

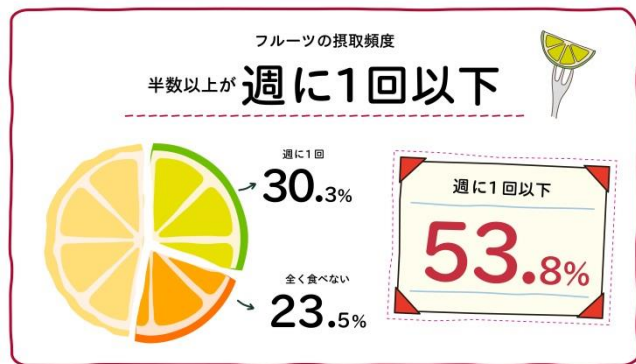
日本人のフルーツ習慣調査

健康意識の高い人ほどフルーツを摂取している傾向に。

ただし、一般の働く20～40代の半数以上がフルーツの摂取頻度「週に1回以下」。

約8割が1日のフルーツ摂取目安200gを知らず、摂れていない。

～日本人にフルーツ摂取を呼びかける「フルーツニュース」動画を本日公開～



ヨーロッパNo.1*のチルド果汁ドリンクカンパニー“イノセント”の日本法人であるイノセントジャパン合同会社（以下、イノセント）は、フルーツ摂取の推進を目的に、働く20～40代の男女400名と健康・美容意識が高い人など150名を対象に、フルーツの摂取シーンや頻度について調査を実施しました。

また、日本人のフルーツ摂取不足の現状を受けて「フルーツニュース」動画を本日公開します。

* - 2019年Nielsen社調べ。（イノセント進出国/チルドドリンクカテゴリ/小売販売金額）

動画URL：<https://youtu.be/2SCqqlHWigo>



日本の皆さん、フルーツとらなくていいんかい？

皆さん突然ですが、フルーツとれていますか？胸に手を当てて毎日の生活を振り返ってみてください。ほら、とれてない方多いですね。

動画内のフルーツ省の会議からも、日本人のフルーツ摂取不足における深刻な現状が伝わってきます。この発表を受けて、フルーツたっぷりのドリンクを作っているイノセントは思いました。みんな、フルーツとらなくていいんかい？

フルーツはおいしいカラダにもいいのに、なぜとらないのか。調査結果からも、「値段が高い」「食べるまでの処理が面倒」「食べる習慣がない」など様々な意見がありました。も—————とたくさんの人にフルーツをとってもらいたいと考えるイノセントは、健康な生活やカラダのために意識的にフルーツをとっている人たちのフルーツ習慣を調査してみました。ちょっと差がある興味深い結果が出ましたよ。

日本人の「フルーツ摂取に関する調査」を実施。

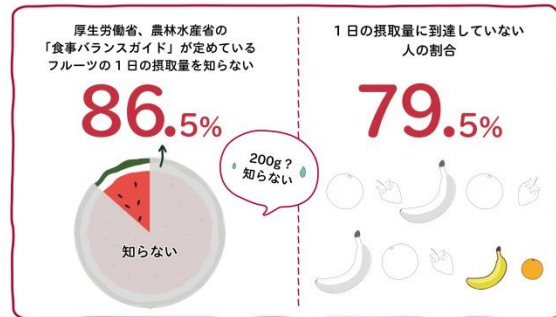
日本人のフルーツ摂取に関する現状を知るため、全国20～40代の男女400名（企業勤務者）を対象に、インターネットによる「フルーツ摂取に関する調査」を実施しました。

【調査概要】

- ☑ 調査方法 : インターネット調査 ☑ 調査時期 : 2020年2月下旬
- ☑ 地域 : 全国 ☑ 調査対象 : 20～40代の男女400名（企業勤務者）

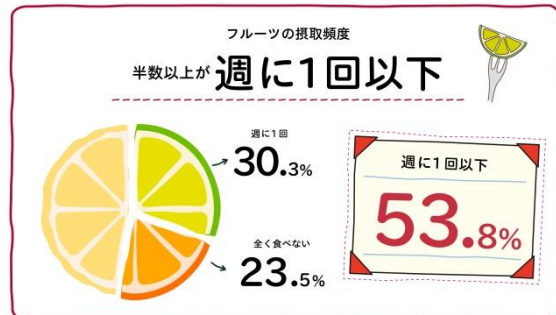
①厚生労働省・農林水産省が1日200g以上のフルーツ摂取を推奨しているにも関わらず、その事実を86.5%が知らず、また約8割が摂取目安に到達していないことが判明。

