

# 脱水対策の新常識！シリーズ最高濃度の電解質 経口補水理論に基づいた電解質組成の 水分補給サポートキャンディー「経口補水塩熱飴®」4/21新発売

## 【同時調査】熱中症対策に関する実態調査

- ・5人に1人が実際に熱中症を経験、初期症状も約4割が経験有り
- ・水分の補給だけは逆に危険!? 「自発的脱水」72.4%が知らず
- ・6割以上が“電解質補給”の必要性を認識しておらず、暑さ指数認知も4割以下
- ・今夏の熱中対策<塩分対策>は77%留まり、5人に1人は「対策しない」と回答

安全靴や作業着等を販売する通販サイト ミドリ安全.com ( <http://midori-anzen.com/> ) は、より充実した電解質 (イオン) (※1)補給を目的に、経口補水理論 (※2) に基づいた電解質組成の水分補給サポートキャンディー「経口補水塩熱飴®」を、2015年4月21日 (火) に新発売いたします。

商品URL : [http://ec.midori-anzen.com/shop/event/event.aspx?event=a045\\_005](http://ec.midori-anzen.com/shop/event/event.aspx?event=a045_005)

当社ではコップ1杯の水分と一緒に摂ることで、スポーツドリンク相当の電解質補給ができる、水分補給サポートキャンディー「塩熱飴」シリーズを、2008年より販売してまいりました。近年、過酷な作業現場やスポーツでは、より充実した電解質の補給を目的として、経口補水液 (※3) への関心が高まっています。こうしたニーズに対し、コップ1杯の水分と一緒に摂ることで、経口補水液に準じた水分と電解質の補給ができる飴として、この度、塩分電解質が塩熱飴シリーズ最高濃度となる「経口補水塩熱飴®」を開発いたしました。

近年「暑熱対策には塩分補給が必要である」という認識が定着する一方、単なる塩味だけを持たせただけでは、十分な電解質量が含まれない飴やキャンディーが、暑熱対策の商品と誤認されていることも多く、過酷なシーンでは不十分な例や、水分と一緒に補給すべきことを啓発していない例も見られます。

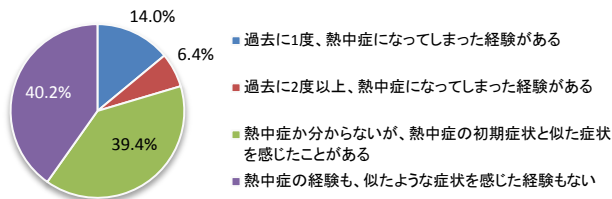
そこで当社では「経口補水塩熱飴®」を発売することにより、改めて十分な電解質補給と、同時に水分補給の大切さを訴求してまいります。経口補水理論に基づいた電解質組成に加えて、暑熱環境での健やかな活動をサポートするためのビタミン・クエン酸も配合しており、暑熱環境での予防的な電解質の補給に、新たな選択肢をご提案いたします。

## 【同時調査】熱中症対策に関する実態調査 (1都3県在住、20~59歳の男女500名対象)

ミドリ安全.comでは「経口補水塩熱飴®」の発売に合わせ、熱中症の実態調査と啓発を目的に、1都3県 (東京・神奈川・埼玉・千葉) に住む20歳から59歳までの男女計500名へ、熱中症対策に関するアンケート調査を実施いたしました。

### 熱中症もしくは熱中症初期症状の経験率

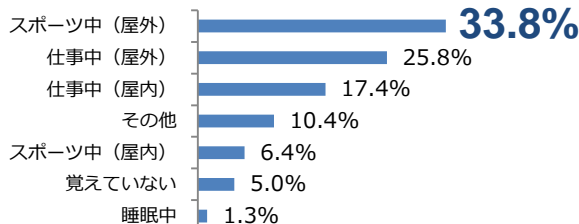
(n=500/単一回答方式)



