	26
	頭痛	401	83	318	0	0
	不眠	342	55	160	88	39
	食欲不振	165	30	92	31	12
	口臭	352	48	167	99	38
	オナラが臭い	415	56	182	122	55
	その他	8	2	2	2	2
認知度	認知有	647	59	244	223	121
	認知無	353	24	74	119	136
実施有無	実施有	117	12	51	37	17
	実施無	530	47	193	186	104
認知度	認知有	760	69	264	263	164
	認知無	240	14	54	79	93
理解度	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	27	112	110	87
	理解無	664	56	206	232	170

Q6_9 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／不眠（SA）

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	98	244	362	296
別性	男性	500	48	100	169	183
	女性	500	50	144	193	113
年代	20代	200	17	52	64	67
	30代	200	21	56	66	57
	40代	200	21	50	78	51
	50代	200	22	49	73	56
	60代	200	17	37	81	65
性年代	男性20代	100	6	19	33	42
	男性30代	100	9	26	30	35
	男性40代	100	16	16	40	28
	男性50代	100	10	22	30	38
	男性60代	100	7	17	36	40
	女性20代	100	11	33	31	25
	女性30代	100	12	30	36	22
	女性40代	100	5	34	38	23
	女性50代	100	12	27	43	18
女性60代	100	10	20	45	25	
居住エリア	北海道	45	4	8	15	18
	東北	57	5	10	28	14
	関東	419	41	115	139	124
	中部	154	14	33	68	39
	近畿	186	20	39	67	60
	中国	47	1	17	15	14
	四国	26	5	7	9	5
九州・沖縄	66	8	15	21	22	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	75	189	276	214
	健康意識Bottom3box	246	23	55	86	82
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	4	9	12	7
	3時間以上～5時間未満	39	5	12	12	10
	5時間以上～7時間未満	95	7	24	41	23
	7時間以上～9時間未満	335	33	69	126	107
	9時間以上～11時間未満	147	11	41	41	54
	11時間以上	41	9	9	10	13
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	84	180	176	117
	健康に自信が持てない	446	77	145	127	97
	健康について、自分で調べることがある	555	71	165	178	141
	糖質制限をしている	165	27	51	45	42
	食物繊維を摂取するようにしている	436	53	120	148	115
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	66	131	176	138
	健康食品を摂取するようにしている	235	38	71	68	58
	バランスの取れた食事を心がけている	459	49	123	167	120
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	31	54	78	56
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	34	67	91	85
十分な睡眠がとれている	342	25	56	132	129	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	51	144	126	66
	下痢	367	55	121	118	73
	肌荒れ	385	50	139	133	63
	肩こり	593	77	191	201	124
	倦怠感・疲労感	615	88	209	205	113
	冷え性	355	55	130	114	56
	むくみ	292	49	112	90	41
	頭痛	401	63	152	125	61
	不眠	342	98	244	0	0
	食欲不振	165	46	76	31	12
	口臭	352	56	125	111	60
	オナラが臭い	415	60	146	138	71
	その他	8	1	2	3	2
認 知 度	「腸活」 認知有	647	72	180	232	163
	認知無	353	26	64	130	133
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	18	33	37	29
	実施無	530	54	147	195	134
認 知 度	「腸内」 認知有	760	78	196	280	206
	認知無	240	20	48	82	90
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	35	79	125	97
	理解無	664	63	165	237	199

Q6_10 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／食欲不振（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	26	139	425	410
別 性	男性	500	12	66	183	239
	女性	500	14	73	242	171
年 代	20代	200	11	37	70	82
	30代	200	3	41	77	79
	40代	200	6	26	93	75
	50代	200	5	19	90	86
	60代	200	1	16	95	88
性 年 代	男性20代	100	5	14	31	50
	男性30代	100	1	20	36	43
	男性40代	100	4	15	38	43
	男性50代	100	1	9	37	53
	男性60代	100	1	8	41	50
	女性20代	100	6	23	39	32
	女性30代	100	2	21	41	36
	女性40代	100	2	11	55	32
	女性50代	100	4	10	53	33
女性60代	100	0	8	54	38	
居 住 エ リ ア	北海道	45	0	3	16	26
	東北	57	4	6	26	21
	関東	419	10	66	169	174
	中部	154	1	23	71	59
	近畿	186	6	30	72	78
	中国	47	0	6	25	16
	四国	26	3	1	12	10
九州・沖縄	66	2	4	34	26	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	18	109	324	303
	健康意識Bottom3box	246	8	30	101	107
平 1 均 日 間 労 働 た り 時	3時間未満	32	3	5	14	10
	3時間以上～5時間未満	39	1	8	14	16
	5時間以上～7時間未満	95	1	12	45	37
	7時間以上～9時間未満	335	7	53	131	144
	9時間以上～11時間未満	147	4	18	59	66
	11時間以上	41	3	9	9	20
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	23	107	238	189
	健康に自信が持てない	446	22	89	187	148
	健康について、自分で調べることがある	555	19	91	234	211
	糖質制限をしている	165	9	39	60	57
	食物繊維を摂取するようにしている	436	15	73	178	170
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	15	75	225	196
	健康食品を摂取するようにしている	235	14	50	94	77
	バランスの取れた食事を心がけている	459	16	69	190	184
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	13	40	94	72
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	9	49	111	108
十分な睡眠がとれている	342	9	47	138	148	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	17	84	172	114
	下痢	367	18	86	153	110
	肌荒れ	385	15	91	162	117
	肩こり	593	21	114	252	206
	倦怠感・疲労感	615	22	122	273	198
	冷え性	355	19	86	158	92
	むくみ	292	17	80	123	72
	頭痛	401	20	102	173	106
	不眠	342	22	100	150	70
	食欲不振	165	26	139	0	0
	口臭	352	19	97	134	102
	オナラが臭い	415	20	89	173	133
	その他	8	0	3	3	2
認知度	認知有	647	17	105	289	236
	認知無	353	9	34	136	174
実施有無	実施有	117	6	26	46	39
	実施無	530	11	79	243	197
認知度	認知有	760	21	113	332	294
	認知無	240	5	26	93	116
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	11	42	143	140
	理解無	664	15	97	282	270

Q6_11 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。/口臭 (SA)

		該当数	頻繁に感じる	たまに感じる	あまり感じない	まったく感じない
全体		1000	73	279	393	255
別性	男性	500	31	122	188	159
	女性	500	42	157	205	96
年代	20代	200	16	55	71	58
	30代	200	12	58	77	53
	40代	200	17	67	75	41
	50代	200	15	60	79	46
	60代	200	13	39	91	57
性年代	男性20代	100	5	22	37	36
	男性30代	100	3	22	42	33
	男性40代	100	11	32	32	25
	男性50代	100	8	27	35	30
	男性60代	100	4	19	42	35
	女性20代	100	11	33	34	22
	女性30代	100	9	36	35	20
	女性40代	100	6	35	43	16
	女性50代	100	7	33	44	16
女性60代	100	9	20	49	22	
居住エリア	北海道	45	4	7	18	16
	東北	57	6	20	19	12
	関東	419	28	116	161	114
	中部	154	15	43	63	33
	近畿	186	13	50	73	50
	中国	47	1	13	21	12
	四国	26	2	5	13	6
九州・沖縄	66	4	25	25	12	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	754	58	224	296	176
	健康意識Bottom3box	246	15	55	97	79
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	32	2	15	10	5
	3時間以上~5時間未満	39	4	11	14	10
	5時間以上~7時間未満	95	7	29	40	19
	7時間以上~9時間未満	335	21	101	124	89
	9時間以上~11時間未満	147	11	33	59	44
	11時間以上	41	5	12	12	12
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	63	190	194	110
	健康に自信が持てない	446	60	151	159	76
	健康について、自分で調べることがある	555	50	193	206	106
	糖質制限をしている	165	20	57	52	36
	食物繊維を摂取するようにしている	436	41	141	160	94
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	38	159	209	105
	健康食品を摂取するようにしている	235	27	81	88	39
	バランスの取れた食事を心がけている	459	40	129	187	103
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	20	68	84	47
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	20	85	103	69
十分な睡眠がとれている	342	25	113	123	81	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	38	149	144	56
	下痢	367	43	145	130	49
	肌荒れ	385	48	155	131	51
	肩こり	593	61	213	225	94
	倦怠感・疲労感	615	65	229	230	91
	冷え性	355	44	136	135	40
	むくみ	292	40	117	104	31
	頭痛	401	46	169	138	48
	不眠	342	41	140	111	50
	食欲不振	165	26	90	39	10
	口臭	352	73	279	0	0
	オナラが臭い	415	62	199	113	41
	その他	8	1	4	2	1
認 知 度	「腸活」 認知有	647	49	211	256	131
	認知無	353	24	68	137	124
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	9	45	42	21
	実施無	530	40	166	214	110
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	59	231	296	174
	認知無	240	14	48	97	81
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	23	101	127	85
	理解無	664	50	178	266	170

Q6_12 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／オナラが臭い（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		1000	100	315	368	217
別 性	男性	500	44	151	171	134
	女性	500	56	164	197	83
年 代	20代	200	29	53	62	56
	30代	200	19	78	61	42
	40代	200	26	67	73	34
	50代	200	14	69	76	41
	60代	200	12	48	96	44
性 年 代	男性20代	100	9	21	34	36
	男性30代	100	7	36	28	29
	男性40代	100	18	30	34	18
	男性50代	100	6	36	35	23
	男性60代	100	4	28	40	28
	女性20代	100	20	32	28	20
	女性30代	100	12	42	33	13
	女性40代	100	8	37	39	16
	女性50代	100	8	33	41	18
女性60代	100	8	20	56	16	
居 住 エ リ ア	北海道	45	6	10	14	15
	東北	57	7	13	27	10
	関東	419	43	145	144	87
	中部	154	11	45	61	37
	近畿	186	19	58	72	37
	中国	47	5	12	19	11
	四国	26	3	8	11	4
九州・沖縄	66	6	24	20	16	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	76	251	284	143
	健康意識Bottom3box	246	24	64	84	74
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	4	13	10	5
	3時間以上～5時間未満	39	6	9	15	9
	5時間以上～7時間未満	95	8	27	44	16
	7時間以上～9時間未満	335	31	119	109	76
	9時間以上～11時間未満	147	13	49	52	33
	11時間以上	41	5	14	12	10
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	79	210	180	88
	健康に自信が持てない	446	73	159	149	65
	健康について、自分で調べることがある	555	71	210	193	81
	糖質制限をしている	165	27	56	54	28
	食物繊維を摂取するようにしている	436	54	157	152	73
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	60	175	192	84
	健康食品を摂取するようにしている	235	41	88	72	34
	バランスの取れた食事を心がけている	459	57	145	174	83
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	33	75	69	42
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	31	103	97	46
十分な睡眠がとれている	342	39	105	128	70	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	61	175	114	37
	下痢	367	59	155	116	37
	肌荒れ	385	68	163	118	36
	肩こり	593	79	242	201	71
	倦怠感・疲労感	615	89	255	208	63
	冷え性	355	61	139	121	34
	むくみ	292	57	121	94	20
	頭痛	401	60	178	123	40
	不眠	342	59	147	105	31
	食欲不振	165	35	74	47	9
	口臭	352	75	186	75	16
	オナラが臭い	415	100	315	0	0
その他	8	0	5	3	0	
認 知 度	「腸活」 認知有	647	70	230	234	113
	認知無	353	30	85	134	104
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	11	44	44	18
	実施無	530	59	186	190	95
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	76	247	284	153
	認知無	240	24	68	84	64
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	34	119	121	62
	理解無	664	66	196	247	155

Q6_13 あなたは普段、以下の各症状を感じることはありますか。それぞれあてはまるものをお選びください。／その他（SA）

		該 当 数	頻 繁 に 感 じ る	た ま に 感 じ る	あ ま り 感 じ な い	ま っ た く 感 じ な い
全 体		17	2	6	4	5
別 性	男性	6	2	0	1	3
	女性	11	0	6	3	2
年 代	20代	3	0	1	0	2
	30代	4	1	1	1	1
	40代	5	0	3	1	1
	50代	2	0	0	2	0
	60代	3	1	1	0	1
性 年 代	男性20代	0	0	0	0	0
	男性30代	2	1	0	0	1
	男性40代	1	0	0	0	1
	男性50代	1	0	0	1	0
	男性60代	2	1	0	0	1
	女性20代	3	0	1	0	2
	女性30代	2	0	1	1	0
	女性40代	4	0	3	1	0
女性50代	1	0	0	1	0	
女性60代	1	0	1	0	0	
居 住 エ リ ア	北海道	0	0	0	0	0
	東北	1	0	0	1	0
	関東	7	2	3	1	1
	中部	4	0	1	1	2
	近畿	4	0	2	1	1
	中国	0	0	0	0	0
	四国	1	0	0	0	1
九州・沖縄	0	0	0	0	0	
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	14	2	6	3	3
	健康意識Bottom3box	3	0	0	1	2
平 1 均 日 間 労 あ 働 た 働 時 り	3時間未満	0	0	0	0	0
	3時間以上～5時間未満	0	0	0	0	0
	5時間以上～7時間未満	0	0	0	0	0
	7時間以上～9時間未満	7	2	3	1	1
	9時間以上～11時間未満	4	0	1	1	2
	11時間以上	0	0	0	0	0
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	14	2	4	3	5
	健康に自信が持てない	11	0	3	3	5
	健康について、自分で調べることがある	12	1	5	3	3
	糖質制限をしている	3	0	1	0	2
	食物繊維を摂取するようにしている	8	1	4	1	2
	ヨーグルトを摂取するようにしている	9	1	5	2	1
	健康食品を摂取するようにしている	3	0	3	0	0
	バランスの取れた食事を心がけている	8	1	4	2	1
	日頃からヨガや筋トレをしている	5	0	2	1	2
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	5	1	2	1	1
	十分な睡眠がとれている	5	0	3	1	1

T o p 2 b o x (各)	便秘	7	0	2	1	4
	下痢	11	2	3	2	4
	肌荒れ	9	0	5	1	3
	肩こり	12	0	5	2	5
	倦怠感・疲労感	14	1	5	3	5
	冷え性	9	0	5	2	2
	むくみ	8	0	4	2	2
	頭痛	9	0	4	3	2
	不眠	8	0	3	2	3
	食欲不振	8	0	3	1	4
	口臭	10	0	5	3	2
	オナラが臭い	9	2	3	2	2
	その他	8	2	6	0	0
認知度	認知有	11	0	5	2	4
	認知無	6	2	1	2	1
実施有無	実施有	3	0	2	0	1
	実施無	8	0	3	2	3
認知度	認知有	12	1	4	2	5
	認知無	5	1	2	2	0
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	6	1	2	1	2
	理解無	11	1	4	3	3

Q7_1 現在、日本人の死因1位はがんですが、男性・女性それぞれの死亡数が最も高いがんの種類をご存知ですか。それぞれ一つずつお選びください。／男性 (SA)

