

2009年12月10日

報道関係者 各位

ライフネット生命保険株式会社

～ライフネット生命、「ジョギング・ランニングに関する調査」～

**「ジョギング・ランニングをしている」15.1% 20代男性では3割超  
一度は一緒に走りたい有名人、女性は「イモト」男性は「安田美沙子」「平井理央」  
「手ごろな距離」「信号がない」皇居周回コースを走破、ランナーの約3割**

インターネットを活用して新しい生命保険サービスを提供するライフネット生命保険株式会社(URL:  
<http://www.lifenet-seimei.co.jp/> 本社:東京都千代田区、代表取締役社長 出口治明)は2009年11  
月19日～11月24日の5日間、一都三県在住の20歳～49歳の男女に対し、「ジョギング・ランニング  
に関する調査」をモバイルリサーチで実施し、2000名の有効回答を得ました。

## アンケート総括

### ◆ 「ジョギング・ランニングをしている」15.1% 20代男性では3割超

昨今の健康志向の高まりから、ジョギング・ランニングなどの運動に対する注目が集まっていますが、実際、どの程度の人が定期的に運動を行っているのか、取り組んでいるスポーツ・運動を複数回答形式で、一都三県の20～49歳の男女2000名に聞きました。

その結果、全体の15.1%が「ジョギング・ランニングをしている」と回答しました。また、年代別で見ると20代では21.5%と全体よりも6.4ポイント高くなっており、20代のうちから、健康を意識してジョギング・ランニングに取り組んでいることがわかりました。特に、20代男性では31.5%、30代男性では17.7%がジョギング・ランニングに取り組んでおり、メタボ検診(義務化対象年齢は40歳～74歳)を受ける前から早めの対策を打っていることがうかがえます。

### ◆ ジョギング・ランニングをする理由、「健康維持のため」25.5%

ジョギング・ランニングをする理由を、普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)に単一回答形式で聞いたところ、「健康維持のため」が25.5%、次いで、「体力づくりのため」が23.2%、「ダイエットのため」が21.5%となり、ジョギング・ランニングをしている人の健康志向がうかがえる結果となりました。また、性別で見ると、女性では「ダイエットのため」が理由のトップで28.1%と全体よりも6.6ポイント高く、女性ランナーにとってのキーワードは「健康+美容」ということがうかがえる結果となりました。また男性では理由のトップは全体と同様「健康維持のため」となりました。

次に、ジョギング・ランニングをする頻度を、普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)に単一回答形式で聞いたところ、全体の75.1%が「週1回以上(毎日8.6%、週4-6回15.2%、週1-3回51.3%の合計)」と回答し、定期的にジョギング・ランニングに取り組んでいることがわかりました。

### ◆ 女性ランナーの7割はケータイも一緒

ジョギング・ランニングをする際に持っていくアイテムを、普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)に複数回答形式で聞いたところ、全体では「携帯電話」が54.3%という結果になりました。性別で見ると、女性ランナーでは69.7%が携帯電話を持ってジョギング・ランニングをしており、携帯電話を常に手離せない人や多機能性を活用する人が女性ランナーに多いことがうかがえます。

ライフネット生命保険株式会社

Copyright© LIFENET INSURANCE COMPANY All rights reserved.

## ◆ ランニングシューズ「NIKE」がトップ! 40代ランナーでは40.9%

普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)に現在使用しているランニングシューズを単一回答形式で聞いたところ、1位は「NIKE」で31.8%という結果になりました。次いで、「アシックス」17.9%、「アディダス」16.6%となっております。また、年代別でみると、40代では「NIKE」40.9%と全体よりも9.1ポイント高い結果になりました。若年層のみならず、「NIKE」が40代ランナーにおいて圧倒的な人気で支持されていることがうかがえる結果となりました。

## ◆ 東京マラソンエントリー理由「実力を試したい」65.3%

全回答者2000名に2010年の東京マラソンへエントリーしたかどうかを単一回答形式で聞いたところ、全体の4.8%が「エントリーした(「参加する予定」、「エントリーしたが抽選で外れた」の合計)」と回答しました。東京マラソンへエントリーした95名にその理由について複数回答形式で聞いたところ、全体では「自分自身の実力を試してみたいから」という理由が65.3%となりました。次いで、「東京の名所を回るコースが楽しみだから」48.4%、「完走して自信をつけたいから」45.3%という結果になりました。

また、男女別では、男性ランナーは「自分自身の実力を試してみたいから」73.0%と全体よりも7.7ポイント高い一方で、女性ランナーでは「東京の名所を回るコースが楽しみだから」56.3%と全体よりも7.9ポイント高い結果になり、男女間で東京マラソンエントリーのモチベーションが異なっていることがわかりました。

## ◆ 一度は一緒に走りたい有名人、女性は「イモト」男性は「安田美沙子」「平井理央」

全回答者2000名に、一度は一緒に走ってみたい有名人を複数回答形式で聞いたところ、「イモト」29.9%、「安田美沙子」24.1%、「平井理央」16.0%という結果になりました。男女別では、男性は「安田美沙子」40.4%、「平井理央」28.9%、「イモト」18.7%なのに対し、女性は「イモト」41.0%、「安田美沙子」7.8%、「平井理央」3.0%となり、男女間で大きな差が見られました。また「リディア・シモン」8.3%、「エリック・ワイナイナ」7.9%など、テレビのミニマラソン企画でもおなじみの元マラソン選手とも走ってみたいという結果となりました。

また、全回答者2000名に、ランニングウェアが似合う有名人を自由回答形式で聞いたところ、全体の1位は「間寛平」(9.1%)、2位「高橋尚子」(8.0%)、3位「長谷川理恵」(6.5%)、4位「東国原知事」(5.5%)という結果になり、マラソン実力者として有名な方が上位にランクインしました。また、ランナー(302名)の間で多く支持されたのは「水野裕子」(7.9%)という結果になりました。

## ◆ 皇居周回コース、約3割のランナーが走破。ポイントは「手ごろな距離」「信号がない」

普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)に走ったことのある都内のランニングコースを複数回答形式で聞いたところ、全体で「皇居」周回コースが27.8%となり、約3割のランナーが皇居周回コースを走ったことがあると回答しました。特に30代女性と40代女性では35.3%が「皇居」周回コースを走ったことがあるという結果になりました。

