

報道関係者各位

2014 年 3 月 25 日

株式会社ドリーム

「ニッポンのコツバン」骨盤実態大調査の結果発表

4,318 名ものアンケート回答から、骨盤に対する意識と身体傾向を分析

若者に顕著な「骨盤前傾」、 年を重ねるほど「骨盤後傾」へと変化

株式会社ドリーム(代表取締役社長:大橋秀男、本社:名古屋市東区)が展開する“骨盤を科学する”ブランド「ラボネッツ」は、インターネットアンケート調査「ニッポンのコツバン〜おそらく日本初の骨盤実態大調査〜」(<http://108.labonetz.jp/108/>)を10月8日〜11月30日の期間で実施。調査データを分析したレポートをまとめました。

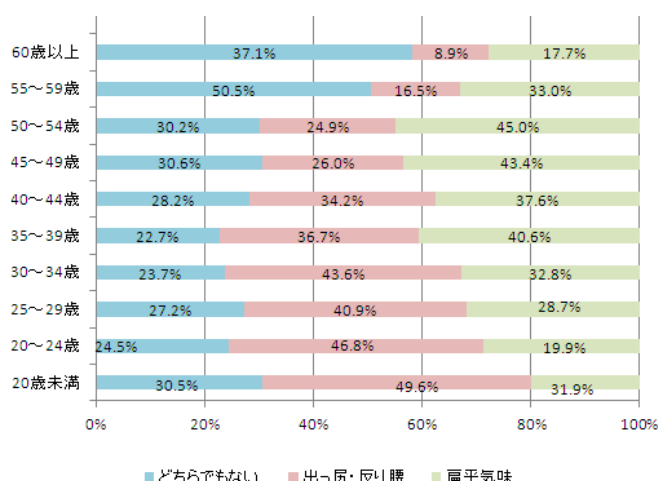
ラボネッツでは、2013年10月に10月8日を「トルネ8(トルネエイト)」の日として自主制定。その普及を目的にキャンペーン特設サイトをインターネット上に開設し、「ニッポンのコツバン〜おそらく日本初の骨盤大調査!」を実施しました。結果として、予想をはるかに上回る10代〜80代の男女4,318名がWebアンケートに回答。いまや多くの人にとって「骨盤」は興味関心のあるワードとなっていることがうかがえます。世代や性別、身体のくせ、ライフスタイルによって、「骨盤」への意識や身体への傾向はどのような影響を受けるのか。その主な特徴は以下の通り。



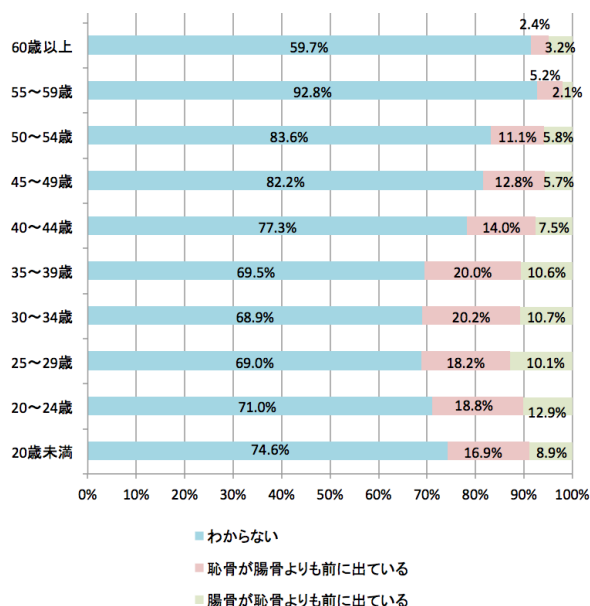
■若い時は「骨盤前傾」、年を重ねるほど「骨盤後傾」に

お尻の状態を尋ねたところ(図表1)、35歳未満では40%以上、20歳未満では49.6%と約半数の人が「出っ尻・反り腰」であると回答。一方、「出っ尻・反り腰」であると回答した人は、55歳以上で16.5%、60歳以上では1割以下となっています。また、恥骨が腸骨よりも前に出ている(図表2)と回答した人も、年代が上がるにつれて減少。若い人ほど「出っ尻・反り腰」を傾向としてもつ「骨盤前傾」、年を重ねるほど「扁平尻」を傾向としてもつ「骨盤後傾」にある人が増加しています。

(図表1) お尻の状態は?



(図表2) 腸骨と恥骨の位置は?



