

2021年1月14日

報道関係各位

**「人生 100 年時代」に  
100 歳まで最も維持したいものは「記憶力」  
しかし約 7 割が「記憶力」について心配や不安があり  
「名前が思い出せない」という結果に**

雪印メグミルクグループの雪印ビーンスターク株式会社（本社：東京都新宿区 代表取締役社長：内田 彰彦）は、40 歳～79 歳の男女計 600 人を対象に、2020 年 11 月 10 日～12 日にインターネット上で、「健康に関する調査」を通じて、「記憶力」に関する意識を調べました。人生 100 年時代と言われる昨今、生活に必要とされる記憶力についての調査結果を発表いたします。

**■ 調査概要**

健康に関する調査

調査期間：2020 年 11 月 10 日～11 月 12 日

調査方法：インターネットリサーチ

調査対象：男女計 600 人 40 歳～79 歳 各年代男女それぞれ 75 人ずつを全国から無作為抽出

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、【雪印ビーンスターク株式会社】とご明記ください。

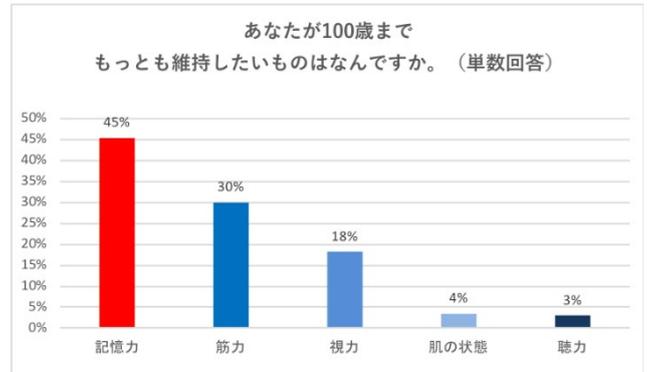
**■ TOPICS**

1. 100 歳まで最も維持したいものは、1 位「記憶力」、2 位「筋力」、3 位「視力」。  
「記憶力」が約半数を占める結果に。
2. これから楽しみたいことは、男女共に「旅行」と「食事」が上位。  
続いて、男性は「お金」や「スポーツ」、女性は「買い物」や「習い事」という結果に。
3. 約 7 割が、自分の「記憶力」について心配や不安があると回答。  
「判断力」については、約 6 割が 10 年後も変わらない自信がない・あまりないと回答。
4. 記憶力低下を実感したことについて聞いたところ、約 7 割が「名前が思い出せない」、  
約 5 割が「なにをしようとしていたか忘れる」との結果に。
5. 親の記憶力を不安に思ったことがある人の割合は約 6 割、パートナーに対しては約 4 割。  
40 代ではパートナーの記憶力を不安に思う割合は 2 割だが、70 代では 5 割にのぼる。
6. 記憶力を維持するために取り組んでいることは、「運動」や「脳トレ」が上位。  
女性が積極的に取り組んでいる結果に。

■ 調査結果の詳細

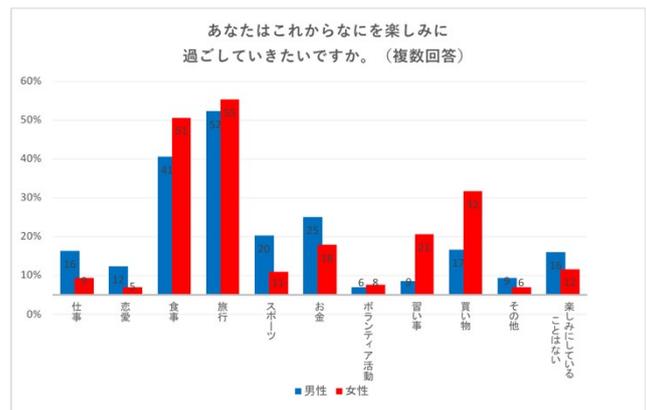
**1. 100歳まで最も維持したいものは、1位「記憶力」、2位「筋力」、3位「視力」。「記憶力」が約半数を占める結果に。**

人生100年時代と言われる昨今、100歳まで最も維持したいものとして、45%の人が「記憶力」と回答しました。続いて「筋力」30%、「視力」10%となり、「肌の状態」や「聴力」は他に比べると低い結果になりました。



