

9割が食事の大切さを実感。7割が経験した夏風邪のリアル ～風邪をひいたときに試したい、管理栄養士の栄養アップ術～

ウェルネスダイニング株式会社(本社:東京都墨田区、代表取締役:中本哲宏)は、全国の20代～60代の男女を対象に「夏風邪に関する調査」を実施。その結果、約7割の人が夏風邪を経験しており、9割以上の人が夏風邪対策に「食事が大切」だと考えていることが明らかになりました。

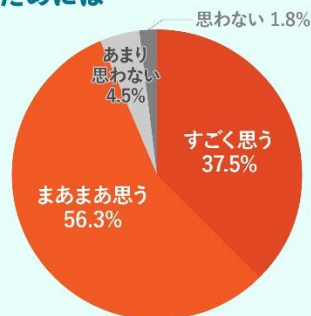
夏の暑さや冷房による室温変化、生活リズムの乱れは、体調を崩しやすい原因となります。特に「夏風邪」は、倦怠感や食欲不振などの症状で夏の活力を奪ってしまうことも。そこで、本調査では夏風邪の経験や原因、そして食に対する意識を探ります。

夏風邪をひいた経験はありますか？



WD LABO ウェルネスダイニング からだ想い研究所

夏風邪をひかないためには食事が大切だと思いますか？



WD LABO ウェルネスダイニング からだ想い研究所

<アンケートの結果について>

■調査結果サマリー

- ✓74.7%が夏風邪を経験したことがあると回答。
- ✓夏風邪のつらい症状として、だるさ・倦怠感(36.2%)、のどの痛み・咳(35.7%)が多くを占める
- ✓93.8%が夏風邪をひかないために「食事が大切」だと考えていると回答

今回の調査では、約75%もの人々が夏風邪の経験があり、そのつらい症状として「だるさ・倦怠感」「のどの痛み・咳」が多く挙げられました。

また、回答者の93.8%が夏風邪をひかないために「食事が大切」だと考えていることが明らかになりました。これは、日々の食生活が体調を左右する重要な要素であるという認識が広く浸透していることがうかがえます。

夏風邪の予防や回復には、バランスの取れた栄養摂取が不可欠です。食欲不振時でも無理なく栄養を補給できる食事は、夏の健康維持において非常に有効な手段となり得るでしょう。



「からだ想い、家族想いのあったか健康応援団」を企業理念に掲げ、制限食に特化した気配り宅配食や、嚥下対応のやわらか宅配食の企画・販売を行っています。社内に管理栄養士が常駐しており、食事制限中においても”食の楽しみ”を忘れず、前向きな気持ちになれるようなご提案やサポートを心がけています。

宅配食を購入してもらうことが目的ではなく「健康になってもらうこと」を目的として、商品に関するご相談だけでなく普段のお食事についてのご相談も積極的に承ることで、健康な食生活をトータルサポートすることに努めており、“日本で一番、栄養相談を承る会社”を目指して参ります。

【会社概要】

所在地:東京都墨田区錦糸 1-2-1 アルカセントラル 6 階

代表者:代表取締役 中本 哲宏

設立:2011 年 6 月

電話番号:03-6807-0280

携帯電話:090-6109-1245

メール:sasaki-t@wellness-dining.co.jp

問い合わせ先:佐々木

以上