

みかんの日(11月3日)記念 <日本人のみかんに対する意識調査>
みかんが好き 82.1% 秋冬はみかんを食べる 90.2%
一方、3人に1人は食べる量が10年前より減少

2010年11月2日
糖転移ヘスペリジン・ビタミンP研究会

<調査結果の概要>

1. 8割以上はみかん好きも、3人1人は食べる量が10年前より減少

- ① 82.1%が「みかん好き」で、90.2%が秋冬にかけて「みかんを食べている」
- ② 3人に1人 36.7%が10年前に比べてみかんを「食べる量が減っている」
- ③ 日本の冬の風物詩“こたつでみかん”を食べるのは、全体の3分の1(36.8%)に止まる

2. 女性は爪への影響を懸念、20代の7割が食べる際の爪への影響を気にしている

- ① 女性の2人に1人 49.7%がみかんを食べる際、爪への影響が気になると回答
- ② 年代別に比較すると、20代 65.0%、30代 46.0%、40代 38.0%と若い世代ほど気にしている傾向
- ③ 爪への影響を気にしつつも、7割以上が白い筋をとって食べている

3. 意外と知らないみかんの力！8割以上が血管に対する効果を知らない

- ① みかんの血管に対する効果・効能を「知らない」84.7%、みかん産地在住者でも「知らない」83.0%
- ② 一方、みかんで“血管力”を鍛えられるのであれば「食べたい」87.7%
- ③ 血管に対して効果・効能がある健康成分“ヘスペリジン”を「知らない」88.0%

「糖転移ヘスペリジン・ビタミンP研究会」(会長:山下 静也・大阪大学医学部附属病院 病院教授 循環器内科、事務局:林原生物化学研究所/岡山県)は、11月3日の「みかんの日」を前に東京都内に在住する男女300名とみかん産地に在住する男女300名を対象に、「みかん」の摂取習慣や健康への影響に対する関心について、インターネット調査を実施しました。

11月3日は「みかんの日」。気温も下がり始め、街の店頭でも冬の風物詩みかんを目にするようになりました。みかんの季節である冬は、血管系の疾患が発症するリスクが増加する時期^{*1}でもあります。近年の研究で、みかんの皮や果実に含まれる成分「ヘスペリジン」には、毛細血管の強化、血流改善効果や血圧上昇の抑制など、血管力を高める様々な効果が明らかになっており、みかんと健康との関係に注目が集まっています。一方2010年時点で、国内での一人当たりのみかん消費量は、10年前に比べ23.2%減っています^{*2}。このような背景を受け、本会では「みかん」に対する最新の意識と摂取習慣、健康への影響に対する理解度の把握を目的に、今回の調査を実施しました。

今回の調査結果の詳細については、次ページ以降をご参照ください。

*1: 2006年3月9日修正 厚生労働省「心疾患―脳血管疾患死亡統計の概況人口動態統計特殊報告」

*2: 2008月 厚生労働省「食料需給表」

※NEWS RELEASE 中の数値は、全て小数点第2位以下を四捨五入しています。

<糖転移ヘスペリジン・ビタミンP研究会とは?> <http://www.ghes.jp/>

血管力を高める機能性素材「糖転移ヘスペリジン」を研究し、成果の情報発信を行うことで、人々の健康とQOL向上に寄与する事を目的とした学術的な研究会です。糖転移ヘスペリジンは、柑橘類の果皮や薄皮に多く含まれる有効成分「ヘスペリジン」を、10万倍水に溶けやすくし、吸収率を高めた素材です。毛細血管の強化、血流改善効果や血圧上昇の抑制など、血管力を高める様々な機能を有しており、食品や化粧品への活用が期待されています。

<調査結果の詳細>

1. 8割以上はみかんが好きも、3人に1人は食べる量が10年前より減少

- 82.1%が「みかん好き」で、90.2%が秋冬にかけて「みかんを食べている」
- 3人に1人 36.7%が10年前に比べてみかんを「食べる量が減っている」
- 日本の冬の風物詩「こたつでみかん」を食べるのは、全体の3分の1(36.8%)に止まる

