

[NTABLE001]

<b>SEX</b>	<b>性別</b> 単一回答	N
1	男性	156
2	女性	156
	全体	312

[NTABLE002]

<b>AGEID</b>	<b>年齢</b> 単一回答	N
1	12才未満	0
2	12才～19才	0
3	20才～24才	0
4	25才～29才	0
5	30才～34才	46
6	35才～39才	58
7	40才～44才	52
8	45才～49才	52
9	50才～54才	63
10	55才～59才	41
11	60才以上	0
	全体	312

[NTABLE003]

<b>PREFECTURE</b>	<b>都道府県</b> 単一回答	N
1	北海道	0
2	青森県	0
3	岩手県	0
4	宮城県	0
5	秋田県	0
6	山形県	0
7	福島県	0
8	茨城県	0
9	栃木県	0
10	群馬県	0
11	埼玉県	51
12	千葉県	57
13	東京都	130
14	神奈川県	74
15	新潟県	0

16	富山県	0
17	石川県	0
18	福井県	0
19	山梨県	0
20	長野県	0
21	岐阜県	0
22	静岡県	0
23	愛知県	0
24	三重県	0
25	滋賀県	0
26	京都府	0
27	大阪府	0
28	兵庫県	0
29	奈良県	0
30	和歌山県	0
31	鳥取県	0
32	島根県	0
33	岡山県	0
34	広島県	0
35	山口県	0
36	徳島県	0
37	香川県	0
38	愛媛県	0
39	高知県	0
40	福岡県	0
41	佐賀県	0
42	長崎県	0
43	熊本県	0
44	大分県	0
45	宮崎県	0
46	鹿児島県	0
47	沖縄県	0
	全体	312

[NTABLE004]

AREA	地域	N
	単一回答	
1	北海道	0
2	東北地方	0
3	関東地方	312
4	中部地方	0
5	近畿地方	0
6	中国地方	0

7	四国地方	0
8	九州地方	0
	全体	312

[NTABLE005]

<b>JOB</b>	<b>職業</b> 単一回答	N
1	公務員	17
2	経営者・役員	7
3	会社員(事務系)	147
4	会社員(技術系)	41
5	会社員(その他)	83
6	自営業	11
7	自由業	6
8	専業主婦(主夫)	0
9	パート・アルバイト	0
10	学生	0
11	その他	0
12	無職	0
	全体	312

[NTABLE006]

<b>CELL</b>	<b>割付セル</b> 単一回答	N
1	男性_30代	52
2	男性_40代	52
3	男性_50代	52
4	女性_30代	52
5	女性_40代	52
6	女性_50代	52
	全体	312

[NTABLE007]

<b>Q1</b>	<b>あなたの便秘歴を教えてください。</b> 単一回答	N
1	3か月未満	5
2	3か月～半年未満	10
3	半年～1年未満	19
4	1年～3年未満	25
5	3年～5年未満	25
6	5年～10年未満	39

7	10年～15年未満	27
8	15年～20年未満	24
9	20年以上	138
	全体	312

[NTABLE008]

<b>Q2</b>	ここ3カ月間平均して、排便にかかる時間はどれくらいですか？(1回あたり) ※排便にかかる時間とは便意を感じてトイレに入ってから排便が終わるまでの時間です。	N
	単一回答	
1	3分未満	30
2	3分以上5分未満	70
3	5分以上10分未満	87
4	10分以上15分未満	69
5	15分以上20分未満	26
6	20分以上30分未満	16
7	30分以上	14
	全体	312

[NTABLE009]

<b>Q3</b>	ここ3カ月間平均して、便意を感じてトイレに行ったのに便が出ない割合を教えてください。 この中で最も近いものをお選びください。	N
	単一回答	
1	10回中、9回	8
2	10回中、8回	10
3	10回中、7回	23
4	10回中、6回	23
5	10回中、5回	58
6	10回中、4回	30
7	10回中、3回	47
8	10回中、2回	34
9	10回中、1回	27
10	出ないことはない	52
	全体	312

[NTABLE010]

Q4	ここ3か月間平均して、1回の排便当たり、どのくらいの量(大きさ)の便通がありましたか？ 単一回答	N
1	うさぎの糞より小さい(1cm)	13
2	うさぎの糞程度(2~3cm)	56
3	うずらの卵程度	50
4	鶏卵程度	70
5	バナナ1本程度	83
6	バナナ2本以上	28
7	フランスパン程度	5
8	フランスパンより大きい	1
9	その他	6
	全体	312

[NTABLE011]

Q5	ここ3か月間の便の状態について、最も多かったものをお知らせください。 ※この中に最も多かった便の状態がない人は最も近いものをお選びください。 単一回答	N
1	コロコロ便	83
2	硬い便	94
3	やや硬い便	78
4	普通便	26
5	やや軟らかい便	16
6	泥状便	14
7	水様便	1
	全体	312

[NTABLE012]

