

～立ち仕事による身体の痛みに対して、自分に合ったケア方法がわからない「ボディケア難民」と判明～ ファイテンが「立ち仕事による身体の痛みとケアに関する実態調査」を実施！

ボディケアカンパニーのファイテン株式会社（所在地：京都市中京区、代表取締役：平田好宏、以下ファイテン）は、立ち仕事に従事している人（30代～50代の男女）を対象に「立ち仕事による身体の痛みとケアに関する実態調査」を実施しました。この調査から、立ち仕事に従事する30代～50代の男女の立ち仕事による身体の痛みやそれに対するケアの実態などが明らかになりました。

あなたが立ち仕事による身体の痛みに対して
行っているケアの課題や不満な点は何ですか。（複数回答可）

自分に合った方法がわからない 48.9%

効果が一時的で、痛みがぶり返す 48.2%

仕事中など、痛みを感じるその場でケアできない 37.8%

費用がかかる 34.1%

手間や時間がかかり、継続するのが難しい 28.2%

特にない 2.2%

(n=135)

調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～ 50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ



<背景>

人手不足が深刻な社会問題となる中、サービス業や小売業、物流業といった社会インフラを支える現場では、労働力の確保が喫緊の課題となっています。これらの職場の多くは「立ち仕事」が中心となることが多く、幅広い年代の働き手が日々身体に負担のかかる業務に従事しています。こうした業務に伴う身体の痛みは、個人の健康問題に留まらず、労働生産性の低下や就労継続の意欲にも影響を及ぼしかねない重要な問題です。しかし、その問題に対する対策は個人に委ねられているのが実情で、実態はあまり明らかになっていません。そこで今回、ファイテン株式会社は、立ち仕事に従事する 30 代～50 代の男女を対象に、「立ち仕事による身体の痛みとケアに関する実態調査」を実施しました。

<調査サマリー>

- ・立ち仕事に従事している人の 55%以上が、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えている
- ・立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えている人のうち、最も多くの人痛みを感じる部位は、「腰」
- ・立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みとして最も多いのは、良くなったり悪くなったりを繰り返す断続的な痛み
- ・最も多くの人立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアは、「湿布や塗り薬」
- ・立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人のうち、4 割以上の人ケアの効果をあまり感じられていない
- ・立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアに効果を感じていない人の約 5 割が「自分に合った方法がわからない」というケアの課題や不満を持っている「ボディケア難民」であることが判明

<調査概要>

調査期間：2025 年 8 月 27 日～9 月 1 日

調査方法：インターネット調査

調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～50 代の男女）

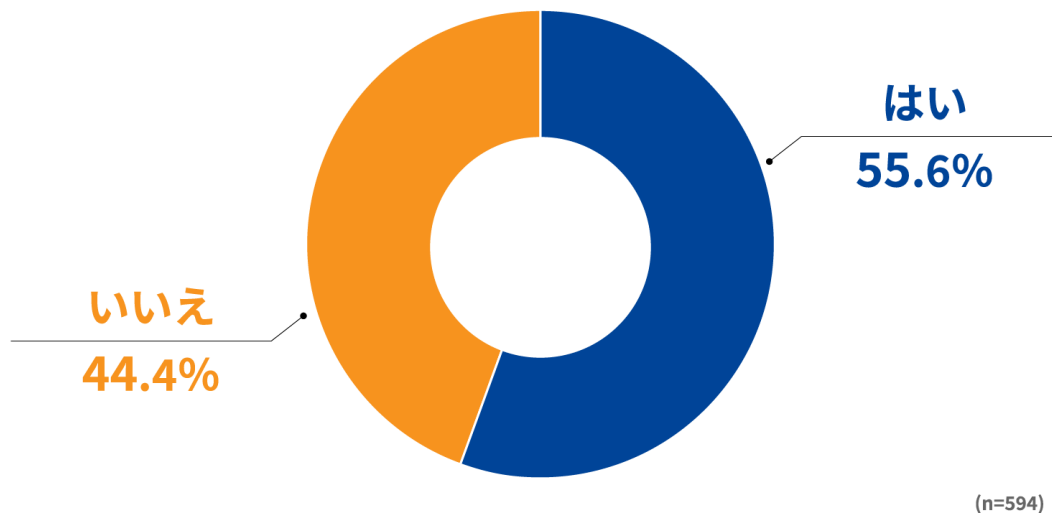
調査人数：594 名

モニター提供元：RC リサーチデータ

立ち仕事に従事している人の 55%以上が、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えている

まず、「あなたは現在、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えているか」を尋ねる設問への回答では、「はい」が 55.6%、「いいえ」が 44.4%という結果になりました。この結果から、立ち仕事に従事している人の 55%以上が、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えていることが明らかになりました。

