

フィギュアスケート観戦で【休養の満足度】が1.3倍にアップ！ 推しメン応援で休養時間を満喫しよう ～10万人調査による「ベネクスリカバリーレポート2022」Vol.1～

休養時専用の「リカバリーウェア」を開発、製造、販売する株式会社ベネクス（所在地：神奈川県厚木市、代表取締役：中村 太一、以下、当社）は、一般社団法人日本リカバリー協会（事務局：神奈川県厚木市、代表理事：片野秀樹）の技術協力のもと、「リカバリー（休養）」に関する調査・研究結果の情報提供を受け、全国の男女、20～79歳10万人の休養についての調査（「ココロの体力測定 2021」）データを分析いたしました。その結果、フィギュアスケートファンが好きなスポーツ観戦などで、休養時間の質・量の満足度が高いことがわかりました。

■背景

2004年文科省疲労研究班は、生産人口の6割が疲労を抱えていると報告されており、2021年11～12月に実施の本調査でも、約8割の方が疲れていると回答されています。現代は、新型コロナウイルスの流行により人々のライフスタイルはニューノーマル化され、仕事・移動・時間・コミュニケーションなど様々な分野が一変し、ストレスや疲労の要因も変化をしています。当社は、このような時代の変化に応じた抗疲労のソリューションとして、「健康作りの3要素」の【休養】を軸にしたライフスタイル調査から、休養時間の満足度を向上させる情報発信を行っていきます。

【調査サマリー】

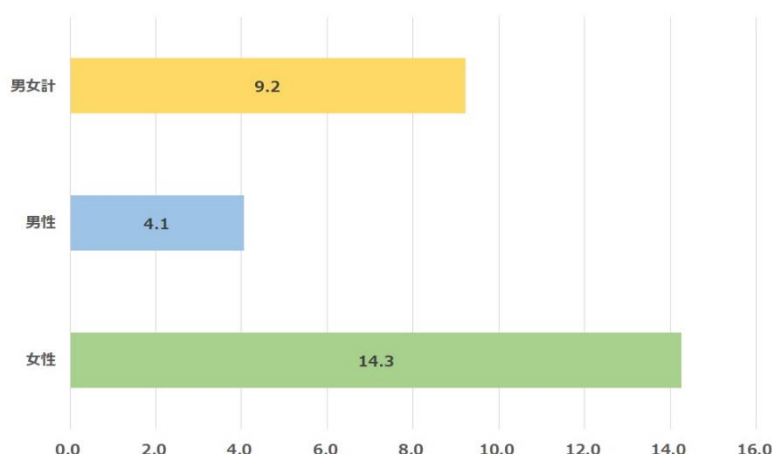
- ◇寒くて外に出たくない冬の季節、推しメン応援で休養の時間を満喫しよう
- ◇フィギュアスケートファンの休養時間満足度は、ファン以外の方の1.3倍
- ◇フィギュアスケートファン層は、男性は60代から、女性は50代から大幅に増加
- ◇フィギュアスケートファンが多い都道府県は？ 男性1位岩手県、2位徳島県、女性1位秋田県、2位愛媛県
- ◇フィギュアスケートのイメージ調査、1位は「カッコ良い」

■寒くて外に出たくない冬の季節、推しメン応援で休養の時間を満喫しよう

寝不足の状態、疲労を抱えた状態で、充実した生活を送ることはなかなか難しいもの。休養・睡眠は健康を維持していくためにも大切な時間。だからこそベネクスは「休養の質」に着目しています。

特に冬の季節は寒くて外に出たくないもの。身体が冷たい風に吹かれるたびに、自分の体力が失われていく気になります。そのようなときは、自宅にこもってスポーツ観戦はいかがでしょう。今年、冬に行われる世界大会で注目したいのが、フィギュアスケート。本調査結果によると、国内の人気スポーツとしてフィギュアスケートは上位に入っているスポーツです。フィギュアスケートファンは、全体で9.2%。うち、男性が4.1%、女性が14.3%と女性の割合は男性の3倍という結果になりました。