みかんへの意識を探るため、「みかんが好きですか」と尋ねると、82.1%が「好き」と回答しました※図1。また、90.2%が、「みかんを食べている(秋から冬のみかんの季節に)」と回答しており※図2、みかんは日常的に摂取する果実として広く浸透していることがわかります。しかし一方で、「10年前に比べてみかんを食べる頻度はどうなりましたか」と尋ねたところ、3人に1人(36.7%)が「あまり食べないようになった」と答えました※図3。また、「こたつでみかんを食べている」と答えた人は、全体の3分の1(36.8%)に止まり、みかん産地在住者でも「こたつでみかんを食べていない」人が58.3%に上りました※図4。これらの結果から、冬の風物詩であるみかんへの評価は高いものの、摂取実態は減少傾向にあることが伺えます。

図1. みかんは好きですか？【SA】

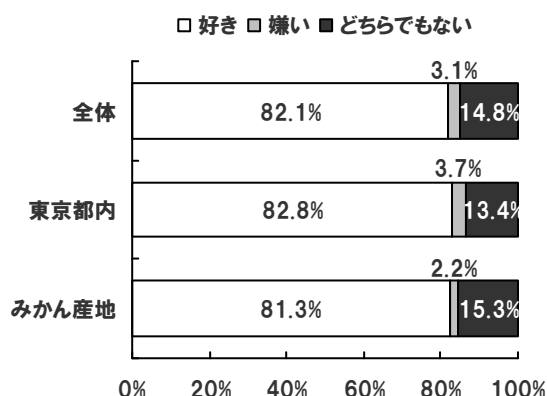


図2. みかんを食べていますか？
(秋から冬のみかんの季節に)【SA】

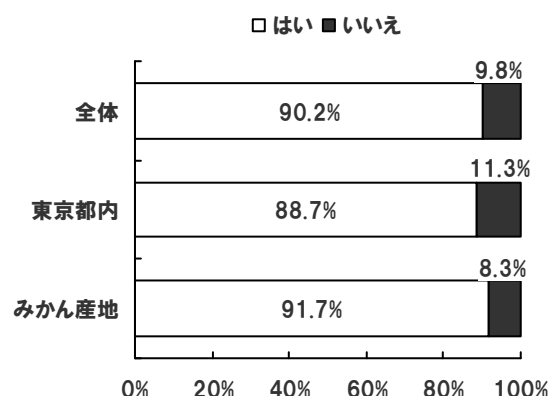


図3. 10年前に比べてみかんを食べる頻度は
どうなりましたか？【SA】

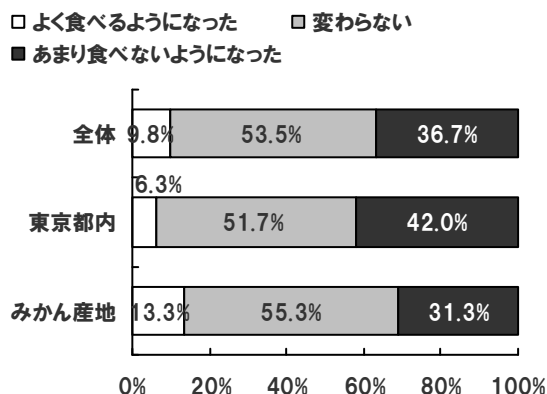
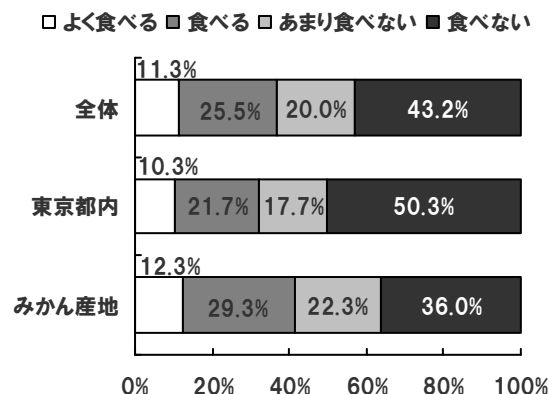


