

OKWave総合研究所 Monthly Report 2015.05

ダイエット



Note

本資料は、OKWave総合研究所が任意に選択したテーマに対する分析結果をまとめたものです。分析対象は、OKWaveのサービスに蓄積されたQ&Aデータです。毎月、季節や流行に合わせたテーマでの発行を予定しています。

本資料は、より多くの方に共通すると思われる一般的な切り口での分析内容となっています。ご要望に応じたテーマと切り口を元に、より深い分析を行うカスタム分析も承っております。

無償でトライアル分析も承っております。お気軽にOKWave総合研究所問合せ窓口よりご連絡ください。

本資料に基づくお客様の行動およびその結果について、当社は一切の責任を負いません。ご利用に当たっては、お客様ご自身でご判断下さいますようお願い申し上げます。

本資料における著作権およびその他すべての権利は、株式会社オウケイウェイヴに帰属します。本資料の全文または一部を転載・引用等される場合は、OKWave総合研究所問合せ窓口よりご連絡ください。

OKWave総合研究所 問合せ窓口：

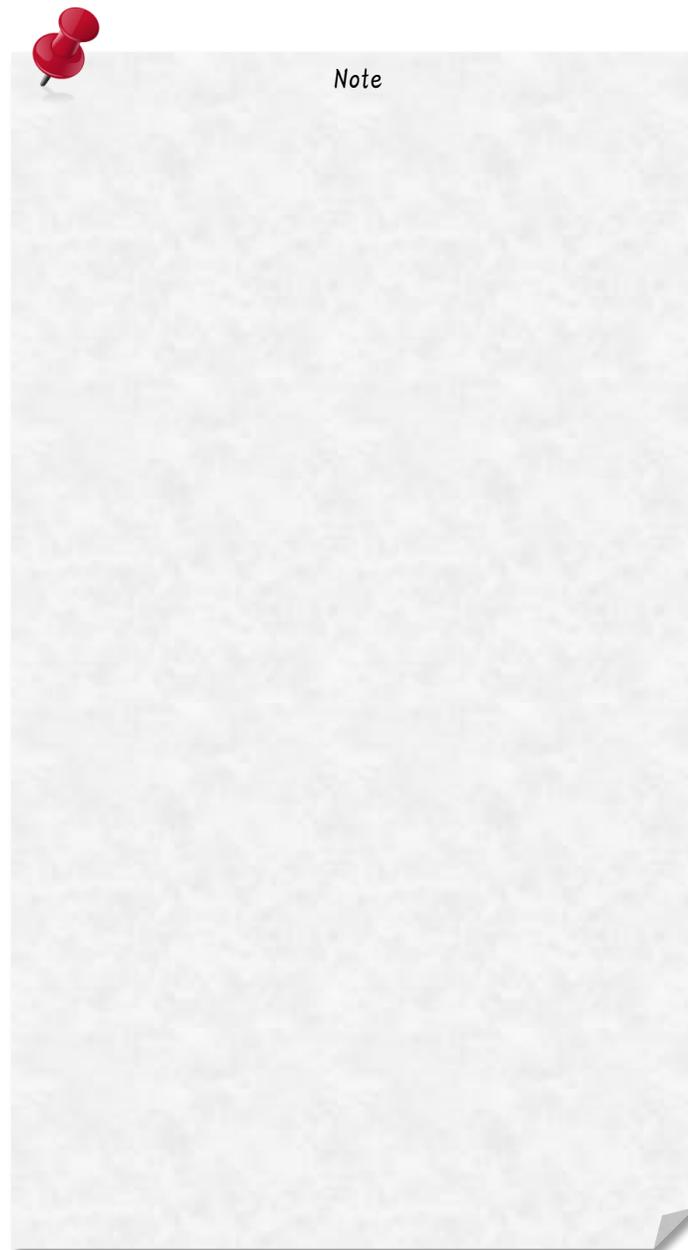
<http://bit.ly/okwaveri>



月間利用者数**4,000万人**以上

Q&A総数**3,300万件**

カテゴリ数**約1,000カテゴリ**



Q & A には発見がいっぱい!





質問

暇なときにでも 2014-04-20 12:27:31 質問No.8561773

解決済み **Q どうして質問に早く丁寧に答えてくれるのですか？**

閲覧数109 | ありがとう数6 | 気になる数0 | 回答数6 [教えて!goo](#) [くれる](#) [バックバック](#) [旅行用](#) [びっくり](#) [閲覧](#) [検索](#)

covacova1984 ↓

こんにちは。
みなさんはどうして「教えて！goo」の質問にとても早く、ていねいに回答してくださるのでしょうか？

旅行用バックバックについて質問したところ、すぐに回答をいただいてびっくりしています。
<http://oshiete.goo.ne.jp/qa/8561211.html>
いままで、検索の結果で質問・回答を閲覧したことはあったのですが、このたび初めて質問をして、とても早く、さらにはためになる回答をもらえて驚きです\(@o@)/!

どのように質問を探しているかとか、どういう質問なら答える気持ちになるのかなど、教えていただくと次の自分の質問にも役に立つと思っています！
よろしくお願いします。

[通報する](#)

回答数 **6** 気になる数 **0**

[回答する](#) [気になる](#) 「気になる」をクリックで回答がつけられた時に通知 [しゅんぱんこ](#)

回答

bagus8 ↓ 2014-04-20 13:05:08 回答No.2

自分が回答できそうな質問を見つけると、まず質問者のお礼率を見て60%以上なら回答します。
少しでも早く回答するのは、やはり他の回答者との競争心も働きます。ゆっくり回答して、自分より早く回答した人と同じような内容だったら、開拓剤に見えるでしょう。

困ってる人に回答して、自分が役に立てれば喜びです。お礼をしてもらえて、役だったことが確認できればなお嬉しいです。

[通報する](#)

お礼コメント

covacova1984 ↓ 投稿日時 - 2014-04-20 14:20:38

ありがとうございます！
たしかに、先に回答したものの勝ちというか、後の回答の(まうがハードル(期待する度合い))が上がりますね。お礼はやはり大事ということがよく分かりました。感謝いたします！

