

各位

SBIアラプロモ株式会社

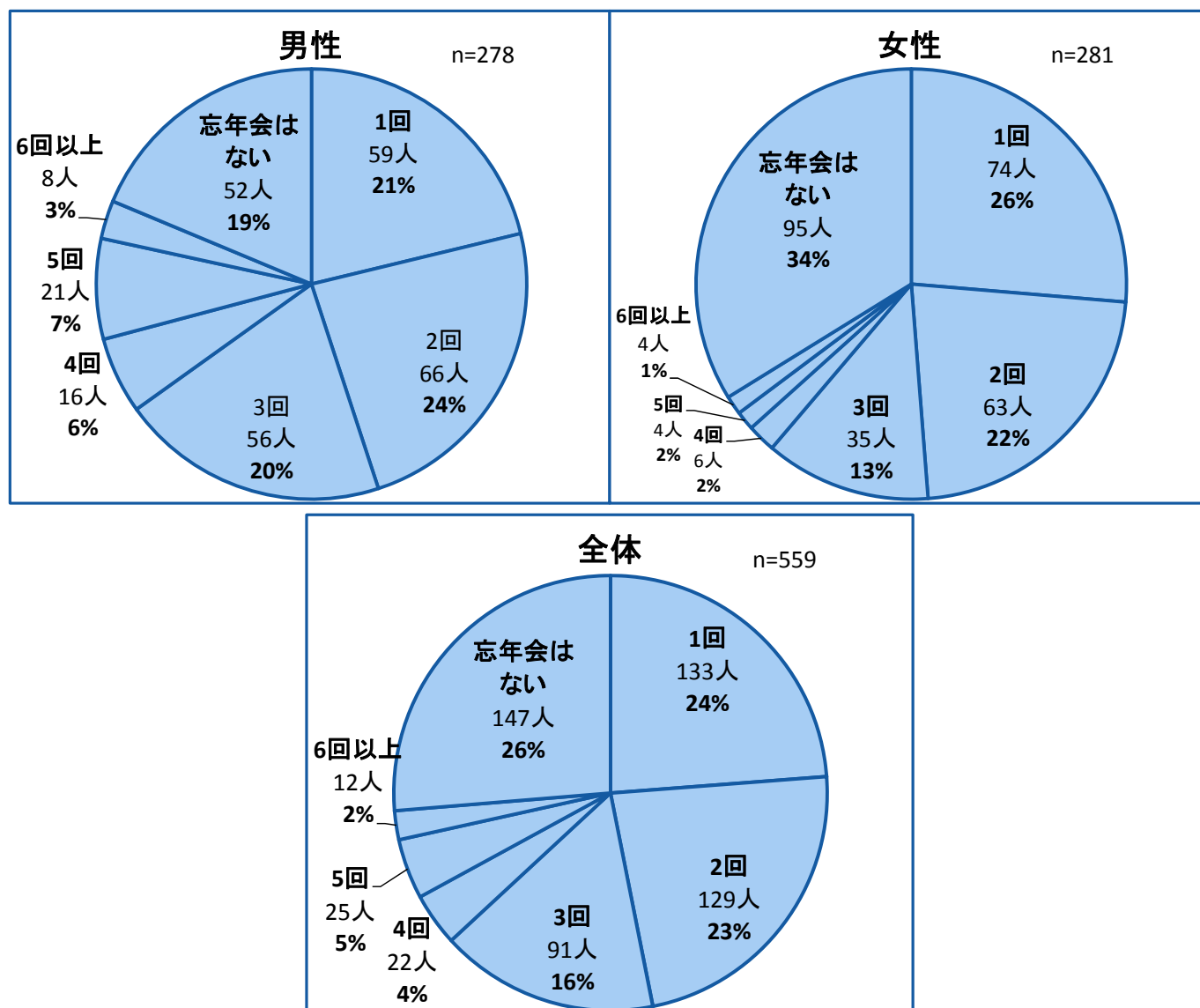
～忘年会は平均2回、1回あたりの負担額は5,000円程度まで～
忘年会に関する調査結果のご報告