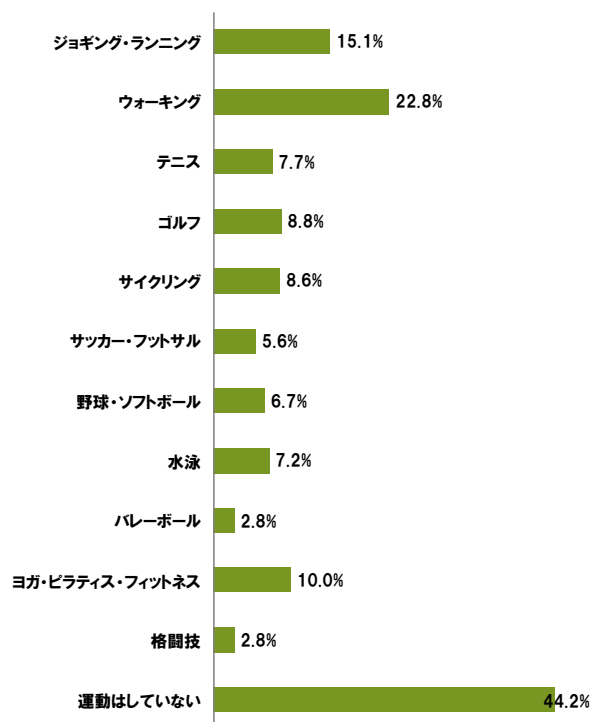
また、皇居周回コースを走ったことのある84名に、皇居周回コースのお勧めポイントを複数回答形式で聞いたところ、「手ごろな距離である」こと72.6%、「信号がない」こと63.1%、となり、ランニングコースに対して「走りやすさ」を求める傾向が強いことがわかりました。

## ◆ ジョギング・ランニング関連サイト、「au Smart Sports」が認知率2割

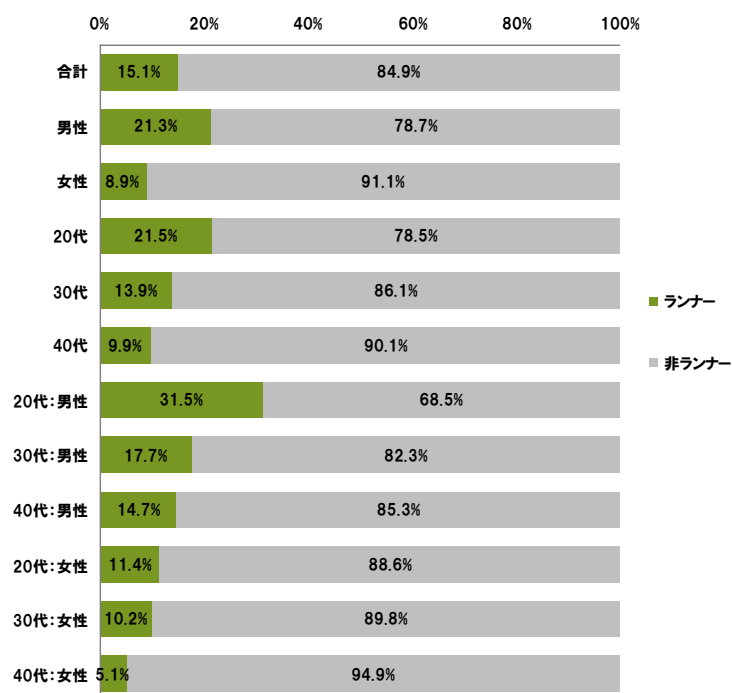
全回答者2000名に知っているジョギング・ランニング関連サイトを複数回答形式で聞いたところ、「au Smart Sports」が20.4%と他と比べて認知度が高いことがわかりました。

一方、普段からジョギング・ランニングをしている人(302名)の間では、「RUNNET」が15.9%、「Jog Note」が15.2%と、それぞれ全体よりも11.6ポイント、11.4ポイント高く、ランナー間では「RUNNET」、「Jog Note」が広く知られている結果となりました。

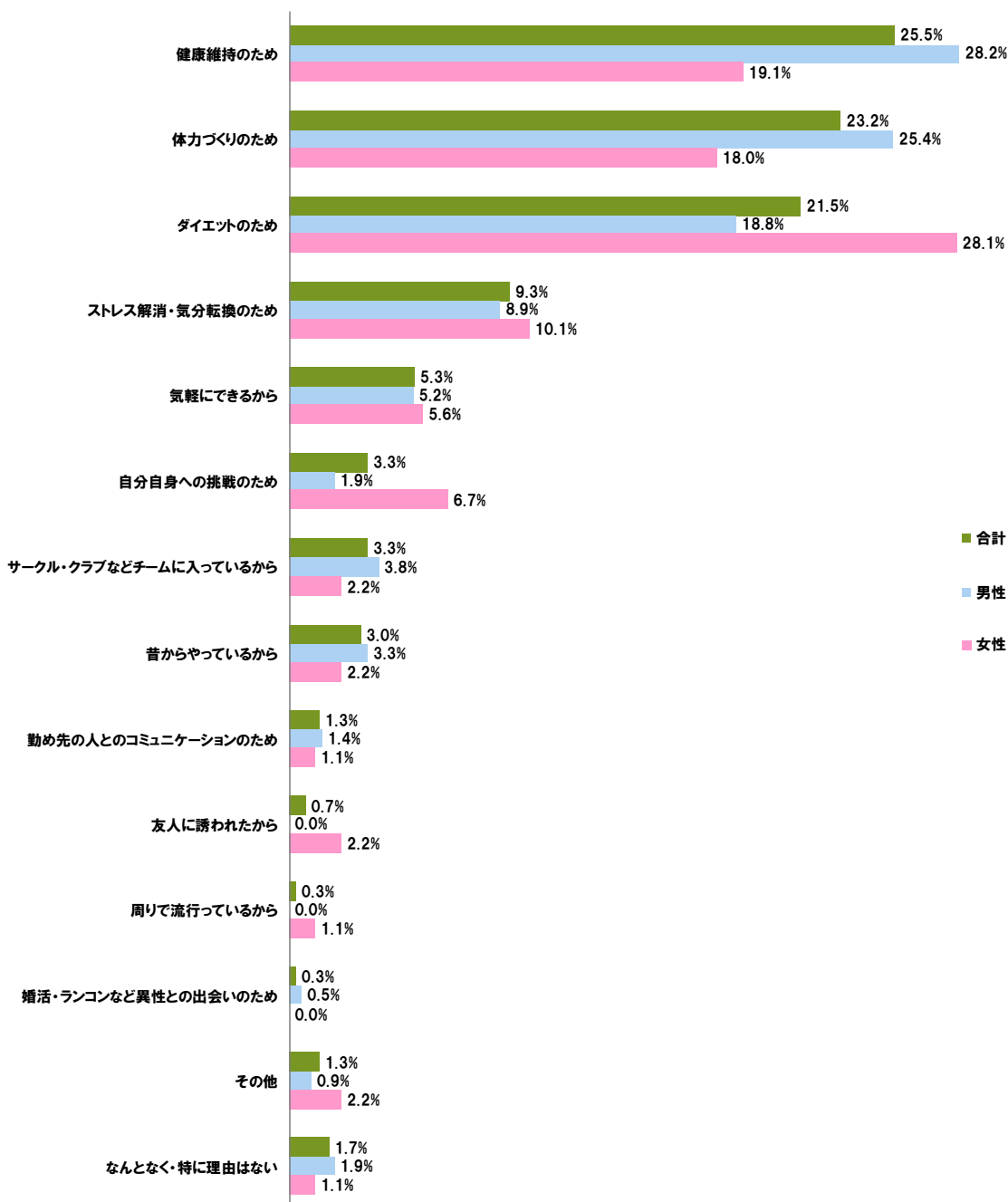
◆普段から取り組んでいるスポーツ・運動  
(N=2000)