		該当数	乳がん	子宮頸がん	卵巣がん	舌がん	皮膚がん	食道がん	肺がん	甲状腺がん	大腸がん	胃がん	腎臓がん	肝臓がん	膵臓がん	前立腺がん
全体		1000	11	3	4	5	3	17	196	7	167	199	4	23	11	45
別性	男性	500	3	1	2	5	2	6	93	1	73	88	0	10	1	22
	女性	500	8	2	2	0	1	11	103	6	94	111	4	13	10	23
年代	20代	200	5	1	1	2	1	9	40	0	19	25	2	5	1	10
	30代	200	4	2	1	2	2	3	36	3	33	36	0	3	5	6
	40代	200	1	0	0	1	0	1	33	1	33	45	0	4	2	10
	50代	200	0	0	1	0	0	1	35	3	37	52	1	6	2	11
	60代	200	1	0	1	0	0	3	52	0	45	41	1	5	1	8
性年代	男性20代	100	2	0	0	2	1	5	20	0	8	8	0	2	0	4
	男性30代	100	1	1	1	2	1	0	17	1	12	15	0	3	0	3
	男性40代	100	0	0	0	1	0	0	13	0	13	22	0	3	0	4
	男性50代	100	0	0	1	0	0	0	13	0	18	26	0	1	1	7
	男性60代	100	0	0	0	0	0	1	30	0	22	17	0	1	0	4
	女性20代	100	3	1	1	0	0	4	20	0	11	17	2	3	1	6
	女性30代	100	3	1	0	0	1	3	19	2	21	21	0	0	5	3
	女性40代	100	1	0	0	0	0	1	20	1	20	23	0	1	2	6
	女性50代	100	0	0	0	0	0	1	22	3	19	26	1	5	1	4
女性60代	100	1	0	1	0	0	2	22	0	23	24	1	4	1	4	
居住エリア	北海道	45	1	0	0	0	0	0	13	0	6	9	0	0	0	0
	東北	57	2	1	1	1	1	0	11	0	7	13	0	1	1	7
	関東	419	4	0	0	1	1	11	76	2	70	80	2	11	3	21
	中部	154	2	0	1	1	0	5	32	2	24	27	2	4	3	3
	近畿	186	1	1	1	1	0	1	35	2	31	42	0	4	1	6
	中国	47	0	1	0	0	1	0	8	1	12	11	0	0	0	5
	四国	26	0	0	0	0	0	0	3	0	8	1	0	1	1	2
九州・沖縄	66	1	0	1	1	0	0	18	0	9	16	0	2	2	1	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	7	3	4	5	3	14	164	5	140	170	3	20	11	40
	健康意識Bottom3box	246	4	0	0	0	0	3	32	2	27	29	1	3	0	5
平1日 均日 間労働 した 時	3時間未満	32	2	1	0	2	0	2	6	0	2	7	0	0	0	1
	3時間以上~5時間未満	39	0	0	0	0	1	1	8	0	9	9	0	1	0	1
	5時間以上~7時間未満	95	3	1	0	0	0	0	18	1	16	14	0	4	1	6
	7時間以上~9時間未満	335	4	1	1	0	1	4	55	3	54	61	3	3	5	23
	9時間以上~11時間未満	147	1	0	3	2	0	1	35	0	24	38	1	4	0	2
	11時間以上	41	1	0	0	1	0	1	9	0	9	6	0	1	0	2
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	8	2	2	2	2	10	120	6	99	115	4	16	10	28
	健康に自信が持てない	446	8	2	2	3	1	10	90	4	72	88	3	14	8	25
	健康について、自分で調べることがある	555	9	2	3	2	0	10	129	4	109	125	3	14	7	32
	糖質制限をしている	165	6	2	1	2	1	4	23	0	24	35	2	5	1	11
	食物繊維を摂取するようにしている	436	8	2	0	3	1	8	102	1	94	88	3	8	5	21
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	7	2	0	3	2	9	111	4	100	122	3	11	3	23
	健康食品を摂取するようにしている	235	6	2	0	2	2	5	50	1	33	51	3	6	3	16
	バランスの取れた食事を心がけている	459	7	2	2	1	1	7	118	2	84	116	4	13	5	22
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	7	2	1	2	1	6	44	1	36	49	1	4	2	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	7	2	0	1	1	6	52	3	46	71	1	7	3	15
十分な睡眠がとれている	342	8	2	0	2	2	8	66	3	60	75	2	9	4	23	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	8	2	0	3	2	6	90	2	74	74	3	9	6	21
	下痢	367	8	2	0	2	1	6	77	3	64	73	3	7	2	22
	肌荒れ	385	7	2	0	1	1	8	93	3	69	80	4	11	9	17
	肩こり	593	9	2	2	2	2	10	126	5	112	131	4	17	11	28
	倦怠感・疲労感	615	8	2	2	2	2	8	134	5	123	134	4	17	11	31
	冷え性	355	7	2	1	1	2	8	73	5	66	72	2	13	8	20
	むくみ	292	10	2	1	0	2	5	52	3	59	66	2	9	6	11
	頭痛	401	7	2	2	1	2	7	92	5	69	82	3	8	6	22
	不眠	342	7	2	2	2	1	7	72	4	68	66	2	8	6	15
	食欲不振	165	7	2	1	2	2	4	30	0	25	30	1	4	1	5
	口臭	352	8	2	2	1	1	3	76	3	67	64	2	7	7	20
	オナラが臭い	415	7	2	3	1	1	2	99	3	76	90	3	9	7	17
	その他	8	1	0	0	0	0	0	4	1	1	0	0	0	0	1
	認知度	認知有	647	9	3	2	4	3	11	148	5	119	147	2	19	9
認知無		353	2	0	2	1	0	6	48	2	48	52	2	4	2	10
実施有無	実施有	117	3	2	1	2	2	2	24	1	22	24	1	4	2	7
	実施無	530	6	1	1	2	1	9	124	4	97	123	1	15	7	28
認知度	認知有	760	9	3	4	3	3	13	167	6	146	163	4	22	10	37
	認知無	240	2	0	0	2	0	4	29	1	21	36	0	1	1	8
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	5	3	1	2	2	8	82	2	67	71	2	8	4	16
	理解無	664	6	0	3	3	1	9	114	5	100	128	2	15	7	29

Q7_2 現在、日本人の死因1位はがんですが、男性・女性それぞれの死亡数が最も高いがんの種類をご存知ですか。それぞれ一つずつお選びください。/女性 (SA)

		該当数	乳がん	子宮頸がん	卵巣がん	舌がん	皮膚がん	食道がん	肺がん	甲状腺がん	大腸がん	胃がん	腎臓がん	肝臓がん	膵臓がん	前立腺がん
全体		1000	389	60	10	1	1	5	16	2	148	68	0	1	2	1
別性	男性	500	169	34	6	1	0	4	10	2	44	33	0	1	0	1
	女性	500	220	26	4	0	1	1	6	0	104	35	0	0	2	0
年代	20代	200	66	15	3	0	0	4	8	1	20	9	0	0	0	0
	30代	200	64	17	4	1	1	1	1	1	30	15	0	1	2	0
	40代	200	74	6	1	0	0	0	3	0	35	14	0	0	0	0
	50代	200	91	9	2	0	0	0	2	0	27	16	0	0	0	1
	60代	200	94	13	0	0	0	0	2	0	36	14	0	0	0	0
性年代	男性20代	100	23	7	1	0	0	3	5	1	9	4	0	0	0	0
	男性30代	100	24	9	2	1	0	1	1	1	8	8	0	1	0	0
	男性40代	100	34	5	1	0	0	0	1	0	9	6	0	0	0	0
	男性50代	100	38	7	2	0	0	0	1	0	9	9	0	0	0	1
	男性60代	100	50	6	0	0	0	0	2	0	9	6	0	0	0	0
	女性20代	100	43	8	2	0	0	1	3	0	11	5	0	0	0	0
	女性30代	100	40	8	2	0	1	0	0	0	22	7	0	0	2	0
	女性40代	100	40	1	0	0	0	0	2	0	26	8	0	0	0	0
女性50代	100	53	2	0	0	0	0	1	0	18	7	0	0	0	0	
女性60代	100	44	7	0	0	0	0	0	0	27	8	0	0	0	0	
居住エリア	北海道	45	14	3	0	0	0	0	1	0	6	5	0	0	0	0
	東北	57	27	7	3	0	0	1	0	0	4	4	0	0	0	0
	関東	419	165	26	1	1	1	2	5	0	61	23	0	1	2	0
	中部	154	62	6	3	0	0	1	4	1	24	6	0	0	0	1
	近畿	186	69	10	2	0	0	0	3	0	24	18	0	0	0	0
	中国	47	16	4	1	0	0	1	1	0	11	5	0	0	0	0
	四国	26	10	3	0	0	0	0	0	0	3	1	0	0	0	0
九州・沖縄	66	26	1	0	0	0	0	2	1	15	6	0	0	0	0	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	327	49	9	1	1	4	12	2	131	56	0	1	1	1
	健康意識Bottom3box	246	62	11	1	0	0	1	4	0	17	12	0	0	1	0
平1日 均労働 した 時	3時間未満	32	12	1	1	1	0	1	1	0	6	1	0	0	0	0
	3時間以上~5時間未満	39	18	0	1	0	0	1	1	0	5	5	0	0	0	0
	5時間以上~7時間未満	95	32	6	0	0	0	0	1	0	17	6	0	1	0	0
	7時間以上~9時間未満	335	122	20	2	0	1	2	6	1	43	18	0	0	1	1
	9時間以上~11時間未満	147	54	12	3	0	0	0	2	1	21	18	0	0	0	0
	11時間以上	41	20	1	2	0	0	0	1	0	2	3	0	0	0	0
健康意識・ 実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	235	34	8	0	1	3	10	0	96	41	0	1	1	0
	健康に自信が持てない	446	189	31	6	0	1	1	8	0	66	32	0	0	1	0
	健康について、自分で調べることがある	555	244	40	8	0	0	1	8	0	111	38	0	0	1	0
	糖質制限をしている	165	64	10	2	1	1	1	2	1	25	10	0	1	0	0
	食物繊維を摂取するようにしている	436	197	26	4	1	1	1	7	0	81	29	0	1	2	0
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	216	24	5	1	1	3	11	0	96	43	0	1	2	1
	健康食品を摂取するようにしている	235	100	14	4	0	1	2	2	0	38	19	0	0	1	0
	バランスの取れた食事を心がけている	459	217	31	4	0	1	1	6	1	87	36	0	0	2	1
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	93	12	4	0	1	1	5	0	35	17	0	0	0	0
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	125	17	4	0	1	1	4	1	45	19	0	0	0	1
十分な睡眠がとれている	342	167	19	4	0	1	2	4	0	43	24	0	1	1	1	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	160	28	6	0	1	1	5	1	69	29	0	1	2	0
	下痢	367	159	24	6	0	1	0	9	0	49	20	0	0	1	0
	肌荒れ	385	179	24	5	0	1	0	11	0	61	22	0	1	2	1
	肩こり	593	259	42	5	0	1	2	14	2	96	42	0	1	2	1
	倦怠感・疲労感	615	277	43	6	0	1	1	11	2	101	43	0	1	2	1
	冷え性	355	158	25	2	0	1	1	8	2	58	28	0	1	1	0
	むくみ	292	122	23	4	0	1	1	6	1	53	21	0	1	1	0
	頭痛	401	177	24	5	0	1	1	12	1	62	28	0	1	0	0
	不眠	342	126	33	5	0	1	0	7	2	64	24	0	1	1	0
	食欲不振	165	67	11	2	0	1	1	4	2	16	9	0	1	1	0
	口臭	352	158	22	4	0	1	0	6	0	52	23	0	1	0	1
	オナラが臭い	415	168	34	2	0	1	0	10	1	73	31	0	1	1	1
	その他	8	5	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
認知度「腸活」	認知有	647	281	42	8	0	1	4	11	2	119	51	0	1	2	1
	認知無	353	108	18	2	1	0	1	5	0	29	17	0	0	0	0
実施有無「腸活」	実施有	117	47	6	2	0	1	1	2	1	28	7	0	1	1	0
	実施無	530	234	36	6	0	0	3	9	1	91	44	0	0	1	1
認知度「腸内フローラ」	認知有	760	328	46	8	1	1	4	9	1	141	55	0	1	2	1
	認知無	240	61	14	2	0	0	1	7	1	7	13	0	0	0	0
理解度「大腸ケア」	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	154	24	5	0	1	4	5	0	58	23	0	1	0	0
	理解無	664	235	36	5	1	0	1	11	2	90	45	0	0	2	1

Q8_1 あなたが普段、健康に気を使っている身体の部位をすべてお選びください。その中で、最も気を使っている部位を一つだけお選びください。／気を使っている部位（MA）

		該当数	脳	肺	心臓	血管	腎臓	肝臓	すい臓	腸	胃	皮膚（肌）	その他
全体		1000	279	131	261	289	113	160	72	320	382	369	88
別性	男性	500	139	79	147	131	60	93	37	128	184	127	42
	女性	500	140	52	114	158	53	67	35	192	198	242	46
年代	20代	200	46	17	42	24	15	15	7	41	64	93	21
	30代	200	49	22	53	48	20	25	10	60	73	97	14
	40代	200	50	27	47	57	21	35	15	67	73	75	19
	50代	200	57	33	45	67	21	39	14	70	85	60	19
	60代	200	77	32	74	93	36	46	26	82	87	44	15
性年代	男性20代	100	21	9	22	13	7	6	1	13	27	37	12
	男性30代	100	31	13	31	18	12	14	6	26	35	29	6
	男性40代	100	27	16	28	31	11	23	7	28	36	23	7
	男性50代	100	26	20	21	28	11	22	6	24	43	20	10
	男性60代	100	34	21	45	41	19	28	17	37	43	18	7
	女性20代	100	25	8	20	11	8	9	6	28	37	56	9
	女性30代	100	18	9	22	30	8	11	4	34	38	68	8
	女性40代	100	23	11	19	26	10	12	8	39	37	52	12
	女性50代	100	31	13	24	39	10	17	8	46	42	40	9
女性60代	100	43	11	29	52	17	18	9	45	44	26	8	
居住エリア	北海道	45	15	4	9	10	3	4	3	16	15	18	4
	東北	57	17	7	16	13	9	9	3	15	23	16	6
	関東	419	117	61	118	121	47	75	31	131	172	157	36
	中部	154	50	20	34	47	19	24	10	54	55	59	12
	近畿	186	42	17	40	57	13	22	12	59	68	61	20
	中国	47	9	9	16	8	5	6	3	9	17	17	4
	四国	26	10	2	7	7	3	6	0	7	8	12	2
九州・沖縄	66	19	11	21	26	14	14	10	29	24	29	4	
健康意識度	健康意識Top3box	754	238	122	232	267	106	150	69	290	333	281	44
	健康意識Bottom3box	246	41	9	29	22	7	10	3	30	49	88	44
1日平均労働時間	3時間未満	32	12	7	7	6	4	4	2	11	9	13	0
	3時間以上～5時間未満	39	12	5	12	15	5	8	4	17	13	19	4
	5時間以上～7時間未満	95	32	5	35	25	6	13	5	31	45	38	5
	7時間以上～9時間未満	335	80	37	68	88	35	49	26	96	129	122	31
	9時間以上～11時間未満	147	41	28	48	46	16	29	8	41	62	40	7
	11時間以上	41	17	12	17	14	7	10	4	14	18	14	1
健康意識・実態（各）	日頃からストレスを感じている	557	154	83	155	168	64	99	42	197	237	220	41
	健康に自信が持てない	446	131	73	135	129	53	73	39	154	172	175	34
	健康について、自分で調べることがある	555	173	90	173	205	80	111	57	225	250	238	34
	糖質制限をしている	165	65	31	60	59	29	41	25	61	68	65	5
	食物繊維を摂取するようにしている	436	158	76	151	192	73	100	52	190	206	177	26
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	160	79	151	182	71	99	50	213	234	197	25
	健康食品を摂取するようにしている	235	93	52	90	97	48	65	38	106	116	104	6
	バランスの取れた食事を心がけている	459	163	84	156	196	75	100	56	198	216	184	19
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	83	36	71	89	35	42	22	83	88	90	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	98	47	99	106	47	64	28	100	117	101	11
十分な睡眠がとれている	342	103	46	94	112	44	58	29	122	159	136	25	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	115	48	103	120	45	63	30	136	153	154	35
	下痢	367	101	60	108	98	42	64	29	133	148	138	26
	肌荒れ	385	110	59	100	120	49	66	30	148	158	200	27
	肩こり	593	178	84	164	194	69	98	50	215	252	252	48
	倦怠感・疲労感	615	190	94	177	207	73	111	45	227	256	253	49
	冷え性	355	106	58	100	116	40	57	31	138	143	172	29
	むくみ	292	90	46	85	104	37	56	25	109	119	142	19
	頭痛	401	124	67	119	123	48	74	32	145	173	176	28
	不眠	342	103	55	102	101	35	58	27	114	134	140	31
	食欲不振	165	54	29	57	53	23	33	16	56	76	65	14
	口臭	352	100	58	101	105	47	63	30	132	150	149	28
	オナラが臭い	415	124	62	111	131	55	76	32	153	164	179	31
	その他	8	2	2	2	5	1	1	2	5	5	5	2
	認知度	「腸活」 認知有	647	196	92	187	218	79	105	50	242	274	259
認知無		353	83	39	74	71	34	55	22	78	108	110	47
実施有無	実施有	117	54	24	47	62	25	26	16	59	56	56	5
	実施無	530	142	68	140	156	54	79	34	183	218	203	36
認知度	「腸内フローラ」 認知有	760	222	110	212	249	96	132	61	282	313	306	59
	認知無	240	57	21	49	40	17	28	11	38	69	63	29
理解度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	104	57	96	110	53	66	34	126	152	125	15
	理解無	664	175	74	165	179	60	94	38	194	230	244	73

Q8_2 あなたが普段、健康に気を使っている身体の部位をすべてお選びください。その中で、最も気を使っている部位を一つだけお選びください。/最も気を使っている部位（SA）