「健康で質の高い老後生活」をコンセプトに、ALA（5-アミノレブリン酸）（※1）を利用した健康食品、化粧品の製造・販売等を行っているSBIアラプロモ株式会社は、2013年12月9日～12月10日の2日間、20代以上の方を対象に、忘年会に関する調査を実施し、559名の有効回答を得ましたので、その結果を以下にお知らせいたします。

忘年会は平均2回、1回あたりの負担額は5,000円程度まで

「忘年会シーズン中、忘年会は何回くらいありますか？（予定を含む）」という質問に対して1回～4回と回答した方が男性で71%、女性で63%、全体で67%となりました。平均すると忘年会はシーズン中に2回程度あることとなります。

忘年会シーズン中、忘年会は何回くらいありますか？（予定を含む）

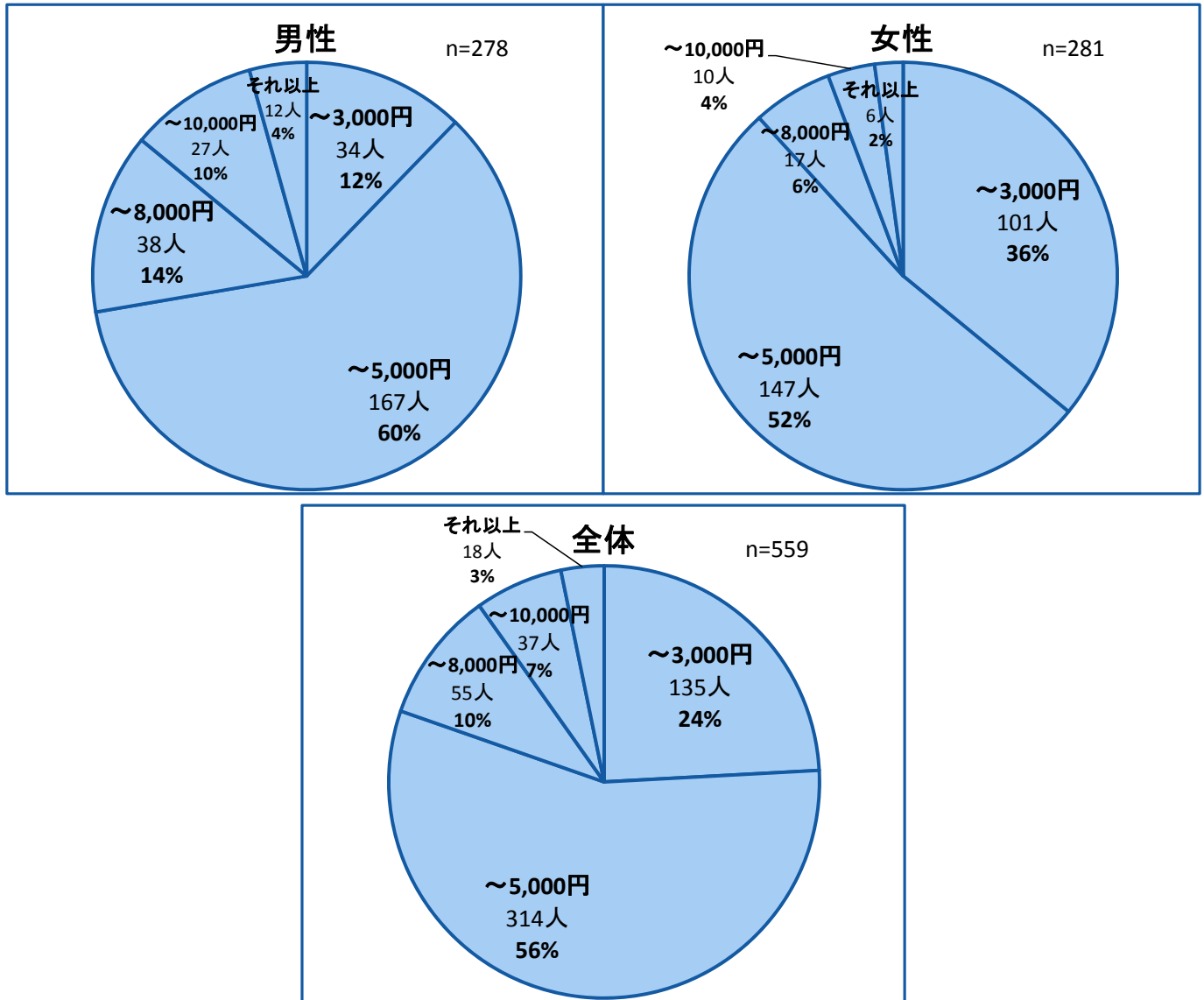


また、「忘年会1回あたりの、あなたの平均負担額はどのくらいですか?」という質問に対しては、「3,000円まで」が24%、「5,000円まで」が56%となり、80%の方が、1回あたり5,000円程度までに支出を抑えているという結果となりました。

