

報道関係者 各位

メンタル疲れと免疫力に関する調査 2020

養命酒製造株式会社は、「メンタル疲れと免疫力」というテーマで、インターネット調査を2020年6月26日～6月29日の4日間で行い、全国の20歳～59歳の男女1,000名の有効回答を回収しました。(調査協力会社：ネットエイジア株式会社)

心の疲れは体の疲れと違って自覚しにくく、自分でも気づかないうちに“メンタル疲れ”となってしまう傾向が高いです。養命酒製造株式会社では、コロナ禍による生活の変化を乗り切る対策や夏の健康法のヒントを得るため、メンタル疲れや体の冷え、それらと免疫力の関係性について実態を探りました。

【メンタル疲れと体の冷え】

メンタル疲れの原因や症状・サインがある人“メンタル疲れさん”は全体の75%

“メンタル疲れさん”が多いのは40代女性、断然少ないのは50代男性

イライラはメンタル疲れが進行する原因に？ 最近、イライラすることランキングTOP4「暑い時期のマスク着用」「収入・家計」「マスク着用による不快感」「外出自粛」

“メンタル疲れさん”の3人に1人が「収入・家計」にイライラ

在宅ワーク実践者の14%が「在宅ワーク期間終了による出勤再開」にイライラ

在宅ワークでの仕事への意欲 「出勤時よりアップ」は21%、20代では31%

在宅ワークでの仕事の質 「出勤時よりアップ」は23%、20代では35%

在宅ワークでの仕事の効率 「出勤時よりアップ」は29%、20代では42%

在宅ワークで意欲・質・効率がすべてアップした人では23%が出勤再開にイライラ

オンライン飲み会でイライラを感じさせるメンバーのNG行動

1位「退出させない」2位「映り込んだものを詮索」3位「部屋の中を映してとリクエスト」

暑くなっても体の冷えを感じる“夏も冷え症さん”は全体の3割

“夏も冷え症さん”の約6割が「寝る前にスマホ・タブレットをいじる」と回答

【体の冷え・メンタル疲れと免疫力の関係性】

「外出自粛生活開始後に体の不調を感じやすくなった」約3割

「体の不調を感じやすい」4割半、50代女性では6割強

体の冷えやメンタル疲れは免疫力低下の原因？

「体の不調を感じやすい」「夏も冷え症さん」の7割半、メンタル疲れが深刻な人の9割強
免疫力に関する認知 「笑いで免疫力アップ」「体温アップで免疫力アップ」認知率は65%

「適度に運動すると免疫力がアップすること」認知率は76%

体温を上げるために行いたいこと 1位「質のよい睡眠をとる」

体温アップ方法 男性の2割強が「筋トレ」、女性の2割半が「ヨガ・ストレッチ」に注目

男性のメンタル疲れ解消方法 1位「好きな音楽」2位「ゴロゴロ」3位「お笑い」「お酒」

女性のメンタル疲れ解消方法 1位「甘いもの」2位「好きなドラマ」3位「好きな音楽」

【メンタル疲れ解消・免疫力アップと芸能人】

笑いでメンタル疲れを解消するために見たいお笑い芸人 1位「サンドウィッチマン」

免疫力アップのために一緒にオンラインヨガをしたい芸能人 1位「ローラさん」

この人の笑顔を見るとどんなイライラも吹き飛んでしまうと思う、笑顔がステキな芸能人

男性芸能人1位「明石家さんまさん」、女性芸能人1位「新垣結衣さん」

この人の声を寝る前に聞くとぐっすり眠れると思う、ステキな声の芸能人

男性芸能人1位「福山雅治さん」、女性芸能人1位「新垣結衣さん」

【メンタル疲れと体の冷え】

◆メンタル疲れの原因や症状・サインがある人“メンタル疲れさん”は全体の75%

◆“メンタル疲れさん”が多いのは40代女性、断然少ないのは50代男性

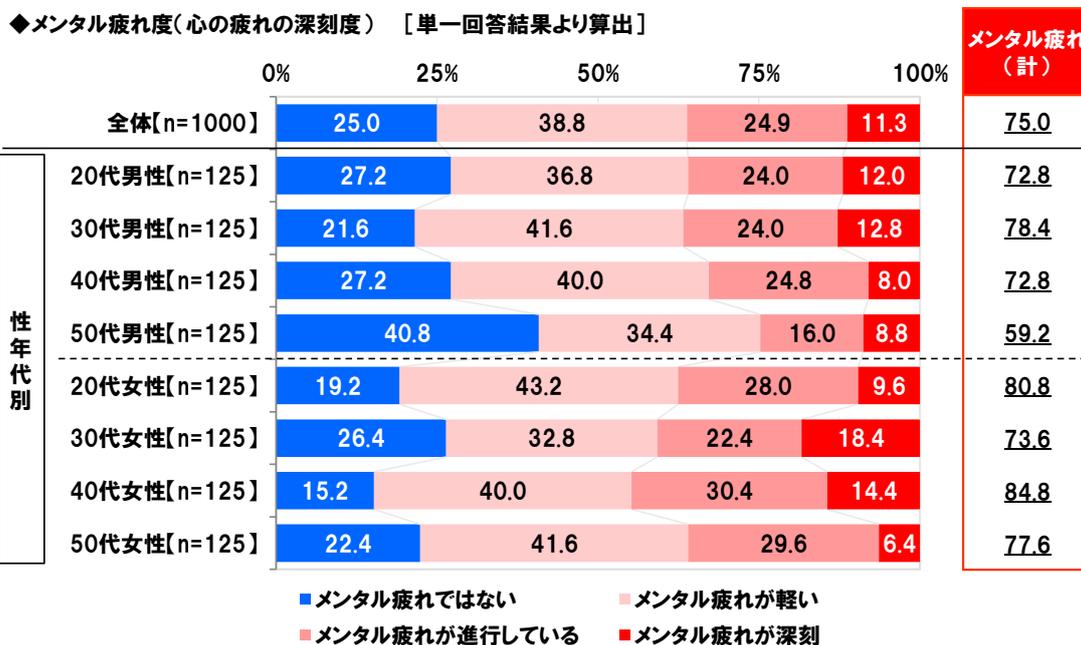
全国の20歳～59歳の男女1,000名（全回答者）に、普段の生活の状況や心身の状態について質問しました。