		該当数	脳	肺	心臓	血管	腎臓	肝臓	すい臓	腸	胃	皮膚（肌）	その他
全体		1000	126	22	102	105	23	45	11	123	150	207	86
別性	男性	500	72	19	71	47	16	35	8	41	81	69	41
	女性	500	54	3	31	58	7	10	3	82	69	138	45
年代	20代	200	28	2	22	3	7	4	1	16	27	69	21
	30代	200	28	4	18	14	3	7	0	23	27	62	14
	40代	200	22	6	18	22	2	13	3	24	30	42	18
	50代	200	22	6	18	25	6	10	3	30	37	25	18
	60代	200	26	4	26	41	5	11	4	30	29	9	15
性年代	男性20代	100	15	2	14	3	4	2	0	6	15	27	12
	男性30代	100	22	4	12	5	3	7	0	9	15	17	6
	男性40代	100	12	4	14	12	1	10	3	10	15	12	7
	男性50代	100	12	5	11	13	4	7	2	6	21	10	9
	男性60代	100	11	4	20	14	4	9	3	10	15	3	7
	女性20代	100	13	0	8	0	3	2	1	10	12	42	9
	女性30代	100	6	0	6	9	0	0	0	14	12	45	8
	女性40代	100	10	2	4	10	1	3	0	14	15	30	11
	女性50代	100	10	1	7	12	2	3	1	24	16	15	9
女性60代	100	15	0	6	27	1	2	1	20	14	6	8	
居住エリア	北海道	45	6	1	4	3	1	1	1	7	5	12	4
	東北	57	9	1	4	4	4	4	1	5	9	10	6
	関東	419	54	10	41	35	8	25	4	49	68	90	35
	中部	154	23	4	13	20	2	7	2	20	23	29	11
	近畿	186	18	2	19	28	2	3	2	28	27	37	20
	中国	47	4	3	8	4	3	0	0	2	9	10	4
	四国	26	5	0	3	2	1	1	0	2	3	7	2
九州・沖縄	66	7	1	10	9	2	4	1	10	6	12	4	
健康意識	健康意識Top3box	754	92	19	85	92	19	42	10	110	117	126	42
	健康意識Bottom3box	246	34	3	17	13	4	3	1	13	33	81	44
1日平均労働時間	3時間未満	32	6	2	2	4	1	0	0	5	3	9	0
	3時間以上～5時間未満	39	4	1	4	5	2	1	0	5	4	9	4
	5時間以上～7時間未満	95	11	0	11	10	1	4	1	14	15	23	5
	7時間以上～9時間未満	335	43	6	30	32	8	15	6	33	55	76	31
	9時間以上～11時間未満	147	24	7	20	14	1	13	3	12	26	20	7
	11時間以上	41	8	1	5	6	3	3	0	5	1	8	1
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	557	64	13	56	53	12	30	7	78	88	116	40
	健康に自信が持てない	446	49	13	45	38	14	22	8	56	73	94	34
	健康について、自分で調べることがある	555	57	13	55	68	14	29	10	85	82	110	32
	糖質制限をしている	165	29	5	15	15	4	11	6	23	20	32	5
	食物繊維を摂取するようにしている	436	46	6	42	68	11	21	8	68	68	73	25
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	57	10	50	62	12	21	9	88	86	92	24
	健康食品を摂取するようにしている	235	31	6	31	25	7	16	6	37	31	41	4
	バランスの取れた食事を心がけている	459	59	11	44	71	11	20	9	70	66	80	18
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	31	2	21	31	5	9	6	35	25	44	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	45	6	33	35	8	15	6	39	37	42	11
十分な睡眠がとれている	342	44	5	33	34	8	13	4	44	59	73	25	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	49	8	34	42	14	15	6	57	51	76	35
	下痢	367	44	14	40	35	11	17	6	47	59	70	24
	肌荒れ	385	47	10	31	30	10	17	3	54	48	109	26
	肩こり	593	70	12	57	66	10	25	8	80	89	130	46
	倦怠感・疲労感	615	74	16	61	67	13	31	7	84	89	126	47
	冷え性	355	42	5	28	34	8	17	5	50	50	88	28
	むくみ	292	32	6	28	34	8	15	3	36	41	71	18
	頭痛	401	57	10	36	35	7	18	4	54	63	90	27
	不眠	342	47	10	31	35	7	18	5	39	51	70	29
	食欲不振	165	26	3	19	11	6	9	3	17	27	30	14
	口臭	352	41	7	38	33	12	16	6	50	47	76	26
	オナラが臭い	415	51	9	44	41	13	20	6	58	44	100	29
	その他	8	1	0	1	2	0	0	0	0	2	1	1
	認 知 度	「腸活」 認知有	647	80	12	68	74	15	23	8	98	98	131
認知無		353	46	10	34	31	8	22	3	25	52	76	46
実 施 有 無	実施有	117	16	0	11	17	4	4	1	27	16	17	4
	実施無	530	64	12	57	57	11	19	7	71	82	114	36
認 知 度	「腸内 フロー」 認知有	760	91	15	71	87	16	34	8	109	112	160	57
	認知無	240	35	7	31	18	7	11	3	14	38	47	29
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	46	5	34	36	11	18	5	45	63	59	14
	理解無	664	80	17	68	69	12	27	6	78	87	148	72

Q9 あなたは「腸活」の意味を知っていますか？（SA）

		該 当 数	詳 しく 知 っ て い る	知 っ て い る	聞 い た こ と は あ る	知 ら な い
全 体		1000	44	163	440	353
別 性	男性	500	18	55	182	245
	女性	500	26	108	258	108
年 代	20代	200	9	36	85	70
	30代	200	14	32	86	68
	40代	200	7	40	88	65
	50代	200	4	27	92	77
	60代	200	10	28	89	73
性 年 代	男性20代	100	4	16	34	46
	男性30代	100	6	12	36	46
	男性40代	100	5	10	41	44
	男性50代	100	1	8	32	59
	男性60代	100	2	9	39	50
	女性20代	100	5	20	51	24
	女性30代	100	8	20	50	22
	女性40代	100	2	30	47	21
	女性50代	100	3	19	60	18
女性60代	100	8	19	50	23	
居 住 エ リ ア	北海道	45	1	10	22	12
	東北	57	8	7	25	17
	関東	419	18	61	175	165
	中部	154	5	27	79	43
	近畿	186	6	36	83	61
	中国	47	1	8	21	17
	四国	26	0	4	7	15
九州・沖縄	66	5	10	28	23	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	43	147	361	203
	健康意識Bottom3box	246	1	16	79	150
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	5	7	11	9
	3時間以上～5時間未満	39	6	5	19	9
	5時間以上～7時間未満	95	0	19	47	29
	7時間以上～9時間未満	335	15	54	137	129
	9時間以上～11時間未満	147	4	19	65	59
	11時間以上	41	1	6	19	15
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	28	115	261	153
	健康に自信が持てない	446	24	82	214	126
	健康について、自分で調べることがある	555	31	127	270	127
	糖質制限をしている	165	20	37	67	41
	食物繊維を摂取するようにしている	436	33	100	204	99
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	30	108	242	131
	健康食品を摂取するようにしている	235	28	59	100	48
	バランスの取れた食事を心がけている	459	35	99	221	104
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	27	55	90	47
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	28	62	115	72
十分な睡眠がとれている	342	25	64	158	95	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	22	80	185	100
	下痢	367	20	62	160	125
	肌荒れ	385	20	71	202	92
	肩こり	593	26	120	296	151
	倦怠感・疲労感	615	24	123	293	175
	冷え性	355	20	82	167	86
	むくみ	292	18	73	144	57
	頭痛	401	22	78	203	98
	不眠	342	18	82	152	90
	食欲不振	165	13	34	75	43
	口臭	352	17	69	174	92
	オナラが臭い	415	17	76	207	115
	その他	8	0	2	3	3
認 知 度	「腸活」 認知有	647	44	163	440	0
	認知無	353	0	0	0	353
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	32	58	27	0
	実施無	530	12	105	413	0
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	44	157	388	171
	認知無	240	0	6	52	182
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	17	64	154	101
	理解無	664	27	99	286	252

Q10 あなたは「腸活」を行ったことがありますか？（SA）

		該 当 数	は い	い い え
全 体		647	117	530
別 性	男性	255	35	220
	女性	392	82	310
年 代	20代	130	22	108
	30代	132	31	101
	40代	135	20	115
	50代	123	24	99
	60代	127	20	107
性 年 代	男性20代	54	9	45
	男性30代	54	9	45
	男性40代	56	7	49
	男性50代	41	7	34
	男性60代	50	3	47
	女性20代	76	13	63
	女性30代	78	22	56
	女性40代	79	13	66
	女性50代	82	17	65
女性60代	77	17	60	
居 住 エ リ ア	北海道	33	4	29
	東北	40	10	30
	関東	254	38	216
	中部	111	17	94
	近畿	125	27	98
	中国	30	8	22
	四国	11	5	6
九州・沖縄	43	8	35	
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	551	109	442
	健康意識Bottom3box	96	8	88
平 1 均 日 間 労 働 あ た り 時 間	3時間未満	23	5	18
	3時間以上～5時間未満	30	7	23
	5時間以上～7時間未満	66	13	53
	7時間以上～9時間未満	206	37	169
	9時間以上～11時間未満	88	13	75
	11時間以上	26	6	20
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	404	77	327
	健康に自信が持てない	320	61	259
	健康について、自分で調べることがある	428	97	331
	糖質制限をしている	124	39	85
	食物繊維を摂取するようにしている	337	83	254
	ヨーグルトを摂取するようにしている	380	88	292
	健康食品を摂取するようにしている	187	61	126
	バランスの取れた食事を心がけている	355	80	275
	日頃からヨガや筋トレをしている	172	50	122
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	205	59	146
	十分な睡眠がとれている	247	55	192

T o p 2 b o x (各)	便秘	287	54	233
	下痢	242	46	196
	肌荒れ	293	57	236
	肩こり	442	83	359
	倦怠感・疲労感	440	81	359
	冷え性	269	63	206
	むくみ	235	54	181
	頭痛	303	63	240
	不眠	252	51	201
	食欲不振	122	32	90
	口臭	260	54	206
	オナラが臭い	300	55	245
その他	5	2	3	
認知度	認知有	647	117	530
	認知無	0	0	0
実施有無	実施有	117	117	0
	実施無	530	0	530
認知度	認知有	589	117	472
	認知無	58	0	58
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	235	46	189
	理解無	412	71	341

Q11 「腸活」で行った対策法は何ですか？あてはまるものをすべてお選びください。(MA)

		該当数	ヨーグルトの摂取	食物繊維の摂取	納豆の摂取	大豆の摂取	その他の発酵食品	その他	いずれもない
全体		117	102	77	68	56	8	3	
別性	男性	35	29	22	21	15	2	0	
	女性	82	73	55	47	41	6	3	
年代	20代	22	19	17	8	7	1	0	
	30代	31	25	20	14	13	3	2	
	40代	20	17	11	15	14	2	1	
	50代	24	23	15	18	10	1	0	
	60代	20	18	14	13	12	1	0	
性年代	男性20代	9	7	9	4	3	0	0	
	男性30代	9	8	5	5	3	1	0	
	男性40代	7	6	4	5	5	1	0	
	男性50代	7	6	3	5	2	0	0	
	男性60代	3	2	1	2	2	0	0	
	女性20代	13	12	8	4	4	1	0	
	女性30代	22	17	15	9	10	2	2	
	女性40代	13	11	7	10	9	1	1	
居住エリア	北海道	4	4	1	3	2	0	0	
	東北	10	9	6	7	5	0	0	
	関東	38	35	27	23	15	3	1	
	中部	17	15	11	10	7	1	0	
	近畿	27	22	19	16	14	2	1	
	中国	8	5	4	2	5	2	1	
	四国	5	5	4	1	3	0	0	
九州・沖縄	8	7	5	6	5	0	0		
健康意識	健康意識Top3box	109	96	72	64	51	8	2	
	健康意識Bottom3box	8	6	5	4	5	0	1	
1日平均労働時間	3時間未満	5	3	3	2	2	1	1	
	3時間以上～5時間未満	7	5	4	5	3	0	1	
	5時間以上～7時間未満	13	13	10	7	7	0	0	
	7時間以上～9時間未満	37	33	24	21	18	3	0	
	9時間以上～11時間未満	13	9	7	6	4	1	0	
11時間以上	6	5	2	4	1	0	0		
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	77	63	46	41	28	5	3	
	健康に自信が持てない	61	51	35	31	23	4	2	
	健康について、自分で調べることがある	97	86	63	59	49	6	3	
	糖質制限をしている	39	34	27	21	16	3	2	
	食物繊維を摂取するようにしている	83	72	64	52	40	6	2	
	ヨーグルトを摂取するようにしている	88	82	60	55	43	3	2	
	健康食品を摂取するようにしている	61	54	46	37	33	4	2	
	バランスの取れた食事を心がけている	80	72	56	54	43	6	1	
	日頃からヨガや筋トレをしている	50	44	37	27	25	3	2	
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	59	50	43	33	27	3	3	
十分な睡眠がとれている	55	50	40	30	24	2	2		

T o p 2 b o x (各)	便秘	54	47	35	29	26	2	1
	下痢	46	36	28	25	18	4	3
	肌荒れ	57	49	40	34	25	3	2
	肩こり	83	69	55	45	40	5	3
	倦怠感・疲労感	81	69	51	44	37	6	2
	冷え性	63	53	41	30	29	5	3
	むくみ	54	42	37	27	24	4	3
	頭痛	63	54	42	33	28	4	2
	不眠	51	45	31	26	20	4	3
	食欲不振	32	26	16	15	9	1	3
	口臭	54	47	36	35	26	4	2
	オナラが臭い	55	49	35	32	30	4	2
	その他	2	2	2	2	2	2	0
認知度	認知有	117	102	77	68	56	8	3
	認知無	0	0	0	0	0	0	0
実施有無	実施有	117	102	77	68	56	8	3
	実施無	0	0	0	0	0	0	0
認知度	認知有	117	102	77	68	56	8	3
	認知無	0	0	0	0	0	0	0
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	46	43	31	27	22	5	1
	理解無	71	59	46	41	34	3	2

Q12_1 あなたは「小腸」と「大腸」の違いがわかりますか？小腸、大腸に該当する箇所をお選びください。／小腸 (SA)

		該当数	A	B	C	D	E
全体		1000	33	174	700	35	58
別性	男性	500	19	90	337	24	30
	女性	500	14	84	363	11	28
年代	20代	200	12	37	130	8	13
	30代	200	6	37	138	7	12
	40代	200	4	33	150	4	9
	50代	200	8	38	128	11	15
	60代	200	3	29	154	5	9
性年代	男性20代	100	8	18	62	7	5
	男性30代	100	4	21	63	5	7
	男性40代	100	3	19	70	2	6
	男性50代	100	3	22	60	7	8
	男性60代	100	1	10	82	3	4
	女性20代	100	4	19	68	1	8
	女性30代	100	2	16	75	2	5
	女性40代	100	1	14	80	2	3
	女性50代	100	5	16	68	4	7
女性60代	100	2	19	72	2	5	
居住エリア	北海道	45	0	9	31	2	3
	東北	57	6	6	43	1	1
	関東	419	16	75	287	15	26
	中部	154	4	32	105	7	6
	近畿	186	5	36	126	6	13
	中国	47	0	7	35	1	4
	四国	26	2	2	20	1	1
九州・沖縄	66	0	7	53	2	4	
健康意識	健康意識Top3box	754	23	133	542	21	35
	健康意識Bottom3box	246	10	41	158	14	23
1日平均労働時間	3時間未満	32	4	11	14	0	3
	3時間以上～5時間未満	39	1	6	28	0	4
	5時間以上～7時間未満	95	4	14	70	4	3
	7時間以上～9時間未満	335	10	61	226	16	22
	9時間以上～11時間未満	147	7	29	98	6	7
	11時間以上	41	2	6	29	3	1
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	21	96	401	18	21
	健康に自信が持てない	446	18	77	317	13	21
	健康について、自分で調べることがある	555	16	97	405	13	24
	糖質制限をしている	165	11	36	102	6	10
	食物繊維を摂取するようにしている	436	14	73	320	10	19
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	12	83	382	10	24
	健康食品を摂取するようにしている	235	13	41	169	3	9
	バランスの取れた食事を心がけている	459	13	74	345	9	18
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	12	37	156	4	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	14	45	198	4	16
十分な睡眠がとれている	342	16	58	244	7	17	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	16	63	279	12	17
	下痢	367	15	73	247	12	20
	肌荒れ	385	14	75	265	12	19
	肩こり	593	16	106	418	21	32
	倦怠感・疲労感	615	18	111	438	18	30
	冷え性	355	15	64	248	11	17
	むくみ	292	14	61	196	11	10
	頭痛	401	18	67	283	15	18
	不眠	342	16	63	234	12	17
	食欲不振	165	13	39	96	7	10
	口臭	352	15	64	244	11	18
	オナラが臭い	415	12	64	309	12	18
	その他	8	0	1	7	0	0
	認 知 度	「腸活」 認知有	647	17	115	475	15
認知無		353	16	59	225	20	33
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	5	26	78	3	5
	実施無	530	12	89	397	12	20
認 知 度	「腸内」 認知有	760	24	126	557	19	34
	認知無	240	9	48	143	16	24
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	12	44	260	13	7
	理解無	664	21	130	440	22	51