平均2回として計算した場合、80%の方がシーズン中の忘年会の負担額を10,000円程度までに抑えていることとなります。

なお、女性と比べて男性のほうがやや負担額が大きい傾向にあるようです。

忘年会1回あたりの、あなたの平均負担額はどのくらいですか?

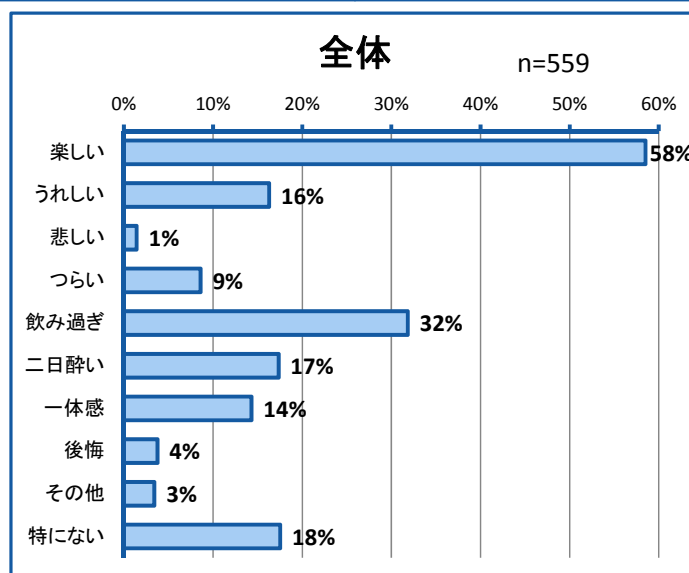
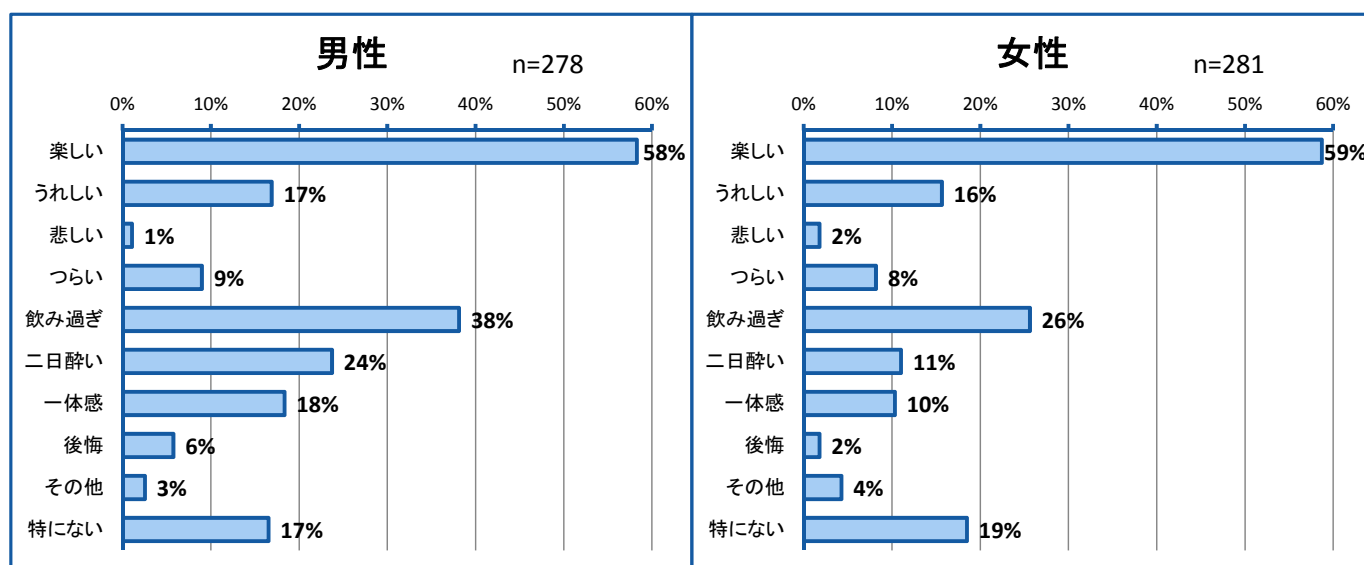