全回答者（1,000名）に、メンタル疲れの原因や症状・サイン（※1）を提示し、それぞれ自身にあてはまるかを回答してもらった結果を用いて、“メンタル疲れ度”で分類（※2）したところ、「メンタル疲れが軽い」は38.8%、「メンタル疲れが進行している」は24.9%、「メンタル疲れが深刻」は11.3%で、合計した『メンタル疲れ（計）』は75.0%となりました。他方、「メンタル疲れではない」は25.0%と、少数派でした。

性年代別にみると、「メンタル疲れ」の割合が最も高くなったのは40代女性（84.8%）、最も低くなったのは50代男性（59.2%）でした。

※1 メンタル疲れの原因や症状・サインとして、(1)「ひとりで自分の好きなことをやる時間がない」、(2)「睡眠を十分にとれていない」、(3)「イライラを他人にぶつけることが多い」、(4)「体に今までなかった不調が出てなかなか治らない」、(5)「自分にダメ出しをすることが多くなった」、(6)「生きる気力が湧かない」の6つの状態を提示した。

※2 メンタル疲れの原因や症状・サインとして提示した6つの状態について、それぞれ自身にあてはまるかどうかを回答してもらい、「あてはまる」と回答した数が0個は「メンタル疲れではない」、1個～2個は「メンタル疲れが軽い」、3個～4個は「メンタル疲れが進行している」、5個～6個は「メンタル疲れが深刻」と分類した。

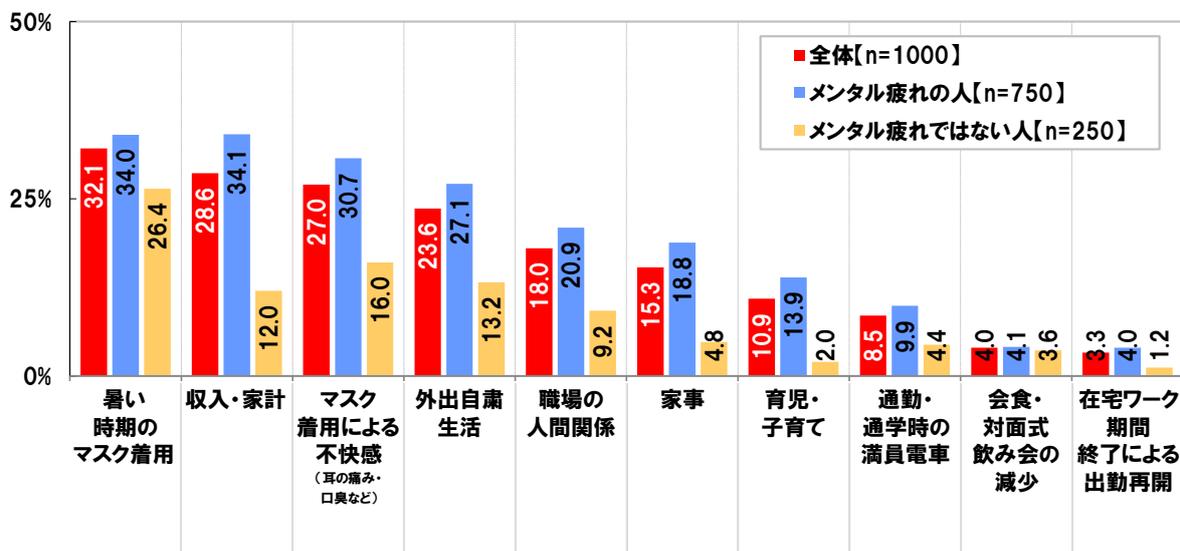


◆ イライラはメンタル疲れが進行する原因に？ 最近、イライラすることランキングTOP4「暑い時期のマスク着用」「収入・家計」「マスク着用による不快感」「外出自粛」
 ◆ “メンタル疲れさん”の3人に1人が「収入・家計」にイライラ

全回答者（1,000名）に、最近、どのようなことにイライラすることがあったか聞いたところ、「暑い時期のマスク着用」（32.1%）が最も高く、次いで、「収入・家計」（28.6%）、「マスク着用による不快感（耳の痛み・口臭など）」（27.0%）、「外出自粛生活」（23.6%）、「職場の人間関係」（18.0%）となりました。コロナ禍による生活の変化がイライラを引き起こしている傾向が高いようです。

メンタル疲れの状態別にみると、「収入・家計」はメンタル疲れの人では34.1%と、メンタル疲れではない人（12.0%）と比べて22.1ポイント高くなりました。

◆最近、どのようなことにイライラすることがあったか 【複数回答形式】 ※上位10位までを抜粋

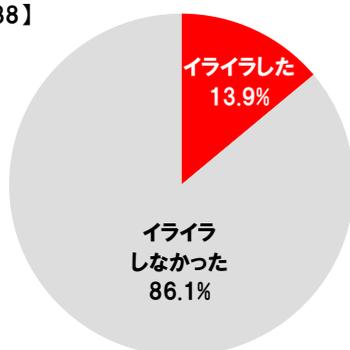


- ◆在宅ワーク実践者の14%が「在宅ワーク期間終了による出勤再開」にイライラ
- ◆在宅ワークでの仕事への意欲「出勤時よりアップ」は21%、20代では31%
- ◆在宅ワークでの仕事の質「出勤時よりアップ」は23%、20代では35%
- ◆在宅ワークでの仕事の効率「出勤時よりアップ」は29%、20代では42%
- ◆在宅ワークで意欲・質・効率がすべてアップした人では23%が出勤再開にイライラ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、在宅ワークを積極的に取り入れる企業が増えたものの、緊急事態宣言解除以降、多くの企業では出勤を再開しました。出勤再開は、ビジネスパーソンのメンタル疲れにどのような影響を及ぼしたのでしょうか。

今年の3月以降に在宅ワークをした人（238名）に、最近、＜在宅ワーク期間終了による出勤再開＞にイライラすることがあったか聞いたところ、「イライラした」は13.9%となりました。