Q12_2 あなたは「小腸」と「大腸」の違いがわかりますか？小腸、大腸に該当する箇所をお選びください。／大腸（SA）

		該 当 数	A	B	C	D	E
全 体		1000	14	680	219	37	50
別 性	男性	500	7	323	119	24	27
	女性	500	7	357	100	13	23
年 代	20代	200	2	136	43	10	9
	30代	200	6	138	42	8	6
	40代	200	1	145	39	5	10
	50代	200	3	117	55	5	20
	60代	200	2	144	40	9	5
性 年 代	男性20代	100	1	67	24	2	6
	男性30代	100	3	60	26	7	4
	男性40代	100	1	69	23	3	4
	男性50代	100	0	53	32	3	12
	男性60代	100	2	74	14	9	1
	女性20代	100	1	69	19	8	3
	女性30代	100	3	78	16	1	2
	女性40代	100	0	76	16	2	6
	女性50代	100	3	64	23	2	8
	女性60代	100	0	70	26	0	4
居 住 エ リ ア	北海道	45	1	26	12	2	4
	東北	57	1	45	5	1	5
	関東	419	4	278	95	21	21
	中部	154	3	102	37	5	7
	近畿	186	4	123	46	6	7
	中国	47	1	34	9	1	2
	四国	26	0	21	4	0	1
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	754	7	526	167	23	31
	健康意識Bottom3box	246	7	154	52	14	19
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	2	17	10	3	0
	3時間以上～5時間未満	39	1	28	7	1	2
	5時間以上～7時間未満	95	1	69	16	3	6
	7時間以上～9時間未満	335	4	219	77	16	19
	9時間以上～11時間未満	147	1	95	39	5	7
	11時間以上	41	1	28	7	1	4
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	9	393	113	20	22
	健康に自信が持てない	446	7	312	95	11	21
	健康について、自分で調べることがある	555	10	393	117	15	20
	糖質制限をしている	165	7	108	38	5	7
	食物繊維を摂取するようにしている	436	8	318	85	8	17
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	8	367	99	13	24
	健康食品を摂取するようにしている	235	7	167	41	9	11
	バランスの取れた食事を心がけている	459	7	337	87	12	16
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	10	157	36	6	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	9	197	50	8	13
	十分な睡眠がとれている	342	8	240	70	10	14

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	7	275	81	11	13
	下痢	367	9	252	88	7	11
	肌荒れ	385	8	266	96	4	11
	肩こり	593	11	405	139	14	24
	倦怠感・疲労感	615	9	426	140	14	26
	冷え性	355	8	248	80	7	12
	むくみ	292	6	197	70	10	9
	頭痛	401	8	289	84	7	13
	不眠	342	7	234	80	9	12
	食欲不振	165	6	103	46	4	6
	口臭	352	7	241	80	9	15
	オナラが臭い	415	8	302	78	9	18
	その他	8	0	7	1	0	0
認 知 度	「腸活」 認知有	647	8	457	137	19	26
	認知無	353	6	223	82	18	24
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	4	81	30	0	2
	実施無	530	4	376	107	19	24
認 知 度	「腸内フローラ」 認知有	760	8	543	156	19	34
	認知無	240	6	137	63	18	16
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	5	257	56	6	12
	理解無	664	9	423	163	31	38

Q13 あなたは「腸内フローラ」を知っていますか？（SA）

		該 当 数	詳 しく 知 っ て い る	知 っ て い る	聞 い た こ と は あ る	知 ら な い
全 体		1000	44	171	545	240
別 性	男性	500	19	71	237	173
	女性	500	25	100	308	67
年 代	20代	200	9	30	95	66
	30代	200	15	36	107	42
	40代	200	7	35	113	45
	50代	200	5	36	109	50
	60代	200	8	34	121	37
性 年 代	男性20代	100	4	16	37	43
	男性30代	100	8	17	47	28
	男性40代	100	6	10	48	36
	男性50代	100	1	12	44	43
	男性60代	100	0	16	61	23
	女性20代	100	5	14	58	23
	女性30代	100	7	19	60	14
	女性40代	100	1	25	65	9
	女性50代	100	4	24	65	7
女性60代	100	8	18	60	14	
居 住 エ リ ア	北海道	45	2	9	26	8
	東北	57	7	13	29	8
	関東	419	14	75	215	115
	中部	154	6	25	91	32
	近畿	186	6	33	104	43
	中国	47	2	7	27	11
	四国	26	1	2	13	10
九州・沖縄	66	6	7	40	13	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	754	43	156	422	133
	健康意識Bottom3box	246	1	15	123	107
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	32	5	4	12	11
	3時間以上～5時間未満	39	4	8	23	4
	5時間以上～7時間未満	95	1	17	60	17
	7時間以上～9時間未満	335	19	57	172	87
	9時間以上～11時間未満	147	2	27	72	46
	11時間以上	41	1	5	25	10
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	30	111	306	110
	健康に自信が持てない	446	21	84	247	94
	健康について、自分で調べることがある	555	33	133	315	74
	糖質制限をしている	165	20	39	80	26
	食物繊維を摂取するようにしている	436	34	107	245	50
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	34	112	282	83
	健康食品を摂取するようにしている	235	29	61	110	35
	バランスの取れた食事を心がけている	459	37	104	253	65
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	28	56	103	32
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	30	70	132	45
十分な睡眠がとれている	342	26	73	188	55	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	18	75	218	76
	下痢	367	19	65	194	89
	肌荒れ	385	19	70	228	68
	肩こり	593	32	114	337	110
	倦怠感・疲労感	615	30	112	353	120
	冷え性	355	22	74	203	56
	むくみ	292	18	63	170	41
	頭痛	401	23	81	229	68
	不眠	342	23	64	187	68
	食欲不振	165	15	40	79	31
	口臭	352	21	61	208	62
	オナラが臭い	415	21	75	227	92
	その他	8	0	1	4	3
認 知 度	「腸活」 認知有	647	42	151	396	58
	認知無	353	2	20	149	182
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	33	42	42	0
	実施無	530	9	109	354	58
認 知 度	「腸内フローラ」 認知有	760	44	171	545	0
	認知無	240	0	0	0	240
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	16	73	188	59
	理解無	664	28	98	357	181

Q14 腸内フローラが主に生息しているのはどちらの部位だと思いますか？（SA）

		該 当 数	小 腸	大 腸	わ か ら な い
全 体		760	196	304	260
別 性	男性	327	90	124	113
	女性	433	106	180	147
年 代	20代	134	27	42	65
	30代	158	41	63	54
	40代	155	44	61	50
	50代	150	42	61	47
	60代	163	42	77	44
性 年 代	男性20代	57	13	18	26
	男性30代	72	17	29	26
	男性40代	64	19	24	21
	男性50代	57	19	17	21
	男性60代	77	22	36	19
	女性20代	77	14	24	39
	女性30代	86	24	34	28
	女性40代	91	25	37	29
	女性50代	93	23	44	26
女性60代	86	20	41	25	
居 住 エ リ ア	北海道	37	10	11	16
	東北	49	16	18	15
	関東	304	76	128	100
	中部	122	35	41	46
	近畿	143	28	65	50
	中国	36	8	16	12
	四国	16	6	7	3
	九州・沖縄	53	17	18	18
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	621	165	257	199
	健康意識Bottom3box	139	31	47	61
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	21	7	9	5
	3時間以上～5時間未満	35	12	13	10
	5時間以上～7時間未満	78	13	29	36
	7時間以上～9時間未満	248	67	98	83
	9時間以上～11時間未満	101	23	43	35
	11時間以上	31	11	10	10
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	447	123	180	144
	健康に自信が持てない	352	90	146	116
	健康について、自分で調べることがある	481	130	214	137
	糖質制限をしている	139	39	68	32
	食物繊維を摂取するようにしている	386	101	181	104
	ヨーグルトを摂取するようにしている	428	113	196	119
	健康食品を摂取するようにしている	200	64	88	48
	バランスの取れた食事を心がけている	394	99	181	114
	日頃からヨガや筋トレをしている	187	49	87	51
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	232	63	117	52
	十分な睡眠がとれている	287	73	124	90

T o p 2 b o x (各)	便秘	311	73	132	106
	下痢	278	67	114	97
	肌荒れ	317	71	131	115
	肩こり	483	125	198	160
	倦怠感・疲労感	495	128	202	165
	冷え性	299	82	116	101
	むくみ	251	59	105	87
	頭痛	333	84	130	119
	不眠	274	69	109	96
	食欲不振	134	37	48	49
	口臭	290	78	115	97
	オナラが臭い	323	94	125	104
	その他	5	1	3	1
	認知度	認知有	589	157	245
認知無		171	39	59	73
実施有無	実施有	117	38	59	20
	実施無	472	119	186	167
認知度	認知有	760	196	304	260
	認知無	0	0	0	0
理解度	理解有(ビフィズス菌だと知っている)	277	75	133	69
	理解無	483	121	171	191

Q15 大腸の環境をよくすると思うものを、以下の中からすべてお選びください。(MA)

		該当数	短鎖脂肪酸	乳酸菌	ビフィズス菌	ガゼリ菌	カゼイ菌	食物繊維	グルタミン酸	その他
全体		1000	78	604	726	376	155	480	93	6
別性	男性	500	44	265	343	154	66	203	50	2
	女性	500	34	339	383	222	89	277	43	4
年代	20代	200	19	114	139	72	25	81	26	0
	30代	200	17	120	152	80	37	94	26	1
	40代	200	18	114	144	65	31	94	10	1
	50代	200	12	124	146	82	35	94	16	2
	60代	200	12	132	145	77	27	117	15	2
性年代	男性20代	100	12	50	62	32	15	32	14	0
	男性30代	100	6	48	71	27	11	33	11	1
	男性40代	100	11	50	67	26	11	42	6	1
	男性50代	100	7	54	71	34	13	37	9	0
	男性60代	100	8	63	72	35	16	59	10	0
	女性20代	100	7	64	77	40	10	49	12	0
	女性30代	100	11	72	81	53	26	61	15	0
	女性40代	100	7	64	77	39	20	52	4	0
居住エリア	北海道	45	5	34	36	20	11	25	5	0
	東北	57	6	37	40	19	10	27	5	0
	関東	419	27	237	309	156	61	204	39	2
	中部	154	14	101	113	59	22	75	13	1
	近畿	186	15	111	133	66	24	80	14	3
	中国	47	5	27	31	18	11	22	7	0
	四国	26	0	12	16	10	5	9	4	0
九州・沖縄	66	6	45	48	28	11	38	6	0	
健康意識	健康意識Top3box	754	64	493	585	318	131	393	55	3
	健康意識Bottom3box	246	14	111	141	58	24	87	38	3
1日平均労働時間	3時間未満	32	5	14	19	8	6	9	5	0
	3時間以上~5時間未満	39	0	27	28	13	4	24	3	0
	5時間以上~7時間未満	95	4	56	69	36	16	43	8	0
	7時間以上~9時間未満	335	41	192	238	120	54	147	42	2
	9時間以上~11時間未満	147	11	87	103	50	18	64	8	0
	11時間以上	41	2	24	32	18	5	16	3	1
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	557	42	361	430	229	97	290	42	2
	健康に自信が持てない	446	36	286	337	188	83	214	29	2
	健康について、自分で調べることがある	555	46	378	439	251	109	313	36	2
	糖質制限をしている	165	23	106	108	60	34	72	24	0
	食物繊維を摂取するようにしている	436	48	293	340	195	78	257	37	2
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	44	329	402	217	95	282	37	2
	健康食品を摂取するようにしている	235	36	152	177	109	58	120	23	0
	バランスの取れた食事を心がけている	459	44	302	365	208	85	261	35	1
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	27	132	163	92	43	107	23	0
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	33	172	208	110	53	131	25	1
十分な睡眠がとれている	342	29	222	269	143	55	174	31	3	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	28	250	308	158	61	206	21	0
	下痢	367	23	226	281	146	57	179	21	1
	肌荒れ	385	28	258	302	163	68	199	22	1
	肩こり	593	45	401	461	247	99	319	40	1
	倦怠感・疲労感	615	50	415	483	262	115	327	40	3
	冷え性	355	31	232	273	162	70	189	28	0
	むくみ	292	31	194	219	132	54	151	24	1
	頭痛	401	29	268	323	175	70	212	27	1
	不眠	342	27	218	260	137	61	178	25	1
	食欲不振	165	21	94	119	70	26	71	16	0
	口臭	352	31	235	278	149	60	181	28	1
	オナラが臭い	415	33	277	336	178	73	216	26	1
	その他	8	1	7	7	5	3	6	1	0
認知度「腸活」	認知有	647	58	439	521	290	121	346	37	1
	認知無	353	20	165	205	86	34	134	56	5
実施有無「腸活」	実施有	117	24	85	90	61	31	65	10	0
	実施無	530	34	354	431	229	90	281	27	1
認知度「腸内フローラ」	認知有	760	64	506	604	333	132	402	52	2
	認知無	240	14	98	122	43	23	78	41	4
理解度「大腸ケア」	理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	24	195	279	134	56	161	21	2
	理解無	664	54	409	447	242	99	319	72	4

Q16 大腸の環境を悪くすると思うものを、以下の中からすべてお選びください。(MA)