フィギュアスケートファン（全国、男女計、男女別） 単位：%



■フィギュアスケートファンの休養時間満足度は、ファン以外の方の 1.3 倍

フィギュアスケートの男性ファンの休養時間の満足度は、47.2%、女性ファンは 53.0%という結果に。ファン以外の方と比較すると男性で 1.21 倍、女性で 1.30 倍ということがわかりました。

休養時間の満足度（全国、男性、フィギュアスケートファン有無別） 単位：%、倍

休養時間の満足度		不満足 (0-4点)	どちらでもない (5点)	満足 (6-10点)
男性	フィギュアスケートファン	25.1	27.7	47.2
	その他	30.6	30.4	39.0
		0.82倍	0.91倍	1.21倍

※ 表枠外の倍率は、フィギュアスケートファン÷その他（ブルー）

休養時間の満足度（全国、女性、フィギュアスケートファン有無別） 単位：%、倍

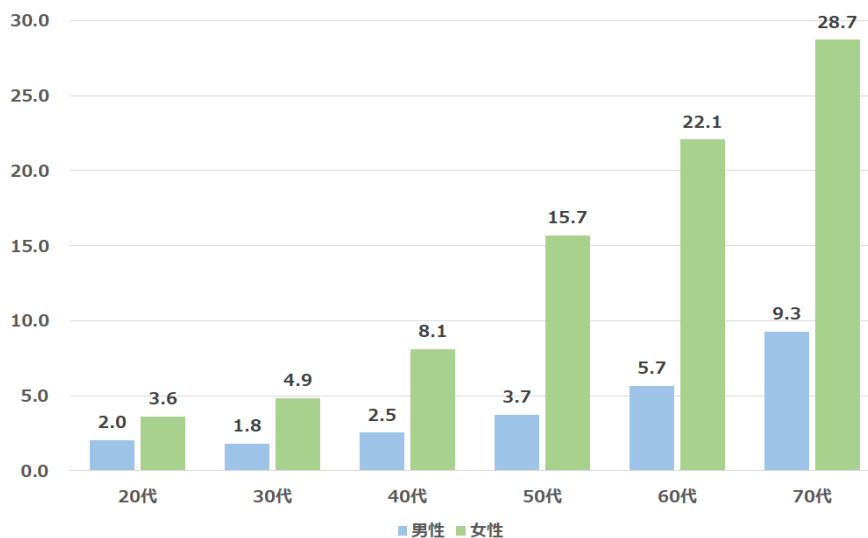
休養時間の満足度		不満足 (0-4点)	どちらでもない (5点)	満足 (6-10点)
女性	フィギュアスケートファン	19.1	27.9	53.0
	その他	30.1	29.2	40.7
		0.63倍	0.95倍	1.30倍

※ 表枠外の倍率は、フィギュアスケートファン÷その他（グリーン）

■フィギュアスケートファン層は、男性は 60 代から、女性は 50 代から大幅に増加

フィギュアスケートファンを年齢層別にみると、男女ともに 70 代が最も高く、男性の 30 代がもっとも低い傾向という結果に。また、男性は 60 代以降、女性は 50 代以降で平均よりも高くなるということがわかりました。

フィギュアスケートファン（全国、男女別、年代別） 単位：%



■フィギュアスケートファンが多い都道府県は？ 男性 1 位岩手県、2 位徳島県、女性 1 位秋田県、2 位愛媛県

フィギュアスケートファンを都道府県別にみると、最も男性ファンがいる都道府県が、岩手県 8.1%、女性は、秋田県 19.6%と東北地方が 1 位を占める結果に。また男女の 2 位をみると、男性ファンは徳島県 7.7%、女性ファンは愛媛県 19.9%と四国地方という結果となりました。

