

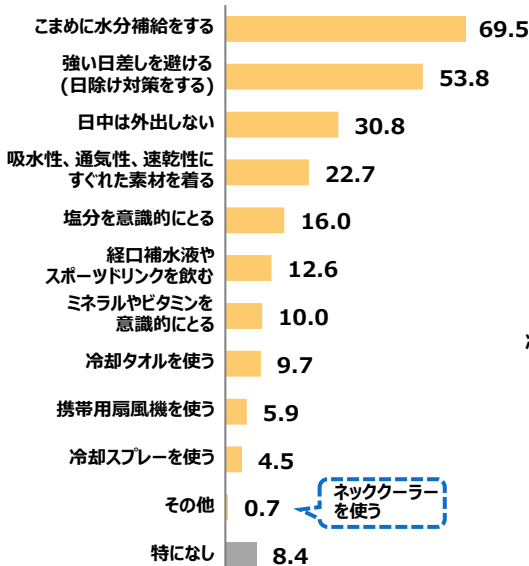


2023年の夏も記録的に暑い夏でした。過酷な夏の暑さから体を守るために、皆さんどのような対策を行っていたのでしょうか。今回は、暑さ・夏バテ対策についてアンケートで聞きました。

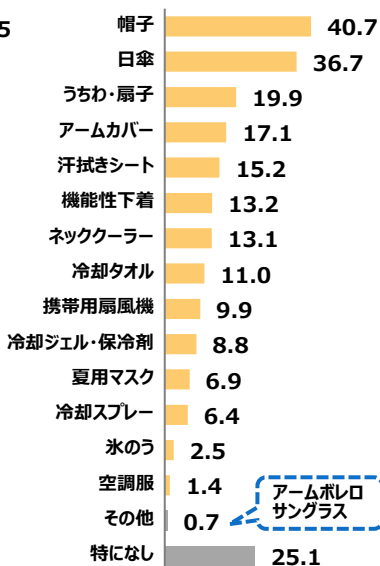
POINT

1. 外出時に行った対策は「こまめに水分補給をする」が約7割。
2. 対策として使ったグッズは「帽子」「日傘」が約4割。
3. 対策として食べているものは「トマト」「きゅうり」「肉」。

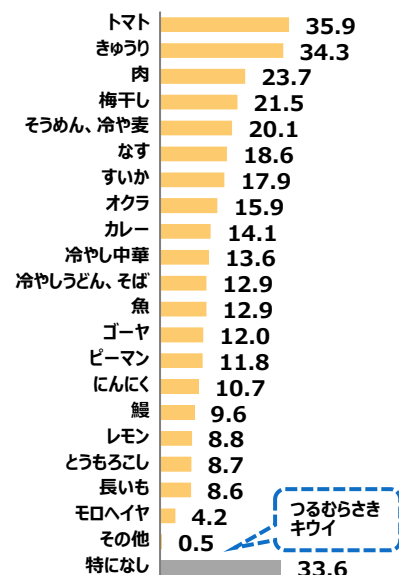
Q. 外出時に行っている暑さ・夏バテ対策は何ですか。(N=972)



Q. 暑さ・夏バテ対策として使っているグッズは何ですか。(N=972)



Q. 暑さ・夏バテ対策として食べているものは何ですか。(N=972)



Q. 暑さ・夏バテ対策のために工夫していることや、感じている事について、自由にご記入下さい。【自由回答から】

水分と塩分の補給とナッツ類・にんにくを食べるようにしています。



部屋をエアコンで涼しくして温かいものを食べ体が冷えずきないようにしている。昨年、胃腸の具合が悪くなった時医者に「温かいものが食べたくなるぐらい部屋を冷やして温かいものを食べるように」とアドバイスされた。



この尋常でない暑さでは省エネよりも冷房優先にしないといけないとおもう。



<調査項目>

- Q あなたはこの夏、夏バテを感じていますか。
- Q この夏、在宅時に行っている暑さ・夏バテ対策は何ですか。
- Q この夏、外出時に行っている暑さ・夏バテ対策は何ですか。
- Q 暑さ・夏バテ対策として食べているものは何ですか。
- Q 暑さ・夏バテ対策として飲んでいるものは何ですか。
- Q この夏に、暑さ・夏バテ対策として使っているグッズは何ですか。 どうですか。
- Q この夏に使った暑さ・夏バテ対策グッズのうち、今年購入したものはありますか。
- Q 現在使っていない暑さ・夏バテ対策グッズの中で今後使ってみたいものは何ですか。
- Q この夏の省エネ・節電に対する意識は昨年と比べて
- Q 省エネ・節電と暑さ・夏バテ対策の両立のためにしている事はありますか。
- Q 暑さ・夏バテ対策のために工夫していることや、感じている事について、自由にご記入下さい。

調査対象	弊社管理オピネット会員 オピネット：http://opi-net.com
調査期間	2023年8月9日～8月29日
調査方法	インターネット調査
有効回答数	972人

Information

【会社概要】

- 商号 株式会社マーケティング・コミュニケーションズ
- 創業 1958年(日本マーケティング研究所グループ 略称JMR)
- 創立 1973年
- ホームページ 会社案内 <https://ssl.mcto.co.jp/> 生活者サイト <http://www.opi-net.com>
- 個人情報の取り扱いについて 株式会社マーケティング・コミュニケーションズはプライバシーマークを取得しています。



禁無断掲載(情報の掲載・引用は下記にお問い合わせください)
【レポートのお問い合わせ】
編集・発行：株式会社マーケティング・コミュニケーションズ
〒102-0094
東京都千代田区紀尾井町3-23
文藝春秋新館
TEL:03-3222-4250 FAX:03-3222-4258

お問い合わせ先 <https://ssl.mcto.co.jp/contact>