		該当数	糖質制限	食物繊維を摂取しない	ヨーグルトを摂取しない	乳酸菌を摂取しない	ビフィズス菌を摂取しない	たんぱく質の摂りすぎ	脂質の摂りすぎ	ストレスを感じる	運動不足	睡眠不足	飲酒	喫煙	食生活の乱れ	食事の時間が不規則
全体		1000	112	436	238	292	252	204	384	549	530	394	391	390	507	361
別性	男性	500	54	184	114	118	111	83	149	232	226	169	176	177	208	157
	女性	500	58	252	124	174	141	121	235	317	304	225	215	213	299	204
年代	20代	200	29	68	51	57	44	45	72	89	88	70	71	65	91	69
	30代	200	25	90	50	60	54	45	86	119	99	77	85	86	102	79
	40代	200	22	91	40	57	49	45	75	110	105	83	77	74	95	71
	50代	200	18	77	38	48	44	35	77	110	113	76	83	86	101	70
	60代	200	18	110	59	70	61	34	74	121	125	88	75	79	118	72
性年代	男性20代	100	17	23	23	22	16	21	30	35	34	28	30	27	36	33
	男性30代	100	11	35	29	26	27	15	31	50	39	30	36	33	43	35
	男性40代	100	9	45	19	20	18	18	30	50	47	41	38	36	39	33
	男性50代	100	9	32	16	14	19	14	27	42	48	31	38	40	38	27
	男性60代	100	8	49	27	36	31	15	31	55	58	39	34	41	52	29
	女性20代	100	12	45	28	35	28	24	42	54	54	42	41	38	55	36
	女性30代	100	14	55	21	34	27	30	55	69	60	47	49	53	59	44
	女性40代	100	13	46	21	37	31	27	45	60	58	42	39	38	56	38
女性50代	100	9	45	22	34	25	21	50	68	65	45	45	46	63	43	
女性60代	100	10	61	32	34	30	19	43	66	67	49	41	38	66	43	
居住エリア	北海道	45	6	18	10	16	9	4	18	28	18	22	26	23	23	14
	東北	57	10	25	14	16	12	4	21	30	30	23	24	21	31	16
	関東	419	39	174	105	122	110	89	164	227	230	165	168	173	216	167
	中部	154	16	75	37	44	37	33	60	90	84	64	60	58	78	50
	近畿	186	25	87	40	49	46	40	69	101	89	63	62	68	86	58
	中国	47	7	17	10	16	13	14	18	24	25	18	16	14	26	21
	四国	26	4	11	8	9	7	4	8	14	14	10	9	9	9	5
九州・沖縄	66	5	29	14	20	18	16	26	35	40	29	26	24	38	30	
健康意識	健康意識Top3box	754	91	370	201	242	208	168	321	452	440	332	320	318	413	279
	健康意識Bottom3box	246	21	66	37	50	44	36	63	97	90	62	71	72	94	82
1日平均労働時間	3時間未満	32	2	10	5	7	7	8	10	13	14	9	5	6	10	7
	3時間以上～5時間未満	39	5	19	9	11	7	8	18	23	23	18	16	17	22	14
	5時間以上～7時間未満	95	10	40	25	27	25	20	37	56	57	42	41	44	51	28
	7時間以上～9時間未満	335	40	131	79	91	81	61	122	174	156	117	131	125	154	125
	9時間以上～11時間未満	147	13	66	38	35	35	24	59	78	77	61	56	54	59	43
	11時間以上	41	4	19	10	12	10	9	15	18	21	12	15	15	21	14
健康意識・実態（各）	日頃からストレスを感じている	557	65	250	153	170	149	130	235	347	320	238	244	234	295	194
	健康に自信が持てない	446	55	209	126	142	127	99	177	264	254	194	190	178	226	146
	健康について、自分で調べることがある	555	69	290	157	195	171	132	269	363	359	275	253	254	324	218
	糖質制限をしている	165	24	79	51	49	49	36	51	86	82	59	56	57	66	48
	食物繊維を摂取するようにしている	436	55	242	127	150	133	113	192	271	275	217	191	200	252	174
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	64	266	165	173	159	118	221	310	313	240	232	224	291	208
	健康食品を摂取するようにしている	235	31	125	73	81	76	61	94	136	134	100	98	101	115	82
	バランスの取れた食事を心がけている	459	54	256	143	165	144	117	206	299	292	224	218	216	271	188
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	34	115	65	68	63	60	104	128	123	95	92	94	115	87
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	38	148	82	86	86	73	113	165	164	128	117	117	148	110
十分な睡眠がとれている	342	41	172	97	120	99	79	148	194	200	153	136	141	187	128	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	47	191	101	124	110	79	157	231	233	163	171	170	215	139
	下痢	367	39	160	86	111	94	66	141	206	199	148	156	152	191	125
	肌荒れ	385	49	177	101	129	110	94	171	237	230	179	177	166	229	147
	肩こり	593	67	291	146	188	159	134	260	370	352	255	258	254	331	215
	倦怠感・疲労感	615	72	307	165	202	172	149	280	386	378	282	270	264	355	233
	冷え性	355	39	181	94	126	101	84	157	221	210	158	154	152	199	123
	むくみ	292	40	154	74	95	79	80	130	185	176	132	128	124	161	104
	頭痛	401	48	198	113	138	119	101	173	245	237	176	180	173	232	167
	不眠	342	43	164	96	113	99	74	144	199	194	149	142	132	180	124
	食欲不振	165	17	68	37	42	37	34	54	89	83	72	70	70	83	61
	口臭	352	39	171	86	103	89	88	150	210	217	161	156	153	192	139
	オナラが臭い	415	42	210	110	131	113	104	180	258	260	185	194	187	241	164
	その他	8	1	4	3	3	2	2	4	6	6	5	6	5	5	5
	認知度	「腸活」 認知有	647	75	336	176	224	190	154	284	401	379	290	287	282	365
認知無		353	37	100	62	68	62	50	100	148	151	104	104	108	142	107
実施有無	実施有	117	16	67	42	42	37	40	59	76	73	56	57	57	68	53
	実施無	530	59	269	134	182	153	114	225	325	306	234	230	225	297	201
認知度	「腸内フローラ」 認知有	760	93	386	213	265	222	182	336	465	440	331	325	321	428	294
	認知無	240	19	50	25	27	30	22	48	84	90	63	66	69	79	67
理解度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	38	165	86	101	104	75	140	190	185	127	132	136	178	112
	理解無	664	74	271	152	191	148	129	244	359	345	267	259	254	329	249

Q17 あなたはどのような体調の変化が生じたときに、大腸が不調をきたしていると思いますか？（MA）

		該当数	下痢	便秘	肌荒れ	不眠	頭痛	風邪	口臭	体臭	むたれ	腹痛	その他
全体		1000	640	597	277	107	65	71	153	123	147	305	9
別性	男性	500	321	256	90	49	33	33	58	45	54	133	3
	女性	500	319	341	187	58	32	38	95	78	93	172	6
年代	20代	200	119	115	49	27	19	21	30	20	36	64	0
	30代	200	117	120	73	24	17	19	38	25	36	70	1
	40代	200	144	113	64	17	13	15	34	34	27	65	2
	50代	200	121	117	44	18	7	7	23	19	24	49	3
	60代	200	139	132	47	21	9	9	28	25	24	57	3
性年代	男性20代	100	59	51	15	14	10	12	11	7	15	30	0
	男性30代	100	59	53	27	10	7	8	17	10	10	28	0
	男性40代	100	70	43	22	9	10	6	11	11	12	27	1
	男性50代	100	59	52	13	9	3	3	9	7	9	22	1
	男性60代	100	74	57	13	7	3	4	10	10	8	26	1
	女性20代	100	60	64	34	13	9	9	19	13	21	34	0
	女性30代	100	58	67	46	14	10	11	21	15	26	42	1
	女性40代	100	74	70	42	8	3	9	23	23	15	38	1
	女性50代	100	62	65	31	9	4	4	14	12	15	27	2
女性60代	100	65	75	34	14	6	5	18	15	16	31	2	
居住エリア	北海道	45	27	32	10	3	2	4	8	7	6	14	0
	東北	57	37	34	15	9	7	6	12	8	6	19	0
	関東	419	263	251	108	46	25	32	64	53	78	133	3
	中部	154	107	97	54	22	13	15	28	25	23	46	1
	近畿	186	120	103	47	16	11	7	25	15	17	45	5
	中国	47	29	23	14	4	3	2	8	7	5	19	0
	四国	26	17	14	9	1	2	1	3	2	3	7	0
九州・沖縄	66	40	43	20	6	2	4	5	6	9	22	0	
健康意識	健康意識Top3box	754	500	491	232	93	57	55	133	110	112	229	5
	健康意識Bottom3box	246	140	106	45	14	8	16	20	13	35	76	4
平日平均労働時間	3時間未満	32	15	16	9	7	2	2	5	3	2	7	0
	3時間以上～5時間未満	39	27	28	12	9	2	3	5	6	6	11	0
	5時間以上～7時間未満	95	60	62	28	10	8	6	13	15	15	25	0
	7時間以上～9時間未満	335	214	186	92	33	23	32	53	39	54	105	5
	9時間以上～11時間未満	147	88	85	32	13	8	10	16	11	21	36	0
	11時間以上	41	22	26	10	5	2	5	9	5	7	11	0
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	557	363	359	181	72	44	43	100	83	97	178	5
	健康に自信が持てない	446	289	284	131	46	33	32	75	62	74	141	5
	健康について、自分で調べることがある	555	373	385	200	68	42	37	109	89	90	182	4
	糖質制限をしている	165	90	100	55	20	13	9	31	22	23	37	1
	食物繊維を摂取するようにしている	436	287	302	153	52	36	33	87	73	72	139	4
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	331	349	171	69	39	39	98	84	79	163	3
	健康食品を摂取するようにしている	235	137	157	82	30	22	24	43	39	37	75	0
	バランスの取れた食事を心がけている	459	317	309	146	56	31	30	94	77	73	148	4
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	133	147	77	30	19	20	49	38	32	65	2
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	181	185	91	35	22	21	58	47	36	81	3
十分な睡眠がとれている	342	218	222	106	39	22	22	62	50	42	101	3	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	247	304	144	44	28	26	76	63	63	123	2
	下痢	367	273	219	97	41	31	27	60	49	53	111	2
	肌荒れ	385	265	263	157	47	32	34	74	62	68	133	3
	肩こり	593	405	391	206	68	42	44	108	90	104	197	6
	倦怠感・疲労感	615	424	409	210	73	46	46	114	91	114	206	6
	冷え性	355	230	243	131	47	28	29	70	57	62	117	2
	むくみ	292	176	195	114	40	26	29	63	51	55	96	2
	頭痛	401	277	267	137	50	39	36	78	58	77	148	5
	不眠	342	212	223	111	52	28	24	59	47	67	113	3
	食欲不振	165	96	96	58	27	20	15	28	28	36	59	3
	口臭	352	233	230	120	46	27	31	72	61	63	120	3
	オナラが臭い	415	286	296	144	54	29	33	81	70	73	149	4
	その他	8	7	6	4	0	0	2	2	1	1	5	0
	認知度	「腸活」 認知有	647	441	434	223	75	41	54	125	100	111	207
認知無		353	199	163	54	32	24	17	28	23	36	98	4
実施有無	実施有	117	80	78	50	20	12	17	34	23	25	41	2
	実施無	530	361	356	173	55	29	37	91	77	86	166	3
認知度	「腸内フローラ」 認知有	760	514	499	247	86	50	56	132	106	123	239	5
	認知無	240	126	98	30	21	15	15	21	17	24	66	4
理解度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	224	219	99	45	26	31	61	47	50	93	2
	理解無	664	416	378	178	62	39	40	92	76	97	212	7

Q18 「大腸劣化」と聞いてイメージできる心身のトラブル・病気は何ですか？（MA）

		該当数	肥満	下痢	便秘	腸炎	肌荒れ	臭（悪臭） （口臭や体臭）	アレルギー	物忘れ	イライラ	その他	インフルエンザ	花粉症	うつ	認知症
全体		1000	257	496	515	377	256	245	98	44	137	8	105	96	106	71
別性	男性	500	113	247	216	156	85	86	28	20	56	4	42	38	36	30
	女性	500	144	249	299	221	171	159	70	24	81	4	63	58	70	41
年代	20代	200	64	101	97	71	39	46	15	8	25	0	14	22	18	10
	30代	200	45	100	109	70	63	52	21	11	32	0	23	19	35	17
	40代	200	62	98	97	72	54	50	19	9	25	1	26	24	21	13
	50代	200	42	96	106	75	51	50	19	6	19	3	21	15	12	14
	60代	200	44	101	106	89	49	47	24	10	36	4	21	16	20	17
性年代	男性20代	100	25	52	42	29	12	17	6	4	14	0	5	12	5	4
	男性30代	100	20	51	45	22	20	22	6	7	10	0	10	7	12	8
	男性40代	100	30	45	37	28	17	17	7	4	10	1	9	8	6	5
	男性50代	100	21	45	49	34	17	15	3	2	7	1	10	4	6	5
	男性60代	100	17	54	43	43	19	15	6	3	15	2	8	7	7	8
	女性20代	100	39	49	55	42	27	29	9	4	11	0	9	10	13	6
	女性30代	100	25	49	64	48	43	30	15	4	22	0	13	12	23	9
	女性40代	100	32	53	60	44	37	33	12	5	15	0	17	16	15	8
	女性50代	100	21	51	57	41	34	35	16	4	12	2	11	11	6	9
女性60代	100	27	47	63	46	30	32	18	7	21	2	13	9	13	9	
居住エリア	北海道	45	10	24	29	17	9	9	5	4	5	0	5	1	5	3
	東北	57	21	29	27	23	10	16	5	3	10	0	9	6	10	6
	関東	419	97	201	207	158	114	118	43	20	57	4	43	42	46	25
	中部	154	45	85	87	63	46	35	14	8	17	2	21	23	14	12
	近畿	186	49	90	89	55	46	37	20	7	31	2	18	18	14	14
	中国	47	7	19	26	21	9	11	3	2	7	0	2	1	9	6
	四国	26	5	10	13	9	7	5	3	0	3	0	2	2	3	0
九州・沖縄	66	23	38	37	31	15	14	5	0	7	0	5	3	5	5	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	209	402	420	313	218	206	86	40	93	5	85	82	83	56
	健康意識Bottom3box	246	48	94	95	64	38	39	12	4	44	3	20	14	23	15
平1日 均日 間労働 した 時	3時間未満	32	11	13	10	9	5	4	2	1	4	0	2	2	3	3
	3時間以上～5時間未満	39	10	19	20	16	12	9	5	0	7	0	4	4	6	3
	5時間以上～7時間未満	95	26	48	56	31	32	26	12	5	11	0	14	12	14	6
	7時間以上～9時間未満	335	80	164	159	125	91	79	35	16	48	1	37	38	35	20
	9時間以上～11時間未満	147	36	69	68	48	27	31	6	8	14	2	13	9	16	9
	11時間以上	41	12	20	21	16	8	8	5	0	5	0	6	5	4	2
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	168	299	307	231	164	156	60	28	81	4	65	54	71	40
	健康に自信が持てない	446	143	230	237	174	131	120	42	19	62	2	44	44	49	27
	健康について、自分で調べることがある	555	164	301	330	245	175	168	70	30	76	3	63	58	71	45
	糖質制限をしている	165	57	74	75	51	47	39	16	9	15	1	20	17	22	18
	食物繊維を摂取するようにしている	436	136	233	253	189	133	129	56	21	56	2	55	55	59	38
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	149	265	287	225	143	140	61	22	64	3	60	67	57	37
	健康食品を摂取するようにしている	235	76	115	119	88	64	68	34	15	29	1	30	28	30	18
	バランスの取れた食事を心がけている	459	143	250	268	205	142	132	61	22	49	4	55	52	52	40
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	67	111	115	86	66	74	33	14	29	1	33	28	37	24
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	82	149	149	115	85	76	32	16	37	3	32	39	37	30
十分な睡眠がとれている	342	98	175	186	141	100	88	33	17	40	4	33	36	34	26	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	112	202	243	162	116	113	47	21	56	0	46	43	49	29	
	下痢	367	100	210	183	152	86	94	37	16	44	3	34	36	41	23	
	肌荒れ	385	121	211	223	173	137	111	46	19	57	0	44	43	53	26	
	肩こり	593	170	319	339	256	176	176	69	30	88	3	69	59	66	38	
	倦怠感・疲労感	615	186	340	360	270	192	181	72	30	90	4	76	61	79	41	
	冷え性	355	111	195	206	157	115	113	42	15	59	1	41	48	52	27	
	むくみ	292	107	154	165	133	98	97	45	16	46	0	36	37	47	21	
	頭痛	401	123	227	232	186	124	122	46	21	61	3	44	49	59	26	
	不眠	342	104	169	180	138	98	89	32	17	50	2	42	34	46	26	
	食欲不振	165	52	79	64	60	41	45	20	11	26	2	20	21	29	14	
	口臭	352	110	185	190	147	100	103	39	21	47	1	40	35	50	30	
	オナラが臭い	415	135	229	238	188	121	130	50	23	60	0	48	45	51	27	
	その他	8	3	5	7	4	4	3	0	1	3	0	0	0	2	2	1
	認知度	「腸活」 認知有	647	178	354	371	296	203	198	80	38	83	2	75	70	73	51
認知無		353	79	142	144	81	53	47	18	6	54	6	30	26	33	20	
実施有無	「腸活」 実施有	117	34	72	71	58	46	50	28	12	20	0	16	25	22	13	
	実施無	530	144	282	300	238	157	148	52	26	63	2	59	45	51	38	
認知度	「腸内」 認知有	760	208	411	434	322	229	217	87	38	100	4	89	81	83	56	
	認知無	240	49	85	81	55	27	28	11	6	37	4	16	15	23	15	
理解度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	95	162	182	140	99	87	40	19	42	1	43	34	37	27	
	理解無	664	162	334	333	237	157	158	58	25	95	7	62	62	69	44	

Q19 大腸のケアに重要なのはどちらだと思いますか？（SA）

		該当数	乳酸菌	ビフィズス菌	わからない
全体		1000	305	336	359
別性	男性	500	140	171	189
	女性	500	165	165	170
年代	20代	200	67	52	81
	30代	200	59	66	75
	40代	200	65	67	68
	50代	200	56	61	83
	60代	200	58	90	52
性年代	男性20代	100	32	28	40
	男性30代	100	26	34	40
	男性40代	100	34	31	35
	男性50代	100	22	30	48
	男性60代	100	26	48	26
	女性20代	100	35	24	41
	女性30代	100	33	32	35
	女性40代	100	31	36	33
	女性50代	100	34	31	35
女性60代	100	32	42	26	
居住エリア	北海道	45	16	13	16
	東北	57	12	27	18
	関東	419	120	145	154
	中部	154	47	46	61
	近畿	186	61	55	70
	中国	47	17	16	14
	四国	26	8	11	7
九州・沖縄	66	24	23	19	
健康意識	健康意識Top3box	754	241	284	229
	健康意識Bottom3box	246	64	52	130
1日平均労働時間	3時間未満	32	11	13	8
	3時間以上～5時間未満	39	14	13	12
	5時間以上～7時間未満	95	26	37	32
	7時間以上～9時間未満	335	112	96	127
	9時間以上～11時間未満	147	42	51	54
	11時間以上	41	16	18	7
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	557	181	201	175
	健康に自信が持てない	446	133	152	161
	健康について、自分で調べることがある	555	184	214	157
	糖質制限をしている	165	59	67	39
	食物繊維を摂取するようにしている	436	145	177	114
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	162	206	143
	健康食品を摂取するようにしている	235	84	97	54
	バランスの取れた食事を心がけている	459	163	177	119
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	73	89	57
日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	101	112	64	
十分な睡眠がとれている	342	121	131	90	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	128	136	123
	下痢	367	110	120	137
	肌荒れ	385	124	136	125
	肩こり	593	190	210	193
	倦怠感・疲労感	615	201	209	205
	冷え性	355	112	126	117
	むくみ	292	82	106	104
	頭痛	401	125	139	137
	不眠	342	114	114	114
	食欲不振	165	51	53	61
	口臭	352	106	124	122
	オナラが臭い	415	129	153	133
	その他	8	2	3	3
	認 知 度	「腸活」 認知有	647	220	235
認知無		353	85	101	167
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	45	46	26
	実施無	530	175	189	166
認 知 度	「腸内」 認知有	760	249	277	234
	認知無	240	56	59	125
理 解 度	大腸 ケア 理解有 (ビフィズ菌だと知っている)	336	0	336	0
	理解無	664	305	0	359