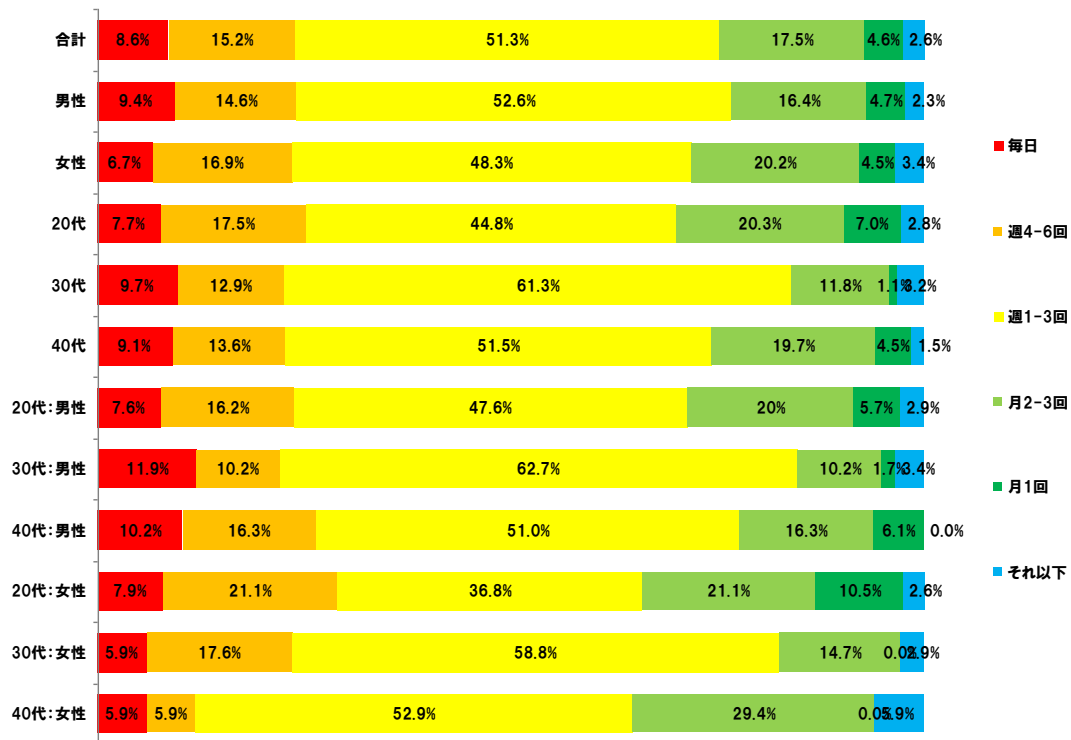
◆ランナー×非ランナー  
(N=2000)



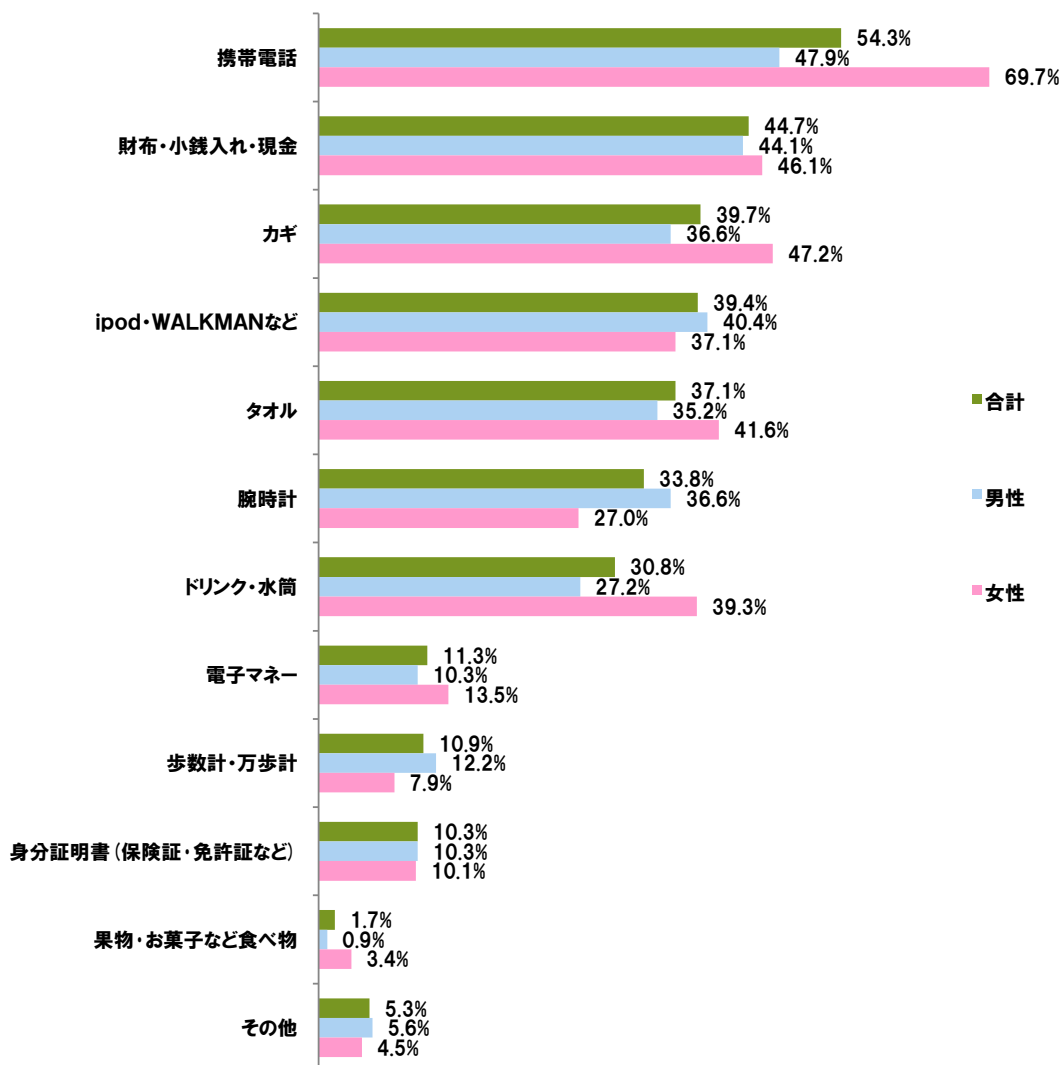
◆ジョギング・ランニングをする理由  
(N=302)