忘年会のイメージは「楽しい」「うれしい」「飲み過ぎ」「二日酔い」

「忘年会と聞いて思い浮かぶイメージをお選びください。」という質問には、58%の方が「楽しい」と回答しており、「うれしい（同、16%)」、「飲み過ぎ（同、32%)」、「二日酔い（同、17%)」という結果となりました。

忘年会では楽しさのあまりつい飲み過ぎてしまうというイメージをお持ちの方が多くようです。さらに、女性と比べて男性のほうが「飲み過ぎ」や「二日酔い」のイメージを持っている方が多い傾向にあるようです。

忘年会と聞いて思い浮かぶイメージをお選びください。

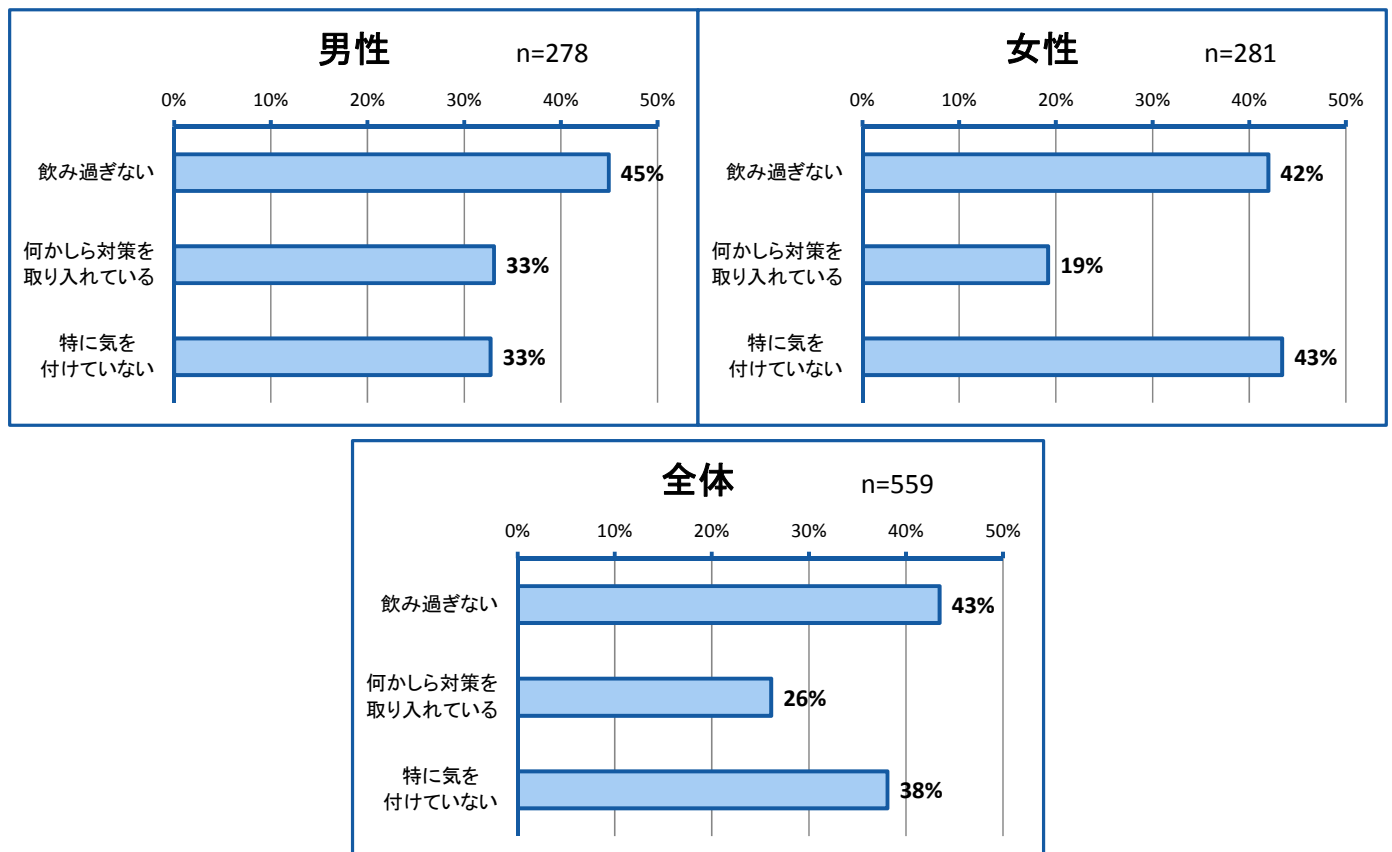


4人に1人は二日酔い対策を取り入れている

「二日酔い対策として取り入れているものは何ですか？」という質問に関しては、飲み過ぎないという回答が43%と一番多く、特に気を付けていない方も38%という結果となりました。

一方、何かしらの対策を取り入れている（ドリンク剤、健康食品、胃腸薬などを利用する）と回答した方も26%あり、4人に1人は二日酔い対策を取り入れているという結果となりました。

二日酔い対策として取り入れているものは何ですか？



5人に1人は忘年会後に体重が増えた経験がある

「忘年会シーズン後、体重が増えた経験がある場合、どのくらい体重が増えましたか？」という質問に関しては、有効回答者559人中21%となる118人（男性62人、女性56人）、つまり5人に1人が、体重が増えた経験があるという結果となりました。

