

「医者のサプリメント使用実態に関するアンケート」レポート

- ・医者の58.6%がサプリメントを使用している（したことがある）。
- ・その使用目的は、「健康維持」（1位）、「疲労回復」（2位）。
- ・使用したサプリメントの種類、1位は「ビタミン系」、2位は「アミノ酸」。

フリークマーケティングジャパン合同会社は、全国の医者203名を対象に、「医者のサプリメント使用実態」をテーマとしたアンケートを、2016年1月15日（金）～17日（日）に実施いたしました。

数多くのサプリメントや健康食品が販売されている今、いったい何を飲めばいいのか悩んでしまいます。
そこで、体の専門家、お医者さんはプライベートでサプリメントを飲んでいるのでしょうか？
また、何のサプリメントを飲んでいるのでしょうか？
今回は、そんな疑問を調べてみました。

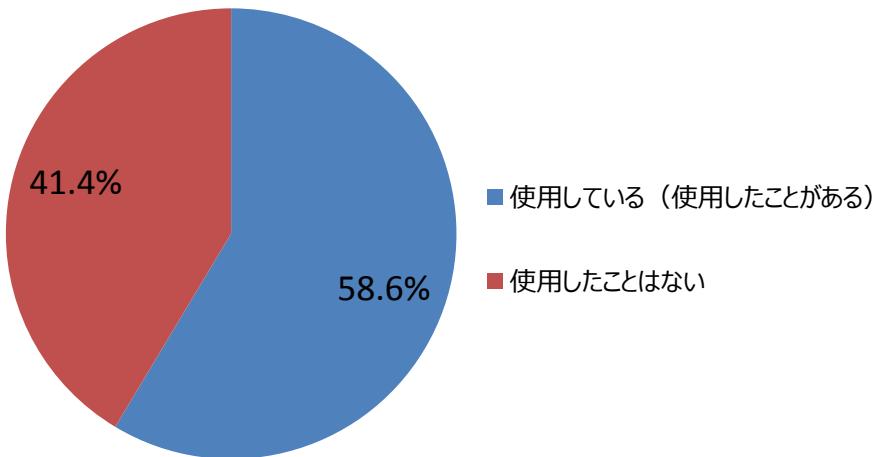
「医者のサプリメント使用実態に関するアンケート」の結果概要是以下のとおりです。

医者の58.6%、約6割がサプリメントを使用している（したことがある）ということ。
使用目的の1位は「健康維持」。そして2位は「疲労回復」でした。そして、今まで使用したサプリメントの種類ですが、1位は「ビタミン系」。2位が「アミノ酸」。今後使用してみたいサプリメントも同様の上位1、2位でした。
最近サプリメント以外にも注目されているアミノ酸ですが、医者のサプリメント使用経験者の43.8%がアミノ酸サプリメント*の使用経験があると答えています。