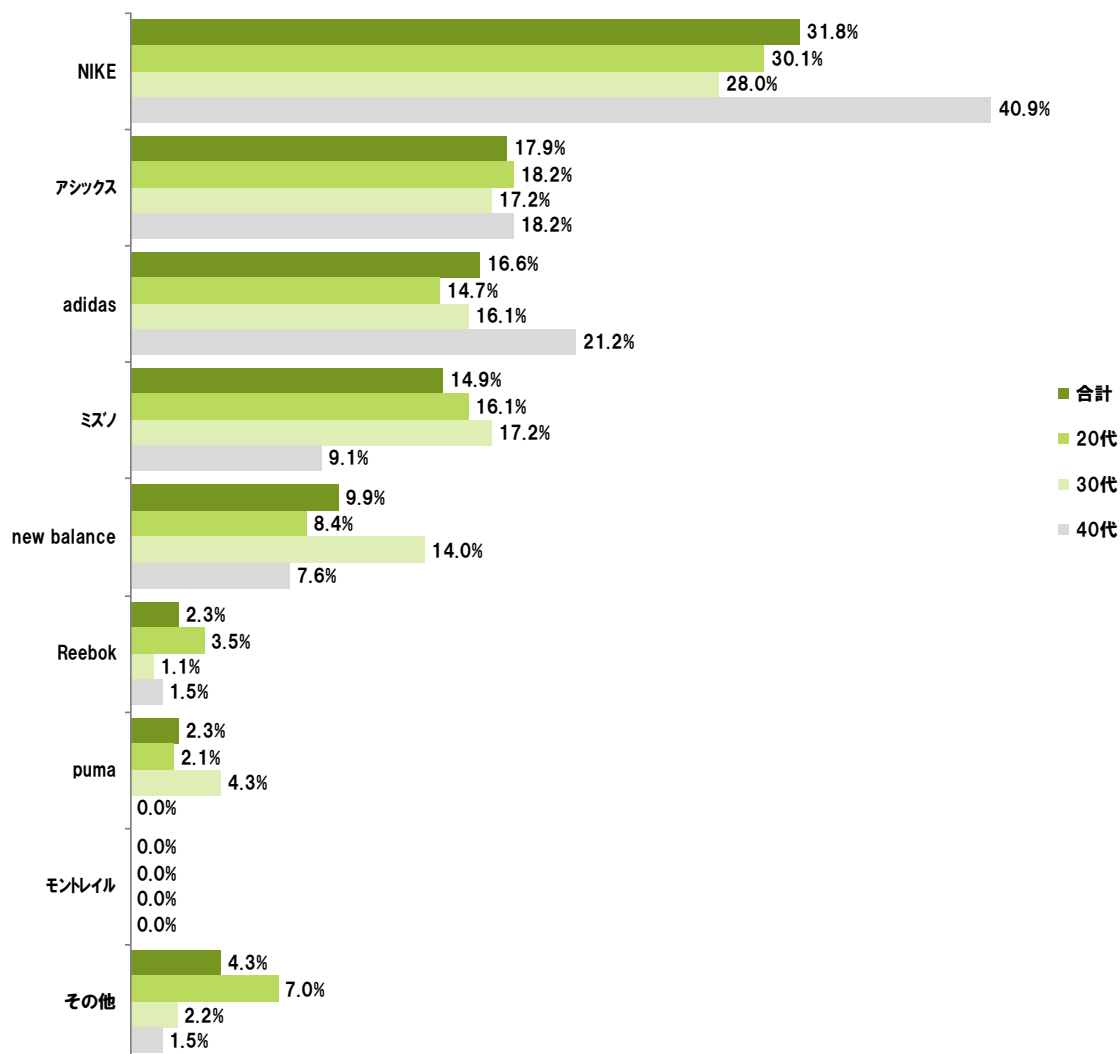
◆ジョギング・ランニングをする頻度  
(N=302)



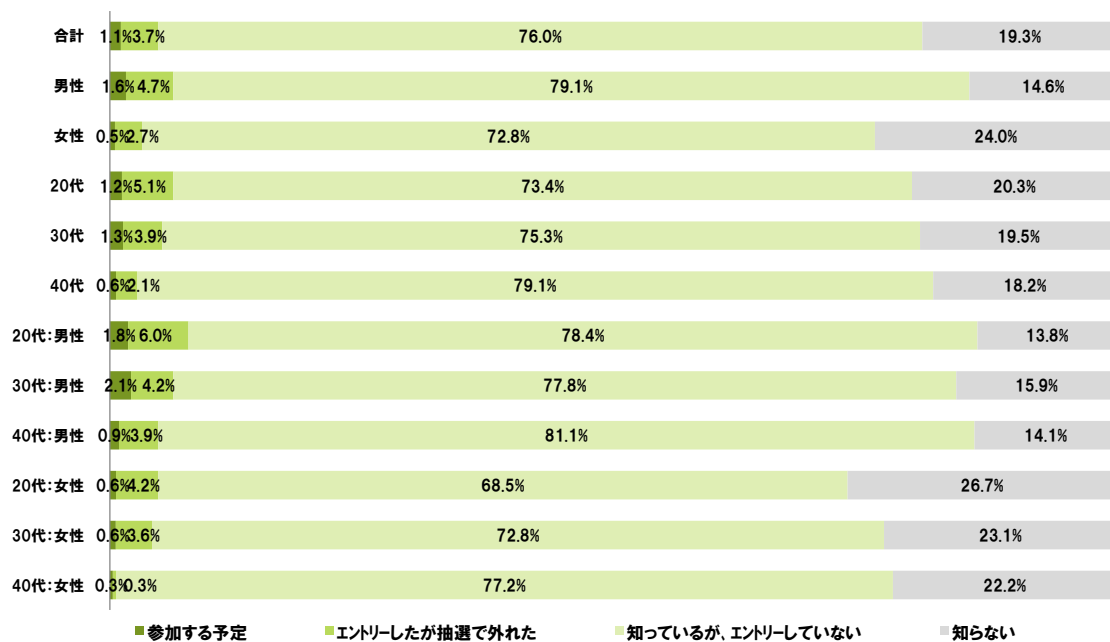
◆ジョギング・ランニングをする際に持っていくもの  
 (N=302)