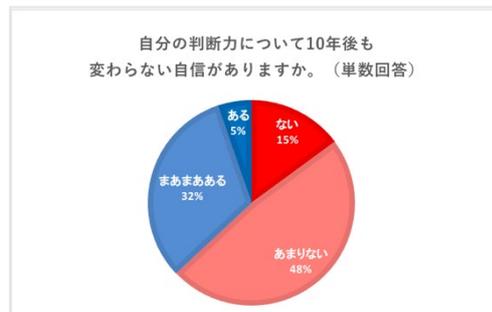
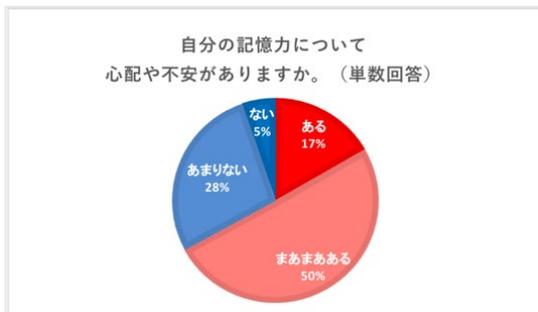
**2. これから楽しみたいことは、男女共に「旅行」と「食事」が上位。続いて、男性は「お金」や「スポーツ」、女性は「買い物」や「習い事」が続いています。**

これからなにを楽しみに過ごしていきたいか聞いたところ、男女ともに「旅行」や「食事」が約半数、続いて、男性は「お金」25%、「スポーツ」20%、女性は「買い物」32%、「習い事」21%と男女差が大きく出る結果になりました。



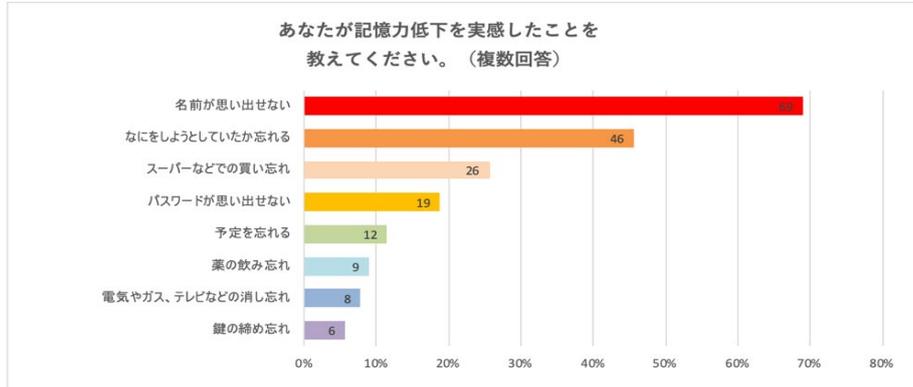
**3. 約7割が、自分の「記憶力」について心配や不安があると回答。自分の「判断力」について、約6割が「10年後も変わらない自信がない・あまりない」と回答。**

1.の設問でもっとも維持したいと答えた「記憶力」について、心配や不安が「ある・まあまあある」と回答した人は67%、「判断力」について10年後も変わらない自信が「ない・あまりない」と回答した人は62%になりました。



**4. 記憶力低下を実感したことについて聞いたところ、約 7 割が「名前が思い出せない」、約 5 割が「なにをしようとしていたか忘れる」との結果に。**

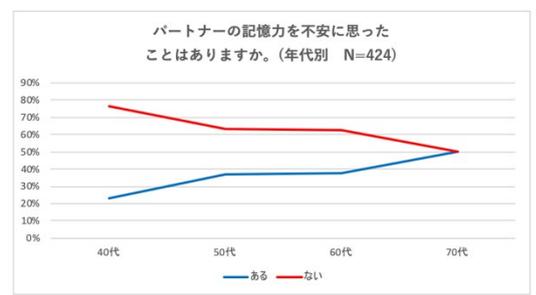
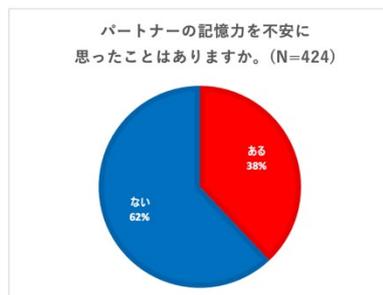
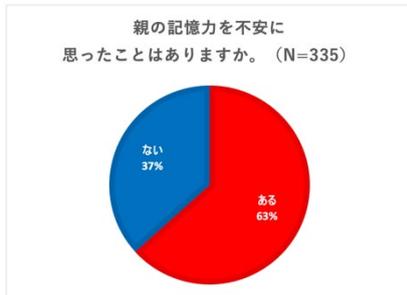
記憶力低下を実感したことについて聞いたところ、「名前が思い出せない」69%、「なにをしようとしていたか忘れる」46%と高く、次いで「スーパーなどでの買い忘れ」26%、「パスワードが思い出せない」19%という結果になりました。