図4. こたつでみかんを食べていますか？
(秋から冬のみかんの季節に)【SA】



2. 女性は爪への影響を懸念、20代の7割が食べる際の爪への影響を気にしている

■ 女性の2人に1人49.7%がみかんを食べる際、爪への影響が気になると回答

■ 年代別に比較すると、20代65.0%、30代46.0%、40代38.0%と

若い世代ほど気にしている傾向

■ 爪への影響を気にしつつも、7割以上が白い筋をとって食べている

女性に「みかんを食べる際に爪への影響(爪が汚れる、割れる)を気にしたことがありますか」と尋ねたところ、2人に1人(49.7%)が「気にしたことがある」と回答しました。年代別に見ると、20代は半数以上(65.0%)、30代(46.0%)、40代(38.0%)と年代が下がるにつれて、爪への影響を気にする割合が高まる傾向が見受けられました※図5。また、「爪への影響を気にする」と回答した女性が「みかんを食べる時、白い筋をどのようにしているか」を見てみると、72.8%が「白い筋を取ってから食べる」と回答しました※図6。爪への影響を気にしながらも、7割以上がみかんを食べる時、白い筋をとっているという女性特有のみかん摂取の実態が明らかになりました。

図5. みかんを食べる際に爪への影響(爪が汚れる、割れる)を気にしたことがありますか？【SA】

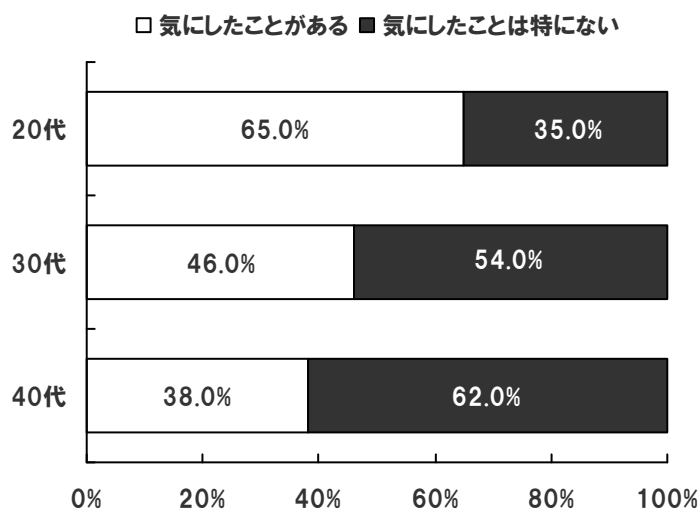
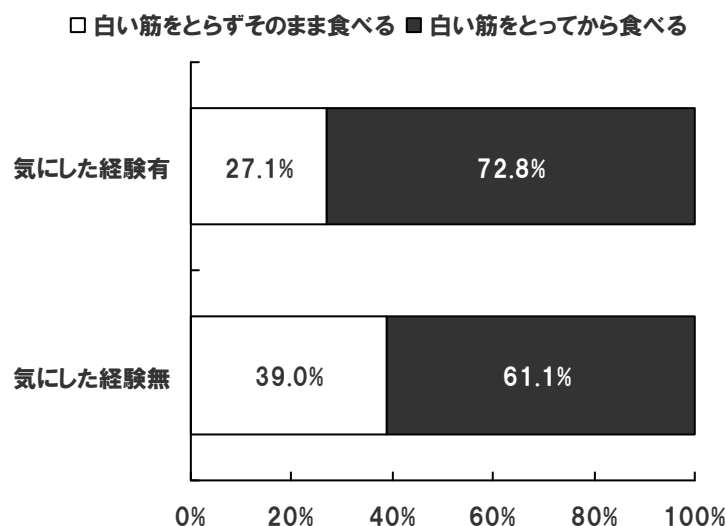


図6. みかんを食べる時、白い筋をどのようにしていますか？【SA】



3. 意外と知らないみかんの力！8割以上が血管に対する効果を知らない

- みかんの血管に対する効果・効能を「知らない」84.7%。
みかん産地在住者でも「知らない」83.0%
- 一方、みかんで“血管力”を鍛えられるのであれば「食べたい」87.7%
- 血管に対して効果・効能がある健康成分“ヘスペリジン”を「知らない」88.0%

