

健康クラスター

—健康に関する行動からみたタイプ分け—

健康：クラスタの概要

名称	概要	構成比率		
		2013年	2014年	2015年
1.プチ新しものトライ派	健康管理に特に熱心と言うわけではないが、ネットの健康管理や新しいダイエット方法など新しいものを少しトライしてみようとするタイプ。	17%	19%	20%
2.日常生活健全派	食事管理や運動、ウォーキング、睡眠といった日常生活でできることをしっかりと実践し、なるべく薬に頼らないタイプ。	15%	15%	14%
3.運動中心派	運動を中心に健康管理をしているタイプ。	11%	10%	9%
4.ダイエット志向派	食べ過ぎ・飲み過ぎ、夜遅い食事に注意したり睡眠を十分にとることに気をつけているタイプ。	15%	16%	15%
5.健康興味なし派	健康に良いと思われることをほとんど実践していないタイプ。	16%	17%	17%
6.健康チェック派	特に健康に良いことを心がけているわけではないが、毎日の健康チェックを行い、検診も毎年受けているようなタイプ。	16%	15%	14%
7.健康オタク派	健康に良いことはいろいろと気を遣うタイプ。	10%	9%	10%

健康 クラスタ詳細

2015年

健康 1. プチ新しものトライ派

20%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
プチ新しものトライ派_da2015	27 (52)	22 (44)	8 (6)	9 (7)	20 (28)	24 (45)	31 (49)	19 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	59 (51)	14 (9)	15 (11)	15 (12)	10 (10)	5 (10)		
	女性	41 (49)	9 (9)	11 (11)	11 (12)	7 (10)	4 (8)		
婚姻状況		居住地域			就業状況				
未婚		44 (37)	北海道	4 (4)	近畿	18 (18)	工作中	73 (64)	
既婚		51 (57)	東北	6 (7)	中国	5 (5)	専業主婦(夫)	13 (19)	
離別		4 (6)	関東	38 (36)	四国	3 (3)	リタイア	3 (7)	
死別		1 (1)	中部	16 (16)	九州沖縄	10 (11)	その他(休職他)	11 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		490 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		19 (22)	貯蓄(万円)		703 (849)	食事	33 (52)	ノーマル派	20 (19)
時間的※		38 (53)	ローン残高(万円)		388 (374)	健康	21 (34)	あきらめムード派	47 (20)
オピニオンリーダー度※					14 (12)	仕事・学業	17 (22)	上昇志向人生快樂派	8 (13)
イノベータ度※					16 (15)	余暇・趣味	29 (43)	健康のんびり派	9 (20)
生きがい						ファッション	17 (26)	気まま快樂派	3 (7)
仕事		16 (16)	社会活動		3 (3)	住環境	28 (45)	絆重視おもてなし派	5 (12)
家庭		26 (31)	その他		6 (9)	仕事つきあい	15 (22)	アクティブ積極派	8 (10)
余暇・趣味		44 (49)	特にない		35 (29)	家族の会話	31 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値	
						友人つきあい	23 (36)		
						全体	31 (44)		
						希望	22 (27)		
						幸福度	36 (48)		

健康 2. 日常生活健全派

14%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
日常生活健全派_da2015	86 (52)	77 (44)	3 (6)	5 (7)	57 (28)	61 (45)	69 (49)	33 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	46 (51)	4 (9)	6 (11)	8 (12)	10 (10)	18 (10)		
	女性	54 (49)	6 (9)	8 (11)	12 (12)	12 (10)	18 (8)		
婚姻状況		居住地域			就業状況				
未婚		22 (37)	北海道	5 (4)	近畿	17 (18)	工作中	54 (64)	
既婚		71 (57)	東北	7 (7)	中国	6 (5)	専業主婦(夫)	26 (19)	
離別		5 (6)	関東	37 (36)	四国	3 (3)	リタイア	14 (7)	
死別		2 (1)	中部	16 (16)	九州沖縄	10 (11)	その他(休職他)	7 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		503 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		32 (22)	貯蓄(万円)		1316 (849)	食事	75 (52)	ノーマル派	20 (19)
時間的※		71 (53)	ローン残高(万円)		327 (374)	健康	53 (34)	あきらめムード派	7 (20)
オピニオンリーダー度※					12 (12)	仕事・学業	30 (22)	上昇志向人生快樂派	12 (13)
イノベータ度※					12 (15)	余暇・趣味	64 (43)	健康のんびり派	27 (20)
生きがい						ファッション	38 (26)	気まま快樂派	4 (7)
仕事		18 (16)	社会活動	5 (3)	住環境	65 (45)	絆重視おもてなし派	19 (12)	
家庭		41 (31)	その他	10 (9)	仕事つきあい	30 (22)	アクティブ積極派	12 (10)	
余暇・趣味		60 (49)	特にない	18 (29)	家族の会話	68 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値		
					友人つきあい	54 (36)			
					全体	66 (44)			
					希望	41 (27)			
					幸福度	69 (48)			