Q20SQ 「乳酸菌」「ビフィズ菌」以外で、大腸のケアに重要だと思う菌を教えてください。(SA)

		該 当 数	わ か る	わ か ら な い
全 体		880	0	880
別 性	男性	445	0	445
	女性	435	0	435
年 代	20代	176	0	176
	30代	171	0	171
	40代	178	0	178
	50代	177	0	177
	60代	178	0	178
性 年 代	男性20代	86	0	86
	男性30代	87	0	87
	男性40代	90	0	90
	男性50代	92	0	92
	男性60代	90	0	90
	女性20代	90	0	90
	女性30代	84	0	84
	女性40代	88	0	88
	女性50代	85	0	85
女性60代	88	0	88	
居 住 エ リ ア	北海道	41	0	41
	東北	51	0	51
	関東	374	0	374
	中部	136	0	136
	近畿	166	0	166
	中国	40	0	40
	四国	21	0	21
九州・沖縄	51	0	51	
合 意 度 識 康	健康意識Top3box	643	0	643
	健康意識Bottom3box	237	0	237
平 1 均 日 間 労 あ 働 た 働 時 り	3時間未満	31	0	31
	3時間以上～5時間未満	34	0	34
	5時間以上～7時間未満	87	0	87
	7時間以上～9時間未満	287	0	287
	9時間以上～11時間未満	130	0	130
	11時間以上	35	0	35
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	477	0	477
	健康に自信が持てない	390	0	390
	健康について、自分で調べることがある	465	0	465
	糖質制限をしている	136	0	136
	食物繊維を摂取するようにしている	365	0	365
	ヨーグルトを摂取するようにしている	436	0	436
	健康食品を摂取するようにしている	188	0	188
	バランスの取れた食事を心がけている	386	0	386
	日頃からヨガや筋トレをしている	180	0	180
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	236	0	236
十分な睡眠がとれている	298	0	298	

T o p 2 b o x (各)	便秘	332	0	332
	下痢	317	0	317
	肌荒れ	340	0	340
	肩こり	511	0	511
	倦怠感・疲労感	528	0	528
	冷え性	303	0	303
	むくみ	245	0	245
	頭痛	341	0	341
	不眠	289	0	289
	食欲不振	135	0	135
	口臭	302	0	302
	オナラが臭い	351	0	351
	その他	6	0	6
認知度	認知有	548	0	548
	認知無	332	0	332
実施有無	実施有	76	0	76
	実施無	472	0	472
認知度	認知有	653	0	653
	認知無	227	0	227
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	282	0	282
	理解無	598	0	598

Q21 ビフィズス菌は乳酸菌の一種だと思いますか？ (SA)

		該当数	はい	いいえ
全体		1000	708	292
別性	男性	500	337	163
	女性	500	371	129
年代	20代	200	120	80
	30代	200	135	65
	40代	200	147	53
	50代	200	154	46
	60代	200	152	48
性年代	男性20代	100	56	44
	男性30代	100	63	37
	男性40代	100	75	25
	男性50代	100	71	29
	男性60代	100	72	28
	女性20代	100	64	36
	女性30代	100	72	28
	女性40代	100	72	28
	女性50代	100	83	17
	女性60代	100	80	20
居住エリア	北海道	45	38	7
	東北	57	39	18
	関東	419	279	140
	中部	154	115	39
	近畿	186	133	53
	中国	47	31	16
	四国	26	21	5
	九州・沖縄	66	52	14
健康意識	健康意識Top3box	754	580	174
	健康意識Bottom3box	246	128	118
1日平均労働時間	3時間未満	32	20	12
	3時間以上～5時間未満	39	30	9
	5時間以上～7時間未満	95	65	30
	7時間以上～9時間未満	335	230	105
	9時間以上～11時間未満	147	107	40
	11時間以上	41	31	10
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	557	418	139
	健康に自信が持てない	446	323	123
	健康について、自分で調べることがある	555	422	133
	糖質制限をしている	165	119	46
	食物繊維を摂取するようにしている	436	338	98
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	390	121
	健康食品を摂取するようにしている	235	177	58
	バランスの取れた食事を心がけている	459	360	99
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	165	54
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	213	64
十分な睡眠がとれている	342	252	90	

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	281	106
	下痢	367	260	107
	肌荒れ	385	292	93
	肩こり	593	444	149
	倦怠感・疲労感	615	456	159
	冷え性	355	264	91
	むくみ	292	220	72
	頭痛	401	303	98
	不眠	342	259	83
	食欲不振	165	118	47
	口臭	352	254	98
	オナラが臭い	415	308	107
その他	8	7	1	
認知度	認知有	647	502	145
	認知無	353	206	147
実施有無	実施有	117	96	21
	実施無	530	406	124
認知度	認知有	760	578	182
	認知無	240	130	110
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	237	99
	理解無	664	471	193

Q22SQ ビフィズス菌は何の菌の一種だと思いますか？ (SA)

		該当数	わかる	わからない
全体		283	0	283
別性	男性	156	0	156
	女性	127	0	127
年代	20代	77	0	77
	30代	60	0	60
	40代	52	0	52
	50代	46	0	46
	60代	48	0	48
性年代	男性20代	42	0	42
	男性30代	33	0	33
	男性40代	24	0	24
	男性50代	29	0	29
	男性60代	28	0	28
	女性20代	35	0	35
	女性30代	27	0	27
	女性40代	28	0	28
	女性50代	17	0	17
女性60代	20	0	20	
居住エリア	北海道	7	0	7
	東北	16	0	16
	関東	138	0	138
	中部	36	0	36
	近畿	51	0	51
	中国	16	0	16
	四国	5	0	5
九州・沖縄	14	0	14	
健康意識	健康意識Top3box	165	0	165
	健康意識Bottom3box	118	0	118
1日平均労働時間	3時間未満	12	0	12
	3時間以上～5時間未満	9	0	9
	5時間以上～7時間未満	30	0	30
	7時間以上～9時間未満	101	0	101
	9時間以上～11時間未満	40	0	40
	11時間以上	9	0	9
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	132	0	132
	健康に自信が持てない	120	0	120
	健康について、自分で調べることがある	126	0	126
	糖質制限をしている	43	0	43
	食物繊維を摂取するようにしている	93	0	93
	ヨーグルトを摂取するようにしている	115	0	115
	健康食品を摂取するようにしている	53	0	53
	バランスの取れた食事を心がけている	94	0	94
	日頃からヨガや筋トレをしている	51	0	51
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	62	0	62
十分な睡眠がとれている	89	0	89	

T o p 2 b o x (各)	便秘	103	0	103
	下痢	102	0	102
	肌荒れ	90	0	90
	肩こり	143	0	143
	倦怠感・疲労感	154	0	154
	冷え性	87	0	87
	むくみ	70	0	70
	頭痛	91	0	91
	不眠	78	0	78
	食欲不振	44	0	44
	口臭	92	0	92
	オナラが臭い	102	0	102
その他	1	0	1	
認 知 度	「腸活」 認知有	140	0	140
	認知無	143	0	143
実 施 有 無	「腸活」 実施有	19	0	19
	実施無	121	0	121
認 知 度	「腸内」 認知有	174	0	174
	認知無	109	0	109
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	92	0	92
	理解無	191	0	191

Q23 あなたは自分のオナラの臭いを抑えたいと思ったことはありますか？（SA）

		該 当 数	よ く あ る	た ま に あ る	あ ま り な い	ま っ た く な い
全 体		1000	162	413	299	126
別 性	男性	500	65	188	163	84
	女性	500	97	225	136	42
年 代	20代	200	41	80	49	30
	30代	200	41	86	54	19
	40代	200	38	97	44	21
	50代	200	28	78	60	34
	60代	200	14	72	92	22
性 年 代	男性20代	100	15	38	28	19
	男性30代	100	16	39	31	14
	男性40代	100	21	43	23	13
	男性50代	100	9	38	30	23
	男性60代	100	4	30	51	15
	女性20代	100	26	42	21	11
	女性30代	100	25	47	23	5
	女性40代	100	17	54	21	8
	女性50代	100	19	40	30	11
女性60代	100	10	42	41	7	
居 住 エ リ ア	北海道	45	6	20	15	4
	東北	57	13	22	16	6
	関東	419	75	168	121	55
	中部	154	16	70	51	17
	近畿	186	30	75	57	24
	中国	47	6	17	15	9
	四国	26	4	10	9	3
九州・沖縄	66	12	31	15	8	
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	754	134	336	222	62
	健康意識Bottom3box	246	28	77	77	64
平 1 均 日 間 労 働 時 間	3時間未満	32	9	17	4	2
	3時間以上～5時間未満	39	8	14	14	3
	5時間以上～7時間未満	95	13	42	31	9
	7時間以上～9時間未満	335	50	141	95	49
	9時間以上～11時間未満	147	29	58	41	19
	11時間以上	41	7	18	11	5
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	123	261	135	38
	健康に自信が持てない	446	106	200	110	30
	健康について、自分で調べることがある	555	115	261	140	39
	糖質制限をしている	165	39	68	41	17
	食物繊維を摂取するようにしている	436	89	198	111	38
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	95	232	145	39
	健康食品を摂取するようにしている	235	59	115	41	20
	バランスの取れた食事を心がけている	459	86	205	132	36
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	46	91	58	24
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	47	125	78	27
	十分な睡眠がとれている	342	56	135	107	44

T o p 2 b o x (各)	便秘	387	94	190	77	26
	下痢	367	86	177	79	25
	肌荒れ	385	99	181	88	17
	肩こり	593	121	281	150	41
	倦怠感・疲労感	615	131	294	153	37
	冷え性	355	79	183	72	21
	むくみ	292	74	139	66	13
	頭痛	401	96	194	90	21
	不眠	342	81	154	86	21
	食欲不振	165	41	76	35	13
	口臭	352	101	165	68	18
	オナラが臭い	415	133	216	52	14
その他	8	3	4	1	0	
認知度	認知有	647	124	312	169	42
	認知無	353	38	101	130	84
実施有無	実施有	117	26	62	22	7
	実施無	530	98	250	147	35
認知度	認知有	760	126	345	229	60
	認知無	240	36	68	70	66
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	336	59	149	100	28
	理解無	664	103	264	199	98

Q24_1 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。/夫 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		283	58	112	58	19	36
別性	男性	0	0	0	0	0	0
	女性	283	58	112	58	19	36
年代	20代	32	10	7	8	3	4
	30代	51	14	23	9	0	5
	40代	57	13	20	10	4	10
	50代	74	10	32	15	4	13
	60代	69	11	30	16	8	4
性年代	男性20代	0	0	0	0	0	0
	男性30代	0	0	0	0	0	0
	男性40代	0	0	0	0	0	0
	男性50代	0	0	0	0	0	0
	男性60代	0	0	0	0	0	0
	女性20代	32	10	7	8	3	4
	女性30代	51	14	23	9	0	5
	女性40代	57	13	20	10	4	10
	女性50代	74	10	32	15	4	13
女性60代	69	11	30	16	8	4	
居住エリア	北海道	12	3	5	2	0	2
	東北	15	3	5	3	2	2
	関東	110	26	41	24	7	12
	中部	45	8	16	13	2	6
	近畿	62	12	28	9	3	10
	中国	12	2	6	3	0	1
	四国	7	1	3	1	1	1
九州・沖縄	20	3	8	3	4	2	
合の意健 い度識康	健康意識Top3box	236	47	93	50	16	30
	健康意識Bottom3box	47	11	19	8	3	6
平1 均日 間労 働た り	3時間未満	11	4	5	1	0	1
	3時間以上~5時間未満	19	3	8	3	1	4
	5時間以上~7時間未満	31	8	13	5	2	3
	7時間以上~9時間未満	48	11	21	6	5	5
	9時間以上~11時間未満	11	4	2	4	0	1
	11時間以上	6	1	3	2	0	0
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	157	39	68	24	6	20
	健康に自信が持てない	130	35	53	22	4	16
	健康について、自分で調べることもある	188	37	79	43	8	21
	糖質制限をしている	48	10	19	10	3	6
	食物繊維を摂取するようにしている	156	26	71	32	9	18
	ヨーグルトを摂取するようにしている	180	38	76	40	9	17
	健康食品を摂取するようにしている	71	21	31	9	5	5
	バランスの取れた食事を心がけている	175	33	78	36	10	18
	日頃からヨガや筋トレをしている	72	14	33	16	2	7
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	81	15	38	17	5	6
十分な睡眠がとれている	117	23	48	24	8	14	

T o p 2 b o x (各)	便秘	134	36	57	25	7	9
	下痢	96	32	37	15	5	7
	肌荒れ	146	38	54	28	8	18
	肩こり	210	45	90	38	12	25
	倦怠感・疲労感	210	50	92	39	8	21
	冷え性	146	41	59	26	6	14
	むくみ	110	28	41	22	7	12
	頭痛	147	38	66	21	8	14
	不眠	107	34	42	19	3	9
	食欲不振	44	12	22	4	2	4
	口臭	117	25	53	21	6	12
	オナラが臭い	122	30	54	23	4	11
	その他	3	1	1	1	0	0
	認知度	認知有	227	45	94	49	13
認知無		56	13	18	9	6	10
実施有無	実施有	50	9	22	13	3	3
	実施無	177	36	72	36	10	23
認知度	認知有	244	48	103	49	15	29
	認知無	39	10	9	9	4	7
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	105	27	39	20	5	14
	理解無	178	31	73	38	14	22

Q24_2 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。/妻 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		235	22	56	66	15	76
別性	男性	235	22	56	66	15	76
	女性	0	0	0	0	0	0
年代	20代	13	3	2	5	2	1
	30代	31	5	3	12	3	8
	40代	44	4	15	11	5	9
	50代	66	7	15	13	2	29
	60代	81	3	21	25	3	29
性年代	男性20代	13	3	2	5	2	1
	男性30代	31	5	3	12	3	8
	男性40代	44	4	15	11	5	9
	男性50代	66	7	15	13	2	29
	男性60代	81	3	21	25	3	29
	女性20代	0	0	0	0	0	0
	女性30代	0	0	0	0	0	0
	女性40代	0	0	0	0	0	0
居住エリア	北海道	9	4	1	2	0	2
	東北	15	2	7	3	0	3
	関東	104	10	23	28	12	31
	中部	37	3	10	12	1	11
	近畿	37	0	5	13	2	17
	中国	15	2	3	4	0	6
	四国	7	0	5	0	0	2
	九州・沖縄	11	1	2	4	0	4
合の意健 度識康	健康意識Top3box	195	17	44	56	12	66
	健康意識Bottom3box	40	5	12	10	3	10
平均日 間労働 した 時間	3時間未満	2	1	1	0	0	0
	3時間以上~5時間未満	8	2	4	1	0	1
	5時間以上~7時間未満	7	0	1	3	0	3
	7時間以上~9時間未満	94	9	21	20	7	37
	9時間以上~11時間未満	70	5	16	24	4	21
	11時間以上	15	1	3	5	0	6
健康意識 ・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	118	14	33	36	7	28
	健康に自信が持てない	89	10	25	23	8	23
	健康について、自分で調べることがある	125	11	33	38	8	35
	糖質制限をしている	43	4	13	10	6	10
	食物繊維を摂取するようにしている	96	9	23	32	6	26
	ヨーグルトを摂取するようにしている	116	12	31	32	4	37
	健康食品を摂取するようにしている	60	5	15	16	6	18
	バランスの取れた食事を心がけている	120	12	29	35	8	36
	日頃からヨガや筋トレをしている	37	5	15	6	4	7
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	76	8	21	22	4	21
十分な睡眠がとれている	77	7	17	25	7	21	