◆最近、＜在宅ワーク期間終了による出勤再開＞にイライラすることがあったか
対象：今年の3月以降に在宅ワークをした人
全体[n=238]



次に、出勤して仕事をした場合と比べて、仕事への意欲や仕事の質・効率がどのように変わったか、在宅ワークについての自己評価を聞きました。

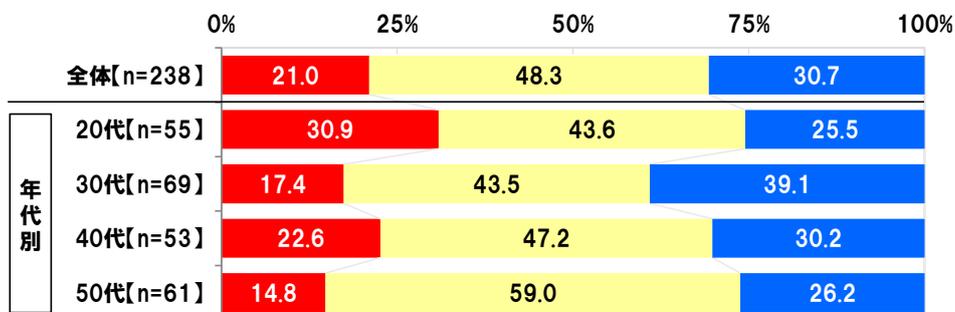
在宅ワークをしている間、【仕事への意欲】が「出勤時よりアップした」は21.0%、「出勤時と変わらなかった」は48.3%、「出勤時よりダウンした」は30.7%となりました。

年代別にみると、「出勤時よりアップした」と回答した人の割合は、20代（30.9%）が最も高くなりました。

◆在宅ワークをしている間、出勤時と比べてどのように感じたか [単一回答形式]

【仕事への意欲】

対象：今年の3月以降に在宅ワークをした人



■ 出勤時よりアップした ■ 出勤時と変わらなかった ■ 出勤時よりダウンした

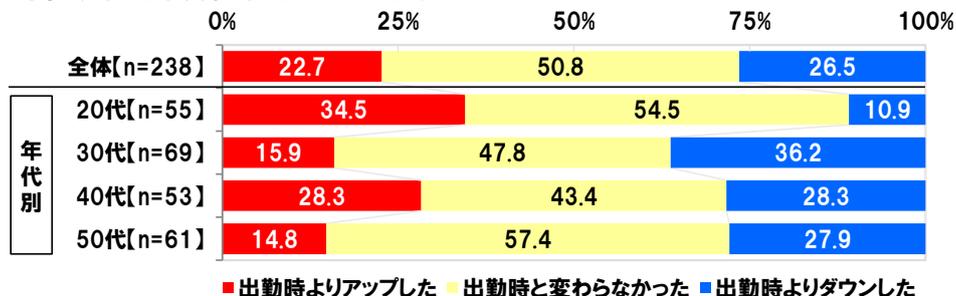
在宅ワークをしている間、【仕事の質】が「出勤時よりアップした」は22.7%、「出勤時と変わらなかった」は50.8%、「出勤時よりダウンした」は26.5%となりました。

年代別にみると、「出勤時よりアップした」と回答した人の割合は、20代（34.5%）が最も高くなりました。

◆在宅ワークをしている間、出勤時と比べてどのように感じたか [単一回答形式]

【仕事の質】

対象：今年の3月以降に在宅ワークをした人



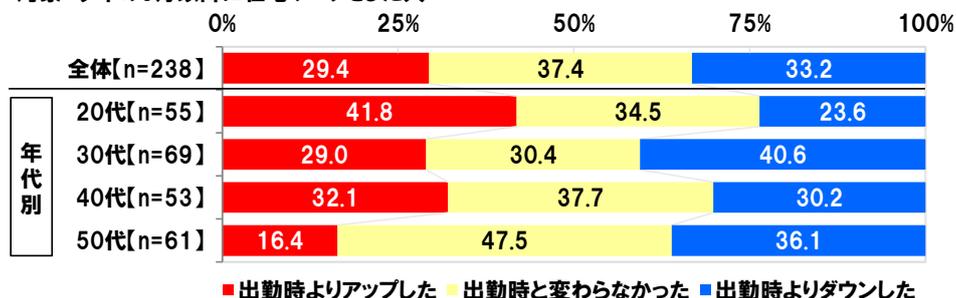
在宅ワークをしている間、【仕事の効率】が「出勤時よりアップした」は29.4%、「出勤時と変わらなかった」は37.4%、「出勤時よりダウンした」は33.2%となりました。

年代別にみると、「出勤時よりアップした」と回答した人の割合は、【仕事への意欲】【仕事の質】と同様、20代（41.8%）が最も高くなりました。20代の在宅ワーカーには、在宅ワークによって仕事がかどったと感じている人が多いようです。環境が変わっても、うまく対応して仕事に取り組んでいる人が20代には多いのではないのでしょうか。

◆在宅ワークをしている間、出勤時と比べてどのように感じたか [単一回答形式]

【仕事の効率】

対象：今年の3月以降に在宅ワークをした人

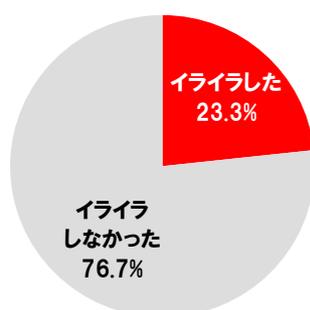


ここで、在宅ワークにより仕事への意欲・仕事の質・仕事の効率のすべてがアップした人（30名）について、最近、＜在宅ワーク期間終了による出勤再開＞にイライラすることがあったという割合をみると、全体（13.9%）と比べて約10ポイント高い23.3%となりました。在宅ワークによって、より前向きに仕事に取り組め、仕事の質を高めることができ、効率よく仕事を進められたと実感したビジネスパーソンには、出勤再開を残念に感じた人は少なくなることがわかりました。