* 必須アミノ酸および非必須アミノ酸20種類を指します。

《ご自身でサプリメントを使用したことがありますか？または現在使用していますか？》

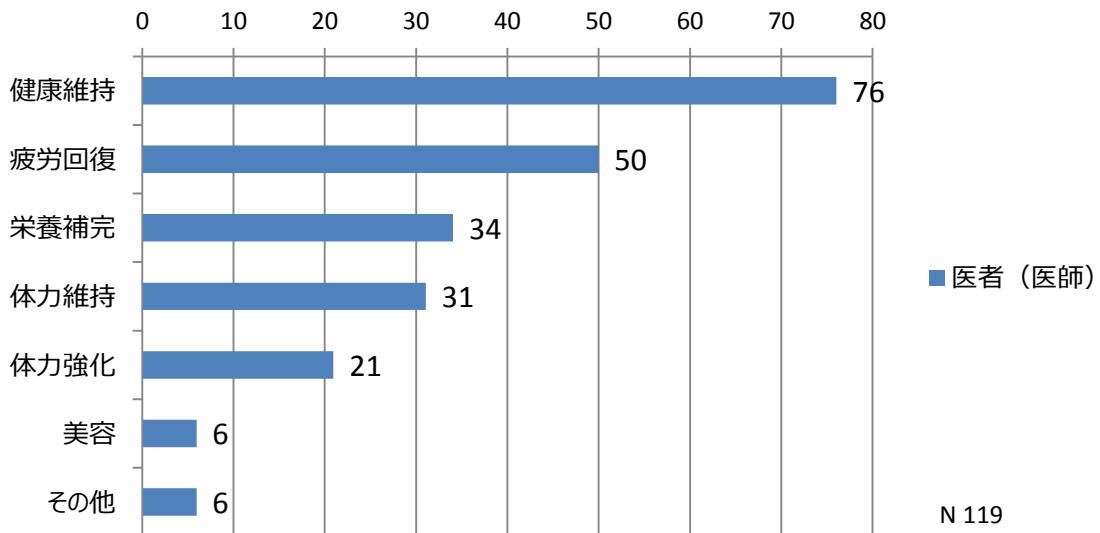
58.6%、約6割のお医者さんが、自身でサプリメントの使用経験があります。



	n	使用している (使用したこ とがある)	使用したこと はない
医者 (医師)	203	119	84

《何のためにサプリメントを使用していますか？（使用していましたか？）》 複数回答

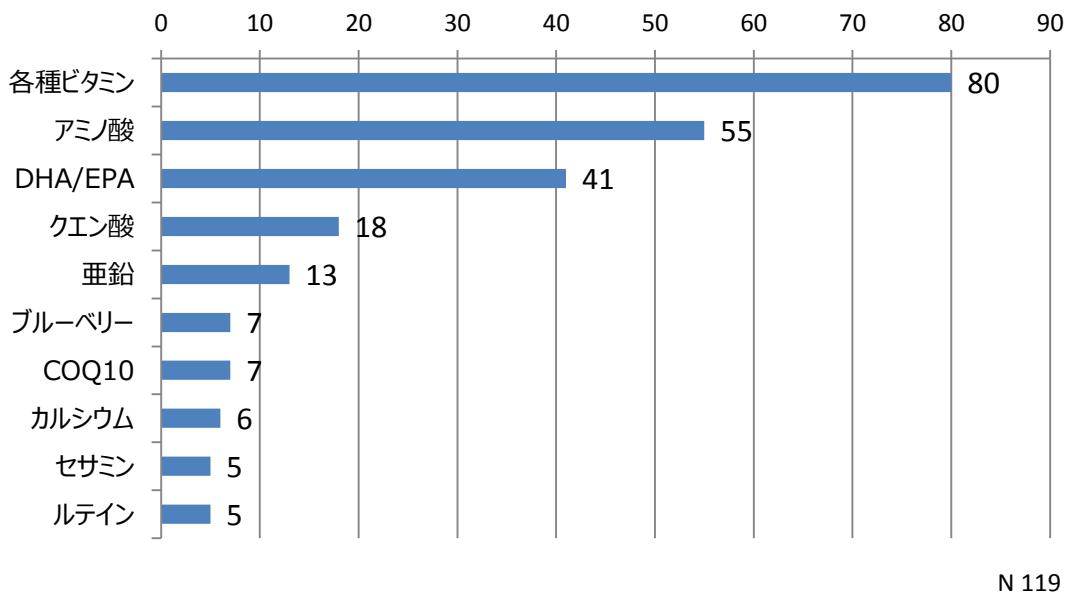
「健康維持」が1位、「疲労回復」が2位。
使用目的は普通の人たちと変わらないのかもしれません。



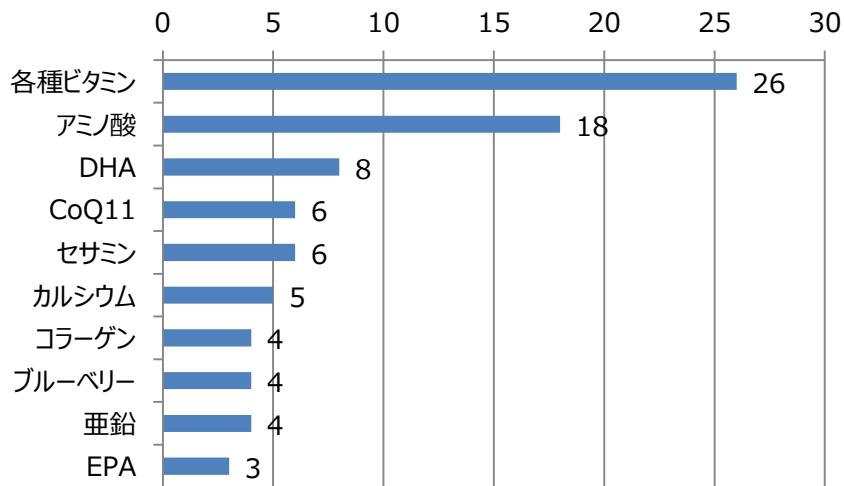
《使用している（したことがある）サプリメントの種類は何ですか？》 OA

使用したことがあるサプリメントの1位は「ビタミン系」、2位は「アミノ酸」。
使用ベスト10を見る限り、お医者さんだからと言って特別なサプリメントを飲んでいる訳ではなさそうです。

また、今後使用してみたいサプリメントの順位も1位、2位は同様の結果となっています。



《今後使用してみたいサプリメントがございましたら、教えてください。》 OA



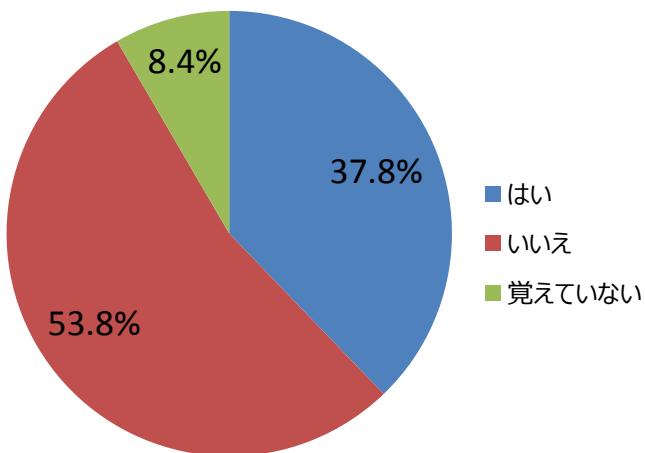
《アミノ酸サプリメントを使用していますか（したことがありますか）？》

お医者さんでサプリメント使用経験者の37.8%がアミノ酸サプリメントの使用経験があります。

※本質問は使用経験のある119名に聞いています。

※アミノ酸サプリメントは以下を含むものとしています。

L-バリン・L-リジン・L-ロイシン・L-スレオニン・L-イソロイシン・L-アスパラギン・L-グルタミン
・L-フェニルアラニン・L-アスパラギン酸・L-セリン・L-グルタミン酸・L-メチオニン・L-アルギニン
・グリシン・L-アラニン・L-チロシン・L-プロリン・L-ヒスチジン・L-システイン・L-トリプトファン
以上のいずれかを含むサプリメント



	n	はい	いいえ	覚えていない
医者(医師)	119	45	64	10

【本件に関するお問い合わせ】

フリークマーケティングジャパン合同会社
担当：齋藤 TEL：03-3727-7100 ☐ info@fmj.click