5人中3人は熱中症もしくは初期症状と類似した症状の経験あり

### 熱中症になってしまった時のシチュエーション

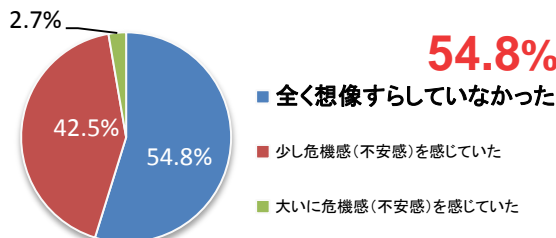
熱中症もしくは初期症状と似た症状を経験したと回答した299名への質問 (直近のケースで回答)(n=299/単一回答方式)



最多は野外でのスポーツ時

### 熱中症の危険性を予期していましたか

熱中症もしくは初期症状と似た症状を経験したと回答した299名への質問 (直近のケースで回答)(n=299/単一回答方式)



半数以上が全く予期せず熱中症に遭遇

## ■熱中症は国民病！？約6割が何らかの熱中症症状を実感

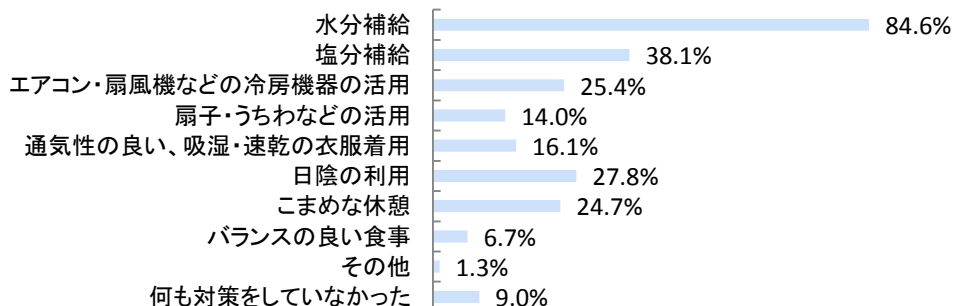
これまで熱中症になってしまった経験を聞いたところ、「過去に1度、熱中症になってしまった経験がある」と答えた方が14.0%（70名）、「過去に2度以上、熱中症になってしまった経験がある」と答えた方も6.4%（32名）存在し、約5人に1人（20.4%）が実際に熱中症の経験があることが分かりました。また熱中症にはなっていないが、「熱中症か分からないが、熱中症の初期症状と似た症状を感じたことがある」と回答した方は全体の39.4%（197名）も存在し、これらを合わせると約6割の方が、何かしらの熱中症の症状を経験したということが分かりました。

また熱中症にかかった経験のある方、もしくは初期症状に似た症状を経験したことのあると回答した299名の方へ、どのようなシチュエーションで熱中症（初期症状に似た症状を含む）になりましたか、と質問したところ、最も多かったのは「屋外でのスポーツ中」33.8%（101名）で、次いで「屋外での仕事」25.8%（77名）、「屋内での仕事」17.4%（52名）と続きました。

さらに、自分が熱中症になってしまう危険性を事前に予期していましたかという質問をしたところ、54.8%の方が「全く想像すらしていなかった」（164名）と回答し、半数以上の方が事前に予期できておらず、熱中症は誰でもかかり得る症状であることが、改めて確認できました。

合わせて、その際に実施していた熱中症対策を聞いてみたところ、最も多かったのが「水分補給」84.6%（253名）でした。しかし「塩分補給」を行っていたと回答した方は38.1%（114名）に留まり、多くの方が水分補給以外の対策がおざなりになっていた現状が分かりました。