健康 3.運動中心派

9%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
運動中心派_da2015	44 (52)	36 (44)	2 (6)	3 (7)	66 (28)	53 (45)	44 (49)	10 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	63 (51)	13 (9)	16 (11)	16 (12)	11 (10)	8 (10)		
	女性	37 (49)	8 (9)	8 (11)	8 (12)	7 (10)	6 (8)		
婚姻状況		居住地				就業状況			
未婚		44 (37)	北海道	4 (4)	近畿	18 (18)	就業者	69 (64)	
既婚		50 (57)	東北	6 (7)	中国	5 (5)	専業主婦(夫)	14 (19)	
離別		5 (6)	関東	38 (36)	四国	2 (3)	リタイア	5 (7)	
死別		1 (1)	中部	17 (16)	九州沖縄	10 (11)	その他(退職他)	11 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		440 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		20 (22)	貯蓄(万円)		764 (849)	食事	51 (52)	ノーマル派	17 (19)
時間的※		53 (53)	ローン残高(万円)		369 (374)	健康	37 (34)	あきらめムード派	15 (20)
オピニオンリーダー度※					11 (12)	仕事・学業	22 (22)	上昇志向人生快樂派	17 (13)
イノベータ度※					13 (15)	余暇・趣味	45 (43)	健康のんびり派	21 (20)
生きがい						ファッション	24 (26)	気まま快樂派	8 (7)
仕事		17 (16)	社会活動	3 (3)	住環境	45 (45)	絆重視おもてなし派	11 (12)	
家庭		26 (31)	その他	10 (9)	仕事つきあい	22 (22)	アクティブ積極派	12 (10)	
余暇・趣味		56 (49)	特になし	25 (29)	家族の会話	44 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値		
					友人つきあい	35 (36)			
					全体	41 (44)			
					希望	25 (27)			
					幸福度	46 (48)			

健康 4. ダイエット志向派

15%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
ダイエット志向派_da2015	68 (52)	55 (44)	1 (6)	2 (7)	3 (28)	58 (45)	39 (49)	11 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	44 (51)	7 (9)	9 (11)	11 (12)	9 (10)	9 (10)		
	女性	56 (49)	11 (9)	13 (11)	14 (12)	11 (10)	7 (8)		
婚姻状況		居住地				就業状況			
未婚		35 (37)	北海道	5 (4)	近畿	18 (18)	就業者	58 (64)	
既婚		58 (57)	東北	7 (7)	中国	6 (5)	専業主婦(夫)	23 (19)	
離別		6 (6)	関東	33 (36)	四国	3 (3)	リタイア	6 (7)	
死別		1 (1)	中部	17 (16)	九州沖縄	11 (11)	その他(休職他)	13 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		425 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		21 (22)	貯蓄(万円)		723 (849)	食事	60 (52)	ノーマル派	15 (19)
時間的※		64 (53)	ローン残高(万円)		378 (374)	健康	40 (34)	あきらめムード派	10 (20)
オピニオンリーダー度※		7 (12)				仕事・学業	23 (22)	上昇志向人生快樂派	15 (13)
イノベータ度※		11 (15)				余暇・趣味	47 (43)	健康のんびり派	29 (20)
生きがい						ファッション	29 (26)	気まま快樂派	10 (7)
仕事		13 (16)	社会活動		2 (3)	住環境	52 (45)	絆重視おもてなし派	14 (12)
家庭		33 (31)	その他		9 (9)	仕事つきあい	24 (22)	アクティブ積極派	9 (10)
余暇・趣味		46 (49)	特にない		29 (29)	家族の会話	55 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値	
						友人つきあい	37 (36)		
						全体	48 (44)		
						希望	27 (27)		
						幸福度	53 (48)		

健康 5.健康興味なし派

17%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
健康興味なし派_da2015	22 (52)	15 (44)	1 (6)	2 (7)	4 (28)	38 (45)	34 (49)	6 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	57 (51)	12 (9)	15 (11)	16 (12)	10 (10)	4 (10)		
	女性	43 (49)	11 (9)	12 (11)	11 (12)	7 (10)	3 (8)		
婚姻状況		居住地域				就業状況			
未婚		50 (37)	北海道	4 (4)	近畿	17 (18)	就事中	68 (64)	
既婚		43 (57)	東北	7 (7)	中国	5 (5)	専業主婦(夫)	13 (19)	
離別		7 (6)	関東	37 (36)	四国	3 (3)	リタイア	3 (7)	
死別		1 (1)	中部	17 (16)	九州沖縄	11 (11)	その他(休職他)	17 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		382 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		12 (22)	貯蓄(万円)		485 (849)	食事	35 (52)	ノーマル派	13 (19)
時間的※		42 (53)	ローン残高(万円)		387 (374)	健康	19 (34)	あきらめムード派	19 (20)
オピニオンリーダー度※		8 (12)				仕事・学業	15 (22)	上昇志向人生快樂派	17 (13)
イノベータ度※		15 (15)				余暇・趣味	29 (43)	健康のんびり派	19 (20)
生きがい						ファッション	17 (26)	気まま快樂派	14 (7)
仕事		12 (16)	社会活動		2 (3)	住環境	32 (45)	絆重視おもてなし派	8 (12)
家庭		19 (31)	その他		8 (9)	仕事つきあい	17 (22)	アクティブ積極派	10 (10)
余暇・趣味		40 (49)	特になし		41 (29)	家族の会話	32 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値	
						友人つきあい	25 (36)		
						全体	26 (44)		
						希望	15 (27)		
						幸福度	31 (48)		