◆現在使用しているランニングシューズブランド  
(N=302)

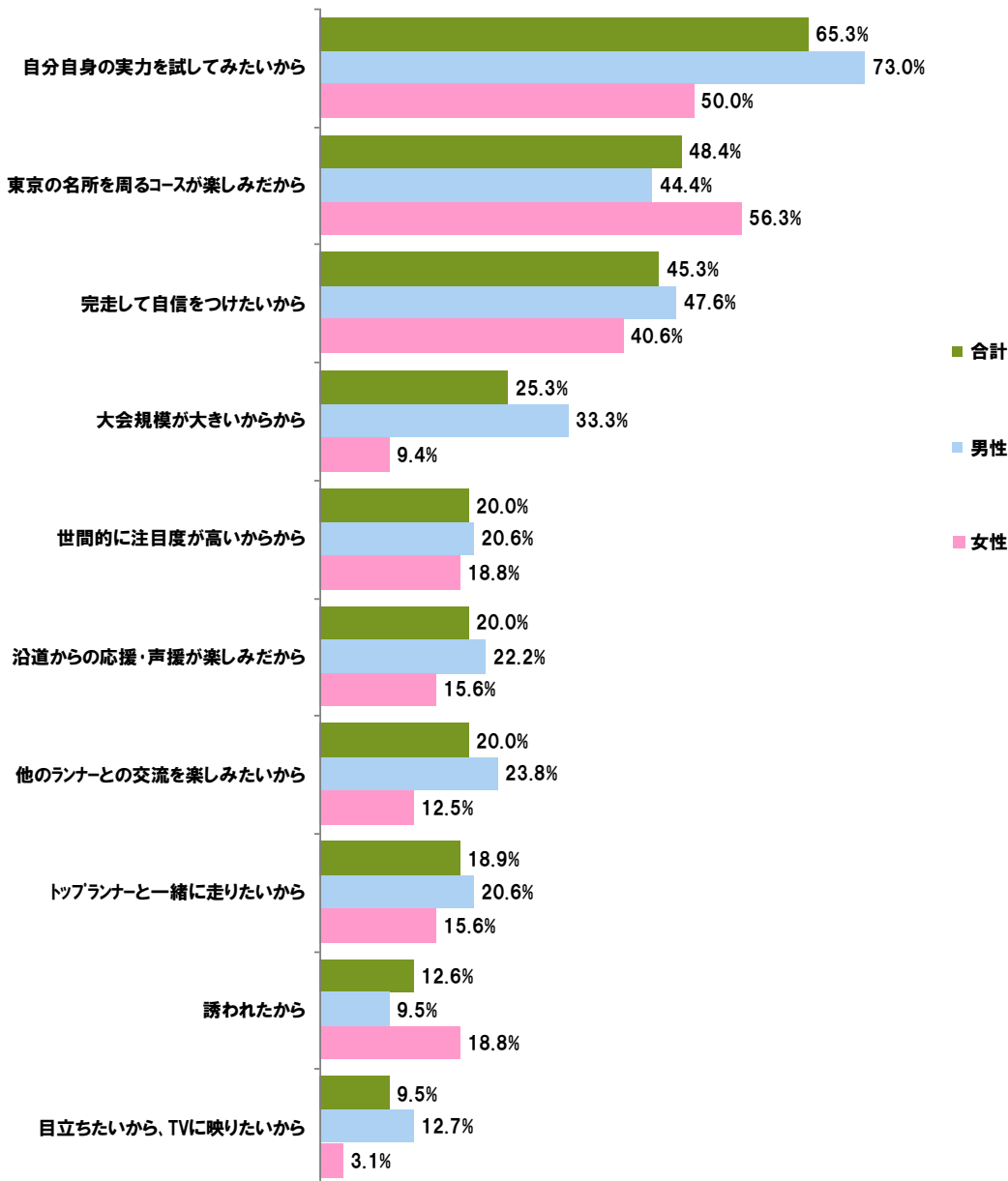


◆東京マラソン認知・エントリー経験  
(N=2000)

