

2020年7月8日

コロナストレス解消のため、「間食が増えた」女性 7 割超 85%糖類オフ※「ぐーぴたっ しっとりクッキー」鉄、Ca プラスして新発売

ダイエット食品なのにまるでスイーツのおいしさ 罪悪感なく食べられて、ストレスフリー

株式会社ナリス化粧品(本社：大阪市福島区 代表取締役社長：村岡弘義)は、ドラッグストアなどの店頭販売流通で販売している栄養調整食品ブランド「ぐーぴたっ しっとりクッキー」に、女性には特に必要な栄養素である「鉄」と「カルシウム」を新しく配合し、食物繊維量はたっぷり、2020年8月7日から、全国のドラッグストア、一部スーパー、コンビニエンスストアで新発売します。ダイエット中に不足しがちな栄養素を加えることで、健康的なダイエットを提供します。合わせて、コロナ自粛中のストレスについての実施した意識調査を報告します。(2020/06/18~24 実施 全国 20歳~59歳の女性 2005名 インターネットによるアンケート調査) ※当社従来品と比較



左から「ぐーぴたっ しっとりクッキー メープルブリュレ・ブルーベリーチーズケーキ・ショコラバナナ・苺のガトーショコラ」

■食物繊維量はたっぷりはそのままに、さらに糖類オフ。

ぐーぴたっは、食物繊維の力で、「おなかの『ぐー』を『びたっ』と止める」をメインコンセプトに、食べることに罪悪感のない「ギルティフリーフード」として 23 年間、アイテムの追加やフレーバーの変更などの改良を重ねています。「しっとりクッキー」は、2018 年 10 月に糖類オフ設計に変更して全面リニューアルし、その後は、出荷数量が対前年比 130% 伸長しています。今回の「しっとりクッキー」は人気のフレーバーのおいしさをそのままに、当社従来品と比較してさらに糖類をオフ。食物繊維量は、1 箱あたり 7.5 g ~ 8.4 g (フレーバーによって異なります) とたっぷり、これまで以上に、女性の「罪悪感なく、おいしいものを食べたい」「おいしいものを食べることとダイエットを両立したい」「おいしいものを食べて癒されたい」という欲望を満たします。

【調査トピックス】

① 今年 4 月以降、ストレスを感じている女性は約 8 割

常にストレスを感じている人 23.7%、ストレスが増えた人は、約 6 割。

② ストレス解消のためにやっていること、「食事」「趣味」「友人・恋人・家族と会う、話す」

③ 今年 4 月以降、「太った」女性は約 5 割。ストレスが多いほど「太った」。

5 月に行った調査、1 か月で「太った」女性は 4 割と比較し、「太った」女性が増加傾向。

④ 今年 4 月以降「太った」女性のストレス解消の行動は、「食事」「間食」「飲酒」

3 キロ以上「太った」女性の約半数は、「食事」でストレス解消をしている。

⑤ 間食に罪悪感を感じる女性は、7 割超。

【本件に関するお問い合わせ先】 株式会社 ナリス化粧品 経営企画室 横谷(よこたに)
〒553-0001 大阪市福島区海老江 1 丁目 11 番 17 号 TEL:06-6346-6672
FAX:06-6346-6569 E-mail:narispr@naris.co.jp HP:https://www.naris.co.jp

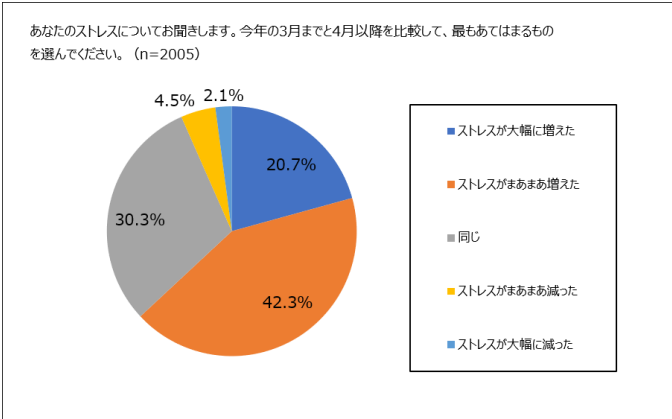
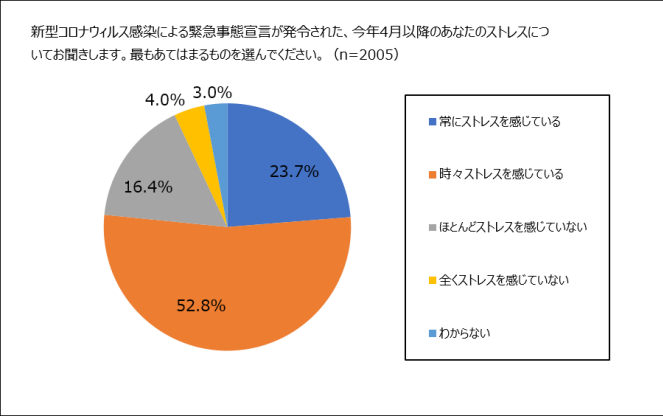
お客様からのお問い合わせ先 ナリス化粧品 お客様相談窓口 TEL:0120-32-4600