T o p 2 b o x (各)	便秘	68	11	21	19	4	13
	下痢	94	10	23	31	6	24
	肌荒れ	61	8	19	13	5	16
	肩こり	120	14	29	40	10	27
	倦怠感・疲労感	128	16	31	38	8	35
	冷え性	42	8	12	11	4	7
	むくみ	38	5	12	10	2	9
	頭痛	64	8	22	15	5	14
	不眠	66	6	19	23	3	15
	食欲不振	34	3	10	11	3	7
	口臭	74	7	26	20	6	15
	オナラが臭い	100	12	31	28	7	22
	その他	1	0	0	0	0	1
認知度	認知有	119	15	25	43	4	32
	認知無	116	7	31	23	11	44
実施有無	実施有	16	1	7	5	0	3
	実施無	103	14	18	38	4	29
認知度	認知有	161	15	41	55	5	45
	認知無	74	7	15	11	10	31
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	86	11	21	25	6	23
	理解無	149	11	35	41	9	53

Q24_3 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／父親 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		211	49	46	37	3	76
別性	男性	113	16	24	22	1	50
	女性	98	33	22	15	2	26
年代	20代	86	19	13	19	1	34
	30代	55	15	11	11	2	16
	40代	41	11	10	5	0	15
	50代	21	3	8	1	0	9
	60代	8	1	4	1	0	2
性年代	男性20代	44	8	4	12	0	20
	男性30代	30	5	6	5	1	13
	男性40代	21	3	5	3	0	10
	男性50代	14	0	7	1	0	6
	男性60代	4	0	2	1	0	1
	女性20代	42	11	9	7	1	14
	女性30代	25	10	5	6	1	3
	女性40代	20	8	5	2	0	5
居住エリア	北海道	14	5	3	1	0	5
	東北	14	3	1	4	1	5
	関東	78	15	21	10	1	31
	中部	42	10	10	12	0	10
	近畿	32	9	6	8	0	9
	中国	14	3	3	1	0	7
	四国	5	1	1	1	0	2
健康意識	健康意識Top3box	140	39	38	24	3	36
	健康意識Bottom3box	71	10	8	13	0	40
1日平均労働時間	3時間未満	8	3	1	2	0	2
	3時間以上～5時間未満	4	1	0	0	0	3
	5時間以上～7時間未満	28	8	7	6	0	7
	7時間以上～9時間未満	72	14	17	12	2	27
	9時間以上～11時間未満	28	6	8	7	0	7
	11時間以上	8	1	1	3	0	3
健康意識・実態	日頃からストレスを感じている	123	41	32	16	1	33
	健康に自信が持てない	101	29	22	15	1	34
	健康について、自分で調べることがある	114	37	30	16	1	30
	糖質制限をしている	32	12	11	4	1	4
	食物繊維を摂取するようにしている	95	27	27	12	1	28
	ヨーグルトを摂取するようにしている	96	29	28	12	1	26
	健康食品を摂取するようにしている	52	18	14	10	1	9
	バランスの取れた食事を心がけている	80	25	24	11	1	19
	日頃からヨガや筋トレをしている	54	17	12	10	1	14
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	55	14	16	9	1	15
十分な睡眠がとれている	75	21	19	13	1	21	

T o p 2 b o x (各)	便秘	87	28	22	8	1	28
	下痢	84	25	17	11	1	30
	肌荒れ	86	28	23	9	1	25
	肩こり	118	37	28	18	1	34
	倦怠感・疲労感	128	38	33	21	1	35
	冷え性	79	22	21	13	1	22
	むくみ	72	21	19	10	1	21
	頭痛	94	30	20	17	0	27
	不眠	74	20	14	13	0	27
	食欲不振	46	14	11	10	0	11
	口臭	78	28	20	10	0	20
	オナラが臭い	91	32	24	8	0	27
その他	2	1	0	1	0	0	
認知度	認知有	140	41	33	23	3	40
	認知無	71	8	13	14	0	36
実施有無	実施有	28	12	7	4	2	3
	実施無	112	29	26	19	1	37
認知度	認知有	165	45	39	27	3	51
	認知無	46	4	7	10	0	25
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	67	19	18	9	1	20
	理解無	144	30	28	28	2	56

Q24_4 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。/母親 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		266	29	51	59	18	109
別性	男性	146	11	23	29	10	73
	女性	120	18	28	30	8	36
年代	20代	93	5	15	25	5	43
	30代	71	11	17	16	4	23
	40代	62	10	9	12	5	26
	50代	26	3	5	2	3	13
	60代	14	0	5	4	1	4
性年代	男性20代	48	1	5	13	2	27
	男性30代	42	5	9	7	2	19
	男性40代	33	3	3	6	3	18
	男性50代	15	2	2	1	2	8
	男性60代	8	0	4	2	1	1
	女性20代	45	4	10	12	3	16
	女性30代	29	6	8	9	2	4
	女性40代	29	7	6	6	2	8
	女性50代	11	1	3	1	1	5
女性60代	6	0	1	2	0	3	
居住エリア	北海道	17	2	3	4	1	7
	東北	22	2	5	6	3	6
	関東	98	14	12	18	7	47
	中部	50	5	18	12	2	13
	近畿	42	3	8	12	4	15
	中国	13	1	1	3	1	7
	四国	8	2	1	1	0	4
九州・沖縄	16	0	3	3	0	10	
健康意識	健康意識Top3box	180	23	38	45	16	58
	健康意識Bottom3box	86	6	13	14	2	51
1日平均労働時間	3時間未満	7	0	4	0	0	3
	3時間以上~5時間未満	9	2	2	2	0	3
	5時間以上~7時間未満	38	3	7	11	1	16
	7時間以上~9時間未満	93	11	13	23	10	36
	9時間以上~11時間未満	36	5	7	13	0	11
	11時間以上	10	1	3	1	0	5
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	158	25	37	30	12	54
	健康に自信が持てない	133	16	34	25	7	51
	健康について、自分で調べることがある	134	16	34	34	12	38
	糖質制限をしている	35	8	8	8	2	9
	食物繊維を摂取するようにしている	101	14	27	18	6	36
	ヨーグルトを摂取するようにしている	114	14	28	27	7	38
	健康食品を摂取するようにしている	60	11	19	13	4	13
	バランスの取れた食事を心がけている	88	10	19	25	7	27
	日頃からヨガや筋トレをしている	62	11	12	12	5	22
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	58	7	13	17	5	16
	十分な睡眠がとれている	82	10	19	24	6	23

T o p 2 b o x (各)	便秘	99	14	22	18	5	40
	下痢	103	15	25	21	4	38
	肌荒れ	106	18	29	20	5	34
	肩こり	149	22	29	36	11	51
	倦怠感・疲労感	161	23	36	32	10	60
	冷え性	99	16	24	20	5	34
	むくみ	83	13	21	16	4	29
	頭痛	116	18	31	23	4	40
	不眠	90	14	23	13	4	36
	食欲不振	54	9	12	14	3	16
	口臭	99	16	21	24	4	34
	オナラが臭い	114	16	31	21	5	41
	その他	3	2	0	1	0	0
認 知 度	「腸活」 認知有	170	19	41	39	12	59
	認知無	96	10	10	20	6	50
実 施 有 無	「腸活」 実施有	32	6	9	5	4	8
	実施無	138	13	32	34	8	51
認 知 度	「腸内」 認知有	209	27	45	46	15	76
	認知無	57	2	6	13	3	33
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	81	11	18	19	6	27
	理解無	185	18	33	40	12	82

Q24_5 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／祖父（SA）

		該 当 数	と も 臭 い	や や 臭 い	あ ま り 臭 く な い	ま っ た く 臭 く な い	わ か ら な い
全 体		4	1	0	0	1	2
別 性	男性	1	0	0	0	0	1
	女性	3	1	0	0	1	1
年 代	20代	2	0	0	0	1	1
	30代	2	1	0	0	0	1
	40代	0	0	0	0	0	0
	50代	0	0	0	0	0	0
	60代	0	0	0	0	0	0
性 年 代	男性20代	0	0	0	0	0	0
	男性30代	1	0	0	0	0	1
	男性40代	0	0	0	0	0	0
	男性50代	0	0	0	0	0	0
	男性60代	0	0	0	0	0	0
	女性20代	2	0	0	0	1	1
	女性30代	1	1	0	0	0	0
	女性40代	0	0	0	0	0	0
	女性50代	0	0	0	0	0	0
女性60代	0	0	0	0	0	0	
居 住 エ リ ア	北海道	0	0	0	0	0	0
	東北	1	0	0	0	1	0
	関東	2	1	0	0	0	1
	中部	0	0	0	0	0	0
	近畿	0	0	0	0	0	0
	中国	1	0	0	0	0	1
	四国	0	0	0	0	0	0
九州・沖縄	0	0	0	0	0	0	
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	2	0	0	0	1	1
	健康意識Bottom3box	2	1	0	0	0	1
平 1 均 日 間 労 働 た り	3時間未満	1	0	0	0	0	1
	3時間以上～5時間未満	0	0	0	0	0	0
	5時間以上～7時間未満	0	0	0	0	0	0
	7時間以上～9時間未満	1	0	0	0	1	0
	9時間以上～11時間未満	0	0	0	0	0	0
	11時間以上	1	1	0	0	0	0
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	1	1	0	0	0	0
	健康に自信が持てない	2	1	0	0	0	1
	健康について、自分で調べることがある	2	1	0	0	0	1
	糖質制限をしている	1	1	0	0	0	0
	食物繊維を摂取するようにしている	2	1	0	0	0	1
	ヨーグルトを摂取するようにしている	1	1	0	0	0	0
	健康食品を摂取するようにしている	2	1	0	0	0	1
	バランスの取れた食事を心がけている	1	1	0	0	0	0
	日頃からヨガや筋トレをしている	2	1	0	0	0	1
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	2	1	0	0	0	1
	十分な睡眠がとれている	2	1	0	0	0	1

T o p 2 b o x (各)	便秘	2	1	0	0	0	1
	下痢	2	1	0	0	0	1
	肌荒れ	2	1	0	0	0	1
	肩こり	1	1	0	0	0	0
	倦怠感・疲労感	1	1	0	0	0	0
	冷え性	1	1	0	0	0	0
	むくみ	1	1	0	0	0	0
	頭痛	1	1	0	0	0	0
	不眠	2	1	0	0	0	1
	食欲不振	1	1	0	0	0	0
	口臭	1	1	0	0	0	0
	オナラが臭い	2	1	0	0	0	1
	その他	0	0	0	0	0	0
認知度	認知有	2	0	0	0	1	1
	認知無	2	1	0	0	0	1
実施有無	実施有	1	0	0	0	1	0
	実施無	1	0	0	0	0	1
認知度	認知有	2	0	0	0	1	1
	認知無	2	1	0	0	0	1
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	0	0	0	0	0	0
	理解無	4	1	0	0	1	2

Q24_6 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／祖母 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		15	1	5	2	1	6
別性	男性	6	1	1	2	0	2
	女性	9	0	4	0	1	4
年代	20代	12	1	4	1	1	5
	30代	1	0	1	0	0	0
	40代	1	0	0	1	0	0
	50代	0	0	0	0	0	0
	60代	1	0	0	0	0	1
性年代	男性20代	4	1	0	1	0	2
	男性30代	1	0	1	0	0	0
	男性40代	1	0	0	1	0	0
	男性50代	0	0	0	0	0	0
	男性60代	0	0	0	0	0	0
	女性20代	8	0	4	0	1	3
	女性30代	0	0	0	0	0	0
	女性40代	0	0	0	0	0	0
	女性50代	0	0	0	0	0	0
女性60代	1	0	0	0	0	1	
居住エリア	北海道	1	0	0	0	0	1
	東北	5	1	2	1	1	0
	関東	2	0	1	0	0	1
	中部	2	0	0	0	0	2
	近畿	2	0	1	1	0	0
	中国	1	0	1	0	0	0
	四国	2	0	0	0	0	2
九州・沖縄	0	0	0	0	0	0	
健康意識	健康意識Top3box	13	1	4	2	1	5
	健康意識Bottom3box	2	0	1	0	0	1
1日平均労働時間	3時間未満	0	0	0	0	0	0
	3時間以上～5時間未満	1	0	0	0	0	1
	5時間以上～7時間未満	3	0	0	0	0	3
	7時間以上～9時間未満	7	1	4	0	1	1
	9時間以上～11時間未満	1	0	0	1	0	0
	11時間以上	0	0	0	0	0	0
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	13	1	5	2	0	5
	健康に自信が持てない	10	1	3	2	0	4
	健康について、自分で調べることがある	11	1	5	2	0	3
	糖質制限をしている	3	0	0	1	0	2
	食物繊維を摂取するようにしている	6	0	1	2	0	3
	ヨーグルトを摂取するようにしている	8	1	1	2	0	4
	健康食品を摂取するようにしている	5	1	1	1	0	2
	バランスの取れた食事を心がけている	5	0	0	2	0	3
	日頃からヨガや筋トレをしている	3	1	0	1	0	1
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	2	0	0	1	0	1
	十分な睡眠がとれている	5	0	2	1	0	2

T o p 2 b o x (各)	便秘	8	1	3	0	0	4
	下痢	8	1	3	1	0	3
	肌荒れ	11	1	5	1	0	4
	肩こり	11	0	5	2	0	4
	倦怠感・疲労感	10	0	4	2	0	4
	冷え性	8	0	3	1	0	4
	むくみ	9	1	4	0	0	4
	頭痛	11	0	4	2	0	5
	不眠	6	0	2	1	0	3
	食欲不振	4	0	0	1	0	3
	口臭	6	0	3	1	0	2
	オナラが臭い	6	0	4	0	0	2
	その他	0	0	0	0	0	0
認知度	認知有	13	1	4	2	1	5
	認知無	2	0	1	0	0	1
実施有無	実施有	4	0	1	1	1	1
	実施無	9	1	3	1	0	4
認知度	認知有	11	0	3	2	1	5
	認知無	4	1	2	0	0	1
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	7	1	2	1	0	3
	理解無	8	0	3	1	1	3

Q24_7 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／兄弟 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		57	7	9	10	1	30
別性	男性	33	3	2	6	0	22
	女性	24	4	7	4	1	8
年代	20代	29	3	4	5	1	16
	30代	9	1	4	1	0	3
	40代	14	3	1	2	0	8
	50代	3	0	0	1	0	2
	60代	2	0	0	1	0	1
性年代	男性20代	18	1	0	3	0	14
	男性30代	6	0	2	1	0	3
	男性40代	7	2	0	1	0	4
	男性50代	1	0	0	0	0	1
	男性60代	1	0	0	1	0	0
	女性20代	11	2	4	2	1	2
	女性30代	3	1	2	0	0	0
	女性40代	7	1	1	1	0	4
	女性50代	2	0	0	1	0	1
女性60代	1	0	0	0	0	1	
居住エリア	北海道	5	1	1	0	0	3
	東北	5	0	2	1	1	1
	関東	24	4	1	4	0	15
	中部	7	1	2	2	0	2
	近畿	11	1	3	3	0	4
	中国	2	0	0	0	0	2
	四国	2	0	0	0	0	2
九州・沖縄	1	0	0	0	0	1	
健康意識	健康意識Top3box	37	6	8	8	1	14
	健康意識Bottom3box	20	1	1	2	0	16
1日平均労働時間	3時間未満	4	1	1	0	0	2
	3時間以上～5時間未満	4	0	1	1	0	2
	5時間以上～7時間未満	6	2	1	0	0	3
	7時間以上～9時間未満	19	2	4	3	1	9
	9時間以上～11時間未満	8	0	1	5	0	2
	11時間以上	3	1	0	0	0	2
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	34	6	8	7	0	13
	健康に自信が持てない	36	5	5	7	0	19
	健康について、自分で調べることもある	27	3	8	5	0	11
	糖質制限をしている	9	3	3	2	0	1
	食物繊維を摂取するようにしている	24	5	5	4	0	10
	ヨーグルトを摂取するようにしている	25	6	5	5	0	9
	健康食品を摂取するようにしている	16	5	3	3	0	5
	バランスの取れた食事を心がけている	16	2	2	5	0	7
	日頃からヨガや筋トレをしている	15	3	5	3	0	4
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	19	4	4	4	0	7
十分な睡眠がとれている	18	4	4	5	0	5	

T o p 2 b o x (各)	便秘	20	3	6	1	0	10
	下痢	21	5	6	2	0	8
	肌荒れ	26	3	8	5	0	10
	肩こり	33	5	8	7	0	13
	倦怠感・疲労感	34	5	7	7	0	15
	冷え性	22	4	3	5	0	10
	むくみ	19	4	5	3	0	7
	頭痛	24	6	5	5	0	8
	不眠	19	5	2	2	0	10
	食欲不振	14	2	2	4	0	6
	口臭	29	6	7	5	0	11
	オナラが臭い	27	6	8	2	0	11
	その他	3	2	0	1	0	0
認知度	認知有	39	4	8	9	1	17
	認知無	18	3	1	1	0	13
実施有無	実施有	6	1	2	1	1	1
	実施無	33	3	6	8	0	16
認知度	認知有	44	6	8	7	1	22
	認知無	13	1	1	3	0	8
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	16	3	2	5	0	6
	理解無	41	4	7	5	1	24