**5. 親の記憶力を不安に思ったことがある人の割合は約 6 割、パートナーに対しては約 4 割。40 代ではパートナーの記憶力を不安に思ったことがある割合は 2 割だが、70 代では 5 割にのぼる。**

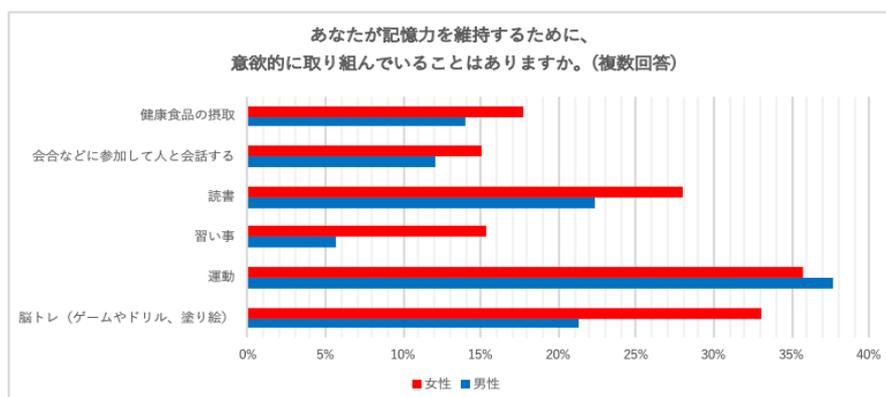
親の記憶力を不安に思ったことがある人は 63%、パートナーに対しては 38%という結果になりました。

また、パートナーの記憶力を不安に思ったことがある割合を年代別でみると、40 代では 23%しかいませんが、50 代、60 代で 37%、70 代になると 50%と増加する結果になりました。



**6. 記憶力を維持するために取り組んでいることは、「運動」や「脳トレ」が上位。女性がより意欲的である結果に。**

記憶力を維持するために意欲的に取り組んでいることを聞いたところ、「運動」「脳トレ」「読書」となりました。「運動」以外の項目においては、男性より女性が意欲的に取り組んでいることが分かりました。





【関連情報】

雪印ビーンスターク（株）は、より母乳に近い赤ちゃん用のミルクを開発するために母乳研究を60年以上続けており、このたび、この研究を活かした大人に役立つ新商品を発売いたします。

また、この発売にあわせて、2021年1月14日に「健康を母乳から科学する」サイトをオープンいたします。人生100年時代、大人にも母乳のチカラを。雪印メグミルクグループが半世紀以上にわたり続けている母乳研究の歴史や、大人向け商品の開発ストーリーをご紹介します。

母乳研究では、母乳の成分と乳児の健康や発育との関連についても研究しています。乳児の脳は生後1年で大人の約70%まで成長する一方で、年齢を重ねると脳の重量が減り、記憶力が低下していきます。乳児の脳や神経の発達のために行ってきた母乳研究を大人への健康にも活かしたい、そのような思いで開発に取り組んでまいりました。本調査では、「健康に関する調査」を通じて大人の記憶力に対する意識を明らかにしました。

2021年1月14日開設

健康を母乳から科学する <https://www.beanstalksnow.co.jp/forfamily/lp/milkscience>

【企業情報】

雪印メグミルクグループの雪印ビーンスターク（株）は、60年以上続く母乳研究を活かし、育児用ミルクや育児用品などの開発・製造販売のほか、全国の栄養士による栄養相談を通じて、産婦人科施設など妊娠、出産、育児を支える方々とともに、赤ちゃんのすこやかな成長と育児をされる皆様の生活をサポートしています。

人がすすくと育ち、いきいきと生きる原点は、母乳です。雪印ビーンスターク（株）は、成長を支え、守る母乳のチカラを大人にも活かすため、永年の母乳研究を活かした大人向け商品も開発・製造販売しています。これからも赤ちゃんをはじめ、ご家族の健康といきいきとした生活をサポートするための企業活動を継続してまいります。

雪印メグミルクグループ 雪印ビーンスターク株式会社 (Bean Stalk Snow Co.,Ltd.)

設立 : 2002年8月7日

代表者 : 代表取締役社長 内田 彰彦

URL : <https://www.beanstalksnow.co.jp>

本件に関する報道機関からのお問合せ

雪印ビーンスターク PR 事務局 (株式会社 flat)

担当 登坂・大澤

TEL : 03-6303-1212

FAX : 03-6303-2773

MAIL: [beanstalksnow@flat-pr.co.jp](mailto:beanstalksnow@flat-pr.co.jp)