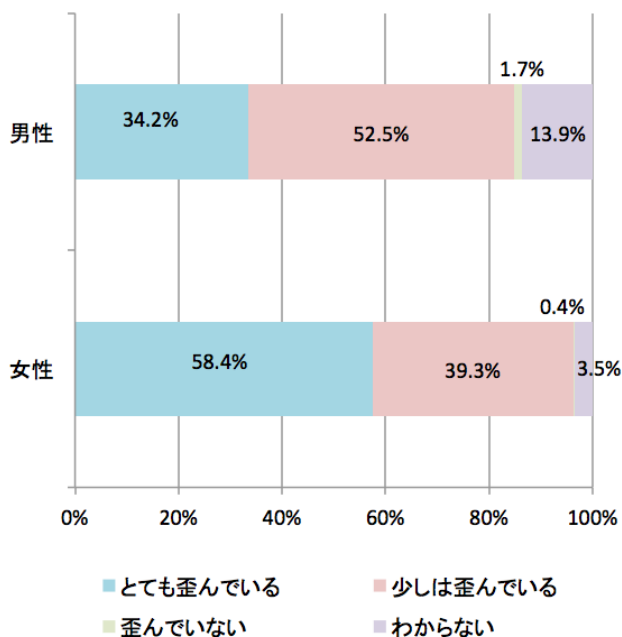
■女性の方が「骨盤」への意識が高く、骨盤の傾きを自覚

身体に歪みがあると感じるかという質問（図表 3）には、「とても歪んでいる」「少しは歪んでいる」という人を合わせると、女性が 96.1%と高い割合であるのに対して、男性は 85.5%と 10.6%も低くなっています。また、身体歪みと不調が関係していると感じている人は、女性が 86.2%に対して男性は 56.6%（図表 4）となっています。

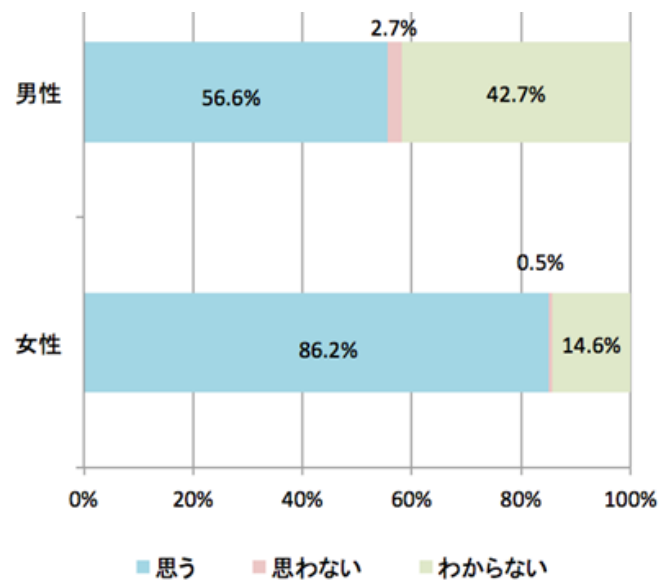
立っている時に左右どちらに重心をかけるかという質問（図表 5）では、「左右均等に体重をかける」という人は女性が 16.6%・男性は 36.5%と、女性が 20%近くも少ない割合を示しています。女性は左右どちらかに身体を傾けてしまう傾向が多いようです。

身体歪みの傾きは、ハンドバックの持ち方や頬杖などの「身体にくせ」が大きく関係していると考えられています。また、骨盤の傾きに対する意識や関心が、女性のほうが高いという傾向が挙げられます。