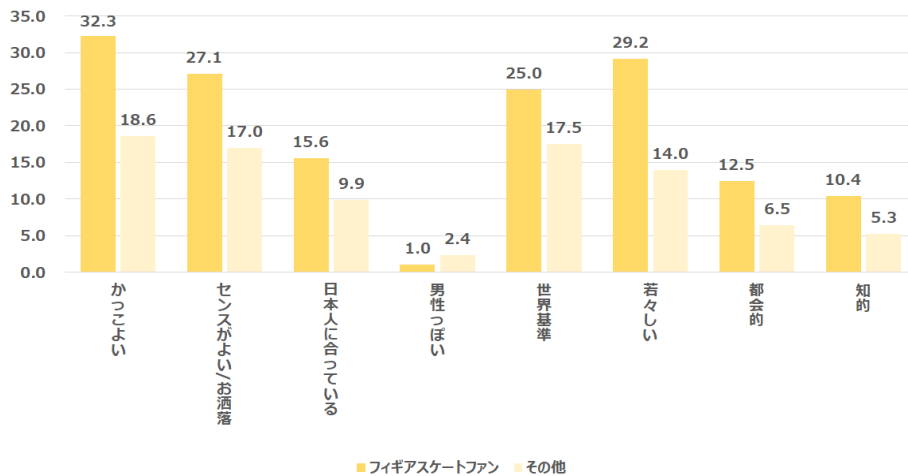
フィギュアスケートファン（全国、男女別、都道府県別） 単位：%

		男性	女性			男性	女性
1	北海道	4.1	15.7	25	滋賀県	5.0	13.0
2	青森県	3.2	12.4	26	京都府	3.3	16.5
3	岩手県	8.1	19.6	27	大阪府	3.4	12.6
4	宮城県	4.8	12.3	28	兵庫県	4.8	13.6
5	秋田県	2.8	22.3	29	奈良県	4.5	14.4
6	山形県	5.4	15.7	30	和歌山県	2.4	19.2
7	福島県	7.0	16.2	31	鳥取県	5.0	11.6
8	茨城県	3.3	16.5	32	島根県	4.2	12.6
9	栃木県	3.6	12.3	33	岡山県	5.5	13.8
10	群馬県	4.6	13.2	34	広島県	3.1	13.3
11	埼玉県	4.2	14.1	35	山口県	3.2	19.2
12	千葉県	3.6	15.6	36	徳島県	7.7	16.8
13	東京都	3.9	12.5	37	香川県	5.0	12.3
14	神奈川県	4.0	12.7	38	愛媛県	2.1	19.9
15	新潟県	5.0	12.7	39	高知県	2.6	18.5
16	富山県	3.3	13.4	40	福岡県	4.2	11.5
17	石川県	2.4	17.9	41	佐賀県	3.3	8.8
18	福井県	3.1	9.9	42	長崎県	4.1	12.3
19	山梨県	6.4	15.4	43	熊本県	4.9	13.0
20	長野県	5.5	15.7	44	大分県	3.9	13.3
21	岐阜県	4.2	15.7	45	富崎県	3.4	15.7
22	静岡県	3.6	16.3	46	鹿児島県	1.8	14.7
23	愛知県	3.4	16.4	47	沖縄県	4.3	14.4
24	三重県	5.4	16.1				

■フィギュアスケートのイメージ調査、1位は「かっこ良い」

さらにフィギュアスケートのイメージ調査を行った結果、全体で最も多かったのが「かっこ良い」という結果に。次いで、フィギュアスケートファンは、「若々しい」、ファン以外の方は「世界基準」という結果になりました。

フィギュアスケートのイメージ（全国、フィギュアスケートファン有無別） 単位：%



【調査概要】

調査名：「ココロの体力測定 2021」

期間：2021年11月15日～12月20日

SCR 調査対象：全国の20～79歳の10万人（男女各5万人）

本調査対象：1248人（男女各624人）

方法：インターネット調査

SCR 調査項目：10問、

本調査項目：30問

※集計データ：県・年齢を実際の人口でウェイト修正を行い活用

※健康作りの3要素項目：【休養（睡眠）の質・量】、【休養（睡眠以外）の質・量】、【栄養の質・量】、【運動の質・量】を0～10点で回答してもらい、0～4点を意識が悪くなった、5点を変わらない、6～10点を意識が良くなったと集計