■「ぐーぴたっ」専用サイト <https://www.narisup.com/shop/brand/gu-pita.aspx>

【調査内容】

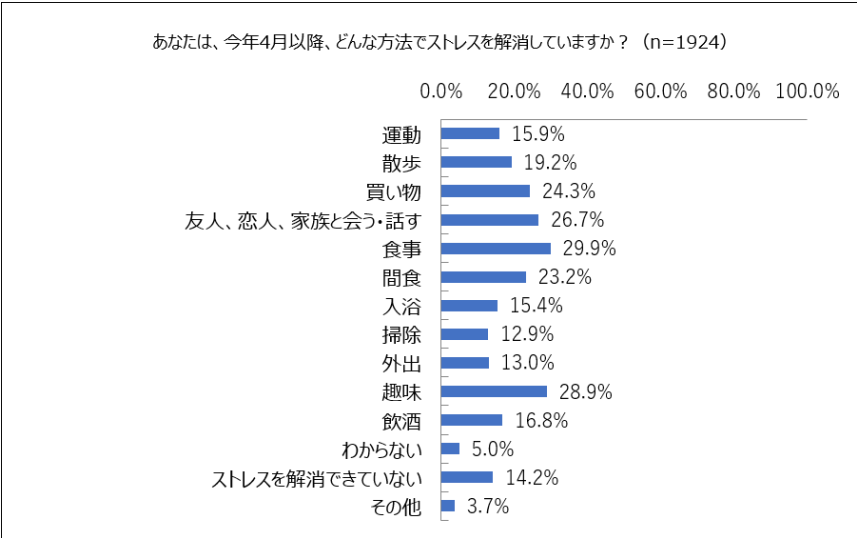
1. 今年4月以降、ストレスを感じている女性は8割

全国の約 2000 名の女性に現在のストレスとストレスの変化について聞きました。今年の4月以降、「常にストレスを感じている」23.7%、「時々ストレスを感じている」52.8%と、合わせると76.5%と、約8割の女性がストレスを感じていると答えました。また、今年の3月までと4月以降を比較して、「ストレスが大幅に増えた」女性が20.7%、「ストレスがまあまあ増えた」42.3%と合計63.0%の女性のストレスが増えていることもわかりました。



2. ストレス解消のためにやっていること、「食事」「趣味」「友人、恋人、家族と会う・話す」の順

今年4月以降、ストレス解消のためにやっていることを聞きました。全体では、「食事」29.9%、「趣味」28.9%、「友人、恋人、家族と会う・話す」26.7%という順でした。年代別に見てみると、1位の「食事」は、若年層の方が高い傾向にあります。「間食」「飲酒」など食べることにすることでストレス発散しているのは若年層の方が多い傾向と言えます。また、「運動」「散歩」「外出」などの身体を動かすことでストレス解消しているのも若年層の方が多い傾向です。20代は「ストレス解消できていない」の女性が10%未満で、その他の世代よりもストレスを解消できていることがわかります。