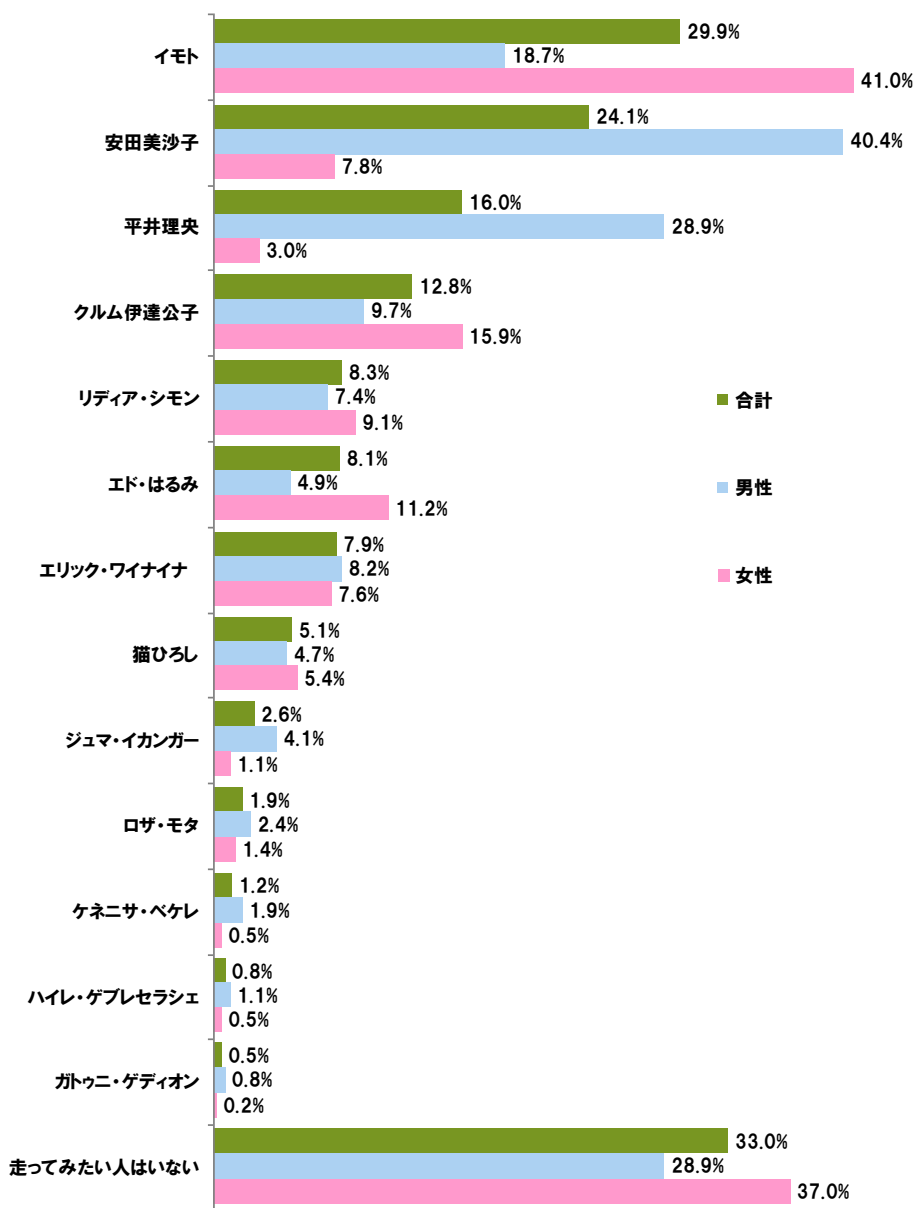




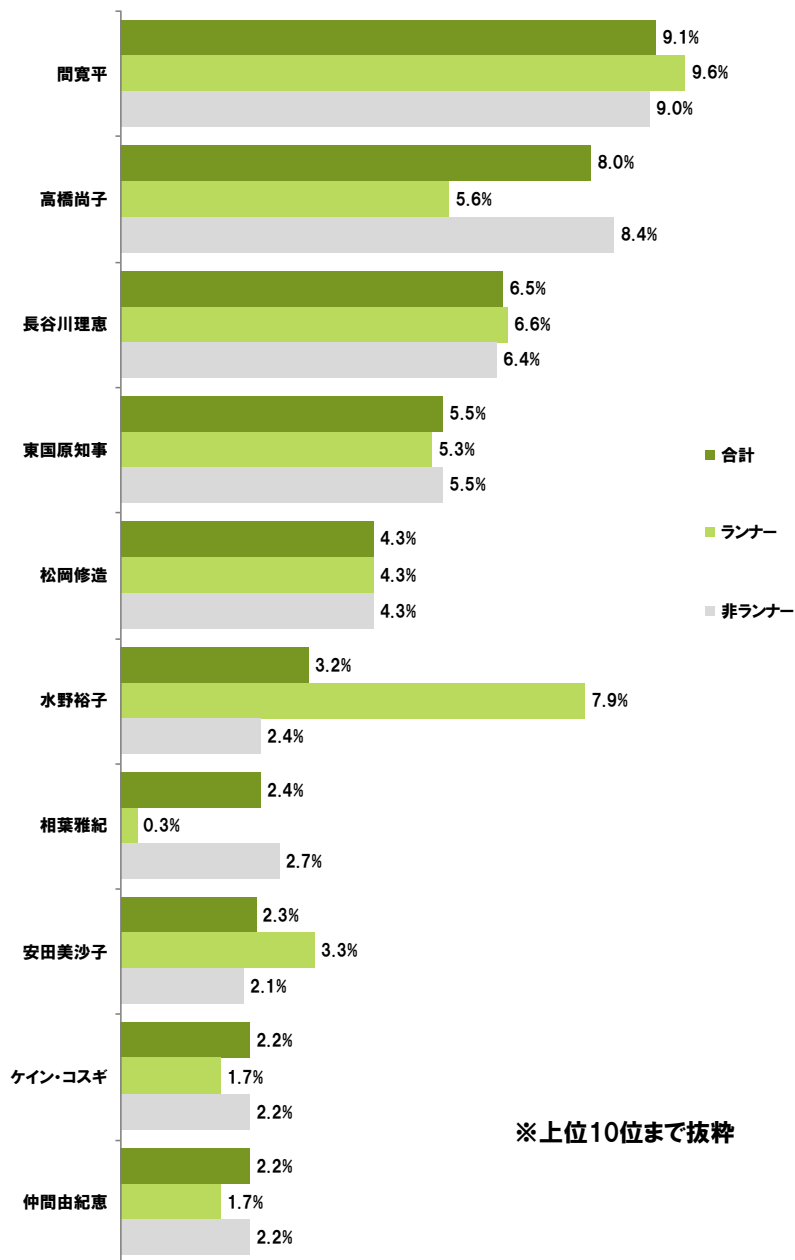
◆東京マラソンエントリー理由  
(N=95)