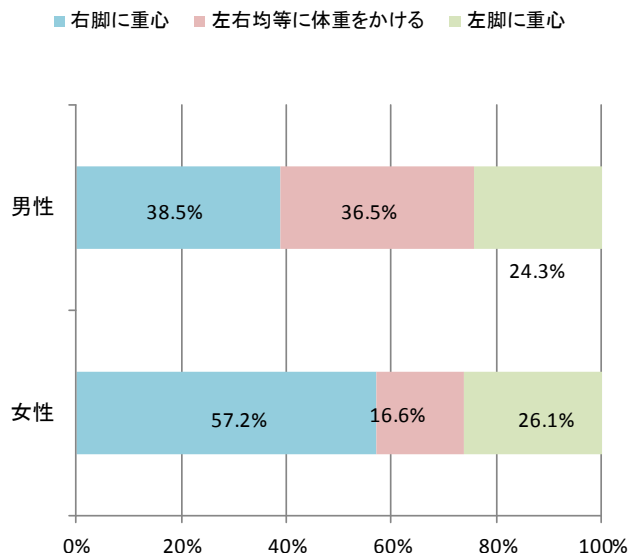
（図表 3）身体に歪みがあると思うか？



（図表 4）不調の原因は骨盤にあると思うか？



（図表 5）立って電車などを待つ時の姿勢は？



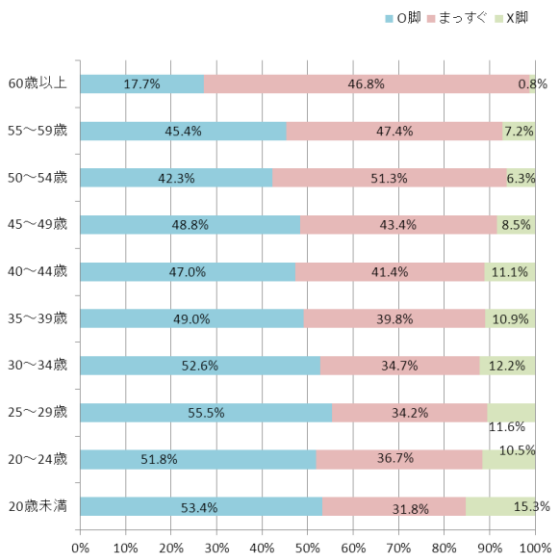
■うつぶせ寝が多い、頬杖をつく、O脚比率が高い、あひる座り…

日本の将来を担う“若者の骨盤”が危ない!?

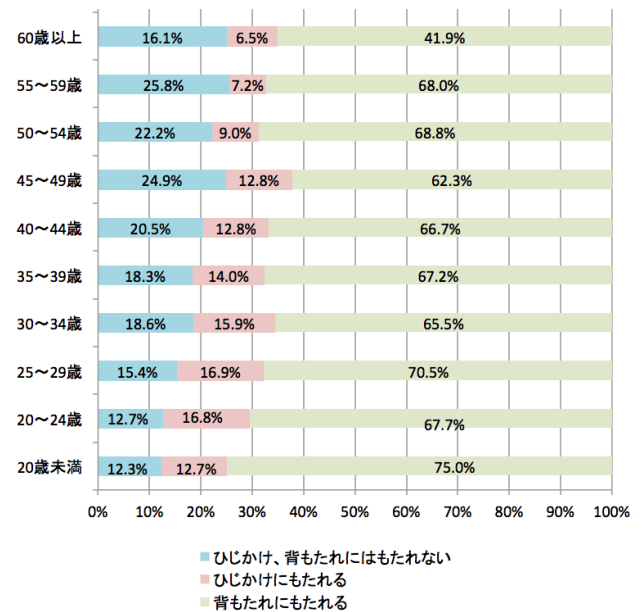
若い世代ほど、骨盤の状態に悪影響を与える動作習慣（うつぶせ寝、あひる座り、頬杖）や、歩きの不均等から引き起こされる状態（O脚など）が高い割合で見られます。図表6では、O脚であると答えた人は、34歳以下では半数以上にもなります。とくに20歳未満では53.4%もいました。

家で座って寛ぐときの姿勢についての質問（図表8）では、20歳未満では「横座り」が27.1%、「あひる座り」が21.6%と多く、骨盤へ悪影響を与える座り方が目立つ傾向にあります。