あなたは現在、立ち仕事が原因と考えられる
身体の痛みを抱えていますか。

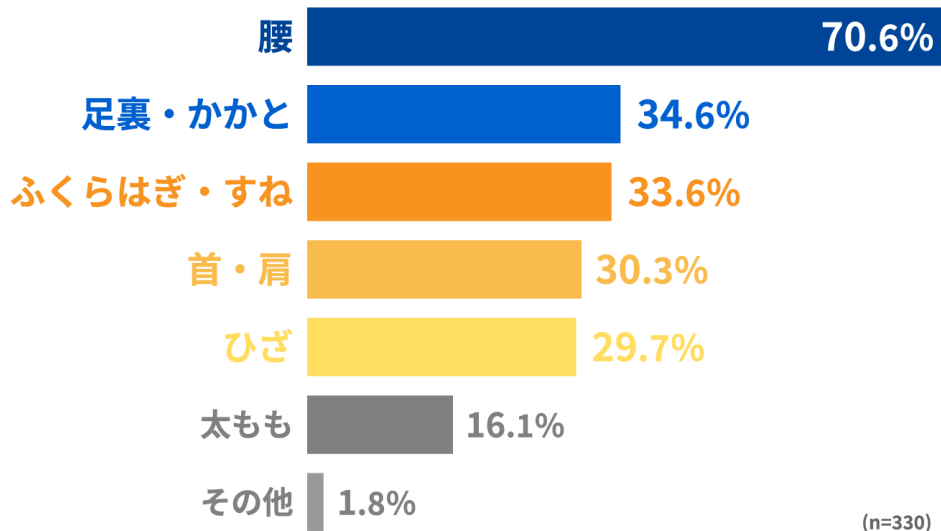


調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ

立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みを抱えている人の内、最も多くの人が痛みを感じる部位は、「腰」

次に、立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みを抱えていると回答した人を対象に「立ち仕事によって痛みを感じる部位」を尋ねる設問への回答では、1 位が「腰」で 70.6%、2 位が「足裏・かかと」で 34.6%、3 位が「ふくらはぎ・すね」で 33.6%という結果になりました。この結果から、立ち仕事によって最も多くの人が痛みを感じる部位は、「腰」であることがわかりました。

立ち仕事によって痛みを感じる部位はどこですか。（複数回答可）

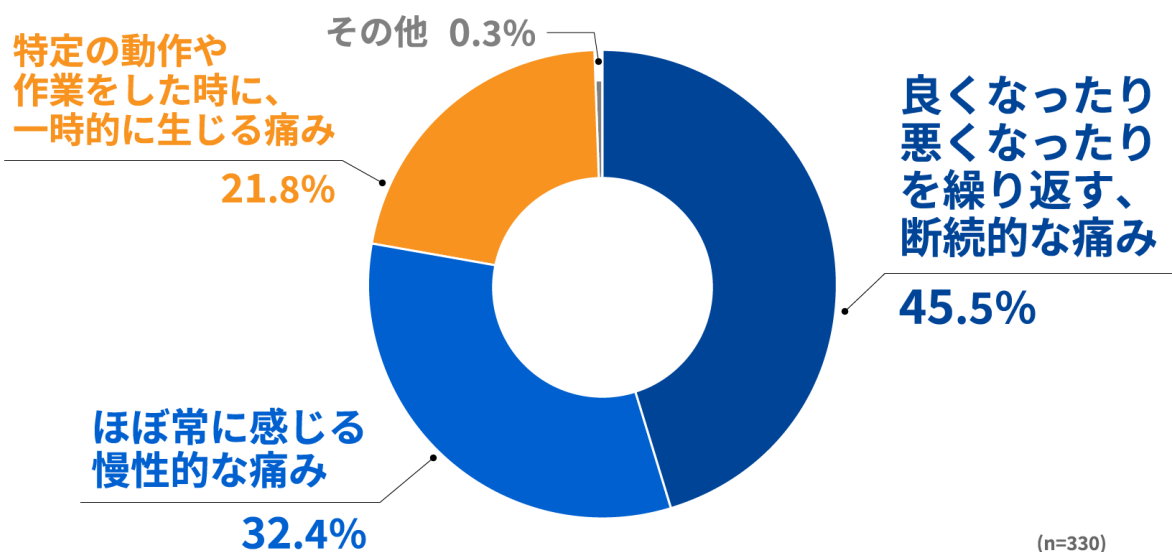


調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～ 50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ