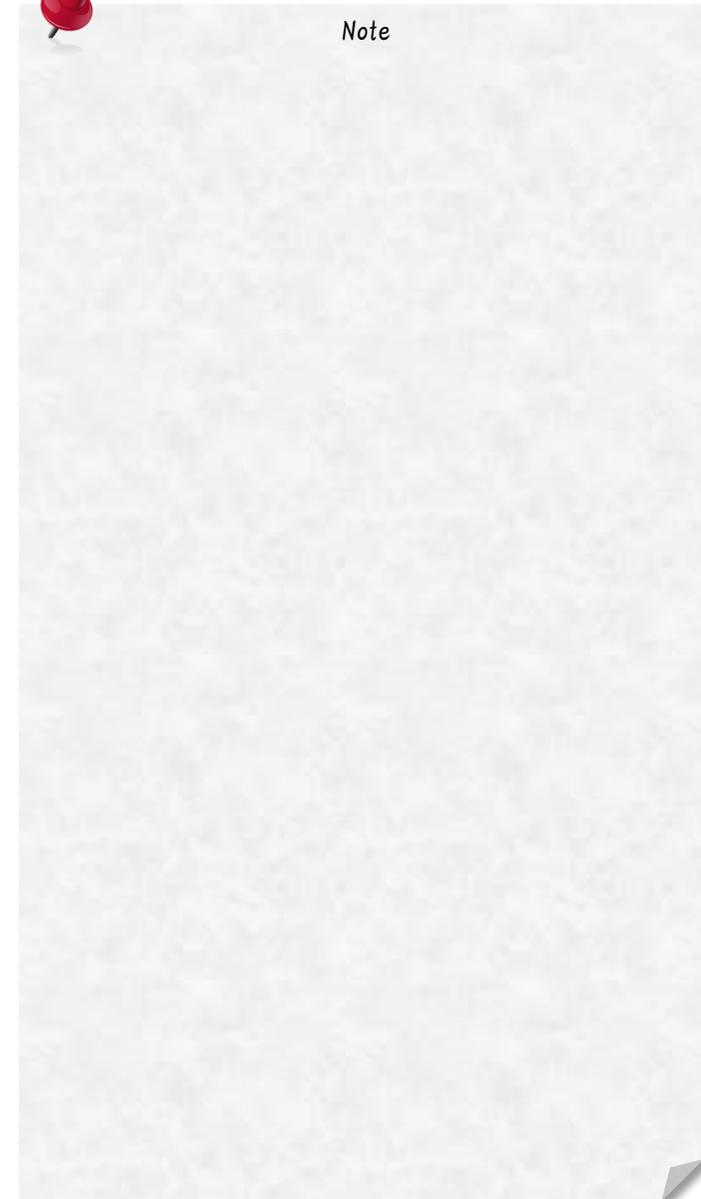
同意数 **0** (👍 0 - 👎 0) | ありがとう数 **0**

[👍 そう思う!](#) [👎](#) [👉 ありがとう](#) なるほど、役に立ったなど感じた思いを「ありがとう」で伝えてください

お礼



Note





1. Executive Summary
2. データ概要
3. 属性傾向
 - 3.1 属性傾向
 - 3.2 季節変動
4. 分析内容
 - 4.1 全体傾向
 - 4.2 女性 学生と社会人
 - 4.3 女性×年代
 - 4.4 サンプル
 - 4.5 女性 季節傾向
 - 4.6 食事と運動
 - 4.7 食事トピックトレンド
 - 4.8 サンプル
 - 4.9 地域特性





分析方法

分析結果から得られる事実

分析詳細情報

【簡易集計】「新生活」に関する質問データを月毎に集計
 「新生活」のキーワードを含む質問データについて、月毎の質問データ数を調査
 <この図からわかること>
 新生活に関する質問数は3月が最も多い。2月から増加を始め、5月には収束する。



Figure 2 : 月毎の質問データ数

<考察> 4月からの新年度にスタートする新生活についての相談が多いと予想される。

分析結果に基づく考察



Note

OKWave総合研究所 Monthly Report 2014.02 MR20140201

Note

【キーワード分析とは】

キーワード分析は、ある特定のキーワードについて、関連するワードや話題を調査することで、ユーザーが製品やサービスに対して持つ悩み・要望・疑問などを明らかにすることを目的としている。

- ◆ ここでは、「新生活」を含む質問データで記載されているキーワードの傾向を分析した。
- ◆ 新生活に関する話題は、「結婚後の新生活に関する疑問」「大学での友人関係の悩み」「家具・家電の購入に関する相談」「引越し先の物件探し」に大別された。

【図の見方】

- ・ 位置に関係なくお互いの相対的な距離が近いほど同じ投稿内で記述されているワード
- ・ 水色<灰色<赤色の濃淡順に記述されている頻度が高いワード

1. Executive Summary

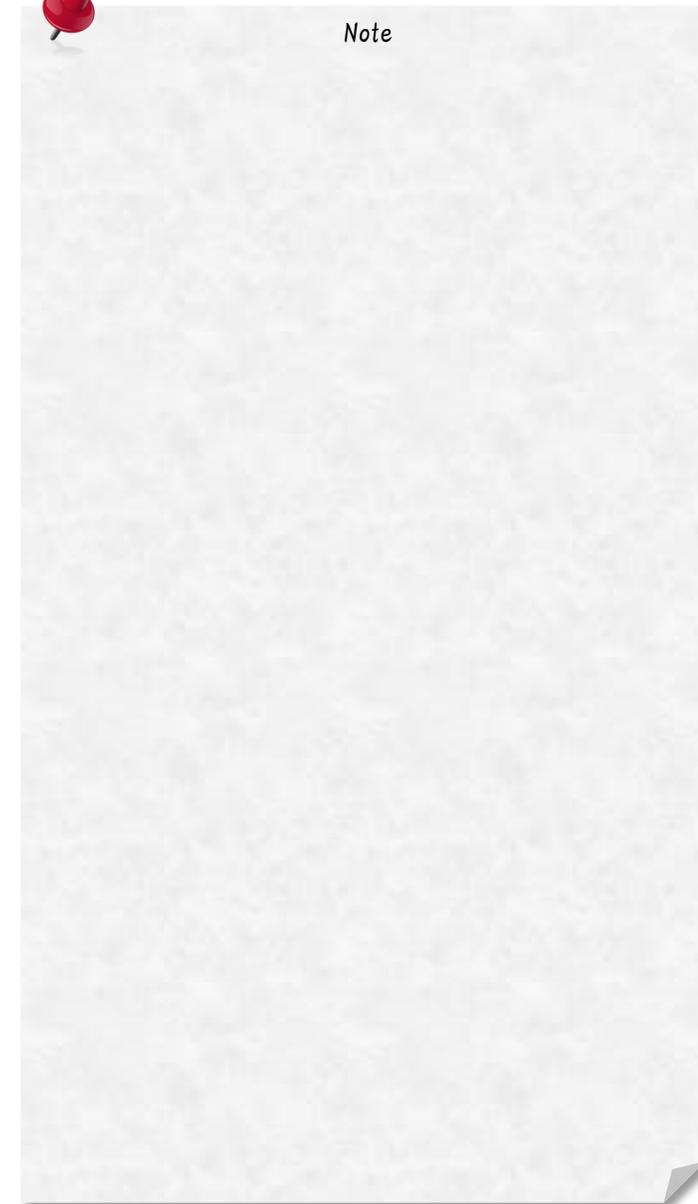




1. 年明けに急激にダイエットへの関心が高まる。
 - **年末に向けて減少していく質問数が、年明けに急増。**新年に誓いを新たにダイエットを考える人が多いことなどが考えられる。
2. ダイエットの方法は大きく、運動系と食事系の2系統に分かれる。
 - 運動系の方は**筋力や体脂肪率などの数値**を、食事系の方は**間食**などを気にしている。
3. 職業・季節によって女性が気にするダイエットのポイントは変化する。
 - **学生は脚周り、社会人は上半身**を気にしている。また**季節では春～夏にかけては下半身から上半身に関心が推移、秋～冬にかけては体重や体脂肪**を気にしている。
4. 「糖質」「タンパク質」などへの関心が増加傾向。
 - 直近の4年では**「カロリー」「脂肪」などが減少傾向**の中、**「糖質」「タンパク質」といったワードが増加傾向。**