みかんの健康成分に対する認知状況を探るため、「みかんに血管に対する効果・効能があることを知っていますか？」と尋ねると、84.7%が「知らない」と回答しました※図7。さらに、毛細血管の強化、血流改善効果や血圧上昇の抑制など、血管力を高める様々な効果がある、みかんの皮や果実に含まれる成分「ヘスペリジン」を「知っている」と回答した人が、3.2%しかいないのに対して、「知らない」と回答した人が88.0%に上りました※図9。また、みかん産地在住者でも83.0%がみかんの血管に対する効果・効能を「知らない」と回答しています。この結果は、みかん産地在住者や都内在住者でもみかんの健康成分に対する認知状況が低いことを示唆しています。しかし一方で、「みかんで血管力を鍛えることができるのであれば、みかんを食べたいと思いますか？」と尋ねると、87.7%が「食べたい」と回答しています※図8。みかんの血管に対する効果・効能に対する認知度は低いものの、効果があるのならば実践してみたいと思う人は多いようです。

図7. みかんに血管に対する効果・効能があることを知っていますか？【SA】

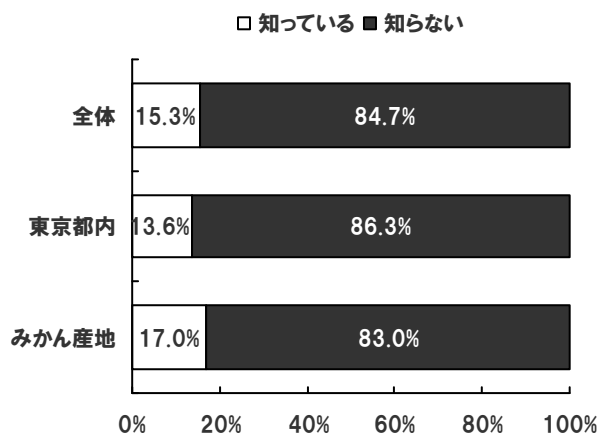


図8. みかんで血管力を鍛えることができるのであれば、みかんを食べたいと思いますか？【SA】

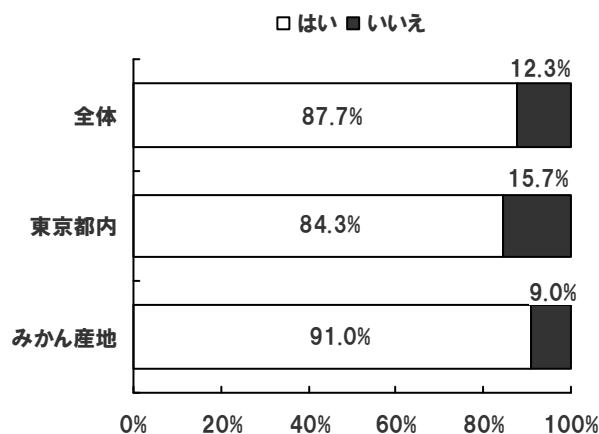
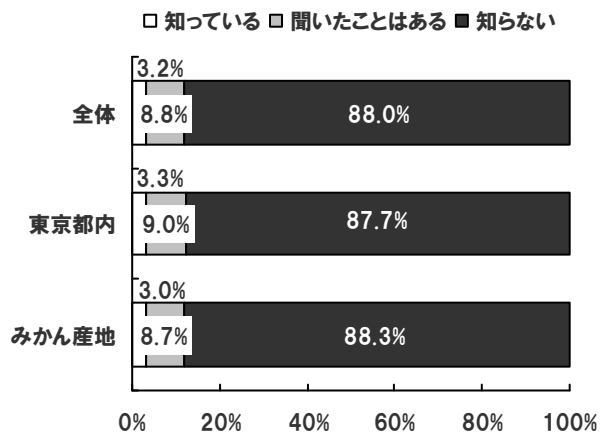


図9. みかんに含まれるヘスペリジンという成分を知っていますか？【SA】



<調査概要>

- 調査主体: 糖転移ヘスペリジン・ビタミンP 研究会
- 調査時期: 2010 年 10 月 16 日(土)～17 日(日)

<調査概要>

- 調査主体: 糖転移ヘスペリジン・ビタミンP 研究会
- 調査時期: 2010 年 10 月 16 日(土)～17 日(日)
- 調査対象: みかん産地在住者と都内在住者である 20～40 代の男女
- 対象者居住地: 都内在住者: 東京都
産地在住者: 静岡県浜松市、和歌山県海南市、和歌山県有田市、和歌山県有田川町、
愛媛県八幡浜市
- 調査方法: アンケート調査(インターネットによる)
- 回答人数: 600 人

	産地男	産地女	都内男	都内女
20 代	50	50	50	50
30 代	50	50	50	50
40 代	50	50	50	50