立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みとして最も多いのは、良くなったり悪くなったりを繰り返す断続的な痛み

続いて、立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みを抱えていると回答した人を対象に「自身が感じている身体の痛みで、最も近いもの」を尋ねる設問への回答では、1 位が「良くなったり悪くなったりを繰り返す、断続的な痛み」で 45.5%、2 位が「ほぼ常に感じる慢性的な痛み」で 32.4%、3 位が「特定の動作や作業をした時に、一時的に生じる痛み」で 21.8%という結果になりました。この結果から、立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みとして最も多いのは、良くなったり悪くなったりを繰り返す断続的な痛みであることがわかりました。

あなたが感じている身体の痛みは、
次のうちどれに最も近いですか。



調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～ 50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ

最も多くの人が立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアは、「湿布や塗り薬」

また、立ち仕事の原因と考えられる身体の痛みを抱えていると回答した人を対象に「立ち仕事による身体の痛みに対してどのようなケアを行っているか」を尋ねる設問への回答では、1 位が「湿布や塗り薬」で 47.3%、2 位が「ストレッチや軽い運動」で 44.9%、3 位が「湯船につかる」で 41.2%という結果になりました。この結果から、立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアは、日常生活の中で手軽に取り入れられることが上位の回答に並ぶ形となりました。

立ち仕事による身体の痛みに対して どのようなケアを行っていますか。（複数回答可）

湿布や塗り薬 47.3%

ストレッチや軽い運動 44.9%

湯船につかる 41.2%

セルフマッサージ 36.4%

サポーターなどのケア用品の使用 20.6%

整体院やマッサージ店の利用 17.9%

特にケアはしていない 7.0%

その他 2.7%

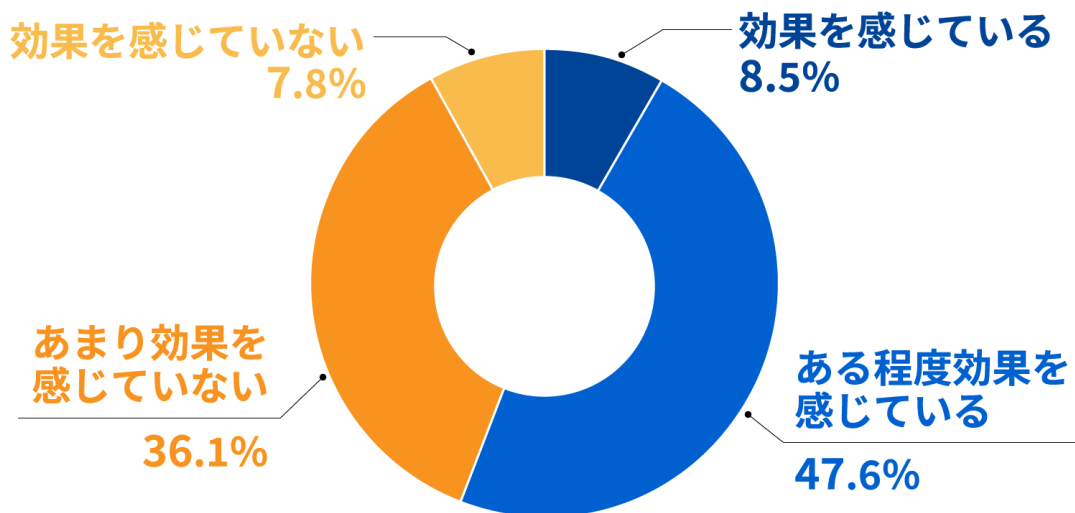
(n=330)

調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ

立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人のうち、4 割以上の人がケアの効果をあまり感じられていない

次に、立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人（特にケアはしていないと回答した人以外）を対象に「立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアについて、どの程度効果を感じているか」を尋ねる設問への回答では、1 位が「ある程度効果を感じている」で 47.6%、2 位が「あまり効果を感じていない」で 36.1%、3 位が「効果を感じている」で 8.5%、4 位が「効果を感じていない」で 7.8%という結果になりました。「ある程度効果を感じている」という回答が 1 位の結果となったものの、2 位と 4 位の回答を合計すると回答率 43.9%となり、この結果から、立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人のうち、4 割以上の人がケアの効果をあまり感じられていないことがわかりました。