◆最近、＜在宅ワーク期間終了による出勤再開＞にイライラすることがあったか

対象：今年の3月以降に在宅ワークをした人で、在宅ワークにより仕事への意欲・仕事の質・仕事の効率のすべてがアップした人

全体[n=30]



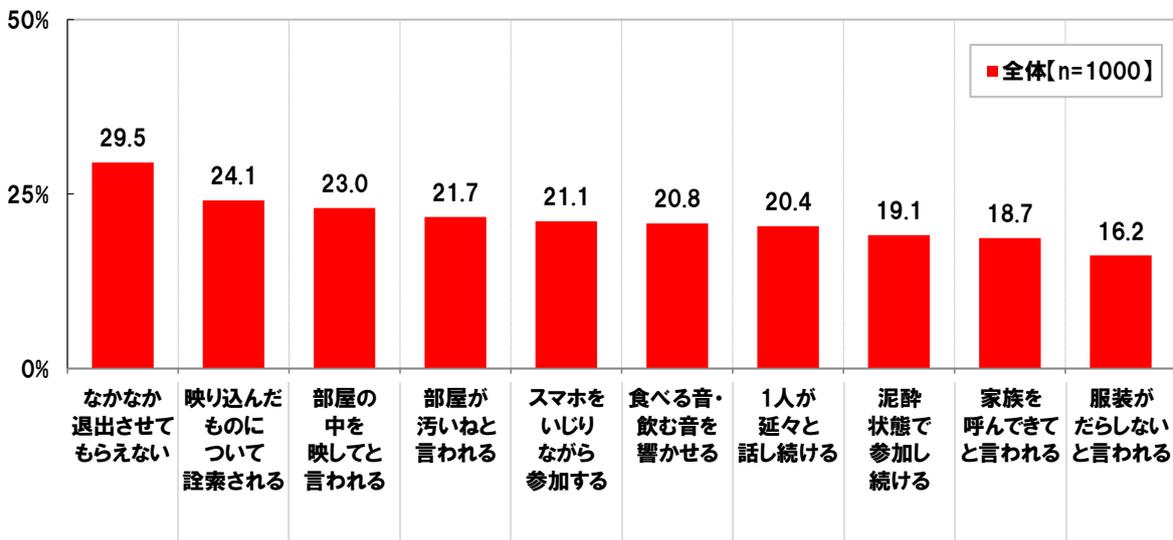
◆オンライン飲み会でイライラを感じさせるメンバーのNG行動

1位「退出させない」2位「映り込んだものを詮索」3位「部屋の中を映してとリクエスト」

感染症のリスクを心配することなく飲み会を楽しむ方法として、オンライン飲み会が注目されています。オンライン飲み会中、もし参加者がされたらメンタル疲れとなってしまうような言動とはどのようなものなのでしょうか。

全回答者（1,000名）に、オンライン飲み会の時に他のメンバーにされたら不快だと思うことを聞いたところ、「なかなか退出させてもらえない」（29.5%）が最も高く、次いで、「映り込んだものについて詮索される」（24.1%）、「部屋の中を映してと言われる」（23.0%）、「部屋が汚いねと言われる」（21.7%）、「スマホをいじりながら参加する」（21.1%）となりました。上位4位に挙げたのは、いずれもいわゆる“リモートハラスメント（リモハラ）”にあたる行為です。気軽に参加できるオンライン飲み会では、行動を強制したり、プライバシーに踏み込んだりするような言動が、参加者のイライラの原因となってしまうようです。

