

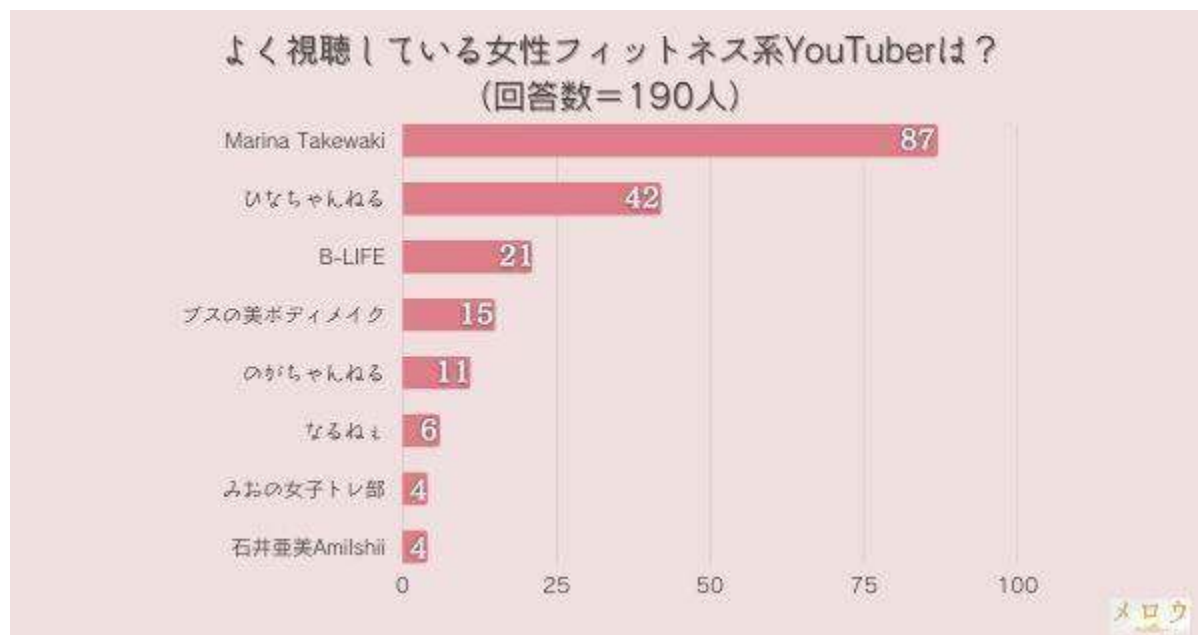
ARINA株式会社が運営する20代~50代18人の女性による美容レビューサイト「mellow-メロウ-」(<https://arina-p.co.jp/mellow/>)は、日本全国18歳以上の方を対象に「よく視聴している女性フィットネス系YouTuberは？」とアンケート調査を実施しました。その結果を公表します。

- 調査方法: インターネット調査
- 調査人数: 200人(10代:4人、20代:63人、30代:99人、40代:29人、50代:5人、60代以上:0人)
- 調査主体: ARINA株式会社、mellow-メロウ-
- 調査時期: 2022年3月20日
- 調査レポート: <https://arina-p.co.jp/mellow/cosmetics-10/>

\* 本アンケート結果を引用する場合は「mellow-メロウ-」のURL(<https://arina-p.co.jp/mellow/>)を使用してください。

## 調査結果

「よく視聴している女性フィットネス系YouTuberは？」とアンケート調査した結果、1位は『Marina Takewaki』でした。



### 1位: Marina Takewaki (竹脇まりな)

- 時間も種類もたくさんあり、その時の気分や時間で選べるのが良いです。
- 登録者数も多く、ポジティブになれる字幕と声かけが良いです。
- アパートでも出来るエクササイズも多く、場所を選ばないから。
- 竹脇さんがいつも笑顔なので楽しくエクササイズ出来て長続きします。実際に効果が出るのも魅力的です。

- コロナが流行りだして、初めて緊急事態宣言が出たときに知りました。かわいらしく、元気があって、なんとなくモヤモヤしてた気持ちが吹き飛びました。
- 楽しみながら無理なくできるダンスを教えてくれるし、ルックスも可愛くてやる気が出るから。

## 2位:ひなちゃんねる

- 人気で効果があるから。
- ユーモアがある語り口に圧倒されたから。
- 気取らずに自然体でなじみやすいと感じているため。
- 分かりやすいし、動画を見ながら一緒にできるからやりやすい。

## 3位:B-LIFE

- 目的に合わせたヨガをマリコさんがわかりやすく説明してくれて、心地よい雰囲気も好きです。
- 妊娠中にもできるマタニティヨガの動画を探していたところ、一番見やすく内容も自分に合っていると感じたからです。
- 肩こり予防でヨガをやっているから。
- 寝る前にはヨガが効果的だから。
- ストレッチやヨガで身体をほぐして全身の巡りを良くしたいから。
- 運動系は続けずらいけど、続けやすい内容だったから。

## 4位:ブスの美ボディメイク

- チャンネル名に惹かれて見始めました。トークも気さくで、好きです。
- 体の骨格や筋肉などの説明も入れながら教えてくれるので、体のどこを使えばどうなるかなど勉強になるから。
- 勇気を貰えるから。
- やり方の説明が丁寧でわかりやすい。
- youtubeだけでなくアメブロとセットで参考になるから。

## 5位:のがちゃんねる

- 何となく彼女の柔軟なストレッチなど見入って、とても参考にしています。
- 短時間で効率の良いトレーニングだから。
- 自宅で筋トレをしたいと思い、YouTubeで検索した結果一番上にありそれが初見でした。今ではファンになり見えています。
- 見ていて癒されるから。

## 6位:なるねえ

- 私が試した中で一番効果のある筋トレをしてきていたからです。
- 親しみやすく、すごく簡単なのにちゃんと体に効いている感じがする。
- 話も面白いし、たくさん褒めてくれる。

同率7位:みおの女子トレ部、石井亜美Amilshii

- 『みおの女子トレ部』短時間でわかりやすく、続けやすい内容だから。トークも面白いから。
- 『石井亜美Amilshii』綺麗に痩せれそうな要素が詰まってるからです。端的で分かりやすい説明をしてくれるから。

## 【総括】よく視聴している女性フィットネス系YouTuber1位は『Marina Takewaki』でした

新型コロナウイルスをきっかけにおうちフィットネスが流行しました。よく視聴されている女性フィットネス系YouTuberを調査したところ「Marina Takewaki」(以下「竹脇まりな」と称する)の人気の高いことが分かりました。

YouTube動画を視聴しながら自宅で行うフィットネスは、自分のレベルと環境に合わせて都度レッスン内容を選ぶことができ、気分が乗らない日は数分で終了することも可能です。

竹脇まりなさんのレッスン動画は、本当の初心者～上級者まで満足のいくラインナップが揃っており少しずつレベルアップすることもできます。

内容に合わせた音楽、はじける笑顔、タイミングの良い掛け声に身体を動かしたくなるという声が多く寄せられました。

ARINA株式会社は、運営するメディア「mellow-メロウ-」を通じて、1人でも多くの方が、自分にぴったりの商品と出逢えるよう、社会に貢献してまいります。

### ■ARINA株式会社について

ARINA株式会社は、“メディアを通じ子育てを豊かに”を企業のVisionに掲げ、皆様の生活に寄り添ったライフスタイルメディアの展開やオウンドメディアの受託事業を展開しております。