立ち仕事による身体の痛みに対して行っている ケアについて、どの程度効果を感じていますか。



(n=307)

調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ

立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアに効果を感じていない人の約 5 割が「自分に合った方法がわからない」というケアの課題や不満を持っている「ボディケア難民」であることが判明

調査の最後、ケアの効果をあまり感じられていない、または効果を感じていないと回答した人を対象に「あなたが立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアの課題や不満な点」を尋ねる設問への回答では、1 位が「自分に合った方法がわからない」で 48.9%、2 位が「効果が一時的で、痛みがぶり返す」で 48.2%、3 位が「仕事中など、痛みを感じるその場でケアできない」で 37.8%という結果になりました。この結果から、立ち仕事による身体の痛みに対して行っているケアに効果を感じていない人の約 5 割が「自分に合った方法がわからない」というケアの課題や不満を持っていることが明らかになりました。

**あなたが立ち仕事による身体の痛みに対して
行っているケアの課題や不満な点は何ですか。(複数回答可)**

自分に合った方法がわからない 48.9%

効果が一時的で、痛みがぶり返す 48.2%

仕事中など、痛みを感じるその場でケアできない 37.8%

費用がかかる 34.1%

手間や時間がかかり、継続するのが難しい 28.2%

特にない 2.2%

(n=135)

調査期間：2025/8/27-2025/9/1・調査方法：インターネット調査・調査人数：594 名
調査対象：立ち仕事に従事している人（30 代～50 代男女）・モニター提供元：RC リサーチデータ



まとめ

今回の調査により、立ち仕事に従事している人の 55%以上が、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えており、こうした人の多くが、痛みを感じる部位は、「腰」であることが明らかになりました。また、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みとして最も多いのは、良くなったり悪くなったりを繰り返す断続的な痛みであり、立ち仕事が原因と考えられる身体の痛みを抱えている人のうち、最も多くの人が身体の痛みに対して行っているケアは、「湿布や塗り薬」であることがわかりました。なお、立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人のうち、4 割以上の人がケアの効果をあまり感じられておらず、こうした人の約 5 割が「自分に合った方法がわからない」というケアの課題や不満を持っていることが判明しました。

本調査の結果から、立ち仕事による身体の痛みに対して何らかのケアを行っている人のうち、4 割以上の人がケアの効果をあまり感じられておらず、こうした人が抱えるケアの課題や不満な点は主に、「自分に合った方法がわからないこと」や「効果が一時的で、痛みがぶり返すこと」であることが明らかになりました。

ファイテン株式会社は身体の特定位点をサポートする「ファイテンサポーター」を提供しています。痛みを感じる部位で最も多かった腰をはじめ、足首、ひざ、肩、手首など、様々な部位に対応した商品を数多く展開しています。

これからも、このような市場の声に真摯に耳を傾け、伸縮性に優れた素材や調整可能な補助ベルト等の採用はもちろんのこと、日常生活や仕事にも快適に着用できるサポーターを提供してまいります。

調査実施会社



ファイテン株式会社

所在地：〒604-8152 京都府京都市中京区烏丸通錦小路角手洗水町 678 番地

代表取締役：平田 好宏

事業内容：化粧品・医薬部外品・医療機器の製造・販売、スポーツ関連商品・健康食品・健康グッズ等の製造・販売、不動産事業

URL：<https://www.phiten.com/>

ファイテンサポーターについて



ファイテン株式会社が開発・製造・販売する「ファイテンサポーター」は、世界のトップアスリートの商品にも活用されるファイテン最高峰技術のナノメタックスを採用し、この度 10/15(水)リニューアル発売します。装着部位に寄り添い患部をリラックスで包み、腰、ひざ、足首といった主要な関節から、日常生活で気になる様々な部位まで対応する、豊富なラインナップを取り揃えています。詳細は以下をご覧ください。

URL：<https://www.phiten.com/news/item/supporter-renewal-20251003/>

お近くのファイテンショップで商品をご体感いただけます

ファイテンショップでは商品やボディアケア機器が体験いただけます。

ぜひお近くのファイテンショップまでお越しください。

▼ファイテンショップのご案内

<https://www.phiten.com/shop/service/>



<本件に関するお問い合わせ先>

ファイテン株式会社

広告宣伝部：古田

MAIL:pr@phiten.com