※疲労度合項目：厚生労働省「ストレスチェック」B項目を基に独自加工して、点数化

※休養時間の満足度について：【休養時間の満足度】を0～10点で回答してもらい、0～4点を不満足、5点をどちらともいえない、6～10点を満足と集計

※フィギアスケートファンの抽出：各スポーツ（20スポーツカテゴリー）ファンの有無から、フィギアスケートの回答者を抽出

【ベネクスについて】

健康のための3大要素「運動」「栄養」「休養」の中で、パフォーマンスを向上させるために必要な「休養」に着目。休養時専用の「リカバリーウェア」の開発、製造、販売を行っています。創業は「床ずれ予防マットレス」を開発、販売する介護用品メーカーとしてスタート。現在は、ケアという発想に基づいたリカバリーに関わる商品開発を行っています。

「人間が本来持っている自己回復力を最大限に発揮させること」をコンセプトに、東海大学、神奈川県、当社との産学公連携事業により誕生した「リカバリーウェア」は、エビデンス（科学的根拠）の取得や安全性を重視した開発を行い、「休養時専用ウェア」として2010年2月の発売以降、疲労回復や安眠のサポートを目的として日本代表選手らスポーツ関係者はじめ多くの方に愛用されています。現在は、豊富な商品展開を行い、全国の主要百貨店やオンラインショップで販売。これまでにシリーズ累計130万着（2021年11月末時点）の販売実績を記録するヒット商品となっています。

「ベネクスリカバリーウェア」は、2013年にドイツで行われた世界最大のスポーツ用品見本市「ISPO」で日本企業初の金賞を受賞。また、2018年9月には、「休養時専用ウェア」として、県民の未病改善の促進及び未病産業の市場拡大に向け、未病の見える化や未病の改善に貢献できる信頼性のある優れた商品・サービスを認定する神奈川県の「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」にも認定されました。その翌年2019年には、日本健康医療学会から健康医療に役立っている製品を開発、生産、販売する会社、団体等に向けて贈られる「第7回健康医療アワード」を受賞しています。

〈「ベネクスリカバリーウェア」の評価〉

スポーツ：2013年「ISPO」金賞受賞

社会：2018年「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」認定

健康：2019年「健康医療アワード」受賞

■「リカバリーウェア」を支える 2 つのメカニズム

1. 特殊繊維「PHT (Platinum Harmonized Technology) 」

当社独自の先端テクノロジーを駆使し、ナノプラチナなどの鉱物（特許取得名称：DPV576）を繊維 1 本 1 本に練りこんで開発したポリエステルの特特殊繊維「PHT」。この「PHT」を使用して作った「リカバリーウェア」は、休養時の体を優しく包み込み、体力が回復しやすい環境を整え、心身の“休養”をサポートします。

2. 休養時の着心地のよさを追求した仕様とデザイン

体を締め付けないノンコンプレッションデザインでゆったりとした着心地を実現。素材や縫製、カッティングにもこだわり、睡眠中、家でのリラックス時やスポーツ直後、移動中など、あらゆる休養シーンにおいて、ゆったりとした着心地で体に余計なストレスを感じさせない心地よさを追及しています。

【株式会社ベネクス 概要】

法人名： 株式会社ベネクス
代表： 代表取締役 中村 太一
所在地： 〒243-0018 神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4 階
電話： 046-200-9288
設立： 2005 年 9 月 30 日
事業内容： 休養・睡眠時専用「リカバリーウェア」の開発、製造、販売
ホームページ： <https://www.venex-j.co.jp/>

【日本リカバリー協会 概要】

名称： 一般社団法人 日本リカバリー協会
所在地： 神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4 F
会長： 渡辺恭良（理化学研究所生命機能科学センター、大阪市立大学大学院医学研究科 名誉教授）
顧問： 大谷泰夫（神奈川県立保健福祉大学 理事長、元内閣官房参与）
杉田正明（日本体育大学体育学部 教授、日本陸連 科学委員会委員長）
松木秀明（東海大学 名誉教授、健康評価施設査定機構 理事）
代表理事： 片野秀樹 博士（医学）（日本体育大学研究員、Genki Vital Academy 顧問）
提携： ゲンキ・バイタルアカデミー（スイス）
公式 HP： <https://www.recovery.or.jp/>
「毎日をガンバルために、リカバル習慣を。」 <https://recover-bar.jp/>