増加した体重の平均は、男性が2.7kg、女性が2.2kg、全体で2.5kgとなりました。

また、元の体重に戻るまでにかかった時間は、1週間までという回答が25%、2週間までが19%、3週間までが6%、4週間までが13%と、63%の方が4週間までに元の体重に戻ったという結果となりました。一方、元の体重に戻らなかった方も28%という結果となりました。

これらの結果、皆様が忘年会を楽しまれている様子がうかがえますが、お酒の飲み過ぎは生活習慣病（※2）の原因にもなりかねませんので、くれぐれも飲み過ぎないように心掛けていただき、楽しい忘年会シーズンをお過ごしください。

忘年会シーズン後、体重が増えた経験がある場合の、増えた体重と元の体重に戻るまでにかかった時間

男性

n=62

増えた体重	元の体重に戻るまでにかかった時間							合計
	～1週間	～2週間	～3週間	～4週間	4週間～	戻らなかった	答えたくない	
～1kg	6%	2%		2%	2%	2%		13%
～2kg	15%	15%	6%	3%	2%	8%		48%
～3kg	5%	5%			2%	10%		21%
～4kg		3%						3%
～5kg				5%	2%	5%		11%
5kg～						3%		3%
合計	26%	24%	6%	10%	6%	27%		100%

