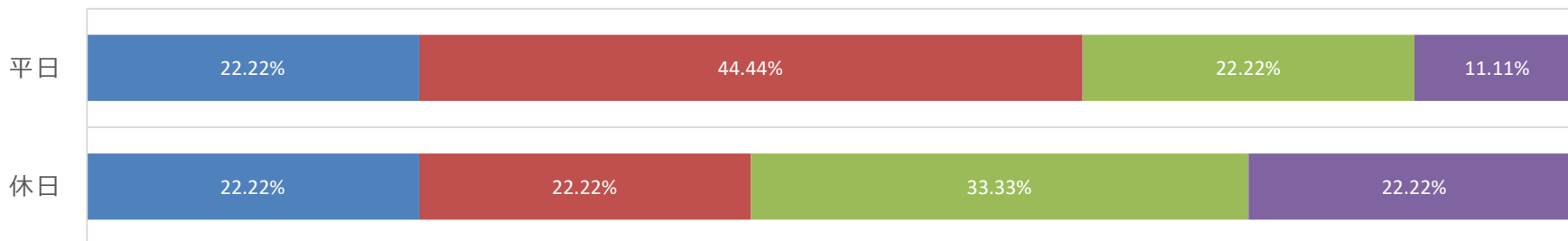


## 緊急読者アンケートレポート 「皆さん、ちゃんと眠れていますか？」

忙しい家事・育児・仕事に追われ、日々疲れがたまっている主婦にとって、「眠り」のお悩みは尽きないもの……編集部が実施したアンケート結果から、読者の「眠り」に関する様々な困りごとや興味・関心が見えてきました。

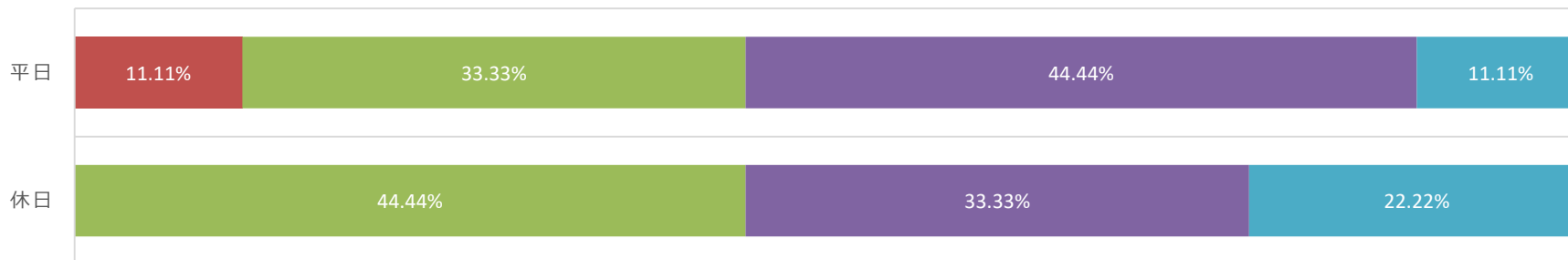
### 一晩の平均睡眠時間は？

■ 5時間以下 ■ 5時間以上6時間未満 ■ 6時間以上7時間未満 ■ 7時間以上8時間未満 ■ 8時間以上9時間未満 ■ 9時間以上



### 理想の一晩の平均睡眠時間は？

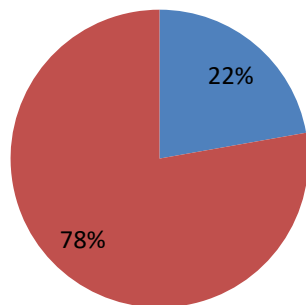
■ 5時間以下 ■ 5時間以上6時間未満 ■ 6時間以上7時間未満 ■ 7時間以上8時間未満 ■ 8時間以上9時間未満 ■ 9時間以上



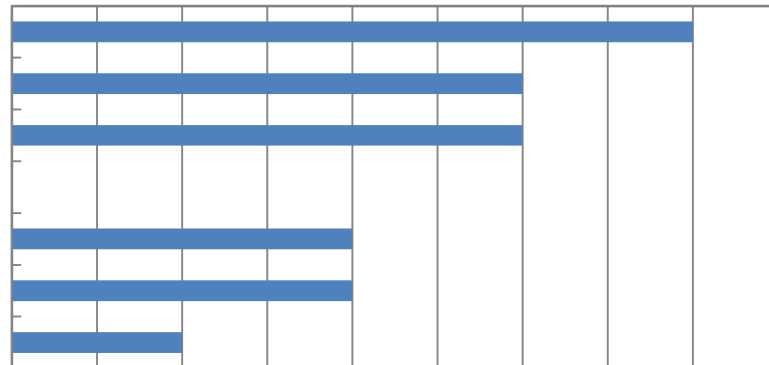
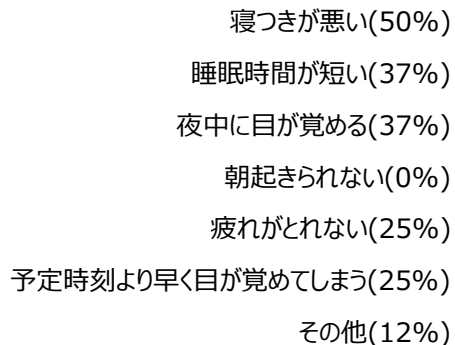
☆ 平日の睡眠時間は、なんと約7割の方が「6時間未満」という結果に！理想の睡眠時間との乖離が目立ちます。