◆オンライン飲み会の時に他のメンバーにされたら不快だと思うこと [複数回答形式] ※上位10位までを抜粋

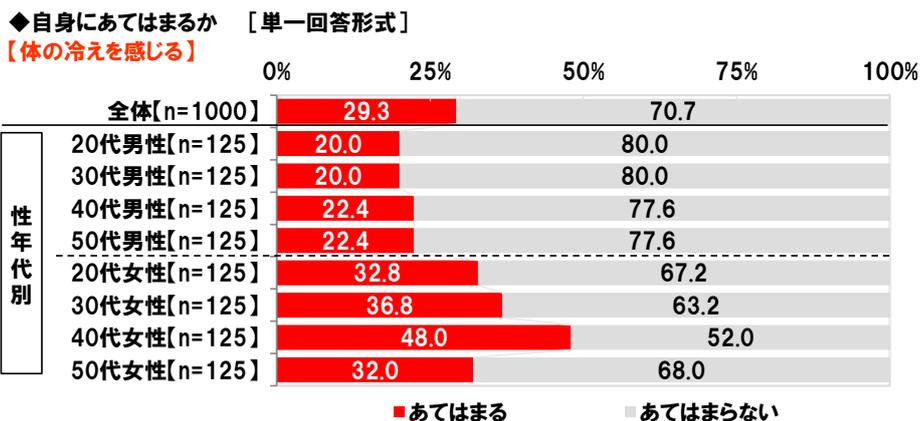


◆暑くなっても体の冷えを感じる“夏も冷え症さん”は全体の3割
 ◆“夏も冷え症さん”の約6割が「寝る前にスマホ・タブレットをいじる」と回答

次に、夏における冷えの自覚と生活習慣について質問しました。

全回答者（1,000名）に、【体の冷えを感じる】にあてはまるか聞いたところ、「あてはまる」は29.3%、「あてはまらない」は70.7%となりました。

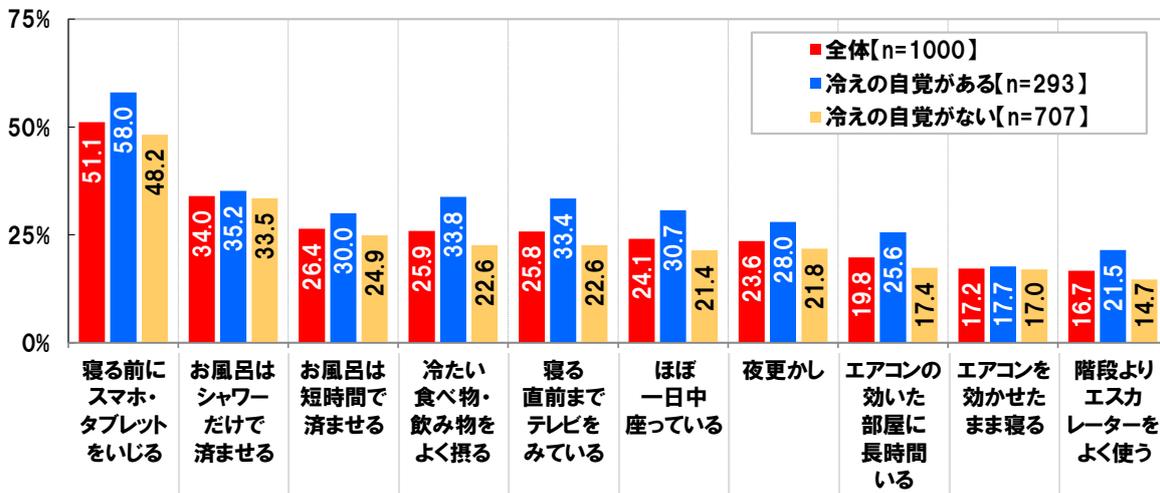
性年代別にみると、体の冷えを感じると回答した人の割合が最も高くなったのは40代女性（48.0%）、最も低くなったのは20代男性と30代男性（どちらも20.0%）でした。



また、冷えにつながりやすい生活習慣を挙げて、普段の生活の中で行っていることを聞いたところ、「寝る前にスマホ・タブレットをいじる」（51.1%）が最も高く、半数以上となりました。寝る前にブルーライトを浴びることが習慣になっている人が多いようです。以降、「お風呂はシャワーだけで済ませる」（34.0%）、「お風呂は短時間で済ませる」（26.4%）、「冷たい食べ物・飲み物をよく摂る」（25.9%）、「寝る直前までテレビをみている」（25.8%）が続きました。

体の冷えの自覚別にみると、冷えの自覚がある人では、「寝る前にスマホ・タブレットをいじる」は約6割（58.0%）、「冷たい食べ物・飲み物をよく摂る」は3割半（33.8%）となりました。暑くなっても冷えを感じている人の中には、普段の生活で、冷えにつながりやすい過ごし方をしている人が少なくないようです。

◆普段の生活の中で行っていること [複数回答形式] ※上位10位までを抜粋



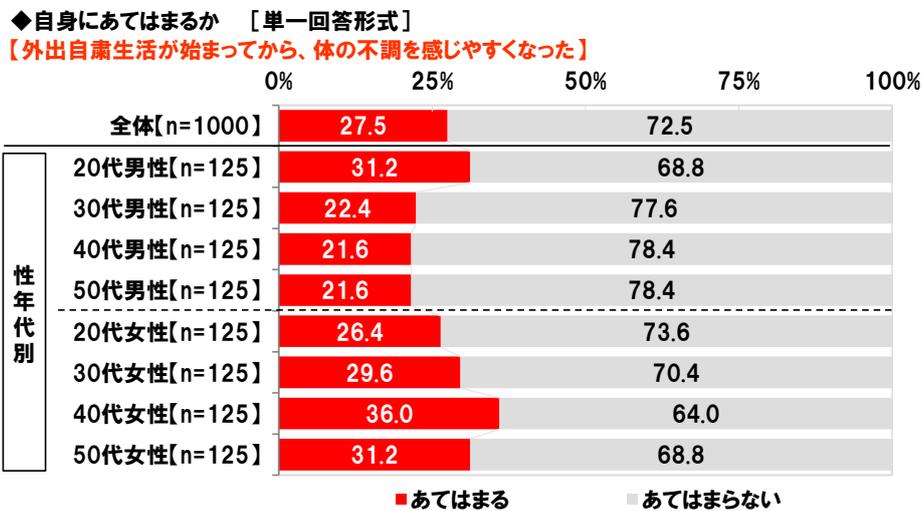
【体の冷え・メンタル疲れと免疫力の関係性】

- ◆「外出自粛生活開始後に体の不調を感じやすくなった」約3割
- ◆「体の不調を感じやすい」4割半、50代女性では6割強
- ◆体の冷えやメンタル疲れは免疫力低下の原因？
「体の不調を感じやすい」「夏も冷え症さん」の7割半、メンタル疲れが深刻な人の9割強

体の冷えやメンタル疲れは、免疫力にどのような影響を及ぼすのでしょうか。

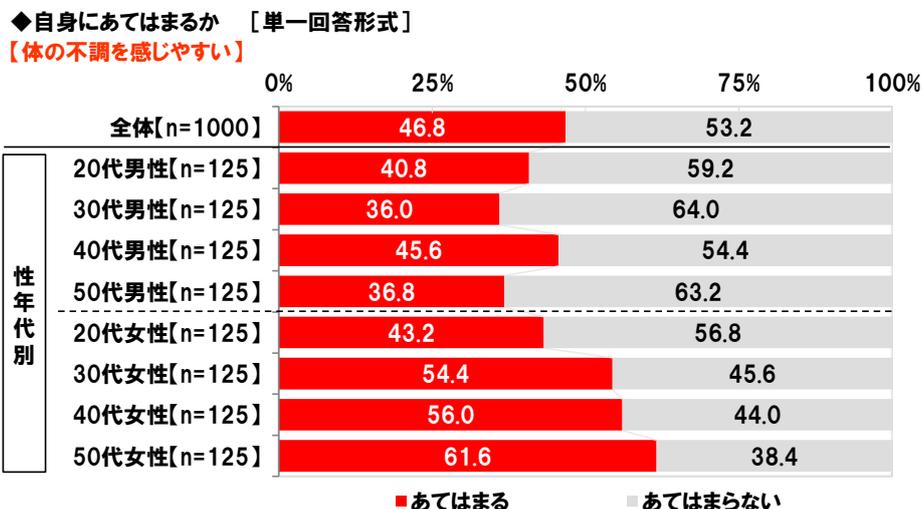
全回答者（1,000名）に、【外出自粛生活が始まってから、体の不調を感じやすくなった】にあてはまるか聞いたところ、「あてはまる」は27.5%、「あてはまらない」は72.5%となりました。コロナ禍により外出を自粛するようになってから、生活のリズムが乱れてしまい、体調が優れなかったという人が少なくないようです。