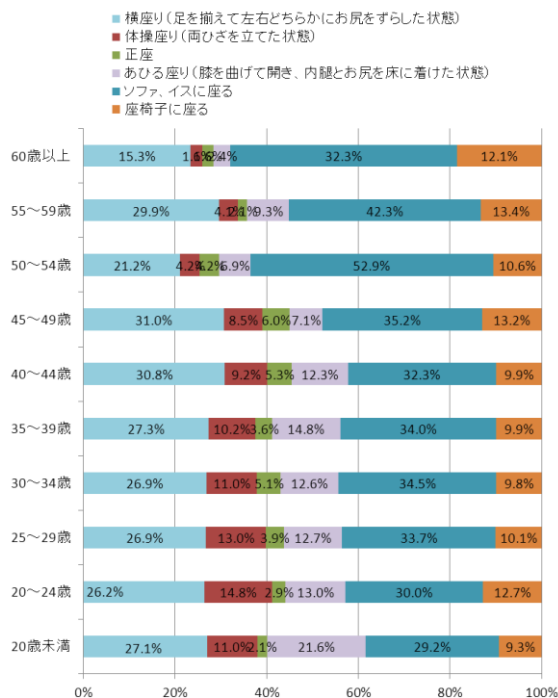
（図表6）脚のかたちは？



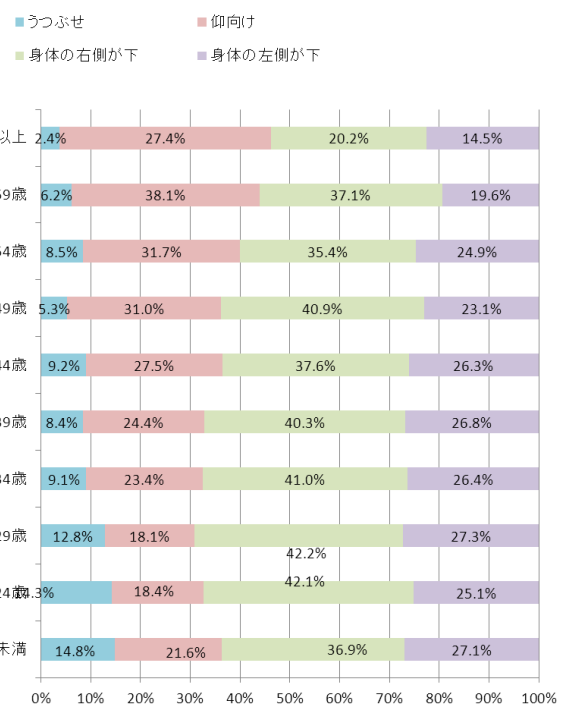
（図表7）イスに座るときの姿勢は？



（図表8）家で座ってくつろぐときの姿勢は？



（図表9）眠りやすい姿勢は？



■調査概要

調査方法	キャンペーン専用 Web サイト(http://108.labonetz.jp)から、アンケートフォームに、骨盤への意識、日常の動作ぐせと骨盤に関する身体の傾向などについての回答を入力し送信。設問数: 46
調査対象	日本に住む 10 代～80 代の男女 (※年齢・性別制限なし)
調査期間	2013 年 10 月 8 日(火)～11 月 30 日(土)
サンプル数	4,318 名 性別: 女性 93.0%・男性 7.0% 年齢: 10～19 歳 6.0%、20～29 歳 37.5%、30～39 歳 37.3%、40～49 歳 15.2%、50～59 歳 6.7%、60～69 歳 1.5%、70 歳以上 0.4% 職業: 主婦 41.0%、会社員 32.8%、学生 8.3%、アルバイト 6.4%、フリーター 3.0%、その他 8.6%
調査機関	株式会社ドリーム ラボネッツチーム

※調査レポート監修: 広島大学大学院 医歯薬保健学研究院 浦辺幸夫教授

※本リリースでは、一部の調査結果のみを紹介しております。詳細は、別紙調査レポートをご参照ください。

一部データは、<http://108.labonetz.jp> でも公開しております。

その他公開されていない調査項目および分析をご希望される場合は、株式会社ドリーム ラボネッツチーム labonetz_staff@mydream.co.jp までお問い合わせください。

※報道関係からのお問い合わせは、株式会社ドリーム 広報担当までご連絡ください。

■株式会社ドリーム 会社概要

社名	株式会社ドリーム
設立	1990 年 6 月 15 日
資本金	1,000 万円
代表	代表取締役 大橋 秀男
社員数	正社員 68 名 (パートタイム社員含む)
事業内容	自社商品開発および商品の卸販売
取引先(一部)	株式会社東急ハンズ、ジュピターショップチャンネル株式会社 株式会社千趣会、株式会社ディノス、株式会社セシール
加盟団体	社団法人 日本広告審査機構(JARO) 社団法人 日本通信販売協会(JADMA)
Web サイト	http://mydream.co.jp
所在地	本社 名古屋市東区徳川町 403 番地 I・C・C クオリアビル 〒461-0023

■骨盤を科学する「ラボネッツ」ブランド概要

身体の要「骨盤」。歩行、姿勢、出産、腰痛など関連する症状はさまざま。まさに健康と美容の基盤となる部位です。「ラボネッツ」は、スポーツ健康科学や理学療法などの分野で大学・研究機関とのチームを結成。それぞれの専門理論を礎にした共同開発により、学術的な見地と理論から生まれる骨盤商品を創造し、美しく健康になりたいすべての方々の、真に豊かな毎日を応援します。チームならではの総合力で骨盤を科学する「骨盤日本一」のブランドを目指しています。

ラボネッツ ブランド Web サイト <http://labonetz.jp>



一般の方からのお問い合わせ	株式会社ドリーム 「ニッポンのコツバン」大調査プロジェクトチーム 108day@labonetz.jp
報道関係者からのお問い合わせ	株式会社ドリーム 広報担当 西田和代 E-MAIL: press@mydream.co.jp (プレス用メール) TEL: 052-930-6270 (直通) FAX: 052-930-6025