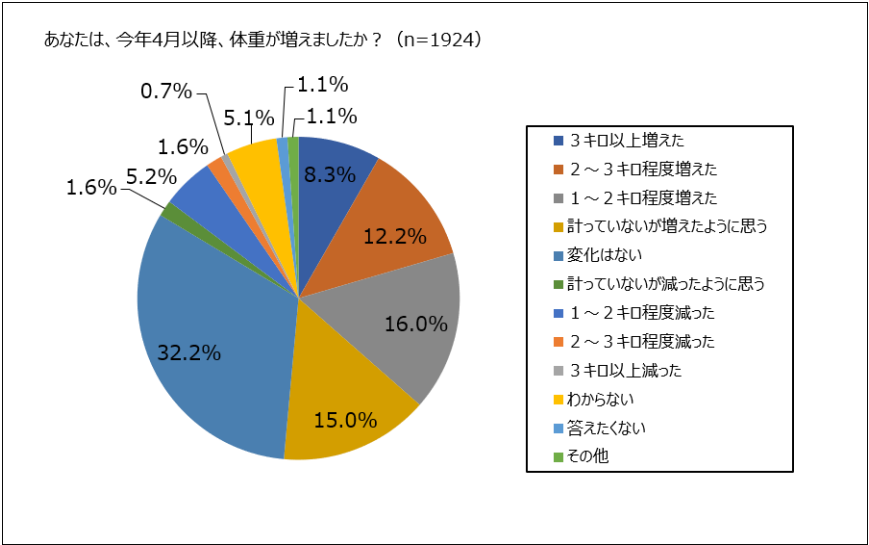


あなたは、今年4月以降、どんな方法でストレスを解消していますか？

		運動	散歩	外出	入浴	掃除	食事	間食	飲酒	買い物	友人、恋人、家族と会う・話す	趣味	わからない	ストレスを解消できていない	その他
全体	1924	15.9%	19.2%	13.0%	15.4%	12.9%	29.9%	23.2%	16.8%	24.3%	26.7%	28.9%	5.0%	14.2%	3.7%
20歳～24歳	223	21.1%	24.2%	23.8%	22.9%	16.1%	40.4%	27.8%	18.8%	35.4%	42.2%	38.6%	3.1%	7.6%	2.2%
25歳～29歳	240	12.9%	19.2%	16.7%	18.8%	13.8%	35.0%	26.2%	19.6%	28.7%	34.6%	31.7%	4.6%	9.6%	2.9%
30歳～34歳	249	21.3%	24.1%	13.3%	14.9%	15.3%	34.1%	29.7%	18.1%	24.9%	30.9%	25.3%	5.6%	16.9%	2.4%
35歳～39歳	249	13.7%	17.7%	12.9%	12.9%	14.1%	28.1%	24.1%	19.7%	25.3%	20.5%	28.9%	4.0%	13.7%	2.4%
40歳～44歳	241	14.9%	18.3%	12.9%	13.3%	12.0%	30.3%	24.9%	19.5%	28.6%	21.2%	24.9%	3.3%	13.3%	5.8%
45歳～49歳	253	17.8%	14.2%	7.9%	14.6%	9.5%	22.9%	18.6%	11.9%	15.0%	21.7%	26.9%	7.1%	20.6%	3.6%
50歳～54歳	220	10.0%	17.3%	9.5%	12.7%	12.3%	25.0%	19.5%	15.9%	18.6%	22.3%	28.6%	5.9%	16.4%	5.5%
55歳～59歳	249	14.9%	19.3%	8.4%	14.1%	10.4%	24.5%	15.3%	11.6%	18.5%	21.7%	27.3%	6.0%	14.9%	4.8%

3、今年4月以降、「太った」人は約5割。ストレスが多いほど、「太った」傾向。

今年4月以降、体重が「3キロ以上増えた」「2～3キロ程度増えた」「1～2キロ程度増えた」「計っていないが、増えたように感じる」を合わせると51.5%と、約半数の女性が「太った」と答えています。今年、4月30日～5月7日に当社が実施した、今年4月以降の1か月の体重の増減に関する同様の調査（n=2,023）で、「太った」と答えた女性は40.2%であったことから、太った女性は、その後増えていると考えられます。また、体重の増減と、ストレスの多少を掛け合わせたところ、「ストレスが大幅に増えた」女性の2割は「3キロ以上、体重が増えた」と答えており、相対的に、ストレスが多いほど、体重が増えている傾向が読み取れます。