性年代別にみると、体の不調を感じやすくなったと回答した人の割合は、40代女性（36.0%）が最も高くなりました。



また、【体の不調を感じやすい】にあてはまるか聞いたところ、「あてはまる」は46.8%、「あてはまらない」は53.2%となりました。

性年代別にみると、体の不調を感じやすいと回答した人の割合は、女性では年代が上がるにつれ高くなる傾向がみられ、最も高い50代では61.6%でした。



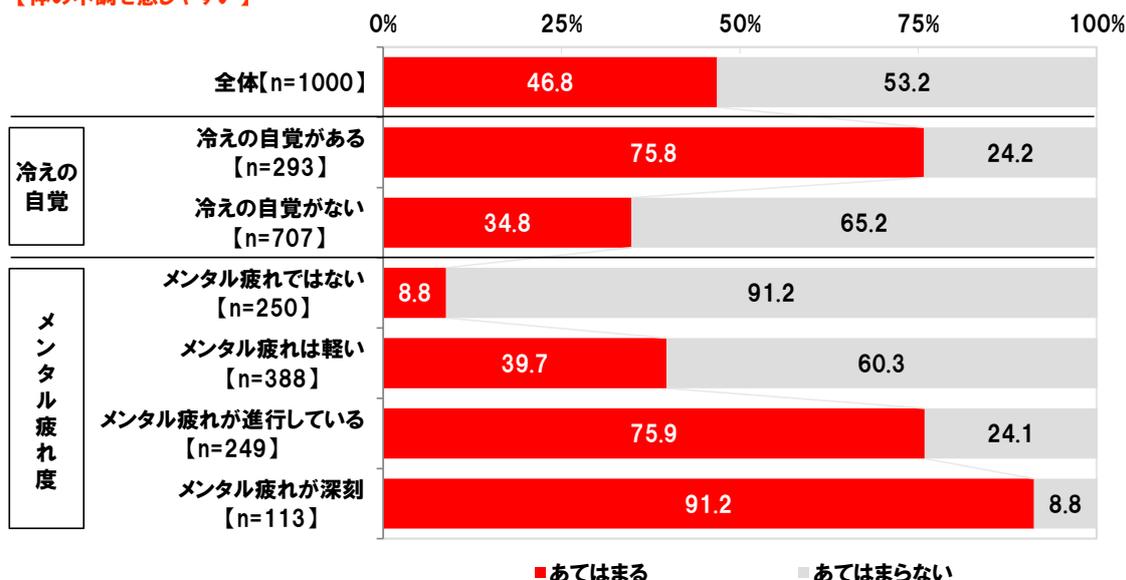
体の冷えの自覚別にみると、体の不調を感じやすいと回答した人の割合は、冷えの自覚がある人では 75.8%と、冷えの自覚がない人（34.8%）と比べて 41.0 ポイント高くなりました。

また、メンタル疲れ度別にみると、体の不調を感じやすいと回答した人の割合はメンタル疲れ度が深刻な人ほど高い傾向がみられ、メンタル疲れではない人では 8.8%、メンタル疲れが軽い人では 39.7%、メンタル疲れが進行している人では 75.9%、メンタル疲れが深刻な人では 91.2%となりました。

体の冷えやメンタル疲れは、免疫力低下をもたらし、体の不調につながる恐れがあるようです。

◆自身にあてはまるか [単一回答形式]

【体の不調を感じやすい】

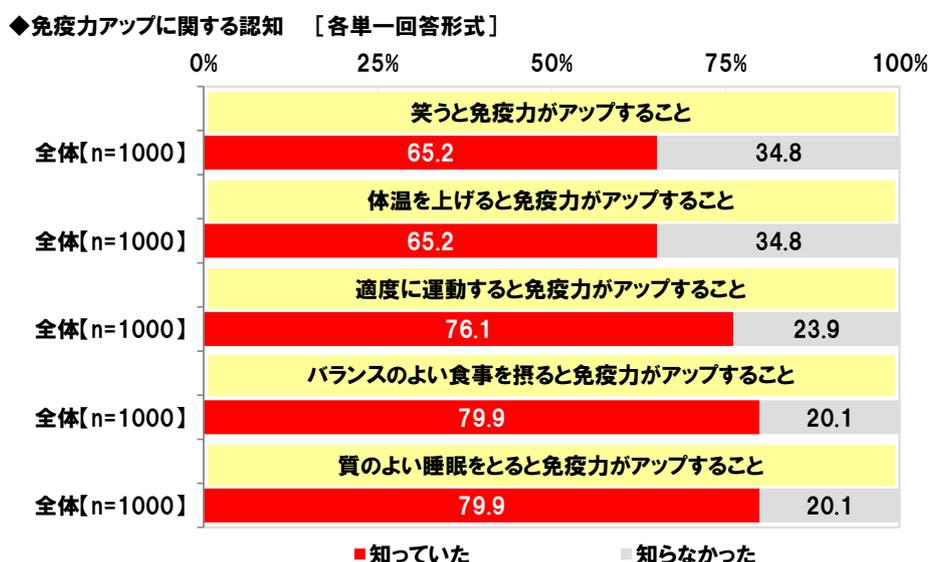


- ◆免疫力に関する認知 「笑いで免疫力アップ」「体温アップで免疫力アップ」認知率は65%
- ◆「適度に運動すると免疫力がアップすること」認知率は76%

免疫力を上げるための方法について、どのくらいの人知っているのでしょうか。

全回答者（1,000名）に、一般的に免疫力がアップするといわれていることを提示し、それぞれ知っているか聞いたところ、「知っていた」と回答した人の割合（以下、認知率）は、【笑うと免疫力がアップすること】と【体温を上げると免疫力がアップすること】ではどちらも65.2%となりました。“笑い”や“体温アップ”が免疫力アップにつながることを知っている人は多いようです。

また、運動や食事、睡眠と免疫力との関係についても聞いたところ、【適度に運動すると免疫力がアップすること】では認知率は76.1%、【バランスのよい食事を摂ると免疫力がアップすること】と【質のよい睡眠をとると免疫力がアップすること】ではどちらも79.9%となりました。