女性

n=56

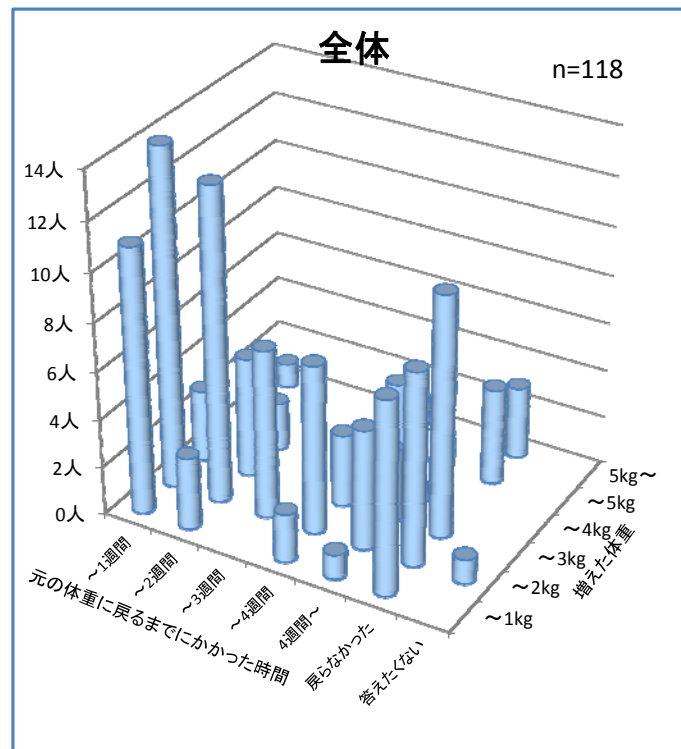
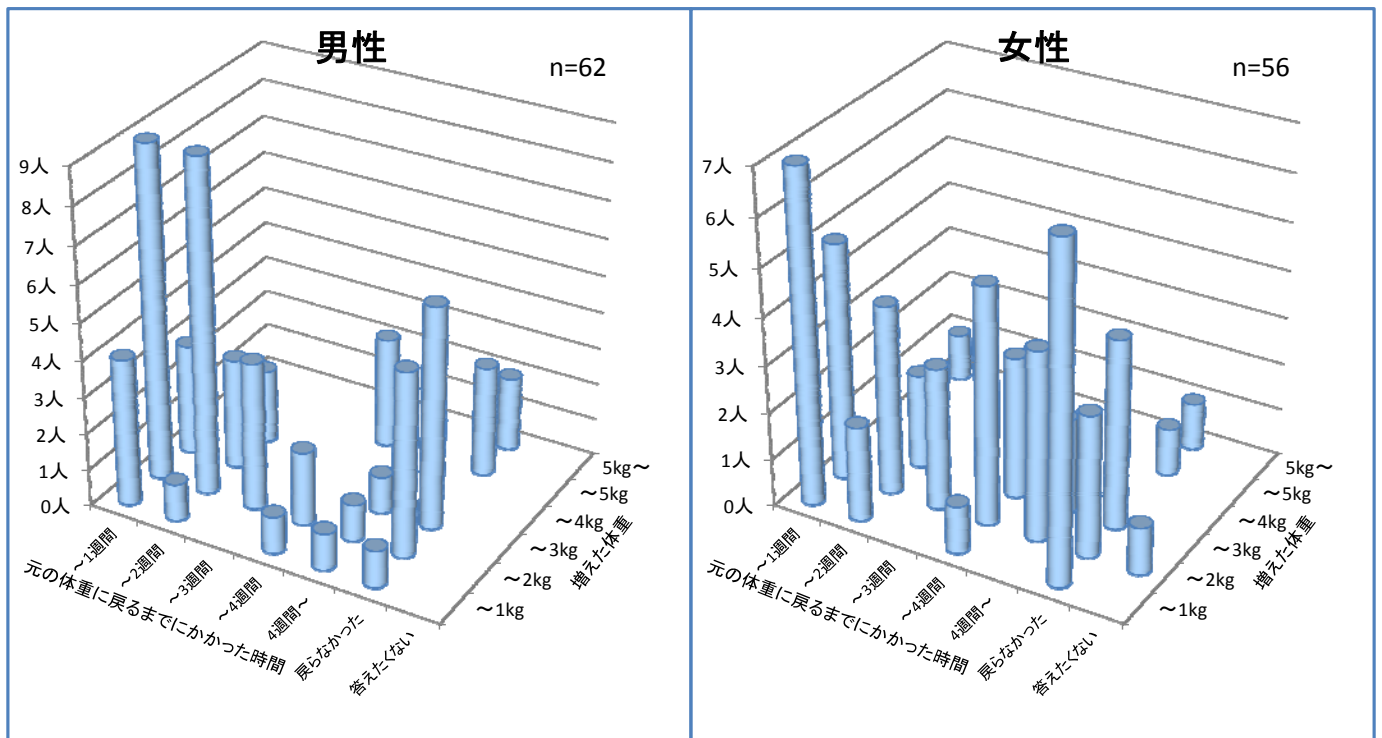
増えた体重	元の体重に戻るまでにかかった時間							合計
	～1週間	～2週間	～3週間	～4週間	4週間～	戻らなかった	答えたくない	
～1kg	13%	4%		2%		13%		30%
～2kg	9%	7%	5%	9%	7%	5%	2%	45%
～3kg		4%		5%	4%	7%		20%
～4kg								
～5kg						2%		2%
5kg～	2%					2%		4%
合計	23%	14%	5%	16%	11%	29%	2%	100%