健康 6. 健康チェック派

14%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
健康チェック派_da2015	51 (52)	40 (44)	4 (6)	7 (7)	3 (28)	36 (45)	64 (49)	29 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	43 (51)	5 (9)	7 (11)	11 (12)	11 (10)	10 (10)		
	女性	57 (49)	8 (9)	12 (11)	15 (12)	14 (10)	8 (8)		
婚姻状況		居住地				就業状況			
未婚		30 (37)	北海道	4 (4)	近畿	19 (18)	工作中	64 (64)	
既婚		62 (57)	東北	6 (7)	中国	5 (5)	専業主婦(夫)	22 (19)	
離別		7 (6)	関東	35 (36)	四国	3 (3)	リタイア	6 (7)	
死別		2 (1)	中部	17 (16)	九州沖縄	11 (11)	その他(休職他)	9 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		501 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		20 (22)	貯蓄(万円)		867 (849)	食事	54 (52)	ノーマル派	21 (19)
時間的※		49 (53)	ローン残高(万円)		437 (374)	健康	27 (34)	あきらめムード派	14 (20)
オピニオンリーダー度※					11 (12)	仕事・学業	22 (22)	上昇志向人生快樂派	14 (13)
イノベータ度※					15 (15)	余暇・趣味	40 (43)	健康のんびり派	25 (20)
生きがい		ファッション		24 (26)	住環境	48 (45)	気まま快樂派	6 (7)	
仕事		16 (16)	社会活動		3 (3)	仕事つきあい	23 (22)	絆重視おもてなし派	12 (12)
家庭		35 (31)	その他		9 (9)	家族の会話	50 (47)	アクティブ積極派	9 (10)
余暇・趣味		45 (49)	特にない		29 (29)	友人つきあい	36 (36)	※はTOP2の値 ()は平均値	
		全体		44 (44)	希望		25 (27)		
		幸福度		49 (48)					

健康 7.健康オタク派

10%

単位:%	夜遅い時間に食事をしない	食べ過ぎ・飲み過ぎをしない	インターネットで健康を管理するサービスを利用する	新しいダイエット方法は試みる	週に1~2回以上、運動する	なるべく薬に頼らない	年1回以上検診を受ける	体重や血圧を毎日計測する
健康オタク派_da2015	88 (52)	84 (44)	26 (6)	25 (7)	79 (28)	64 (45)	80 (49)	63 (22)

単位:%		年齢							
		全体	20代	30代	40代	50代	60代		
性別	男性	44 (51)	5 (9)	6 (11)	7 (12)	8 (10)	18 (10)		
	女性	56 (49)	6 (9)	9 (11)	11 (12)	11 (10)	19 (8)		
婚姻状況		居住地域			就業状況				
未婚		24 (37)	北海道	4 (4)	近畿	19 (18)	工作中	56 (64)	
既婚		69 (57)	東北	6 (7)	中国	5 (5)	専業主婦(夫)	25 (19)	
離別		5 (6)	関東	38 (36)	四国	2 (3)	リタイア	13 (7)	
死別		2 (1)	中部	16 (16)	九州沖縄	11 (11)	その他(休職他)	6 (11)	
ゆとり※		年収(万円)		547 (470)	満足度他※		価値観クラスター		
経済的※		38 (22)	貯蓄(万円)		1352 (849)	食事	75 (52)	ノーマル派	27 (19)
時間的※		68 (53)	ローン残高(万円)		327 (374)	健康	54 (34)	あきらめムード派	11 (20)
オピニオンリーダー度※					22 (12)	仕事・学業	33 (22)	上昇志向人生快樂派	9 (13)
イノベータ度※					22 (15)	余暇・趣味	67 (43)	健康のんびり派	17 (20)
生きがい						ファッション	46 (26)	気まま快樂派	2 (7)
仕事		20 (16)	社会活動	8 (3)	住環境	64 (45)	絆重視おもてなし派	16 (12)	
家庭		46 (31)	その他	10 (9)	仕事つきあい	32 (22)	アクティブ積極派	17 (10)	
余暇・趣味		64 (49)	特にない	13 (29)	家族の会話	67 (47)	※はTOP2の値 ()は平均値		
					友人つきあい	58 (36)			
					全体	66 (44)			
					希望	46 (27)			
					幸福度	68 (48)			