

弊社女性会員たちが、“素”のライフスタイルを公開！

おんならいふリサーチ

vol.2

《今月のテーマ》

『ダイエット』

キーポイントは○○○！



スリムで引き締まったボディーの獲得は、女性の永遠のテーマです。『おんならいふリサーチ』2回目の今回は、会員層の70%以上を占める30代・40代女性を対象に「ダイエット」の実状を調査。忙しい毎日を送る彼女たちならではの、興味深い声が集まりました。

きっかけは？

「薄着になると体のラインが・・・」(40代前半・主婦)
「下の子が保育園に行きだして、やっと昼間1人の時間が持てるように。今までしたかったコトをしようと思って！」(30代前半・主婦)

薄着の季節が近づくにつれ、気になるのは目立ってくる体のライン。冬の間すっかり溜まってしまったものを取り去り、スッキリした身と心で新たにスタートを切りたい！と思う女性は少なくないようです。

また、1人の時間を持てるようになって自分磨きを再開したり、「お気に入りタレントの握手会にはいつも角質取り&ハンドマッサージ。あとは、ダイエット。ハグされた時の事考えて少しでも肉を落としておきたい！」(40代前半・主婦)など、積極的に輝き続けようとする女性が多いのも特徴です。

方法は？

「どこへ行くのも自転車。」(30代後半・主婦)
「黒酢、寒天、バナナ、玉ネギ etc.」(複数)
「ウォーキングと食事制限。」(40代前半・主婦)

この年代の女性はアクティブ！1日24時間、限られた時間内で家事や育児、仕事を日々こなしながら、いつまでも若く美しくいられるための追求も忘れません。

ダイエットエクササイズ「ビリーズブートキャンプ」や「コアリズム」を実際に行っている女性は、意外なことにそれほどいませんでした。テレビや噂で気にはなっているものの、「わざわざDVDを観ながら取り組むほどの特別の手間と時間はかけたくない、かけられない」というのが実のところでしょう。

やはり、食事内容を少し変えたり、いつもの道のりを有効的に利用したウォーキングなど、普段の生活にほんのひとひねりを加えた手軽なものが、忙しい女性たちの支持を得ています。「和漢箋」を愛飲。(30代後半・独身)など、飲むだけタイプのものも人気です。中には、「腸内洗浄」(30代後半・独身)と、短時間で結果を求める貪欲な女性も！

こんなものが欲しい！

「ダイエットに効くお菓子なんて最高」(30代前半・独身)

「少しでも細く見える服」(30代後半・主婦)

「ちまたに溢れるダイエット・健康食品はやっぱり何か違う。いつも食べているお菓子が、見た目も味も変わらないままダイエットに効いてくれたら・・・。」我慢をせずに、自分の欲求にストレートでいたい女性が多いようです。

「暑さで溶ける脂肪」(40代後半・主婦)や、「ずっと食欲がなければ痩せるのに・・・！」(30代後半・主婦)といった究極(?)の意見もちらほら。こだわり世代にとっては、やはり“効率性”がキーポイント！

次号の
気になるキーワード

平日の 自由時間

『おんならいふリサーチ』とは？

モバイルサイトを中心に、主に30～40代の女性に人生を楽しんでもらうためのコンテンツを発信し続けてきたプロデュース・アソシエーション。今後は、F2層向け事業展開のノウハウと経験を最大限に活かすべく、この「こだわり世代」女性の実状を知りたいと考える企業さまに対し、累計登録会員数50万人からの“素”の声を月一回無料配信していきます。

お問い合わせは

(株) プロデュース・アソシエーション
マーケティング・プロモーション部 グウラム
TEL: 03-5961-0281
FAX: 03-5961-0284
research@proaso.co.jp
http://www.proaso.co.jp
バックナンバーや会員属性の詳細は、
弊社ホームページで随時公開！

リクエスト受付中！

「F2層は○○についてどう思っているの？」「彼女たちの本音は？」など、『おんならいふリサーチ』で今後取り上げて欲しいテーマがございましたら、どしどしご要望をお寄せ下さい！