厚生労働省・農林水産省の「食事バランスガイド」が定めている1日のフルーツ摂取目安（200g）を知っているか質問したところ、86.5%の人が知らないという結果になりました。さらに、1日のフルーツ摂取量については、約8割（79.5%）の人が摂取目安に到達できていないことが判明しました。



②毎日の摂取が推奨されているなかで、半数以上（53.8%）がフルーツを「週に1回以下」しか食べておらず、全く食べていない人も23.5%いる状況。

フルーツの摂取頻度について質問したところ、30.3%の人が「週に1回」と回答し、最も多い結果となりました。次いで「全く食べない」が23.5%と、フルーツを摂る機会が週に1回以下にとどまる人が半数以上（53.8%）いることが明らかになりました。



③フルーツを摂らない理由TOP3は、「値段が高いから」、「食べるまでの処理が面倒」、「食べる習慣がないから」。

①でフルーツの摂取量が1日の摂取目安に到達していない人に対し、フルーツを摂らない理由を質問したところ、「値段が高いから」が49.6%と最も多く、次いで「食べるまでの処理が面倒」が46.5%、「食べる習慣がないから」が38.2%という結果になりました。



日本人のフルーツ摂取不足を受けて「フルーツニュース」動画を公開。

イノセントは、日本人にフルーツ摂取を呼びかけるオリジナルムービー「フルーツニュース」を本日公開します。（動画URL：<https://youtu.be/2SCqqlHWigo>）。動画ではフルーツ省による会議の様子が映し出され、議長から“国民の半数以上が、フルーツの摂取頻度が週1回以下”である事実が告げられ、日本人のフルーツ摂取量の少なさに警鐘を鳴らす内容となっています。



日本人のフルーツ摂取不足を受け、“健康・美容意識が高い人たち”の「フルーツ習慣に関する調査」を実施。

イノセントは、日本人のフルーツ摂取不足の現状を受け、働く20～40代の男女400名と健康や美容に対する意識が高い人（栄養士、スポーツ選手、モデル 各50名）を対象に「フルーツ習慣に関する調査」を実施しました。

【調査概要】

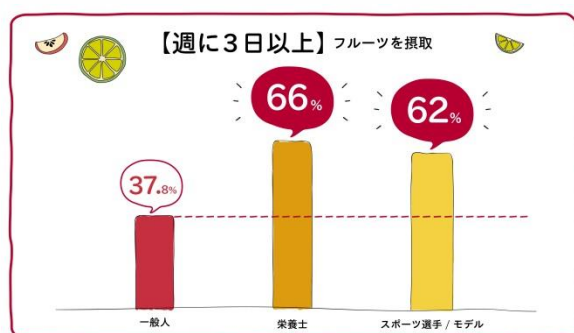
☑ 調査方法：インターネット調査 ☑ 地域：全国 ☑ 調査時期：2020年2月下旬

☑ 調査対象：20～40代の男女400名（企業勤務者）…以下、一般人。

栄養士（管理栄養士含む）、スポーツ選手、モデル（読者モデル含む）各50名

①健康・美容意識が高い人は、一般人よりもフルーツ摂取頻度が高い結果に。一般人で「週3日以上」フルーツを摂取している割合が37.8%に対し、栄養士66%、スポーツ選手62%、モデル62%。

フルーツ摂取頻度について質問したところ、一般人は「週1回」が最も多く30.3%、「週3日以上」摂取している割合も37.8%という結果に対し、栄養士は66%、スポーツ選手は62%、モデルは62%となり、摂取頻度に大きな差があることが判明しました。



**②栄養士の約3人に1人（28％）がフルーツ摂取を「毎日」の習慣にしていることが判明。
一般人で「毎日」フルーツを食べている人は、わずか9.8％。**

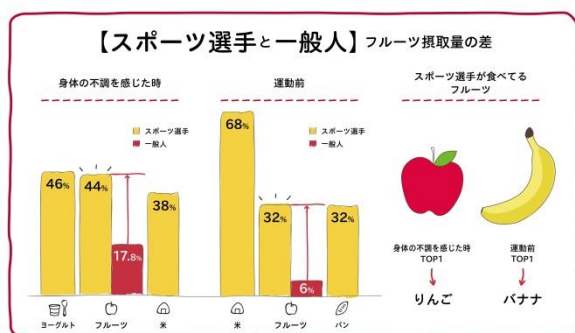
①の質問に対して、栄養士のフルーツ摂取頻度を見ると、約3人に1人（28％）が「毎日」と回答しており、栄養面のプロフェッショナルは、習慣的にフルーツを食べていることが明らかになりました。しかし、一般人で「毎日」フルーツを食べている人は、わずか9.8％にとどまる結果となりました。