あなたは、今年4月以降、体重が増えましたか？													
		3キロ以上増えた	2～3キロ程度増えた	1～2キロ程度増えた	計っていないが増えたように思う	変化はない	計っていないが減ったように思う	1～2キロ程度減った	2～3キロ程度減った	3キロ以上減った	わからない	答えたくない	その他
全体	1924	8.3%	12.2%	16.0%	15.0%	32.2%	1.6%	5.2%	1.6%	0.7%	5.1%	1.1%	1.1%
ストレスが大幅に増えた	414	20.0%	15.7%	18.1%	12.1%	18.8%	1.4%	5.3%	1.7%	1.0%	4.3%	1.2%	0.2%
ストレスがまあまあ増えた	845	5.6%	14.9%	18.3%	18.3%	28.4%	1.3%	6.2%	1.7%	0.5%	3.6%	0.6%	0.7%
同じ	556	4.5%	6.5%	11.5%	12.8%	46.9%	1.6%	4.0%	1.3%	0.9%	7.9%	1.4%	0.7%
ストレスがまあまあ減った	83	3.6%	8.4%	16.9%	9.6%	43.4%	4.8%	3.6%	2.4%	0.0%	7.2%	0.0%	0.0%
ストレスが大幅に減った	26	3.8%	3.8%	0.0%	15.4%	15.4%	0.0%	7.7%	0.0%	3.8%	0.0%	11.5%	38.5%

4、今年4月以降「太った」女性のストレス解消の行動は、「食事」「間食」「飲酒」

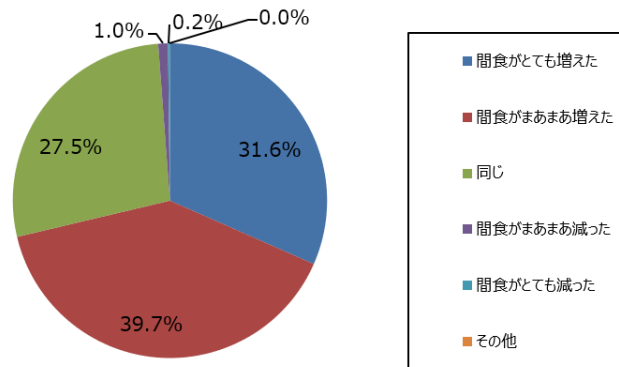
3キロ以上「太った」女性の約半数は、「食事」でストレスを解消していることがわかりました。また、同様に「間食」「飲酒」など、食べることにすることでストレス解消をしている傾向があります。反対に、体重が減った女性のストレス解消法は「趣味」「運動」といった行動が上位であるとわかりました。

あなたは、今年4月以降、どんな方法でストレスを解消していますか？															
		運動	散歩	外出	入浴	掃除	食事	間食	飲酒	買い物	友人、恋人、家族と会う・話す	趣味	わからない	ストレスを解消できていない	その他
全体	1924	15.9%	19.2%	13.0%	15.4%	12.9%	29.9%	23.2%	16.8%	24.3%	26.7%	28.9%	5.0%	14.2%	3.7%
3キロ以上増えた	159	20.1%	25.2%	24.5%	32.7%	27.0%	45.9%	39.0%	35.8%	36.5%	28.3%	39.0%	1.3%	11.3%	1.9%
2～3キロ程度増えた	235	14.0%	20.4%	17.0%	17.0%	11.5%	36.2%	29.4%	21.7%	26.4%	28.9%	32.3%	1.3%	13.2%	2.1%
1～2キロ程度増えた	308	18.2%	22.7%	18.2%	16.9%	14.9%	35.7%	27.9%	20.5%	28.6%	28.6%	28.2%	2.6%	11.0%	2.3%
計っていないが増えたように思う	288	13.2%	18.4%	12.2%	14.6%	12.5%	36.5%	27.8%	14.9%	25.3%	28.8%	27.8%	4.5%	13.2%	2.1%
変化はない	619	15.7%	18.7%	7.9%	12.1%	11.8%	22.9%	15.7%	12.4%	21.5%	26.3%	28.4%	6.8%	12.8%	5.7%
計っていないが減ったように思う	30	26.7%	20.0%	10.0%	3.3%	13.3%	23.3%	23.3%	23.3%	26.7%	23.3%	30.0%	0.0%	13.3%	10.0%
1～2キロ程度減った	101	24.8%	20.8%	9.9%	17.8%	8.9%	24.8%	19.8%	13.9%	16.8%	30.7%	31.7%	6.9%	17.8%	2.0%
2～3キロ程度減った	30	23.3%	13.3%	6.7%	6.7%	6.7%	16.7%	23.3%	13.3%	23.3%	13.3%	30.0%	0.0%	10.0%	0.0%
3キロ以上減った	14	28.6%	14.3%	35.7%	21.4%	14.3%	28.6%	14.3%	14.3%	21.4%	28.6%	28.6%	7.1%	21.4%	14.3%
わからない	98	5.1%	9.2%	8.2%	9.2%	5.1%	15.3%	14.3%	6.1%	14.3%	16.3%	18.4%	16.3%	22.4%	6.1%
答えたくない	21	0.0%	0.0%	14.3%	9.5%	0.0%	9.5%	4.8%	0.0%	9.5%	14.3%	4.8%	19.0%	42.9%	0.0%
その他	21	0.0%	4.8%	4.8%	4.8%	4.8%	14.3%	9.5%	0.0%	9.5%	9.5%	9.5%	0.0%	66.7%	9.5%