Note



2. データ概要





- 抽出基準

カテゴリ：「ダイエット・運動」「ダイエット・食事食品」
「その他(ダイエット・フィットネス)」

- 抽出期間

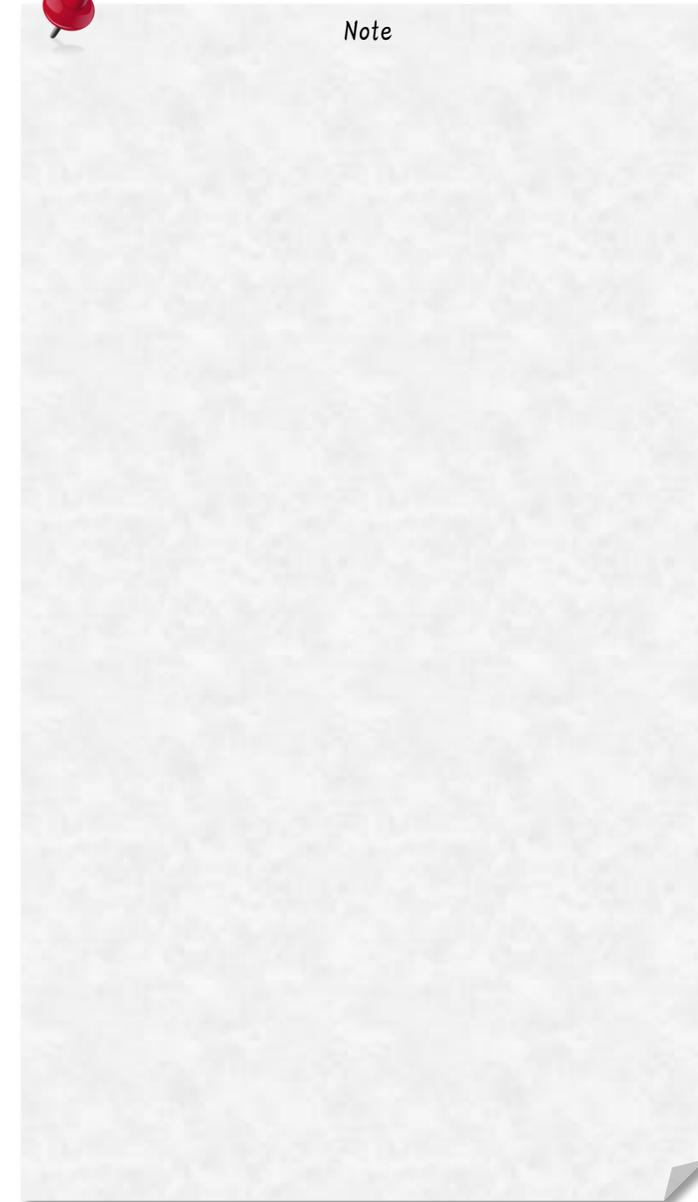
2012年1月~2015年4月 (約3年間)

- 抽出データ数

質問：10,156件



Note



3. 属性傾向



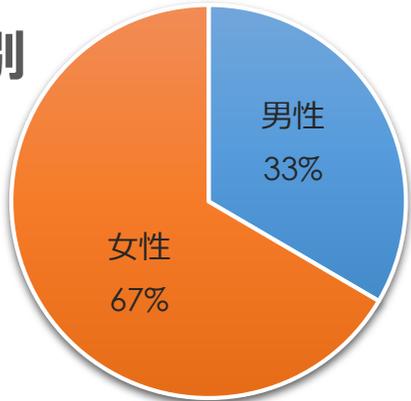
【3.1 属性傾向】

質問投稿者の属性傾向

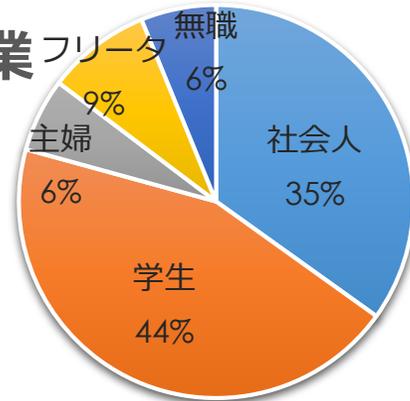
 全体傾向と比べ、女性、学生、10代が多い。



性別



職業



年代

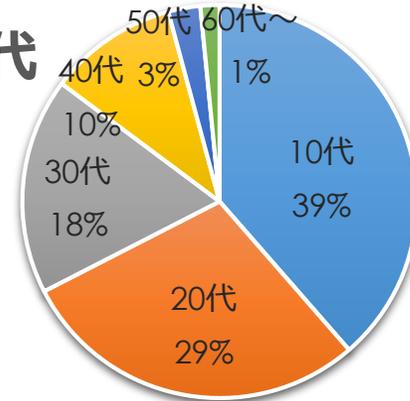
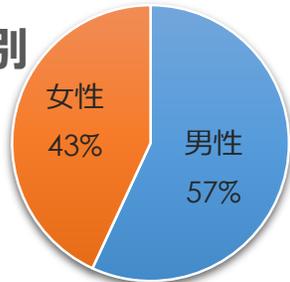
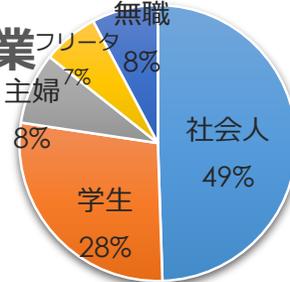


Figure 3.1.1 : 質問データ属性傾向

性別



職業



年代

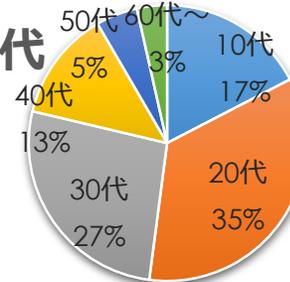


Figure 3.1.2 : OKWave全質問データ属性傾向

【3.2 季節変動】

質問数の月別累計

質問数

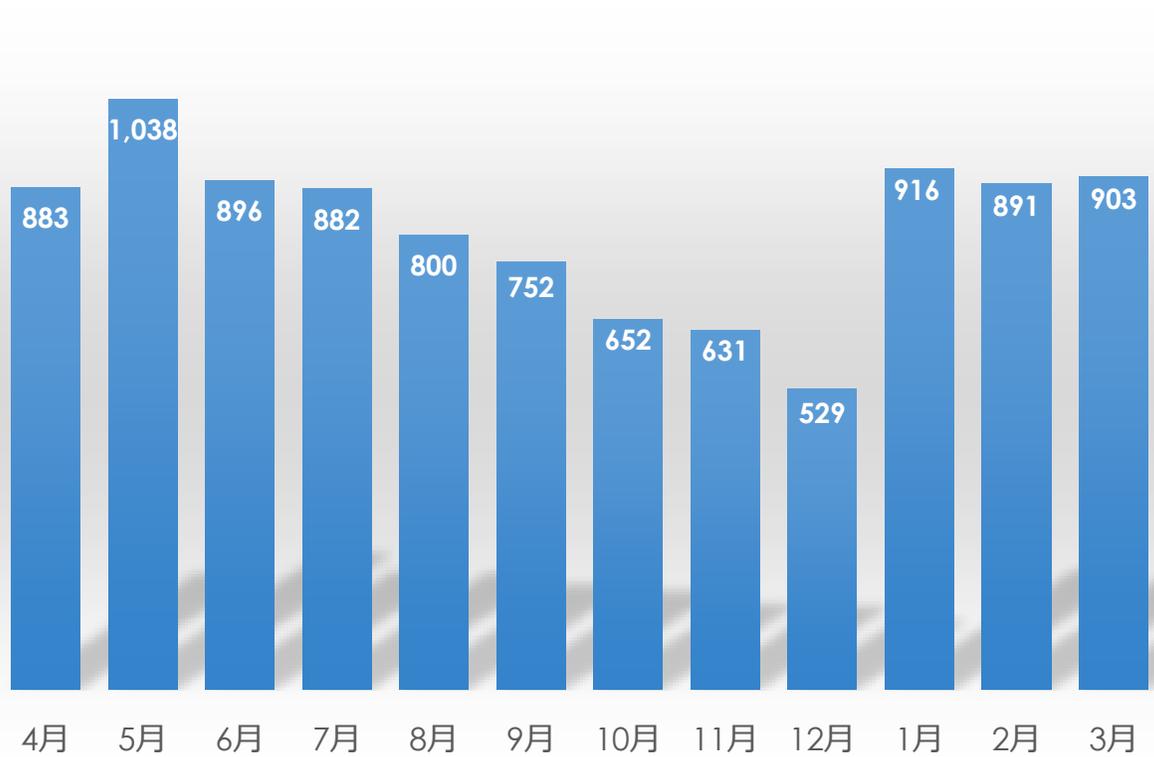
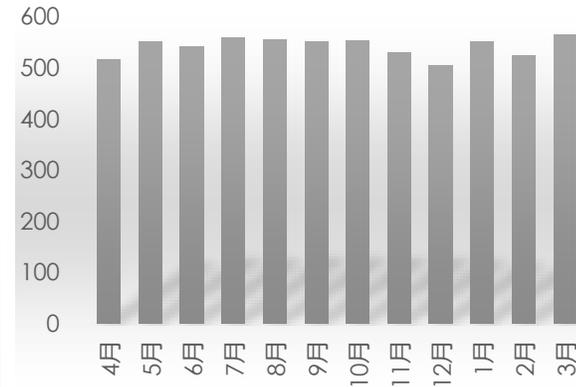


