

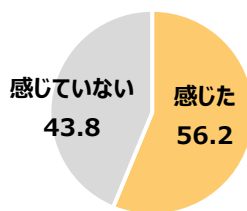


2024年の夏も、猛暑日の日数が過去最多となるなど記録的に暑い夏でした。アンケートの結果を見ても、半数以上の人が夏バテを感じたようです。過酷な夏の暑さから体を守るために、皆さんどのような対策を行っていたのでしょうか。暑さ・夏バテ対策についてアンケートで聞きました。

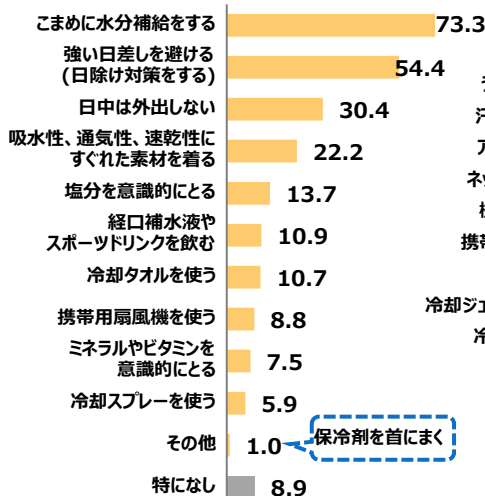
POINT

1. この夏、夏バテを感じた人は**56%**。
2. 外出時に行っていた対策は「**こまめに水分補給をする**」が約7割。
3. 対策として使ったグッズは「**日傘**」「**帽子**」が約4割。

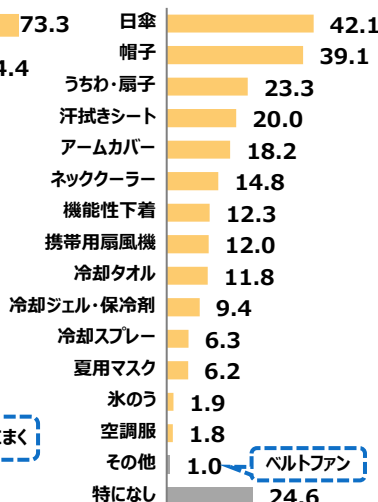
Q. あなたはこの夏、夏バテを感じましたか。(N=731)



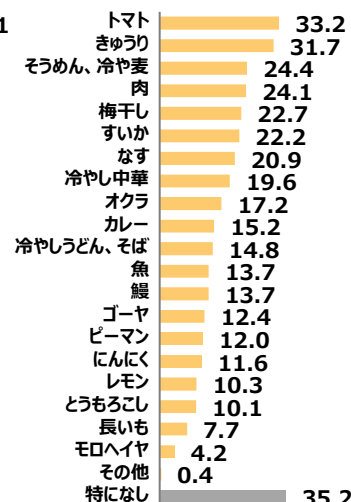
Q. 外出時に行っていた暑さ・夏バテ対策は何ですか。(N=731)



Q. 暑さ・夏バテ対策として使っていたグッズは何ですか。(N=731)



Q. 暑さ・夏バテ対策として食べているものは何ですか。(N=731)



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】

経口補水液を飲み始めました。脱水なら甘く感じるそうですが自分は甘く感じる時がほとんどだったので隠れ脱水の可能性を判断し、飲む機会が増えました。

50代男性

家族とお互いに水分補給ができているか確認していました。2階のエアコンをつけてドアを開けておくことで高めの温度と風量弱めの設定でも階下まで冷気が降りてくるので気温が高くなる時間帯にはそのような使い方をしました。

60代女性

昨年までは電気代を気にしながらエアコンを使用していましたが、今年は電気代をあまり気にせず暑かったら使用するようになっていました。

20代女性

<調査項目>

Q あなたはこの夏、夏バテを感じましたか。

Q この夏、在宅時に行っていた暑さ・夏バテ対策は何ですか。

Q この夏、外出時に行っていた暑さ・夏バテ対策は何ですか。

Q 暑さ・夏バテ対策として使ったグッズは何ですか。

Q 暑さ・夏バテ対策として使ったグッズは何ですか。

Q この夏に、暑さ・夏バテ対策として使っていたグッズは何ですか。どうでしたか。

Q この夏に使っていた暑さ・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た事がありますか。

Q 暑さ・夏バテ対策のために工夫したことや、感じた事について、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	2024年9月5日～9月24日
調査方法	インターネット調査
有効回答数	731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>