5、間食に罪悪感を感じる女性は、7 割超。

「ストレス解消のために、間食をしている」と答えた女性、418 名に、間食の量について聞きました。「間食がとても増えた」女性 31.6%、「間食がまあまあ増えた」女性 39.7%で、「間食が増えた女性」が 71.3 と、7 割を超えます。また、間食をすることについての罪悪感を聞きました。「とても罪悪感を感じる」女性 26.8%、「少し罪悪感を感じる」女性 47.1%で、73.9%の女性が「罪悪感を感じている」ことがわかりました。特に世代による差は少なく、20 代～50 代のすべての世代で、7 割を超える女性の間食が増え、7 割を超える女性が、間食による罪悪感を感じていることがわかりました。

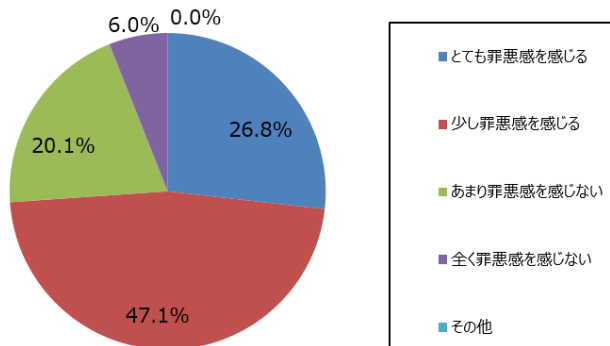
新型コロナウイルスによる緊急事態宣言が発出された今年の4月以降あなたの間食は増えましたか？（n=418）



【全体を通した考察】

新型コロナウイルス感染拡大予防のための自粛生活も、3 か月を過ぎました。今年 4 月以降の外出の自粛は、ストレスを増やし、そのストレスを、「食事」、「間食」、「飲酒」など、おなかを満足させることで解消しているという女性が多いことがわかりました。ストレスが多い人ほど、太っている傾向にあることは、単に外出など、身体を動かす運動量が減っただけでなく、食事や間食などの食べる量が増えたこととも関連があると考えられます。テレワークなどで、通勤時間がなくなると、料理に時間を使えたり、人目がない分、間食をしやすい環境が整うと言えます。

あなたは、間食をする時に罪悪感を感じますか？（n=418）



4 月末に当社が行った調査では、1 か月で「太った」と答えた女性は、約 4 割でしたが、今回の調査では約 5 割と、自粛期間が長引くほど、「太った」と感じる女性が増えていることがわかります。ストレスを解消することは非常に大切なことですが、一方で、間食することに「罪悪感」を感じている女性が多いこともわかりました。罪悪感を感じているということは、それがストレスとなりかねないと考えます。上手にストレスを解消したり、ストレスと付き合いながら、健康を維持していただきたいと考えます。