Figure 3.2.1 : 質問データ数月別累計

質問数(千件)



参考:OKWave全質問データ数時系列累計

Note

◆ ~2014年12月までのデータを集計

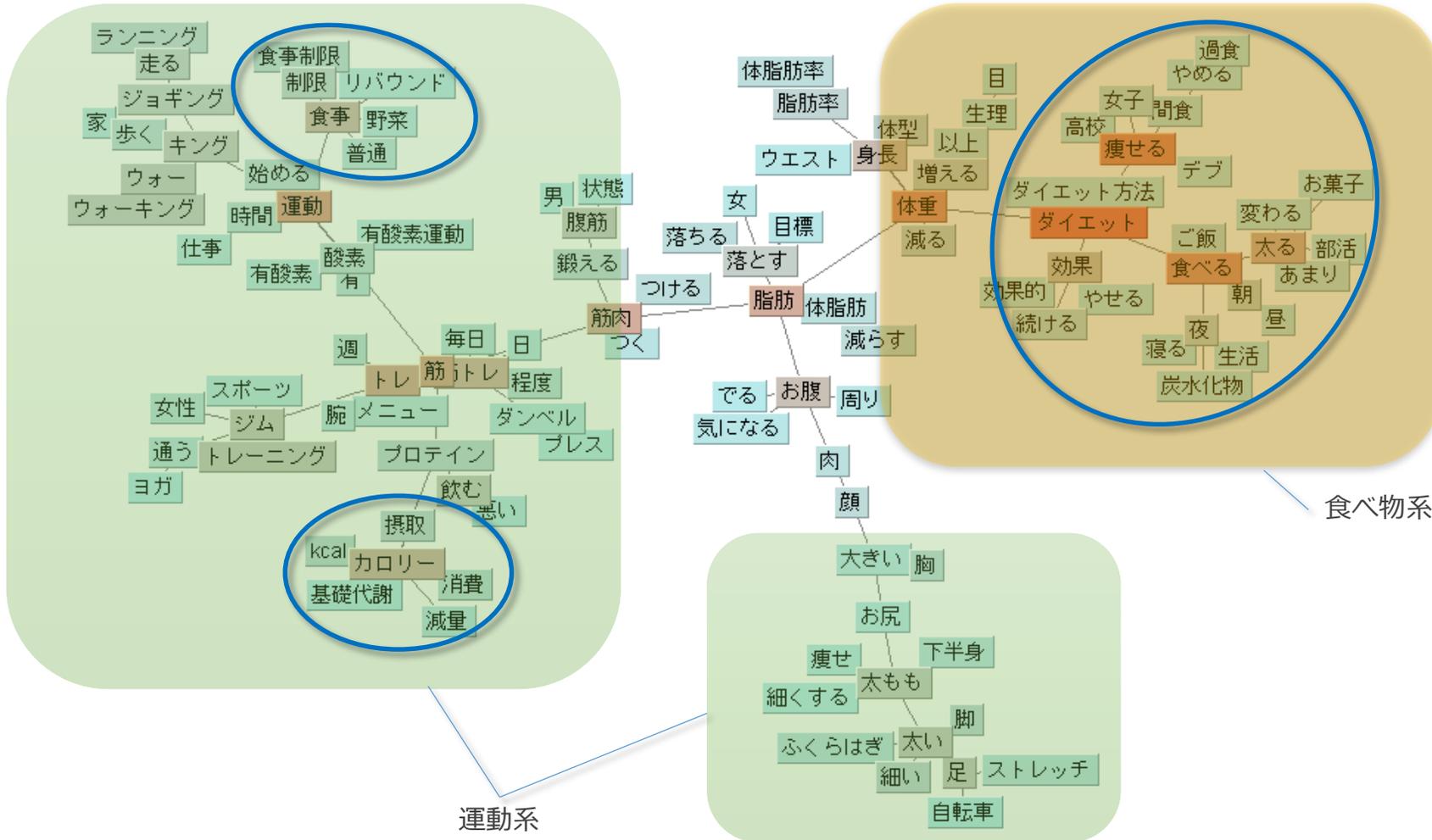
4. 分析内容



【4.1 全体傾向】

質問で使われているワードの関係性を可視化

ダイエッターが気にするのは「間食」「炭水化物」「お菓子」、運動する人が気にするのは「食事制限」「野菜」「カロリー」



Note

【図の見方】

- 位置に関係なくお互いの相対的な距離が近いほど同じ投稿内で記述されているワード
- 水色<灰色<赤色の濃淡順に記述されている頻度が高いワード

Figure 4.1.1 : 質問ワード関係図

【4.2 女性 学生と社会人】

女性の学生・社会人が質問で使っているワードの関係性を比較

 **学生は太もも・ふくらはぎなど下半身、社会人は腹筋・二の腕など上半身への関心が高い。**

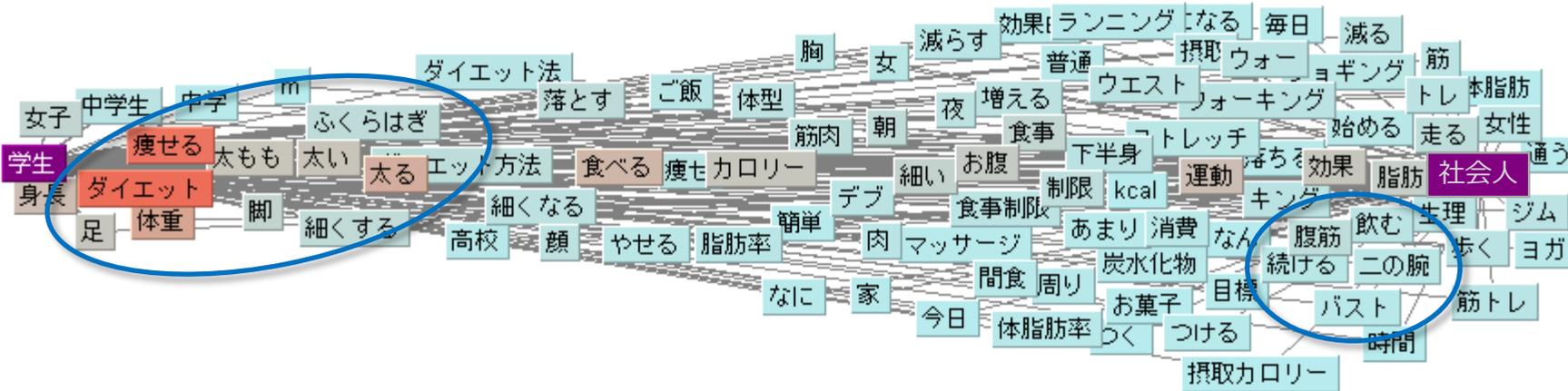


Figure 4.2.1 : 質問ワード学生-社会人比較

Note

【図の見方】

- 位置に関係なく「学生」「社会人」それぞれとの相対的な距離が近いほど同じ投稿内で記述されているワード
- 水色<灰色<赤色の濃淡順に記述されている頻度が高いワード