全体

n=118

増えた体重	元の体重に戻るまでにかかった時間							合計
	～1週間	～2週間	～3週間	～4週間	4週間～	戻らなかった	答えたくない	
～1kg	9%	3%		2%	1%	7%		21%
～2kg	12%	11%	6%	6%	4%	7%	1%	47%
～3kg	3%	4%		3%	3%	8%		20%
～4kg		2%						2%
～5kg				3%	1%	3%		7%
5kg～	1%					3%		3%
合計	25%	19%	6%	13%	8%	28%	1%	100%

忘年会シーズン後、体重が増えた経験がある場合の、増えた体重と元の体重に戻るまでにかかった時間



(※1) 5-アミノレブリン酸 (ALA) :

体内のミトコンドリアで作られるアミノ酸。ヘムやシトクロムと呼ばれるエネルギー生産に関与するタンパク質の原料となる重要な物質ですが、加齢に伴い生産性が低下することが知られています。ALAは、焼酎粕や赤ワイン、かいわれ大根等の食品にも含まれるほか、植物の葉緑体原料としても知られています。

(※2) 生活習慣病 :

厚生労働省のウェブサイト (<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/>) では、生活習慣病として、「糖尿病」、「脳卒中」、「心臓病」、「脂質異常症」、「高血圧」、「肥満」

が挙げられております。

【アンケート概要】

アンケートタイトル	あなたご自身に関するアンケート
リサーチ実施日	2013年12月9日（月）～2013年12月10日（火）
リサーチ実施方法	インターネットリサーチ
リサーチ対象ターゲット	性別：男女 年齢：20代以上 職業：指定しない
調査地域	全国
有効回答数	559名（男性278名、女性281名） なお、Q1で健康状態についての調査である旨ご理解ご協力いただいた方のみをカウントしております。
設問数	14問
設問内容	<p>Q1 この調査では、あなたの健康状態についてお伺いいたします。ご理解いただいた上、引き続き調査にご協力いただける方は、「回答へ進む」をお選びください。</p> <p>Q2 あなたにとって忘年会シーズンはいつごろからですか？</p> <p>Q3 忘年会シーズン中、忘年会は何回くらいありますか？（予定を含む）</p> <p>Q4 忘年会に出席するメンバーはどういった属性のかたですか？</p> <p>Q5 忘年会と聞いて思い浮かぶイメージをお選びください。</p> <p>Q6 忘年会にぜひ出席したいと思ったことがある場合、その理由は何ですか？</p> <p>Q7 出席したくないと思った忘年会がある場合、その理由は何ですか？</p> <p>Q8 忘年会の乾杯であなたが飲む飲み物の種類は何ですか？</p> <p>Q9 忘年会の乾杯の後に、あなたが飲む飲み物の種類は何ですか？</p> <p>Q10 忘年会シーズン後、体重が増えた経験がある場合、どのくらい体重が増えましたか？</p> <p>Q11 忘年会シーズン後、体重が増えた経験がある場合、どのくらいの期間で元の体重に戻りましたか？</p> <p>Q12 忘年会シーズン中の健康管理で気を付けていることは何ですか？</p> <p>Q13 二日酔い対策として取り入れているものは何ですか？</p> <p>Q14 忘年会一回あたりの、あなたの平均負担額はどのくらいですか？</p> <p>※調査結果に関するお問い合わせ先は、下記の会社概要に記載のとおりです。</p>
実施機関	株式会社ジャストシステム

以上

【会社概要】

- 会社名 SBIアラプロモ株式会社（英文表記SBI ALAprimo Co., Ltd.）
- 代表者 竹崎 泰史
- 本社所在地 〒106-6017 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー17F
- URL <http://www.sbi-alapromo.co.jp/>

【本プレスリリースに関するお問い合わせ先】

SBIアラプロモ株式会社 経営管理部

【電話】 03-6229-0092 【FAX】 03-3224-1021

【メールアドレス】 sbiala_info@sbigroup.co.jp