Q6	排便後はスッキリしますか？ 単一回答	N
1	とてもスッキリする	22
2	まあまあスッキリする	84
3	まだ少し残っている感じがする	131
4	まだたくさん残っている感じがする	75
	全体	312

[NTABLE013]

Q7	あなたが便秘のときに感じる身体の症状について、それぞれ以下の4つのどれに相当するか教えてください。 単一回答	全体	1	2	3	4
			あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない
1	お腹の張りを感じる	312	125	139	36	12
2	お腹が痛くなる	312	59	122	94	37
3	吐き気がする	312	25	51	107	129
4	食欲不振になる	312	29	58	107	118
5	頭痛がする	312	27	57	97	131
6	肩こりがする	312	57	82	74	99
7	眠りが浅くなる	312	43	90	86	93
8	疲れやすくなる	312	62	106	76	68
9	おならの回数が増える	312	144	105	40	23
10	おならが臭くなる	312	160	110	32	10
11	体臭が臭くなる	312	36	80	134	62
12	口臭が臭くなる	312	39	81	125	67
13	肌荒れ・吹き出物が出る	312	56	109	92	55
14	肌ツヤが悪くなる	312	57	106	100	49
15	体が重く感じる	312	117	123	39	33

[NTABLE014]

Q9	あなたが便秘のときに感じるメンタルの症状について、それぞれ以下の4つのどれに相当するか教えてください。 単一回答	全体	1	2	3	4
			あてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない
1	イライラする	312	63	105	96	48
2	集中力が続かない	312	61	121	84	46
3	やる気が出ない	312	65	114	89	44
4	人と会いたくなくなる	312	59	98	99	56
5	何をしても楽しくない	312	50	83	113	66
6	気分の波が激しくなる	312	42	90	117	63
7	不安感が強くなる	312	53	106	96	57

[NTABLE015]

Q11	あなたが便秘のときに困っていることは何ですか？(いくつでも) 複数回答	N
1	移動中の急な腹痛	104
2	工作中的の急な腹痛	99
3	移動中の急な便意	111

4	仕事中の急な便意	85
5	急な腹痛や便意への不安から外出や旅行 ができない・したくない	52
6	急な腹痛や便意で仕事に遅刻してしまう ことがある	30
7	お腹が痛くて外出できない	28
8	お腹が痛くて仕事を手につかない	33
9	職場でトイレにいる時間が長くて仕事が 進まない	53
10	人前でもおならが頻繁にでる	97
11	おならが臭い	159
12	ぼっこりお腹が目立つ、服が入らない	134
13	外出先でトイレが見つからない	52
14	その他【     】	7
15	困っていることはない	13
	全体	312

[NTABLE016]

<b>Q13</b>	あなたは便秘で仕事を休みたいと思っ たことがありますか？ 単一回答	N
1	よくある	28
2	たまにある	105
3	ほとんどない	89
4	まったくない	90
	全体	312

[NTABLE017]

<b>Q14</b>	あなたは便秘で仕事を休んだことがあ りますか？ 単一回答	N
1	便秘だと伝えて休んだことがある	6
2	便秘とは伝えずに休んだことがある	53
3	休んだことはない	253
	全体	312

[NTABLE018]

<b>Q15</b>	あなたは便秘で仕事のパフォーマンスが 低下する実感はありますか？ 単一回答	N
1	よくある	49

2	たまにある	135
3	あまりない	90
4	まったくない	38
	全体	312

[NTABLE019]

Q17	あなたの便秘の原因は何だと思えますか？(いくつでも) 複数回答	N
1	食事(内容・量)	134
2	運動不足	180
3	不規則な生活	120
4	ストレス	163
5	腸の状態	164
6	病気	19
7	体質・遺伝	88
8	その他【 】	12
9	わからない	14
	全体	312

[NTABLE020]

Q18	あなたが便秘対策でしていることは何ですか？(いくつでも) 複数回答	N
1	食物繊維を摂る	157
2	乳製品で乳酸菌を摂る	145
3	健康食品で乳酸菌を摂る	45
4	乳製品でビフィズス菌を摂る	97
5	健康食品でビフィズス菌を摂る	34
6	運動	78
7	マッサージ	63
8	ヨガ、ストレッチ	33
9	朝食をとる	61
10	医師に処方された便秘薬を服用する	34
11	市販の便秘薬を服用する	79
12	その他【 】	11
13	特にしていない	33
	全体	312

[NTABLE021]



<b>Q19</b>	あなたが便秘対策をしていない理由は何ですか？ もっともあてはまるものを1つお選びください。 単一回答	N
1	面倒くさい	11
2	便秘を改善する必要性を感じない	3
3	便秘が治ると思っていない	7
4	あきらめている	11
5	その他【 】	1
	全体	33

[NTABLE022]

<b>Q20</b>	便秘気味を改善する食品があったら使用したいと思いますか？ 単一回答	N
1	ぜひ使用してみたい	169
2	どちらかというで使用してみたい	89
3	どちらともいえない	41
4	どちらかというで使用してみたくない	6
5	まったく使用してみたくない	7
	全体	312