学生

私の脚。私の脚は太いですよね？泣

太ももを細くする方法。太ももを細くする方法 エクササイズ マッサージ 体制など あったら教えてください(^-^)

脚痩せ。高校3年女子です。全体的に太っているのですが特に脚がやばいです。太ももやふくらはぎがきれいに細くなる方法を教えてください(>_<)

ふくらはぎが細くなる方法。ふくらはぎが細くなる方法を教えて下さい！やっぱり筋肉つけるのが良いんですか？運動部に入ってないので...

社会人

二の腕の太さ。155cmで手首13cm二の腕20cmは太いですか？

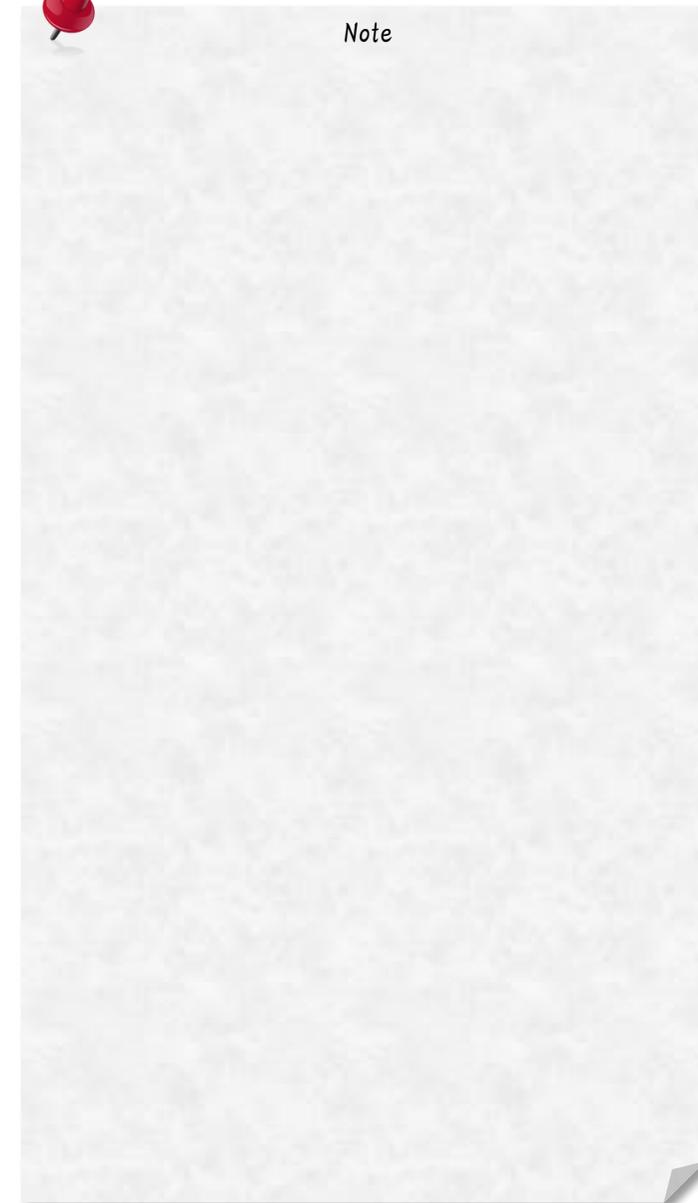
上半身が分厚い。155cmでバスト76cmアンダー67cm二の腕21cmですなんとなく上半身デブというか二の腕が太い気がしていますがどうですか!?ちなみに体重は41kgです

二の腕がタプタプして気になります。ヒジから先はそんなでもないんですが、二の腕が太くてイヤです。この間は彼氏につままれてイラっとしました。彼氏にバカにされないように二の腕を細くしたいんです。どうしたら細くなるのでしょうか？