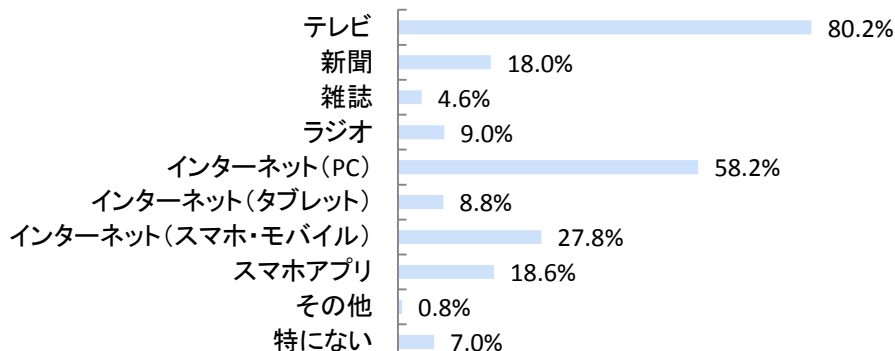
熱中症（初期症状に似た症状）になってしまった際に、実施していた熱中症対策をお教えてください。  
（直近でなってしまった熱中症もしくは初期症状のケースでお答えください）（n=299／複数回答方式）



## ■お天気情報の取得手段は「テレビ」が最多

天気予報（気温）の情報収集に普段活用しているツールを聞いたところ、最も多かったツールは「テレビ」80.2%（401名）で、次いで「インターネット（PC）」58.2%（291名）、「インターネット（スマホ・モバイル）」27.8%（139名）と続きました。

天気予報（気温）の情報収集に普段活用しているツールをお答えください。（n=500／複数回答方式）



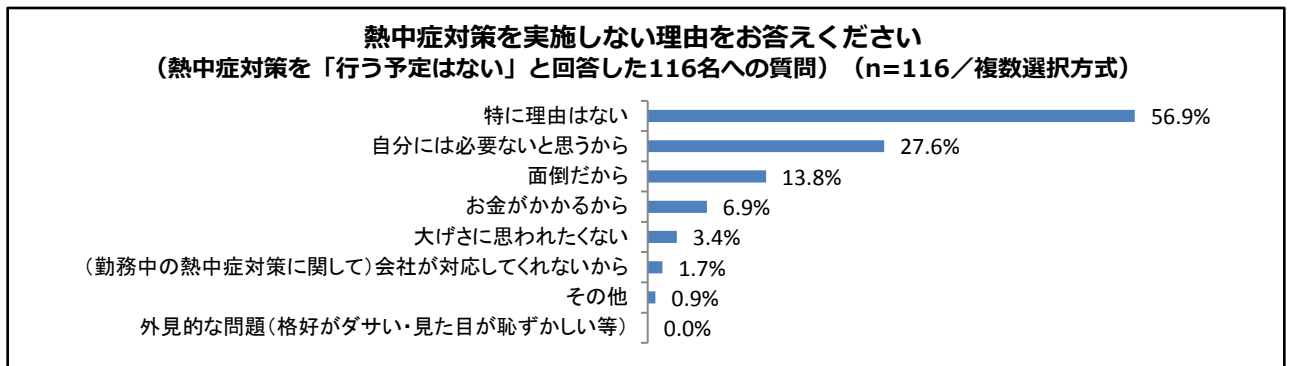
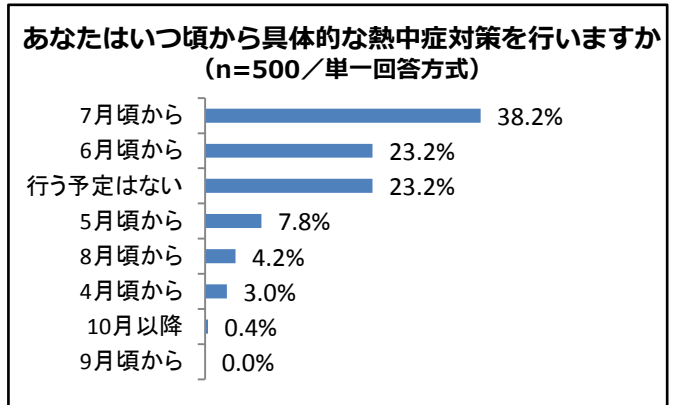
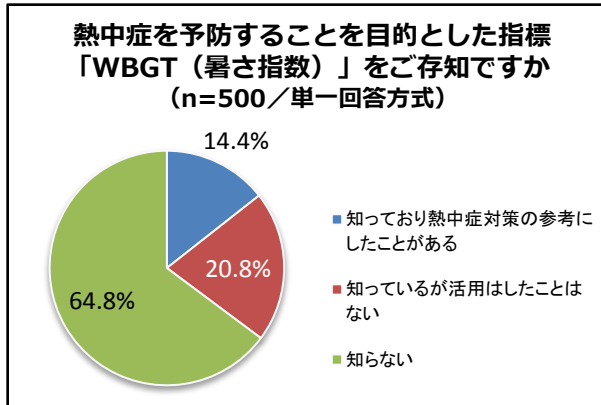
## ■ 暑さ指標「WBGT」の認知率は35.2%