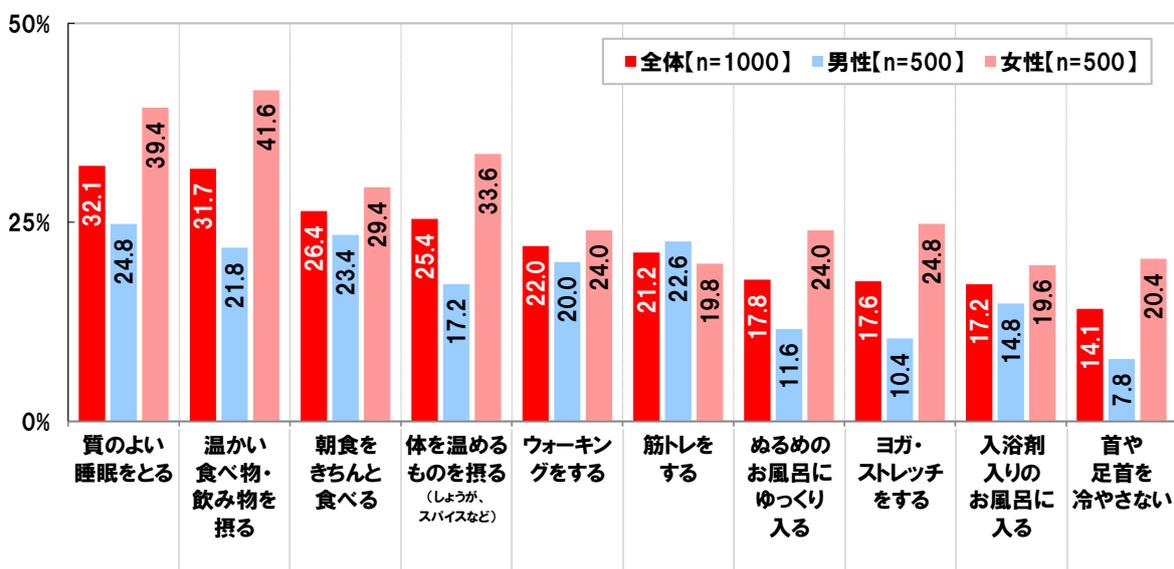
◆**体温を上げるために行いたいこと 1位「質のよい睡眠をとる」**

◆**体温アップ方法 男性の2割強が「筋トレ」、女性の2割半が「ヨガ・ストレッチ」に注目**

全回答者(1,000名)に、体温を上げるために行いたいと思うことを聞いたところ、「質のよい睡眠をとる」(32.1%)と「温かい食べ物・飲み物を摂る」(31.7%)が高くなりました。睡眠の質を高めたり、体を温める食事を取り入れたりすることで、体温アップをしたいと考えている人が多いようです。以降、「朝食をきちんと食べる」(26.4%)、「体を温めるものを摂る(しょうが、スパイスなど)」(25.4%)、「ウォーキングをする」(22.0%)が続きました。そのほか、「筋トレをする」(21.2%)や「ヨガ・ストレッチをする」(17.6%)といった、体を動かすことによる体温アップ方法が上位に挙がりました。

男女別にみると、男性では3位に「筋トレをする」(22.6%)、5位に「ウォーキングをする」(20.0%)、女性では5位に「ヨガ・ストレッチをする」(24.8%)が挙がりました。

◆**体温を上げるために行いたいと思うこと [複数回答形式] ※上位10位までを抜粋**



- ◆ 男性のメンタル疲れ解消方法 1位「好きな音楽」2位「ゴロゴロ」3位「お笑い」「お酒」
- ◆ 女性のメンタル疲れ解消方法 1位「甘いもの」2位「好きなドラマ」3位「好きな音楽」

メンタル疲れを解消する方法として、どのようなことを生活に取り入れている人が多いのでしょうか。

全回答者（1,000名）に、メンタル疲れ（心の疲れ）の解消のためにやっていることを聞いたところ、「甘いものを食べる」（33.6%）と「好きな音楽を聴く」（33.2%）が高く、次いで、「ゴロゴロする」（31.7%）、「好きなドラマ・映画を見る」（29.8%）、「お笑い番組・バラエティ番組を見る」（26.0%）となりました。スイーツやエンタメを楽しむ時間、リラックスする時間を取り入れて、心の疲れを癒している人が多いようです。

男女別にみると、男性回答では1位「好きな音楽を聴く」（28.0%）、2位「ゴロゴロする」（25.6%）、3位「お笑い番組・バラエティ番組を見る」「お酒を飲む」（どちらも21.8%）、女性回答では1位「甘いものを食べる」（47.2%）、2位「好きなドラマ・映画を見る」（39.4%）、3位「好きな音楽を聴く」（38.4%）となりました。

◆メンタル疲れ(心の疲れ)の解消のために行っていること [複数回答形式] ※上位10位までを抜粋

全体[n=1000]			男性[n=500]			女性[n=500]		
順位		%	順位		%	順位		%
1位	甘いものを食べる	33.6	1位	好きな音楽を聴く	28.0	1位	甘いものを食べる	47.2
2位	好きな音楽を聴く	33.2	2位	ゴロゴロする	25.6	2位	好きなドラマ・映画を見る	39.4
3位	ゴロゴロする	31.7	3位	お笑い番組・バラエティ番組を見る	21.8	3位	好きな音楽を聴く	38.4
4位	好きなドラマ・映画を見る	29.8		お酒を飲む	21.8	4位	ゴロゴロする	37.8
5位	お笑い番組・バラエティ番組を見る	26.0	5位	散歩・ウォーキングをする	21.2	5位	友達や家族と話す	35.2
6位	友達や家族と話す	25.7	6位	好きなドラマ・映画を見る	20.2	6位	ショッピングをする(ネットショッピング含む)	30.6
7位	ショッピングをする(ネットショッピング含む)	23.1	7位	甘いものを食べる	20.0	7位	お笑い番組・バラエティ番組を見る	30.2
8位	お酒を飲む	20.8	8位	友達や家族と話す	16.2	8位	散歩・ウォーキングをする	20.2
9位	散歩・ウォーキングをする	20.7	9位	ショッピングをする(ネットショッピング含む)	15.6	9位	旅行をする	20.0
10位	旅行をする	17.5	10位	旅行をする	15.0	10位	お酒を飲む	19.8