Table 4.4.1 : 質問データ



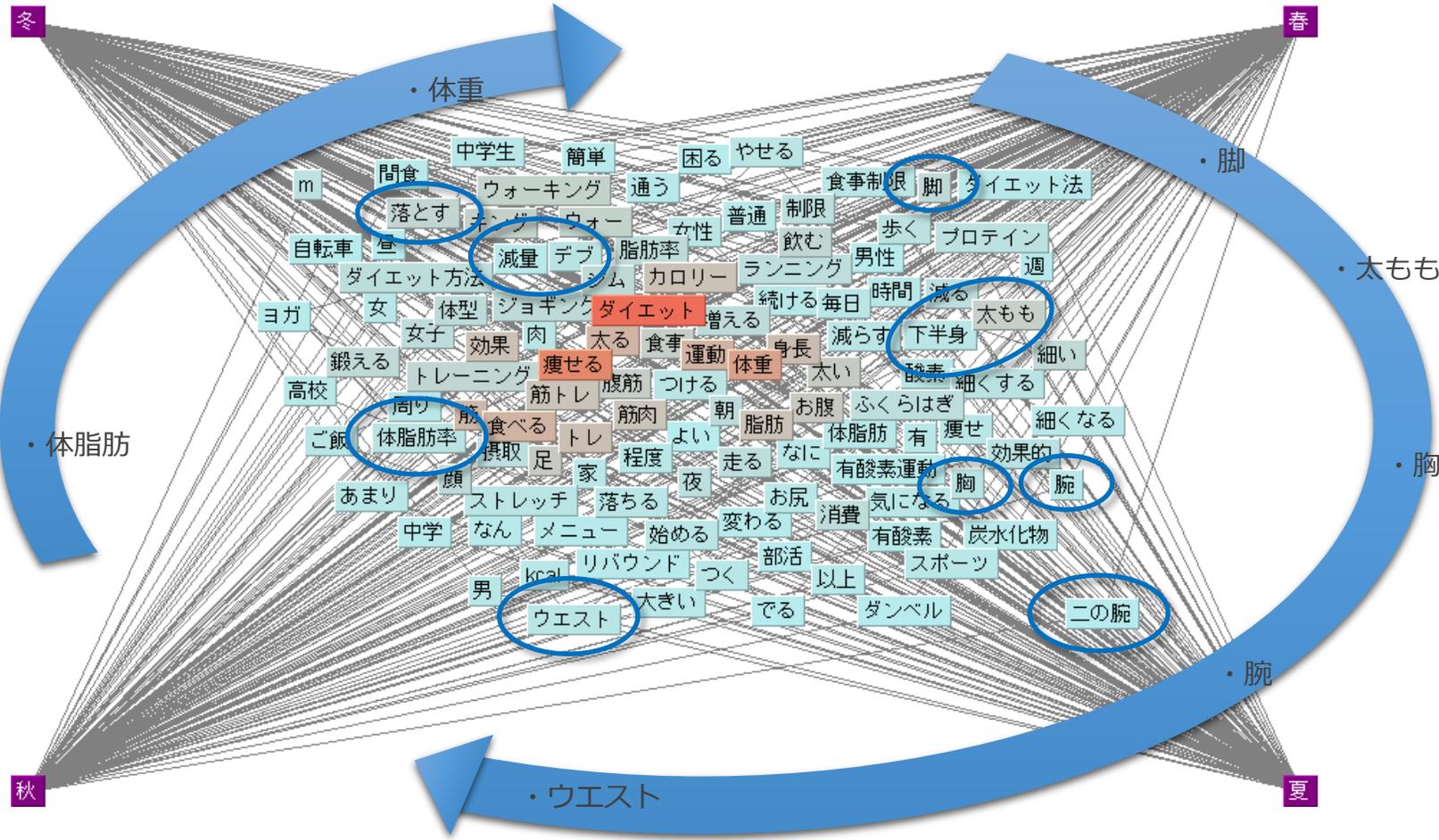
Note



【4.5 女性 季節傾向】

女性が質問で使っているワードの関係性を四季で比較

春から夏にかけては下半身から上半身へ露出部分への関心が高まり、秋から冬にかけては体重を落とし始める。



Note

【図の見方】

- 位置に関係なく「春」「夏」「秋」「冬」それぞれとの相対的な距離が近いほど同じ投稿内で記述されているワード
- 水色 < 灰色 < 赤色の濃淡順に記述されている頻度が高いワード