環境省が提唱する熱中症の予防指標の一つである「WBGT（暑さ指標）」の活用状況について聞いたところ、「知っており熱中症対策の参考にしたことがある」と回答した方は14.4%（72名）で、「知っているが活用したことはない」という方20.8%（104名）を合わせても、認知率は35.2%と低く、一般的にはまだ広く知られていない現状が分かりました。

## ■ 熱中症対策は7月から実施する人が最多、「行う予定なし」も23.2%

2015年は具体的にいつ頃から熱中症対策を行うかを聞いたところ、最も多かったのは「7月頃から」38.2%（191名）という答えでした。次いで「6月頃から」「行う予定はない」が並び23.2%（116名）という結果となり、4人に1人は熱中症対策を行う予定がないことも分かりました。

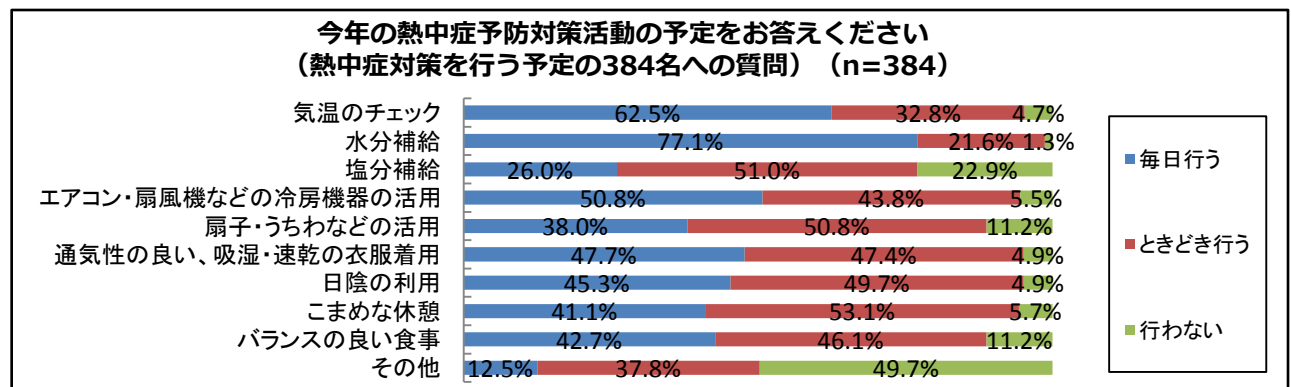
暑さを実感する7月頃から熱中症対策として行動に移す予定の方が多い一方、実際に熱中症で病院に運ばれる患者数は毎年5月から増え始めます。実際に2014年5月に熱中症で運ばれた方は全国で368人にのぼり、さらに6月に入ると1,051人まで増加しています（国立環境研究所集計）。備えあれば憂いなし。熱中症対策は早めの対策が肝心です。