〈栄養成分表示〉1 箱 3 本：1 箱あたり

	ブルーベリーチーズケーキ	ショコラバナナ	苺のガトーショコラ	メープルブリュレ
エネルギー	51 kcal	54kcal	53kcal	53kcal
たんぱく質	0.5 g	0.6 g	0.6 g	0.6 g
脂質	2.4 g	2.6 g	2.6 g	2.4 g
炭水化物	10.5 g	10.3 g	10.3 g	10.7 g
—糖質	7.7 g	7.8 g	7.7 g	8.1 g
—糖類	0.1 g	0.3 g	0.1 g	0.2 g
—食物繊維	2.8 g	2.5 g	2.6 g	2.7 g
食塩相当量	0.05 g	0.06 g	0.06 g	0.06 g
カルシウム	20mg	22mg	21mg	21mg
鉄	0.2mg	0.5mg	0.6mg	0.3g

商品名		容量・価格	特長
ぐーぴたっ しっとりクッキー ブルーベリーチーズケーキ (焼き菓子・栄養調整食品)		1 箱 1 本×3 袋入り (個包装) 1 袋あたり 標準 15 g オープン価格 〔参考価格〕 156 円 (税抜) 168 円 (税込)	● チーズケーキ風味の生地の中にブルーベリージャムを包み込んだ、糖類オフなのにまるでスイーツのようなおいしさのソフトクッキー ● コクのあるチーズケーキ風味のソフトクッキーとさわやかなブルーベリージャムのコラボレーション ○ 水を含むと膨らむコンニャクマンナンをはじめとした食物繊維を 1 箱に 8400 mg 配合。少しの量で満足感を得られます。 ○ ダイエット時に崩れがちな栄養バランスに、鉄・カルシウムを配合。 ○ おうちでもオフィスでも、お出かけ先でも食べやすい個包装。 ● 1 本あたり、51kcal
ぐーぴたっ しっとりクッキー ショコラバナナヌ (焼き菓子・栄養調整食品)		1 箱 1 本×3 袋入り (個包装) 1 袋あたり 標準 15 g オープン価格 〔参考価格〕 156 円 (税抜) 168 円 (税込)	● ショコラ生地の中にバナナジャムを包み込んだ、糖類オフなのにまるでスイーツのようなおいしさのソフトクッキー ● ほろ苦いショコラ生地のソフトクッキーと濃厚なバナナジャムのコラボレーション ○ 水を含むと膨らむコンニャクマンナンをはじめとした食物繊維を 1 箱に 7500 mg 配合。少しの量で満足感を得られます。 ○ ダイエット時に崩れがちな栄養バランスに、鉄・カルシウムを配合。 ○ おうちでもオフィスでも、お出かけ先でも食べやすい個包装。 ● 1 本あたり、54kcal
ぐーぴたっ しっとりクッキー 苺のガトーショコラ (焼き菓子・栄養調整食品)		1 箱 1 本×3 袋入り (個包装) 1 袋あたり 標準 15 g オープン価格 〔参考価格〕 156 円 (税抜) 168 円 (税込)	● ショコラ生地の中にイチゴジャムを包み込んだ、糖類オフなのに、まるでスイーツのようなおいしさのソフトクッキー。 ● しっとりとしたショコラ生地のソフトクッキーと、甘酸っぱいイチゴジャムのコラボレーション。 ○ 水を含むと膨らむコンニャクマンナンをはじめとした食物繊維を 1 箱に 7800 mg 配合。少しの量で満足感を得られます。 ○ ダイエット時に崩れがちな栄養バランスに、鉄・カルシウムを配合。 ○ おうちでもオフィスでも、お出かけ先でも食べやすい個包装。 ● 1 本あたり、53kcal
ぐーぴたっ しっとりクッキー メープルブリュレ (焼き菓子・栄養調整食品)		1 箱 3 本 1 本×3 袋入り (個包装) 標準 15g オープン価格 〔参考価格〕 156 円 (税抜) 168 円 (税込)	● メープル生地の中にカスタード風味のクリームを包み込んだ、糖類オフなのに、まるでスイーツのようなおいしさのソフトクッキー。 ● やさしい甘さのメープル生地のソフトクッキーとコクのあるカスタードクリームのコラボレーション ○ 水を含むと膨らむコンニャクマンナンをはじめとした食物繊維を 1 箱に 8100 mg 配合。少しの量で満足感を得られます。 ○ ダイエット時に崩れがちな栄養バランスに、鉄・カルシウムを配合。 ○ おうちでもオフィスでも、お出かけ先でも食べやすい個包装。 ● 1 本あたり、53kcal