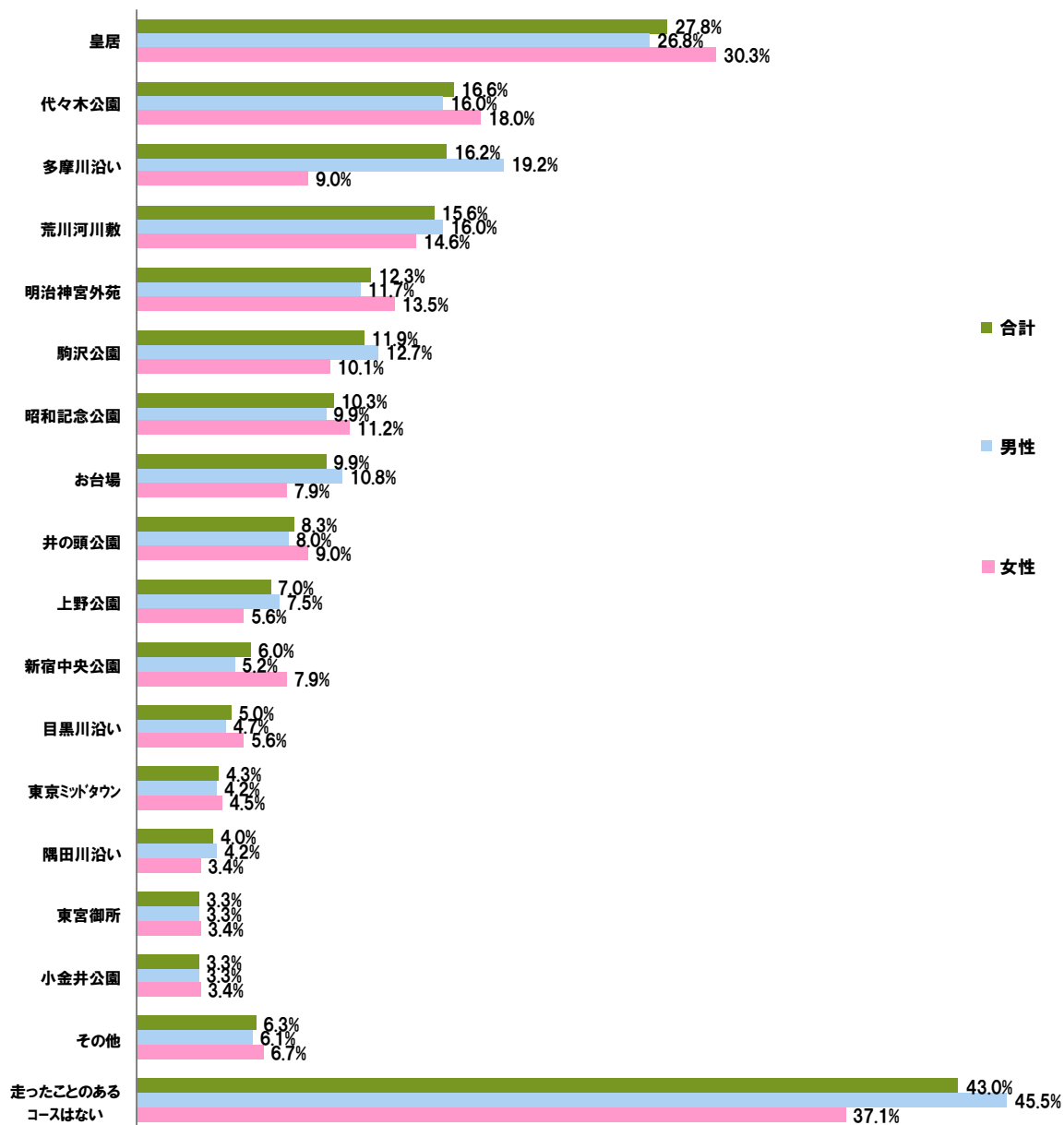
◆一緒に走ってみたい有名人・芸能人  
(N=2000)



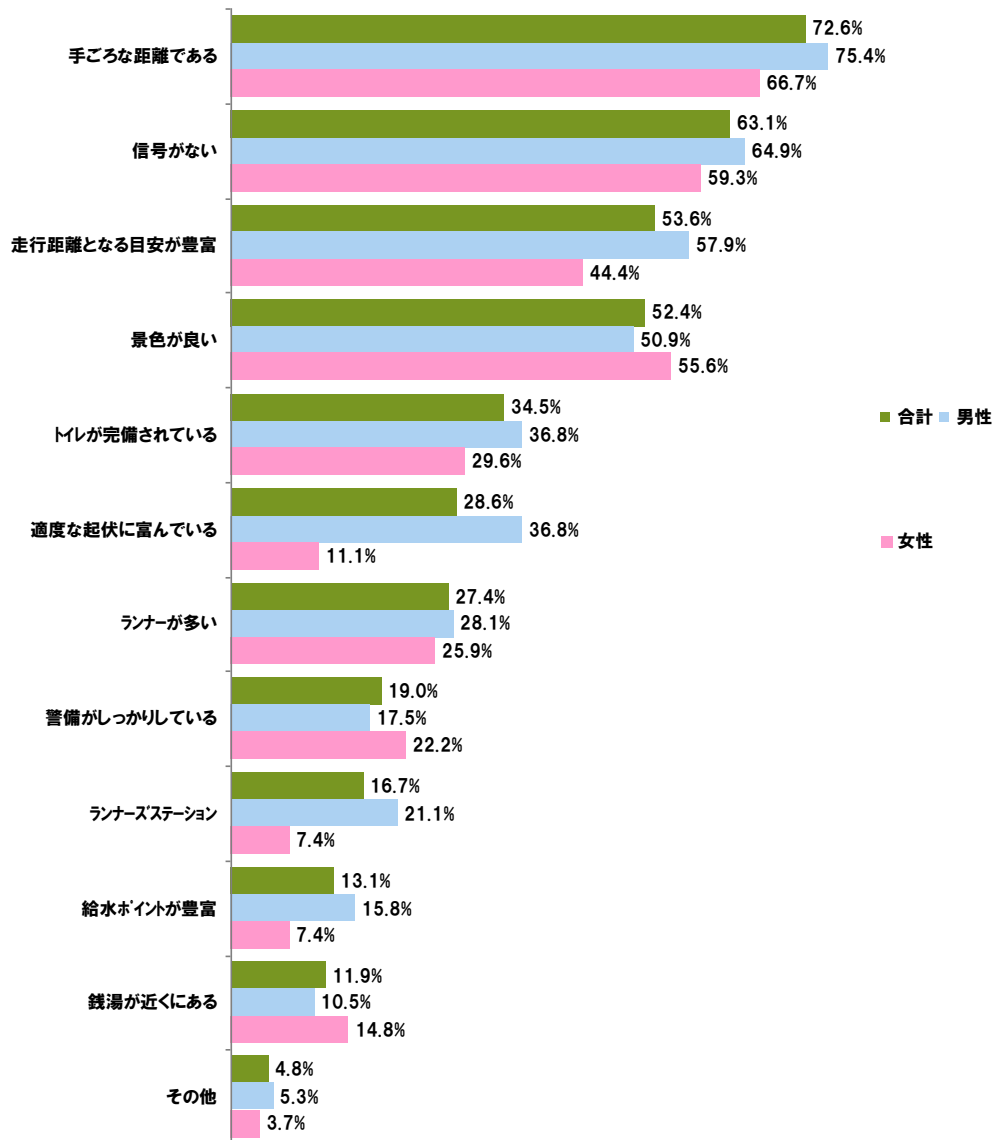
◆ランニングウェアが似合う有名人・芸能人  
(N=2000)