Q24_8 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／姉妹 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		46	4	11	9	2	20
別性	男性	22	3	4	3	1	11
	女性	24	1	7	6	1	9
年代	20代	24	1	2	7	2	12
	30代	14	2	7	0	0	5
	40代	3	0	2	1	0	0
	50代	5	1	0	1	0	3
	60代	0	0	0	0	0	0
性年代	男性20代	10	1	0	3	1	5
	男性30代	8	1	3	0	0	4
	男性40代	1	0	1	0	0	0
	男性50代	3	1	0	0	0	2
	男性60代	0	0	0	0	0	0
	女性20代	14	0	2	4	1	7
	女性30代	6	1	4	0	0	1
	女性40代	2	0	1	1	0	0
女性50代	2	0	0	1	0	1	
女性60代	0	0	0	0	0	0	
居住エリア	北海道	3	0	1	0	0	2
	東北	4	0	1	1	1	1
	関東	21	1	3	5	0	12
	中部	5	1	1	1	1	1
	近畿	7	0	3	1	0	3
	中国	4	2	1	0	0	1
	四国	0	0	0	0	0	0
九州・沖縄	2	0	1	1	0	0	
健康意識	健康意識Top3box	33	4	8	6	2	13
	健康意識Bottom3box	13	0	3	3	0	7
1日平均労働時間	3時間未満	0	0	0	0	0	0
	3時間以上～5時間未満	2	0	0	2	0	0
	5時間以上～7時間未満	5	0	0	0	0	5
	7時間以上～9時間未満	15	0	4	3	1	7
	9時間以上～11時間未満	6	2	1	1	0	2
	11時間以上	1	0	0	0	0	1
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	30	3	6	6	1	14
	健康に自信が持てない	24	1	6	5	0	12
	健康について、自分で調べることがある	24	3	7	5	1	8
	糖質制限をしている	6	1	1	1	0	3
	食物繊維を摂取するようにしている	16	3	3	2	0	8
	ヨーグルトを摂取するようにしている	14	1	2	4	1	6
	健康食品を摂取するようにしている	9	1	3	2	0	3
	バランスの取れた食事を心がけている	14	2	3	4	0	5
	日頃からヨガや筋トレをしている	14	1	2	3	0	8
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	8	0	2	2	0	4
十分な睡眠がとれている	12	0	2	4	0	6	

T o p 2 b o x (各)	便秘	23	3	7	3	0	10
	下痢	21	1	5	2	1	12
	肌荒れ	23	0	8	6	0	9
	肩こり	26	2	9	6	0	9
	倦怠感・疲労感	26	3	6	7	0	10
	冷え性	22	1	7	5	0	9
	むくみ	15	1	5	3	0	6
	頭痛	24	2	7	5	1	9
	不眠	15	1	2	2	1	9
	食欲不振	6	0	3	2	0	1
	口臭	15	0	6	2	1	6
	オナラが臭い	20	1	6	4	1	8
	その他	1	0	0	1	0	0
認知度	認知有	31	3	9	7	1	11
	認知無	15	1	2	2	1	9
実施有無	実施有	9	1	3	1	1	3
	実施無	22	2	6	6	0	8
認知度	認知有	34	3	10	6	1	14
	認知無	12	1	1	3	1	6
理解度	理解有 (ビフィズス菌だと知っている)	14	3	2	2	1	6
	理解無	32	1	9	7	1	14

Q24_9 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／息子 (SA)

		該当数	とても臭い	やや臭い	あまり臭くない	まったく臭くない	わからない
全体		198	19	70	51	10	48
別性	男性	99	10	30	22	4	33
	女性	99	9	40	29	6	15
年代	20代	12	1	5	3	1	2
	30代	38	3	12	14	5	4
	40代	42	7	12	12	0	11
	50代	59	6	26	10	1	16
	60代	47	2	15	12	3	15
性年代	男性20代	4	1	1	2	0	0
	男性30代	15	1	3	5	3	3
	男性40代	20	2	6	6	0	6
	男性50代	34	4	12	5	1	12
	男性60代	26	2	8	4	0	12
	女性20代	8	0	4	1	1	2
	女性30代	23	2	9	9	2	1
	女性40代	22	5	6	6	0	5
女性50代	25	2	14	5	0	4	
女性60代	21	0	7	8	3	3	
居住エリア	北海道	6	1	2	3	0	0
	東北	9	2	6	0	0	1
	関東	92	8	37	22	4	21
	中部	29	1	13	8	2	5
	近畿	39	4	8	11	1	15
	中国	5	1	1	2	0	1
	四国	5	0	1	1	1	2
九州・沖縄	13	2	2	4	2	3	
健康意識	健康意識Top3box	170	12	60	46	9	43
	健康意識Bottom3box	28	7	10	5	1	5
1日平均労働時間	3時間未満	5	0	1	3	1	0
	3時間以上～5時間未満	13	3	4	3	1	2
	5時間以上～7時間未満	13	1	4	4	1	3
	7時間以上～9時間未満	64	5	25	14	1	19
	9時間以上～11時間未満	36	4	9	11	2	10
	11時間以上	8	1	1	3	0	3
健康意識・実態 (各)	日頃からストレスを感じている	112	14	42	30	6	20
	健康に自信が持てない	83	12	26	23	4	18
	健康について、自分で調べることがある	119	13	44	33	6	23
	糖質制限をしている	31	3	7	9	4	8
	食物繊維を摂取するようにしている	90	9	27	30	3	21
	ヨーグルトを摂取するようにしている	113	12	39	32	3	27
	健康食品を摂取するようにしている	46	4	14	14	4	10
	バランスの取れた食事を心がけている	115	13	39	33	4	26
	日頃からヨガや筋トレをしている	39	4	13	15	1	6
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	70	6	28	20	2	14
十分な睡眠がとれている	65	5	25	15	3	17	

T o p 2 b o x (各)	便秘	79	5	35	23	5	11
	下痢	68	7	28	13	5	15
	肌荒れ	78	7	33	19	6	13
	肩こり	121	13	47	32	7	22
	倦怠感・疲労感	131	14	48	34	7	28
	冷え性	69	10	27	17	6	9
	むくみ	56	4	24	15	6	7
	頭痛	79	11	28	19	5	16
	不眠	69	14	18	16	6	15
	食欲不振	35	5	10	9	3	8
	口臭	71	7	31	15	5	13
	オナラが臭い	91	8	37	23	4	19
	その他	2	1	1	0	0	0
認 知 度	「腸活」 認知有	121	12	49	33	6	21
	認知無	77	7	21	18	4	27
実 施 有 無	実施有	24	2	8	8	1	5
	実施無	97	10	41	25	5	16
認 知 度	「腸内フ」 認知有	151	14	59	41	7	30
	認知無	47	5	11	10	3	18
理 解 度	大腸ケア 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	74	6	24	27	2	15
	理解無	124	13	46	24	8	33

Q24_10 あなたが同居されているご家族のオナラやトイレのあとについて、あてはまるものを教えてください。／娘（SA）

		該 当 数	と も 臭 い	や や 臭 い	あ ま り 臭 く な い	ま っ た く 臭 く な い	わ か ら な い
全 体		184	12	48	55	17	52
別 性	男性	81	3	21	23	5	29
	女性	103	9	27	32	12	23
年 代	20代	12	1	2	4	2	3
	30代	41	3	11	18	5	4
	40代	46	7	13	12	5	9
	50代	46	1	14	10	3	18
	60代	39	0	8	11	2	18
性 年 代	男性20代	1	0	0	1	0	0
	男性30代	15	1	3	6	3	2
	男性40代	21	1	8	5	2	5
	男性50代	25	1	8	5	0	11
	男性60代	19	0	2	6	0	11
	女性20代	11	1	2	3	2	3
	女性30代	26	2	8	12	2	2
	女性40代	25	6	5	7	3	4
	女性50代	21	0	6	5	3	7
女性60代	20	0	6	5	2	7	
居 住 エ リ ア	北海道	6	2	1	2	0	1
	東北	8	0	2	2	3	1
	関東	69	4	15	23	5	22
	中部	34	3	8	13	3	7
	近畿	35	2	11	6	4	12
	中国	11	0	4	4	0	3
	四国	6	0	2	1	0	3
九州・沖縄	15	1	5	4	2	3	
合 の 意 健 い 度 識 康	健康意識Top3box	148	9	36	45	14	44
	健康意識Bottom3box	36	3	12	10	3	8
平 1 均 日 間 労 働 た り 時 り	3時間未満	5	1	2	0	0	2
	3時間以上～5時間未満	5	0	2	1	0	2
	5時間以上～7時間未満	17	2	4	6	2	3
	7時間以上～9時間未満	56	2	12	16	5	21
	9時間以上～11時間未満	33	1	11	11	4	6
	11時間以上	8	0	2	2	0	4
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	116	12	40	34	7	23
	健康に自信が持てない	95	10	30	24	7	24
	健康について、自分で調べることもある	107	10	33	29	8	27
	糖質制限をしている	35	5	10	8	4	8
	食物繊維を摂取するようにしている	87	6	28	26	6	21
	ヨーグルトを摂取するようにしている	102	8	32	29	7	26
	健康食品を摂取するようにしている	45	4	17	13	2	9
	バランスの取れた食事を心がけている	107	7	30	32	10	28
	日頃からヨガや筋トレをしている	42	3	16	10	3	10
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	50	4	12	17	3	14
十分な睡眠がとれている	66	6	17	18	6	19	

T o p 2 b o x (各)	便秘	65	8	22	18	4	13
	下痢	69	7	23	22	6	11
	肌荒れ	65	8	19	18	6	14
	肩こり	118	10	33	36	11	28
	倦怠感・疲労感	126	10	33	42	10	31
	冷え性	66	8	21	20	5	12
	むくみ	49	6	14	13	4	12
	頭痛	83	6	27	24	9	17
	不眠	69	8	18	20	7	16
	食欲不振	37	2	10	13	2	10
	口臭	77	7	30	18	8	14
	オナラが臭い	73	6	30	16	6	15
	その他	4	1	1	0	1	1
認知度	認知有	115	8	30	37	12	28
	認知無	69	4	18	18	5	24
実施有無	実施有	24	0	6	8	4	6
	実施無	91	8	24	29	8	22
認知度	認知有	138	9	34	48	14	33
	認知無	46	3	14	7	3	19
理解度	理解有(ビフィズス菌だと知っている)	63	5	20	19	5	14
	理解無	121	7	28	36	12	38

Q25 自分が臭い(と感じる)ときの原因として考えられるものは何ですか?あてはまるものをすべてお選びください。(MA)

		該当数	を食った後	臭いの強い食べ物	疲れている時	汗をたくさんかいた後	起床した時	便秘中	睡眠不足	運動不足	腸(小腸)の不調	腸(大腸)の不調	体質	その他
全体		1000	471	227	190	50	343	76	94	191	293	134	23	
別性	男性	500	205	105	102	23	136	34	43	94	139	71	11	
	女性	500	266	122	88	27	207	42	51	97	154	63	12	
年代	20代	200	84	53	40	10	62	10	16	36	48	35	5	
	30代	200	97	57	50	9	72	19	21	33	46	31	3	
	40代	200	102	54	44	12	73	19	21	42	61	23	3	
	50代	200	91	31	31	13	57	10	11	37	57	30	5	
	60代	200	97	32	25	6	79	18	25	43	81	15	7	
性年代	男性20代	100	38	18	20	4	24	4	6	16	22	19	3	
	男性30代	100	40	29	31	5	20	6	9	14	19	18	1	
	男性40代	100	48	26	22	4	26	9	9	22	28	9	2	
	男性50代	100	37	15	14	6	27	5	6	16	26	16	2	
	男性60代	100	42	17	15	4	39	10	13	26	44	9	3	
	女性20代	100	46	35	20	6	38	6	10	20	26	16	2	
	女性30代	100	57	28	19	4	52	13	12	19	27	13	2	
	女性40代	100	54	28	22	8	47	10	12	20	33	14	1	
	女性50代	100	54	16	17	7	30	5	5	21	31	14	3	
女性60代	100	55	15	10	2	40	8	12	17	37	6	4		
居住エリア	北海道	45	22	5	3	1	18	4	2	6	12	6	3	
	東北	57	26	21	13	7	20	8	6	11	18	7	1	
	関東	419	202	90	85	17	139	24	43	77	131	57	10	
	中部	154	75	37	37	11	54	10	21	31	41	20	1	
	近畿	186	85	41	26	7	55	19	9	37	54	24	6	
	中国	47	19	9	8	2	18	2	3	10	13	9	1	
	四国	26	14	6	4	0	14	2	2	4	6	2	0	
	九州・沖縄	66	28	18	14	5	25	7	8	15	18	9	1	
合の意健 度識康	健康意識Top3box	754	375	185	151	40	277	61	81	151	237	78	16	
	健康意識Bottom3box	246	96	42	39	10	66	15	13	40	56	56	7	
平1日 均労働 した 時	3時間未満	32	12	9	6	1	8	2	2	4	5	5	0	
	3時間以上~5時間未満	39	15	6	5	0	16	6	5	7	11	6	2	
	5時間以上~7時間未満	95	34	20	15	6	30	10	10	18	31	10	2	
	7時間以上~9時間未満	335	168	84	66	14	108	23	28	71	104	46	7	
	9時間以上~11時間未満	147	65	37	33	6	46	8	9	20	33	22	0	
	11時間以上	41	20	12	11	4	13	4	6	9	11	5	1	
T o p 2 b o x (各)	日頃からストレスを感じている	557	279	166	116	32	223	48	55	126	177	59	9	
	健康に自信が持てない	446	214	128	95	24	174	41	46	102	142	53	10	
	健康について、自分で調べることがある	555	288	151	112	31	225	42	58	120	189	48	12	
	糖質制限をしている	165	77	47	41	8	46	15	15	24	39	14	3	
	食物繊維を摂取するようにしている	436	226	122	84	25	169	38	49	94	151	39	9	
	ヨーグルトを摂取するようにしている	511	263	126	96	29	200	40	53	106	165	48	8	
	健康食品を摂取するようにしている	235	112	68	53	20	81	26	30	64	86	18	4	
	バランスの取れた食事を心がけている	459	241	122	87	22	175	37	53	104	156	45	9	
	日頃からヨガや筋トレをしている	219	105	66	51	11	71	22	23	45	64	18	5	
	日頃からランニング・ウォーキングをしている	277	133	78	59	11	95	25	34	55	86	24	4	
十分な睡眠がとれている	342	163	84	73	17	113	24	35	62	95	36	8		

T o p 2 b o x)	便秘	387	184	92	79	22	201	25	29	74	112	50	5
	下痢	367	168	95	86	19	118	34	42	81	123	41	6
	肌荒れ	385	201	112	88	22	157	39	44	79	112	48	8
	肩こり	593	306	156	126	30	245	45	56	124	186	63	10
	倦怠感・疲労感	615	317	179	133	30	254	55	64	139	205	65	13
	冷え性	355	180	101	72	21	155	43	39	79	108	40	5
	むくみ	292	143	85	65	23	123	31	29	61	92	37	4
	頭痛	401	202	113	102	25	161	35	42	91	134	52	8
	不眠	342	167	98	84	20	136	34	42	66	103	46	5
	食欲不振	165	69	59	42	12	57	26	20	41	52	18	2
	口臭	352	178	115	78	28	139	45	52	85	119	46	8
	オナラが臭い	415	196	125	85	28	191	41	53	107	142	45	9
	その他	8	4	2	1	1	2	0	1	2	3	3	0
	認 知 度	「腸活」 認知有	647	334	169	137	32	249	51	59	136	199	70
認知無		353	137	58	53	18	94	25	35	55	94	64	11
実 施 有 無	「腸活」 実施有	117	67	40	25	9	44	16	11	33	45	11	4
	実施無	530	267	129	112	23	205	35	48	103	154	59	8
認 知 度	「腸内フ」 認知有	760	400	194	156	44	280	64	78	162	246	77	17
	認知無	240	71	33	34	6	63	12	16	29	47	57	6
理 解 度	「大腸ケア」 理解有（ビフィズス菌だと知っている）	336	155	95	71	25	120	27	37	61	108	32	5
	理解無	664	316	132	119	25	223	49	57	130	185	102	18