## 現在の睡眠に満足していますか？

■ はい(22%) ■ いいえ(77%)

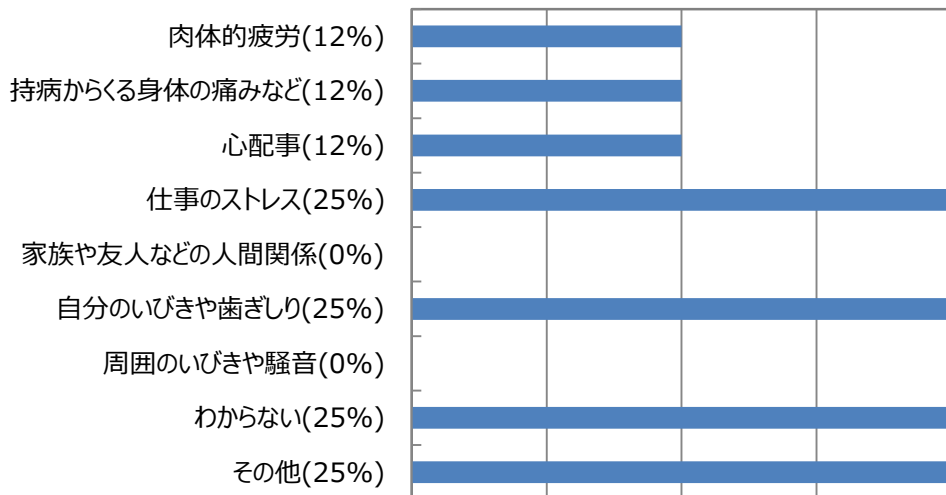


## どんなことに不満を抱えていますか？（複数回答可）

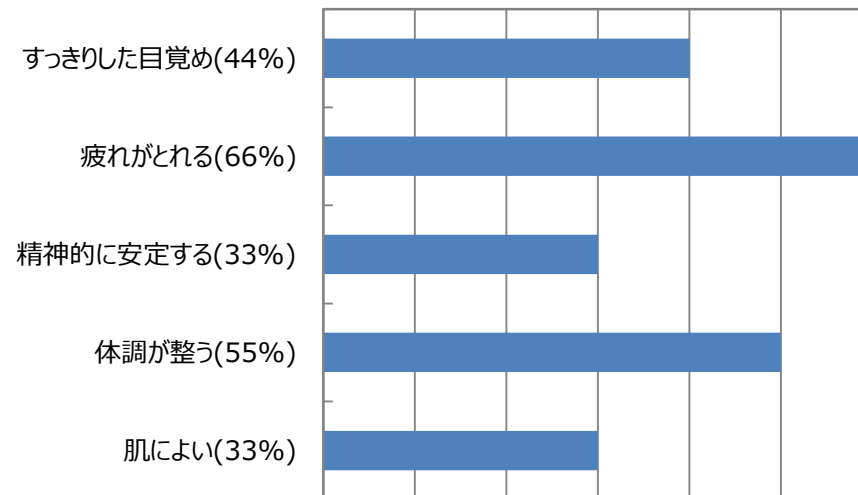


☆現状への睡眠への満足度は低く、特に「寝つきの悪さ」に不満を持つ方が多いようです。そもそも忙しくて確保しづらい睡眠時間を、有効に使えていないと感じている読者が多いと推測できます。

## 満足いく睡眠がとれていない原因に心当たりはありますか？（複数回答可）



## 睡眠に期待することはなんですか？（複数回答可）



☆共働き世帯も多い中、仕事を含め心身のストレスが睡眠に影響していることが伺えます。睡眠への期待は多岐にわたります。

## 2020年7月号(6/25発売号)「『よく寝た〜』とすっきり朝を迎えたい！」(シリーズ第1回)

編集部に寄せられる、そんな読者からのお困りの声にお応えして、レタスクラブ7月号から、年4回シリーズでお届けする「睡眠」特集がスタートします！（6月売り・9月売り・12月売り・3月売りにて実施予定）

初回は、読者の皆様のアンケートをもとに、「レタスクラブ睡眠白書」として特集。アンケート結果から見てきた「3大悩み」を取り上げます。また、回答のいくつかに連動して、睡眠の悩みに効く注目商品の紹介も実施予定です。

本誌の連載に連動して、**大型タイアップパッケージ企画**をご用意しました！  
特集内容と絡めて、貴社商品を立体的に訴求できる企画です！！

### 6/25発売号 レタスクラブ&レタスクラブニュース 睡眠特集①連動企画

特別実施料金  
**G400万円**

#### 【企画メニュー①：「睡眠」特集近接 4C2P見開きタイアップ】



#### 例：「編集部のおすすめ/レシピ」タイアップ

編集部による取材をもとに、**商品の特徴や開発秘話インタビュー、おすすめポイント**などを紹介。また、**専門家**を起用したり、ご提供いただいたデータをもとに、**タイアップ**を構成したりすることも可能です。

#### 例：コミックエッセイ型タイアップ

レタスクラブ本誌・WEBレタスクラブニュースで人気の作家を起用。

**実際に作家自身が商品を使用して、「試してみた！」感想をコミック化**します。

体験レポートや日常のシーンを具体的に表現することで、**親しみやすく、実感がこもった訴求が期待**できます。