【メンタル疲れ解消・免疫力アップと芸能人】

- ◆笑いでメンタル疲れを解消するために見たいお笑い芸人 1位「サンドウィッチマン」
- ◆免疫力アップのために一緒にオンラインヨガをしたい芸能人 1位「ローラさん」

最後に、“メンタル疲れの解消”や“免疫力アップ”をテーマに、あてはまる芸能人について質問しました。

全回答者（1,000名）に、笑いでメンタル疲れを解消するために見たいお笑い芸人を聞いたところ、1位「サンドウィッチマン」、2位「千鳥」、3位「明石家さんまさん」となりました。

◆笑いでメンタル疲れを解消するために見たいお笑い芸人
[自由回答形式] ※上位10位までを抜粋

	全体[n=1000]	件数
1位	サンドウィッチマン	77
2位	千鳥	59
3位	明石家さんま	51
4位	ダウンタウン	38
5位	ぺこぱ	18
6位	ナイツ	16
7位	松本人志	13
8位	有吉弘行	12
9位	チョコレートプラネット	11
10位	NON STYLE	9

免疫力アップのために一緒にオンラインヨガをしたい芸能人を聞いたところ、1位「ローラさん」、2位「菜々緒さん」「新垣結衣さん」となりました。

◆免疫力アップのために一緒にオンラインヨガをしたい芸能人
[自由回答形式] ※上位10位までを抜粋

	全体[n=1000]	件数
1位	ローラ	19
2位	菜々緒	16
	新垣結衣	16
4位	明石家さんま	13
5位	フワちゃん	12
	綾瀬はるか	12
7位	サンドウィッチマン	8
	片岡鶴太郎	8
9位	児嶋一哉	7
	渡辺直美	7

- ◆この人の笑顔を見るとどんなイライラも吹き飛んでしまうと思う、笑顔がステキな芸能人
男性芸能人1位「明石家さんまさん」、女性芸能人1位「新垣結衣さん」
- ◆この人の声を寝る前に聞くとぐっすり眠れると思う、ステキな声の芸能人
男性芸能人1位「福山雅治さん」、女性芸能人1位「新垣結衣さん」

全回答者（1,000名）に、この人の笑顔を見るとどんなイライラも吹き飛んでしまうと思う、笑顔がステキな芸能人を聞いたところ、男性芸能人では「明石家さんまさん」がダントツ、2位「佐藤健さん」、3位「サンドウィッチマン」「マツコ・デラックスさん」「山下智久さん」「平野紫耀さん」、女性芸能人では1位「新垣結衣さん」、2位「綾瀬はるかさん」、3位「佐藤菜里さん」「有村架純さん」となりました。

◆この人の笑顔を見るとどんなイライラも吹き飛んでしまうと思う、笑顔がステキな芸能人
[自由回答形式] ※各上位10位までを抜粋
全体[n=1000]

順位	男性芸能人	件数	順位	女性芸能人	件数
1位	明石家さんま	26	1位	新垣結衣	31
2位	佐藤健	7	2位	綾瀬はるか	17
3位	サンドウィッチマン	6	3位	佐藤菜里	11
	マツコ・デラックス	6		有村架純	11
	山下智久	6	5位	本田翼	9
7位	平野紫耀	6	6位	石原さとみ	8
	菅田将暉	5	7位	浜辺美波	7
	星野源	5	8位	長澤まさみ	5
9位	中村倫也 / BTS 内村光良 / ダウンタウン 松本人志	各4	9位	フワちゃん / 永野芽郁 橋本環奈 / 広瀬すず 中条あやみ / 石田ゆり子	各4

また、この人の声を寝る前に聞くとぐっすり眠れると思う、ステキな声の芸能人を聞いたところ、男性芸能人では1位「福山雅治さん」、2位「竹野内豊さん」、3位「川島明さん」、女性芸能人では1位「新垣結衣さん」、2位「綾瀬はるかさん」「広瀬すずさん」「石原さとみさん」「有村架純さん」となりました。

◆この人の声を寝る前に聞くとぐっすり眠れると思う、ステキな声の芸能人
[自由回答形式] ※各上位10位までを抜粋
全体[n=1000]

順位	男性芸能人	件数	順位	女性芸能人	件数
1位	福山雅治	24	1位	新垣結衣	10
2位	竹野内豊	20	2位	綾瀬はるか	5
3位	川島明	11		広瀬すず	5
4位	斎藤工	10		石原さとみ	5
5位	玉木宏	8		有村架純	5
	佐藤健	8	6位	宇多田ヒカル	4
	森本レオ	8	橋本環奈	4	
	明石家さんま	8	8位	吉岡里帆	3
9位	山下智久 / 中村倫也 星野源	各7		早見沙織	3
				渡辺直美	3

◆調査概要◆

- ◆調査タイトル : メンタル疲れと免疫力に関する調査2020
- ◆調査対象 : ネットエイジアリサーチのインターネットモニター会員を母集団とする
全国の20歳～59歳の男女1,000名
- ◆調査期間 : 2020年6月26日～6月29日
- ◆調査方法 : インターネット調査
- ◆調査地域 : 全国
- ◆有効回答数 : 1,000サンプル
- ◆実施機関 : ネットエイジア株式会社

■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースレターの内容の転載にあたりましては、
「養命酒製造株式会社調べ」と付記のうえ
ご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

■■本調査に関するお問合せ窓口■■

養命酒製造株式会社 マーケティング部
〒150-8563 東京都渋谷区南平台町 16-25
TEL : 03-3462-8338

■■会社概要■■

代表者名 : 代表取締役社長 塩澤太朗
設立 : 大正12(1923)年6月20日
所在地 : 東京都渋谷区南平台町16-25
業務内容 : 養命酒の製造販売等

◆ 会社および製品の詳細は <https://www.yomeishu.co.jp/> をご覧ください。