## ■ 熱中症対策を行う予定はないと回答した人の27.6%が「熱中症対策は自分には必要ない」と回答

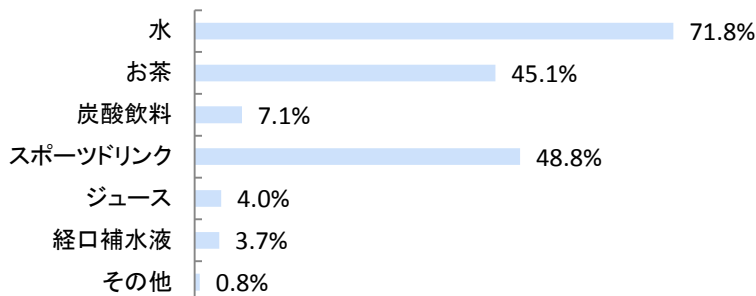
熱中症対策を実施しないという116名へ実施しない理由を聞いた所、最も多かったのは「特に理由はない」56.9%（66名）で、次いで「自分には必要がないと思うから」27.6%（32名）、「面倒だから」13.8%（16名）と続きました。

また熱中症対策を行う予定と答えた384名へ「今年の熱中症予防対策活動の予定」を聞いたところ、「毎日行う」「ときどき行う」という回答を合わせて最も多かったのは「水分補給」98.7%（379名）でした。一方、塩分補給に関しては「毎日行う」「ときどき行う」合わせて77%（296名）と、水分補給と比べると低い結果となりました。



さらに「水分補給を行う」と回答した379名に「あなたは何で水分補給を行う予定ですか」と聞いたところ、最も多かったのは「水」71.8%（272名）で、次いで「スポーツドリンク」48.8%（185名）、「お茶」45.1%（171名）と続き、「経口補水液」を使用すると回答した方は3.7%（14名）に留まりました。

**あなたは何で水分補給を行う予定ですか（上位2つまでお答えください）**  
**（熱中症予防対策活動の予定として「水分補給を毎日行う・ときどき行う」と回答した379名への質問）**  
**（n=379／複数回答方式）**



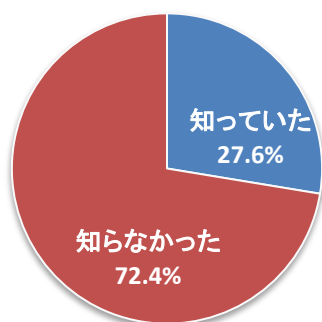
■脱水時は水分補給だけでは逆に危険！？「自発的脱水」を7割以上が知らず

■熱中症対策「電解質補給の必要性」を60.6%が知らなかったと回答

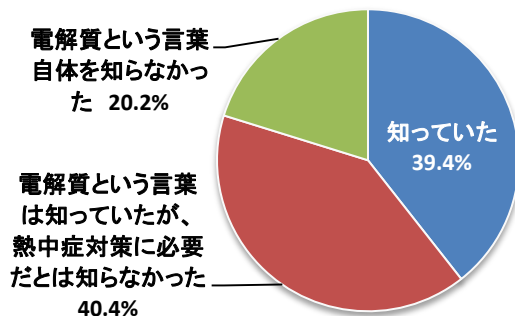
脱水時には、水分と同時に電解質を摂る必要があります。脱水した状態で水分のみを補給してしまうと、体液の濃度が薄まってしまいます。すると身体は体液濃度をあげようと喉の乾きを止め、水分を尿として排泄しようとしています。その結果、体液の量が回復しないまま余計に水分を失い、脱水がさらに進行してしまいます。

こうした「自発的脱水」を知っているか聞いたところ、72.4%（362名）の方が知らなかったと回答。また合わせて、熱中症対策には水分だけでなく、「電解質」の補給も欠かせないことを知っているか聞いたところ、「知っていた」と回答したのは39.4%（197名）に留まり、「電解質という言葉は知っていたが、熱中症対策に必要なだとは知らなかった」という方が40.4%（202名）、「電解質という言葉自体を知らなかった」という方も20.2%（101名）にものぼりました。