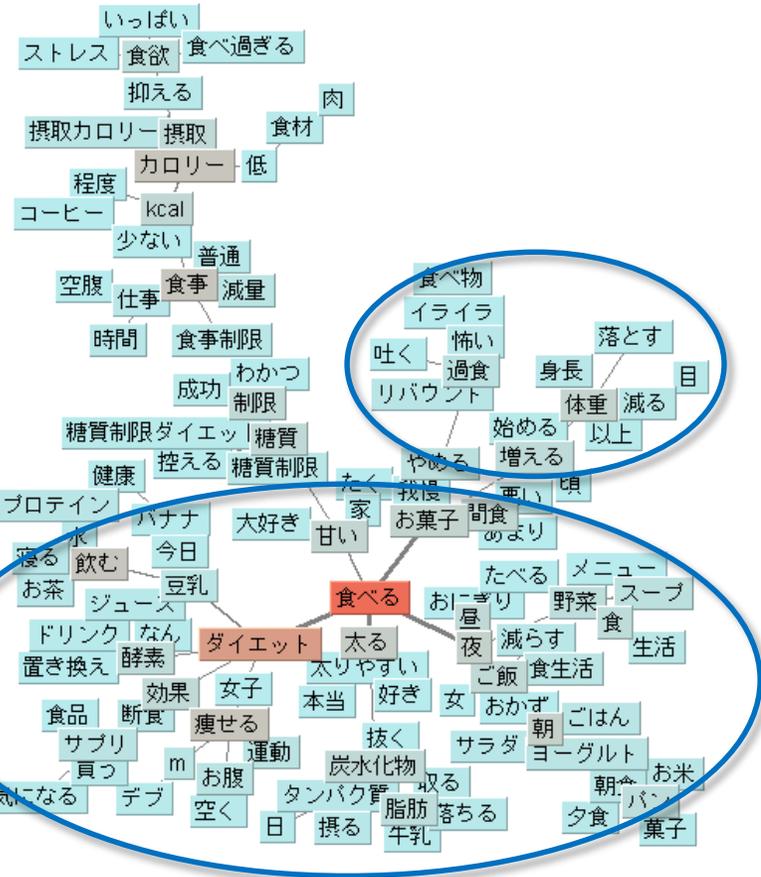
Figure 4.5.1 : 季節ごとの関心内容変化

【4.6 食事と運動】

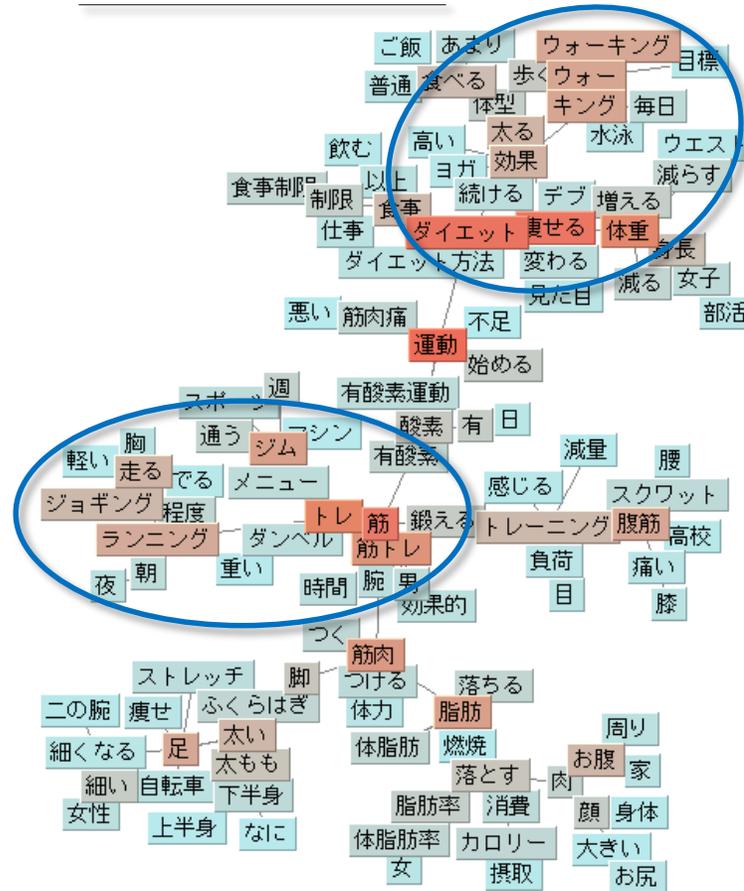
質問で使われているワードの関係性を食事系・運動系で比較

食事系はダイエット方法と効果、運動系は適度な運動系と、筋トレを中心とした本格的な運動系に分かれている。

・ 食事



・ 運動



Note

【図の見方】

- 位置に関係なくお互いの相対的な距離が近いほど同じ投稿内で記述されているワード
- 水色<灰色<赤色の濃淡順に記述されている頻度が高いワード

Figure 4.6.1_1 : 質問ワード関係図_食事

Figure 4.6.1_2 : 質問ワード関係図_運動



質問数比率の増減傾向



「脂肪」「カロリー」等は減少、代わりに「タンパク質」「糖質」が増加

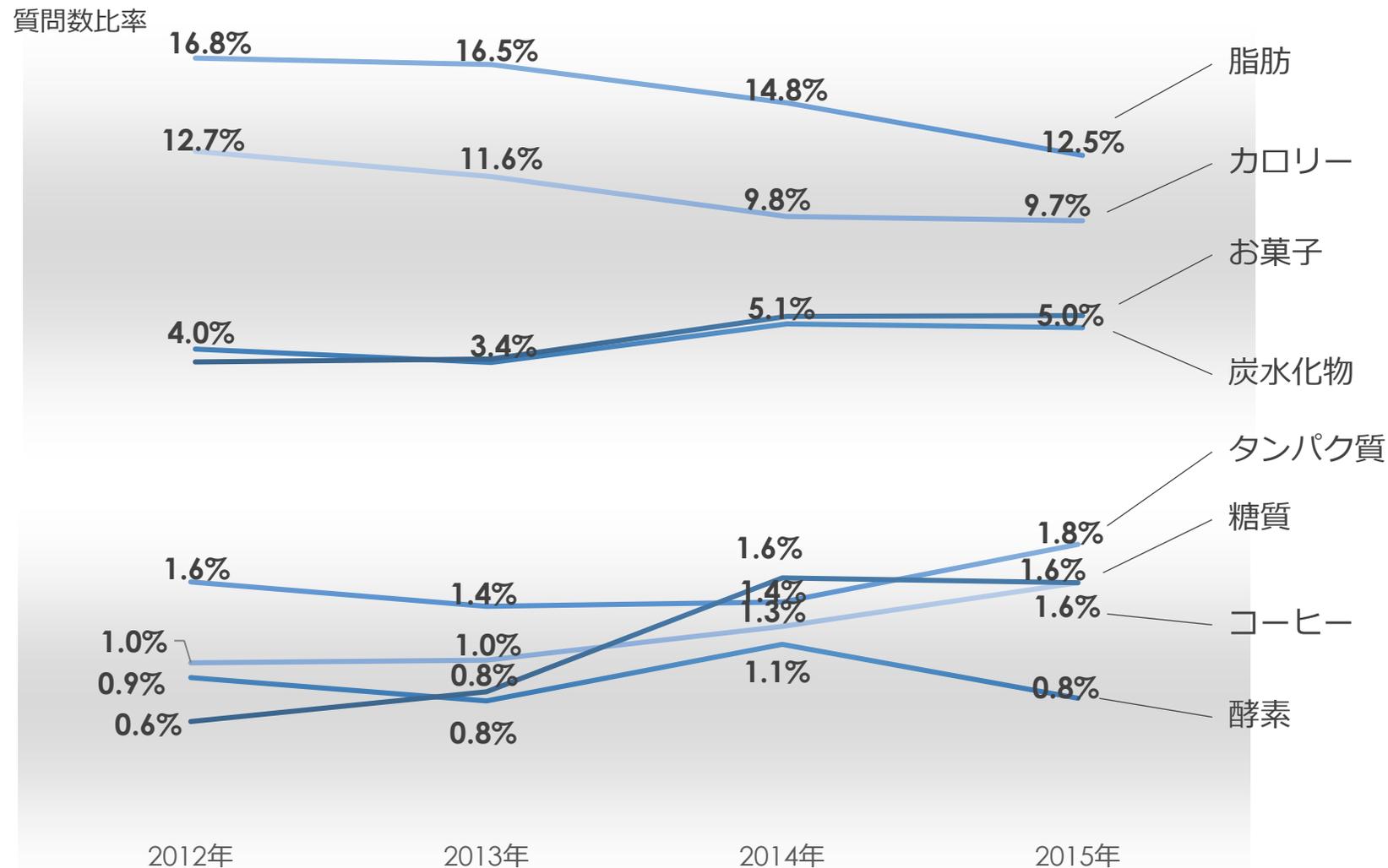


Figure 4.7.1 : 食事トピックトレンド

【4.8 サンプル】

脂肪・カロリー

おからクッキーのカロリー。現在この楽天で販売されている豆乳zeroおからクッキーをおやつにしているのですが、あちこちに痩せると書いてあるにも関わらず、**カロリーがどこにも書いていません。カロリーが分かる方教えてください(>_<)**

カップ焼きそばのカロリーについて。カップ焼きそばにお湯を入れて麺をふやかすと、お湯の表面にかなり油が浮いています。食べる際にはお湯を捨てるので、**表記のカロリーよりは実際の摂取カロリーは少なくなるのでしょうか？**

黒烏龍茶って本当に体脂肪制限に効果ある？店とかで、たまに黒烏龍茶がメニューに乗っています。**体脂肪がきになる方なんちゃらで、高い値段で出しています。これって本当に食事の脂肪摂取に効果あるの？**知ってる方、教えてください！

タンパク質・糖質

糖質制限ダイエット。**糖質制限ダイエットとは具体的にどんな糖質を制限すればいいのでしょうか？**御飯やパンなどの炭水化物を取るのを控えればいいのでしょうか？砂糖は糖質になりますか？甘いものも控えればいいのでしょうか？

糖質制限ダイエットの停滞期？身長161cm 体重59kg 30代女性です。**1年半ばかり糖質制限ダイエットを始めて一ヶ月で5キロ落ち、54キロになりました。しかし、それからが全く痩せないのです。摂取カロリーと消費カロリーが同等なんだと思います。運動は一切せず、活動量も少ない方です。運動をせず食事だけで痩せたいのです。このまま糖質制限食を続けていればこの先々、痩せるのでしょうか？**

タンパク質摂取について。**タンパク質は自分の体重(数字)g 摂取が目安と、よく聞きますが、その2倍3倍と、摂取したらどうなりますか？**すべて吸収されて太りますか？それとも、いくらか排泄されてしまいますか？