③スポーツ選手は運動前や体調管理の際にフルーツを習慣的に食べていることが判明。

**「運動前」や「身体の不調を感じた時」に食べている物の上位に「フルーツ」がランクイン。
スポーツ選手が食べているフルーツは「運動前」にはバナナ、「身体の不調の時」にはリンゴが1位に。**

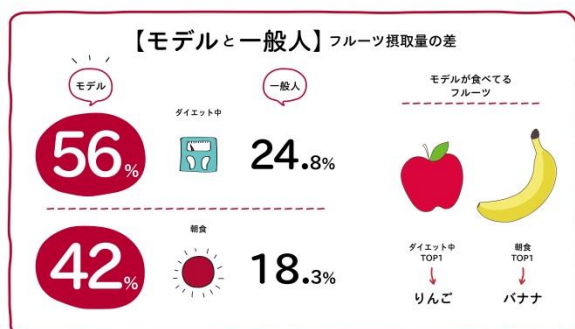
一般人とスポーツ選手に対して、「運動前」や「身体の不調を感じた時」のシーンで習慣的に食べている物を質問したところ、スポーツ選手が「運動前」に食べるものTOP3は、1位 米、2位 フルーツ（32％）/パンとなり、「身体の不調を感じた時」に食べるものTOP3は、1位 ヨーグルト、2位 フルーツ（44％）、3位 米となり、各シーンでフルーツが上位にランクインする結果に。しかし、一般人の結果を見ると「身体の不調を感じた時」にフルーツを食べている人は17.8％、「運動前」にはわずか6％しかないことが判明しました。



**④モデルは一般人よりも「ダイエット中」や「朝食」にフルーツを習慣的に食べていることが判明。
「ダイエット中」は半数以上で「朝食」は42％。**

モデルが食べているフルーツは「ダイエット中」にはリンゴ、「朝食」にはバナナが1位に。

一般人とモデルに対して、どのようなシーンでフルーツを習慣的に食べているかを質問したところ、モデルは「ダイエット中」と回答した人が半数以上（56％）おり、「朝食」においても42％がフルーツを習慣的に食べていると回答しました。しかし、一般人の結果を見ると、「ダイエット中」にフルーツを食べている人は半分の24.8％となり、「朝食」においては18.3％にとどまる結果となりました。



イノセントについて



1999年にイギリスで生まれたイノセントは、今やヨーロッパで売上No.1*のチルド果汁ドリンクカンパニーに成長しました。3人の友達が始めた小さな会社は、2019年10月現在、ヨーロッパやアジアで400人以上のチームになり、23カ国以上で販売するまでになりました。私たちは、スムージーはもちろん、ジュース、植物性ミルク、スーパースムージー、ガスパチョ、キッズ向けジュース、フルーツウォーターなど、ナチュラル志向でおいしくてヘルシーなドリンクを作っています。2019年7月に東京を皮切りに、私たちのドリンクをお届けしてきました。

今後もっともっと日本全国のたくさんのドリンクerさんたちに、わたしたちのドリンクを届けたいと思っています。

* - 2019年Nielsen社調べ。(イノセント進出国/チルドドリンクカテゴリー/小売販売金額)

おいしくて、いいこと

私たちはおいしいだけではなく、自分のカラダに嬉しくて、他の人や地球環境にも優しい製品づくりを目指しています。すべての原材料は労働者環境や地球環境などについて、一定の基準を満たした農園から仕入れています。そして、さまざまな慈善団体をサポートするために設立したイノセント基金を通じて、利益の10%を寄付し、世界から食糧難がなくなるよう支援しています。その額の累計は2016年に1,000万ポンドに達しました。

おいしくて、いいこと。これはイノセントの約束であり、誓いであり、私たちの活動すべてに貫かれています。

イノセントジャパン合同会社

innocent Japan GK

設立年月: 2018年9月 | 資本金: 500万円

代表者: 内野正仁 | 主な事業内容: みんなの健康と長生きを応援するドリンクを作る



バナナフォン
0120-633-479



eメール
hello@innocentdrinks.jp



フルーツガーデン
(会社所在地)
〒150-0021
東京都渋谷区恵比寿西1-24-1



ウェブサイト
www.innocentdrinks.jp

SNS、やってます。



twitter (話しかけてね):
innocent_japan



facebook (見つけてね):
innocentjapan



instagram (フォローしてね):
innocent_japan

【本リリースに関するお問い合わせ】

イノセントPR事務局 (シグナル内) 担当: 中島、上村

TEL: 03-5572-6068 / FAX: 03-6673-4282 / E-mail: mediafriends@innocentdrinks.jp

【その他、商品に関するお問い合わせ】

バナナフォン (TEL): 0120-633-479 / E-mail: hello@innocentdrinks.jp