**脱水時に水分のみを補給すると、逆に熱中症にかかりやすくなってしまう「自発的脱水」をご存知ですか？**  
**（n=500／単一回答方式）**



**熱中症の対策方法では、汗で水分と一緒に失われた体内の電解質を補うため、水分補給だけではなく電解質の補給も欠かせないということをご存知でしたか。**  
**（n=500／単一回答方式）**



【調査概要】

有効回答数 1都3県（東京・神奈川・千葉・埼玉）在住の20歳～59歳の男女500名（男性250名・女性250名）  
 調査地域 全国  
 調査期間 2015年4月10日（金）～2015年4月13日（月）  
 調査方法 インターネットリサーチ

※本リリースによる調査結果をご利用いただく際は「ミドリ安全.com調べ」と明記ください。



## <商品概要>

商品名	経口補水塩熱飴® 1kg
価格	2,268円 (税込)
重量・容量	1kg (約195粒入)
サイズ	(幅)262mm×(高さ)370mm
原材料名	砂糖、水飴、食塩、ブドウ糖、クエン酸ナトリウム、塩化カリウム、クエン酸、硫酸マグネシウム、香料、ビタミンC、乳酸カルシウム、ビタミンB1
お召し上がり方	コップ一杯程度の水と一緒に召し上がりください
賞味期限	製造後 18ヶ月 (開封後はお早めにお召し上がりください)



※水分と電解質の吸収をサポートしますが、この商品だけでは水分補給になりません。水分も一緒に補給してください。



### ※1：電解質（イオン）

体内の水分に含まれる塩化ナトリウム（食塩）や塩化カリウム、クロール、カルシウム、マグネシウムなどのこと。血液・体液に含まれる成分で、細胞の浸透圧の調節や、筋肉収縮、神経の伝達などの生命活動を支えています。汗などで大量に失うと体内の電解質バランスが崩れ、血圧低下による体調不良が現れます。放置して症状が進行すると多臓器不全などの細胞や臓器の機能が低下し生命に関わる重篤な症状となり、死に至ることも場合があるため、十分な予防が必要です。代表的な電解質として、ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどがあります。

### ※2：経口補水理論

経口補水理論（Oral Rehydration Therapy）とは、水と電解質を口から補給する考え方です。下痢による脱水症に悩む開発途上国の患者を救うため、WHO（世界保健機関）が提唱している補水療法で、20世紀最大の医学上の進歩とも言われており、汗で失われた電解質の補給など脱水症対策として有効とされています。

### ※3：経口補水液

経口補水理論に基づき水分と電解質をすばやく補給できるようにナトリウムとブドウ糖の濃度を調整した飲料です。ナトリウムとブドウ糖と一緒に摂取すると共輸送機構により同時に吸収され、水分と電解質の吸収が共にを促進されるということがわかっています（共輸送機構）。



横浜F・マリノス アンバサダー  
波戸康広さん

1995年に横浜フリューゲルスに加入。プロサッカー選手として日本代表チームで活躍後、2011年に横浜F・マリノスで現役を引退。2014年1月に引退試合を行う。現在は横浜F・マリノスのアンバサダーとして、サッカーの魅力を広く伝える活動をしている。

プロサッカー選手として17年間の現役生活を終えたあと、横浜F・マリノスのアンバサダーとして活躍している波戸康広さん。引退してから2年以上たった今も、現役時代と変わらない体型を維持し、はつらつとした姿が印象的です。健康な体をキープするために、習慣にしているのがランニング。

忙しい仕事の合間をぬって1日約10km走るほか、腹筋や背筋、腕立てふせといった筋トレも毎日続けています。こうした体調管理の中でも、波戸さんがとくに気を使っているというのが「熱中症対策」です。きっかけは、現役時代の痛い経験でした。サッカー選手としてスタートしてから間もない20歳のころ、試合が終わったあと急に気分が悪くなって救急車で搬送されました。医師の診断は熱中症。