Table 4.8.1 : 質問データ



「タンパク質」「糖質」などが今後は主要ワードとなる可能性がある。



Note

地域×月ごとの質問数増減傾向

 **四国・九州地方では年明けに、近畿～東北では5～7月にかけて、北海道では3～4月にかけて関心が高まる。**

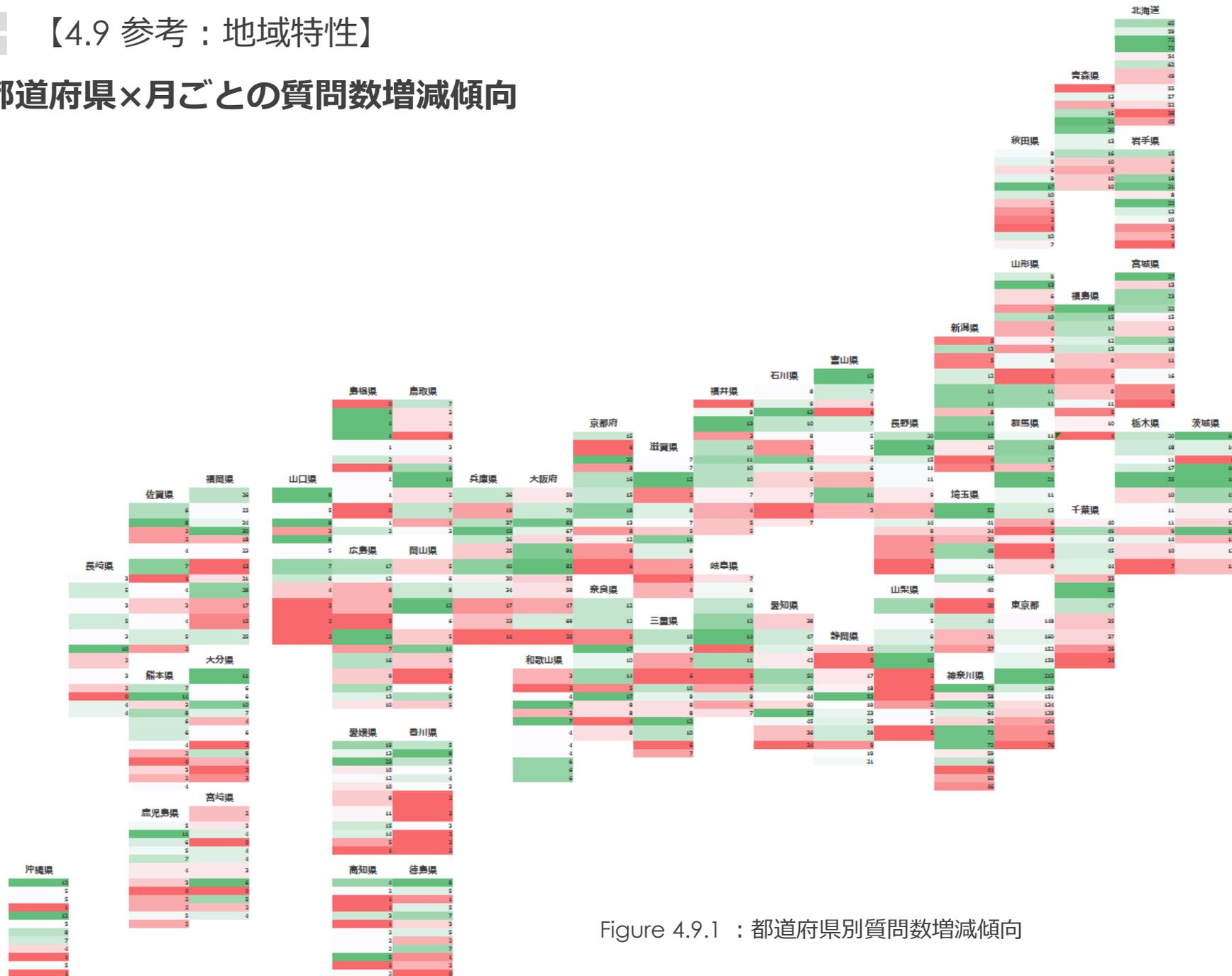
| 月 | 南西 | | 北東 | | | | | |
|-----|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| | 九州地方 | 四国地方 | 中国地方 | 近畿地方 | 中部地方 | 関東地方 | 東北地方 | 北海道地方 |
| 1月 | 68 | 37 | 34 | 141 | 114 | 360 | 84 | 65 |
| 2月 | 71 | 28 | 29 | 125 | 136 | 358 | 69 | 59 |
| 3月 | 52 | 30 | 29 | 168 | 129 | 337 | 64 | 72 |
| 4月 | 61 | 19 | 27 | 140 | 116 | 338 | 90 | 72 |
| 5月 | 61 | 26 | 23 | 139 | 176 | 435 | 97 | 54 |
| 6月 | 63 | 17 | 36 | 158 | 116 | 350 | 63 | 62 |
| 7月 | 40 | 17 | 34 | 165 | 121 | 361 | 76 | 49 |
| 8月 | 45 | 17 | 42 | 138 | 123 | 309 | 60 | 55 |
| 9月 | 47 | 27 | 19 | 132 | 133 | 278 | 52 | 57 |
| 10月 | 36 | 22 | 32 | 103 | 97 | 260 | 35 | 52 |
| 11月 | 40 | 10 | 26 | 117 | 92 | 231 | 54 | 38 |
| 12月 | 45 | 5 | 22 | 77 | 77 | 199 | 39 | 45 |

Table 4.9.1 : 地域別質問数増減傾向

 **九州から東北までは暖かくなり露出が増える時期との相関があることが考えられる。北海道については水着になる機会が少ないため、夏よりも新学期・新生活開始時に関心が高まっていると思われる。**



都道府県×月ごとの質問数増減傾向



Note

◆ 月別質問数

| 月 | 新潟県 | 傾向 |
|-----|-----|-----|
| 1月 | 5 | 質問少 |
| 2月 | 13 | |
| 3月 | 5 | |
| 4月 | 12 | 質問多 |
| 5月 | 14 | |
| 6月 | 14 | |
| 7月 | 8 | |
| 8月 | 14 | 質問少 |
| 9月 | 15 | |
| 10月 | 10 | |
| 11月 | 4 | 質問少 |
| 12月 | 5 | |

Figure 4.9.1 : 都道府県別質問数増減傾向

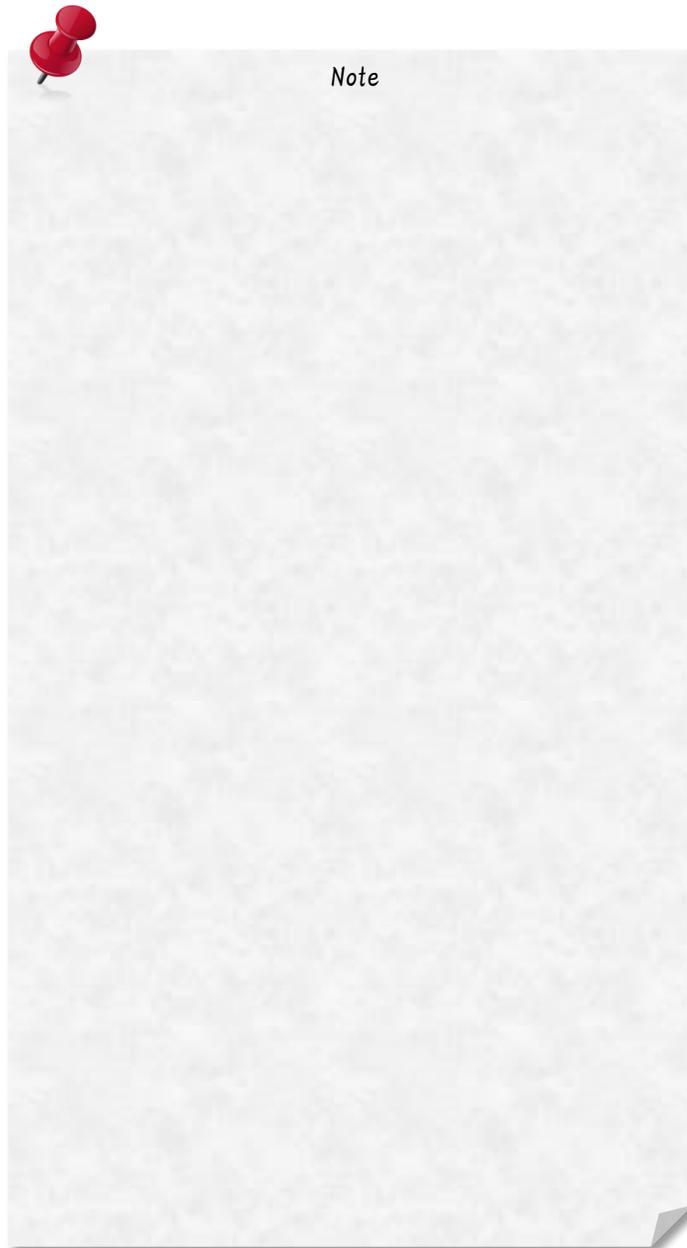
Q & A には発見がいっぱい!

1. 季節・職業に応じた情報発信

学生・社会人、春夏秋冬でも女性が気にするダイエットのポイントは変化しており注意を払う必要がある。

2. トレンドワードを用いたマーケティング

直近では「糖質」「タンパク質」といったワードが増加傾向。これらのワードを積極的に用いることで集客力が高まると思われる。



Q & A には発見がいっぱい!

 OKWave総合研究所

<http://www.okwave.co.jp/ri/>

発行日 2015年5月26日

【公式Facebookページ】

<http://www.facebook.com/okwave.ri>

【お問い合わせ】

<http://bit.ly/okwaveri>

【次回予告】

タイトル : 「家電」

発行予定日 : 2015年6月30日