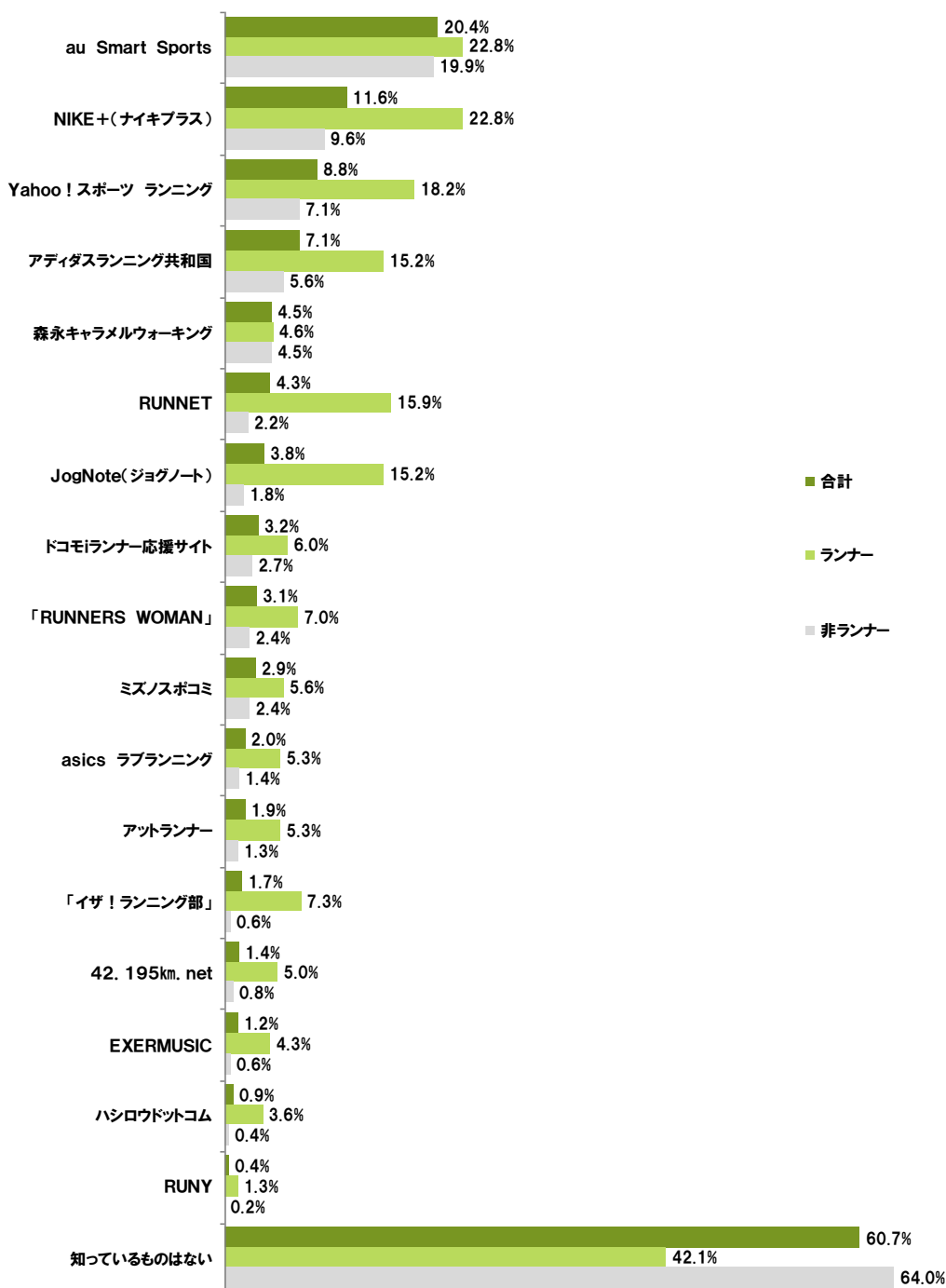
## ◆走ったことのあるランニングコース (N=302)



◆皇居ランニングコースのお勧めポイント  
(N=84)



◆知っているジョギング・ランニング関連サービスサイト  
 (N=2000)



## ■■調査概要■■

- 調査タイトル：ランニングに関する意識調査
- 調査対象：ネットエイジアリサーチのモバイルモニター会員を母集団とする  
20歳～49歳の男女
- 調査期間：2009年11月19日～11月24日
- 調査方法：モバイルリサーチ
- 調査地域：一都三県
- 有効回答数：2000サンプル
- 実施機関：ネットエイジア株式会社

## ■■報道関係者様へのお願い■■

本リリース内容の転載にあたりましては、「ライフネット生命調べ」という表記をお使い頂きますよう、お願い申し上げます。

- 会社名：ライフネット生命保険株式会社
- 代表者名：代表取締役社長 出口 治明
- 設立：2006年10月
- 所在地：東京都千代田区麹町二丁目14番地2 麹町NKビル
- 業務内容：インターネットを利用した生命保険の販売
- ホームページ：<http://www.lifenet-seimei.co.jp/>

ライフネット生命保険株式会社     マーケティング部：松岡  
TEL:03-5216-7900

調査協力会社：ネットエイジア株式会社     担当：高橋

## 本件に関する報道関係者のお問い合わせ先

- ◆ ライフネット生命について URL: <http://www.lifenet-seimei.co.jp/>

ライフネット生命保険は、相互扶助という生命保険の原点に戻り、「どこよりも正直な経営を行い、どこよりもわかりやすく、シンプルで便利で安い商品・サービスの提供を追求する」という理念のもとに設立された、インターネットを主な販売チャネルとする新しいスタイルの生命保険会社です。インターネットの活用により、高い価格競争力と24時間いつでも申し込み可能な利便性を両立しました。徹底した情報開示やメール・電話・対面での保険相談などを通じて、お客さまに「比較し、理解し、納得して」ご契約いただく透明性の高い生命保険の選び方を推奨し、「生命(いのち)のきずな＝ライフネット」を世の中に広げていきたいと考えています。

- ◆ 会社及び商品の詳細は <http://www.lifenet-seimei.co.jp/> をご覧下さい。
  - ◆ お客さまの問い合わせ窓口：TEL 0120-205566
- 受付時間：平日 9時～22時、土曜日 9時～18時、(年末年始、日曜、祝日は除く)