「水はちゃんととっていたつもりだったのですが、自分で思っている以上に体から水分が奪われていたんですね。吐き気がして体はきついし、足がまったく動かなくなって、もう二度とあんな思いはしたくないと痛感しました」（波戸さん）。

この経験をきっかけに、熱中症対策について勉強を始めたという波戸さん。水分だけではなく、ナトリウムやカリウムなどミネラルの補給が重要ということを知りました。

「水分補給には水やお茶ではなくスポーツドリンクを飲んだり、食事のときにミネラルが豊富な海藻をたっぷりとるようにしています。バランスのよい食事をとったうえで、足りない分をサプリメントで補うことも。ミドリ安全の『塩熱シリーズ（塩熱サプリ）』は、現役時代から愛用しています。ミネラルやビタミンを手軽にとれるし、僕は甘いのがちょっと苦手なのですが、これはさっぱりした後味で気に入っています」（波戸さん）。

★インタビューの続きはこちらから <http://www.nettyuusyou-lab.jp/interview/soccer.html>

## トレイルランナー 奥宮俊祐さん

高校時代から本格的に陸上競技を始め、大学駅伝の強豪・東海大学を卒業。現在は会社員として勤務しながらトレイルランニングの選手として活躍するほか、その普及活動にも力を入れている。埼玉県の自宅から都内の会社まで、片道23kmを走る「通勤ラン」が日課。



最近広く知られるようになったトレイルランニングは、山野を走る山岳競技の一種。この競技でトップランナーとして活躍する奥宮俊祐さんは、これまで数々のレースで名勝負を繰り広げてきました。舗装されていない山道を何十キロも走る過酷なレースだけに、熱中症対策は不可欠なもの。怠れば成績に直結するだけではなく、生命の危険にもつながります。奥宮さん自身もトレイルランニングのレースに参加したとき、熱中症の症状におそわれました。

「足が前に進まなくなってきて、やばいなと思ったときはもう遅かった。あっという間に症状が進んで、ひどい寒けと手足のしびれでフラフラに……。その日はやっとゴールまでたどり着いたものの、さんざんな成績に終わりました」（奥宮さん）。

熱中症対策の重要性を身をもって知った奥宮さんは、専門家のアドバイスを受けて徹底的に取り組むようになります。まず指導を受けたのは、「水分」「電解質」「エネルギー（糖質）」の3つをとること。さらに、これらの成分をただ補給するだけではなく「とり方」も大切なのだそう。

「夏にトレーニングを行う場合、水分は2ℓくらい準備して走ります。それを喉が渇く前に少しずつ補給するんです。のどが渴いたからといって一度にがぶ飲みすると、体への吸収率が低下して胃にも負担をかけるので避けます」（奥宮さん）。

★インタビューの続きはこちらから <http://www.nettyuusyou-lab.jp/interview/running.html>

### 【通販サイトURL】

- ミドリ安全.com <http://midori-anzen.com/>
- 楽天市場 <http://www.rakuten.ne.jp/gold/midorianzen/>
- Amazon <http://www.amazon.co.jp/b?ie=UTF8&me=A37ETWJ1L678G7>
- DeNAショッピング <http://www.dena-ec.com/user/23824472>
- Yahoo!ショッピング <http://store.shopping.yahoo.co.jp/midorianzen-com/index.html>

【読者・視聴者からのお問合せ先】  
ミドリ安全.comコールセンター  
URL: <http://midori-anzen.com>  
TEL: 0120-310-355

【本プレスリリースに関する報道関係者からのお問い合わせ先】  
ミドリ安全.com  
古谷（ふるや）、染谷（そめや）  
TEL: 03-5650-3236 FAX: 03-5650-3237  
Email: [info-ec@midori-grp.com](mailto:info-ec@midori-grp.com)