

睡眠&ふとん アンケート集計（大阪・東京合計）

睡眠環境・寝具指導士®認定委員会

■主催：JFA&JBA／平成30年4月度一般公開講座（兼：睡眠環境・寝具指導士セミナー）

*セミナー開催日：2018年4月11日：大阪会場、12日：東京会場 午後1時～3時半

セミナー演題：「寝具編テキスト改編内容研修」&「実例講演／睡眠と寝具について」

問1

性別	・男123名・女43名 アンケート166名（含資格者150名）	年齢	（平均41.6歳）
----	------------------------------------	----	-----------

問2

職業	・会社員153名 ・主婦1名 ・自営業11名 ・公務員0名・無職0名・学生他0名
----	--

問3

住居	・木造家屋 75名 ・コンクリート住宅 82名 ・その他9名
----	--------------------------------

問4

1日の睡眠時間	・9時間以上0名 8時間14名 7時間49名 6時間83名 5時間以下20名 * 平均 6.34時間
---------	---

問5

睡眠の満足度	<table style="width:100%; border:none;"> <tr> <td style="text-align:left;">不満</td> <td style="text-align:center;">1</td> <td style="text-align:center;">5</td> <td style="text-align:right;">★平均値 6.2</td> <td style="text-align:right;">満足</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align:center;">1</td> <td></td> <td style="text-align:center;">10</td> <td></td> </tr> </table>	不満	1	5	★平均値 6.2	満足		1		10	
不満	1	5	★平均値 6.2	満足							
	1		10								

問6

睡眠に不満理由 （複数回答可）	・寝つけない 13名	・忙しく寝る時間がない 37名
	・寝具があわない 6名	・心配事等精神的理由 24名
	・持病等肉体的理由 8名	・寝室環境（騒音他） 9名
	・その他（中途覚醒、寝起の時間が不規則、夜更かしなど） 23名	

問7

使用寝具満足度	<table style="width:100%; border:none;"> <tr> <td style="text-align:left;">【掛ふとん】</td> <td style="text-align:center;">1</td> <td style="text-align:center;">5</td> <td style="text-align:right;">★平均 8.0</td> <td style="text-align:right;">満足</td> </tr> <tr> <td style="text-align:left;">【敷ふとん】</td> <td></td> <td></td> <td style="text-align:center;">★平均 7.3</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align:left;">【枕】</td> <td></td> <td></td> <td style="text-align:center;">★平均 6.4</td> <td></td> </tr> </table>	【掛ふとん】	1	5	★平均 8.0	満足	【敷ふとん】			★平均 7.3		【枕】			★平均 6.4	
【掛ふとん】	1	5	★平均 8.0	満足												
【敷ふとん】			★平均 7.3													
【枕】			★平均 6.4													

問8

ふとん購入店 （複数回答可）	・寝具店86名 ・ホームセンター14名 ・カタログ4名 ・家具店7名 ・百貨店17名 ・ネット17名 ・スーパー11名 ・訪販1名・社販等39名
-------------------	---

問9

ふとん購入時の優先項目 （順に1～5番目記入ポイント）	触感・フィット感(354) 保温性(396) 価格(333) 軽さ(136) 吸放湿性(265) 中わた(271) 防ダニ等機能性(14) 側生地(248) 洗濯性(45) 色柄(70) 弾力性(45) 耐久性(127) 収納性(25)
--------------------------------	---

問10

製品性能評価（保温性、吸放湿性等）のラベル 表記があれば、購入時参考にするか。	・する143名 ・しない4名 ・わからない11名
--	--------------------------

* 問11. ふとん業界へのご意見・ご要望 記入数33名（大阪18名、東京15名）
貴重なご意見に感謝し、今後委員会にて 検討協議致します。以上