



## NEWS RELEASE

2025年6月12日

リポビタン DX おやすみ前に“朝の持ち越し疲労”を予防する疲労マネジメント提案

新宿駅にベッド？『リポビタン DX ベッドカフェ

-朝の持ち越し疲労におやすみ前のリポビタン DX-』 開店

日本で“朝の持ち越し疲労”経験者が多い新宿駅が通勤の癒し空間に

6月26日(木)・27日(金)開催

40代～50代の疲れを感じる方の2人に1人が“朝の持ち越し疲労”を経験。

特に女性は男性より2倍以上多く「仕事と家事の両立」で疲れを実感。

1週間の中で最も疲れを感じる曜日は、月曜と金曜。週末に朝の持ち越し疲労予防体験



大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区〕（以下、当社）は、リポビタン DX をおやすみ前に飲んで、“朝の持ち越し疲労”<sup>※注1</sup>を予防する疲労マネジメントを提案するために、6月26日より2日間限定で、「リポビタン DX ベッドカフェ-朝の持ち越し疲労におやすみ前のリポビタン DX-」を新宿高島屋 1階 JR 口特設会場にてオープンします。新宿駅は1日の乗降者数が日本最大の駅<sup>※注2</sup>であることから、“朝の持ち越し疲労”を感じる40代～50代の方が多く駅だと考えました。多くの方にこの疲労マネジメントを提案するため、本格的な夏を迎えて疲労を感じやすいこの時期に納涼感のある冷感ベッドに横たわって特製ドリンクを楽しみながら、リポビタン DX の特徴を知ることができる癒しの場をご用意します。

※注1 しっかり寝たのに、寝ている間に疲労回復が追い付かず、前日の疲れが残ってしまうこと

※注2 JR 東日本 2023 年度発表「1日の乗降客数が多い駅」ランキング1位、JRと各私鉄を合わせると1日約350万人であり世界で最も乗降者数の多い駅とも言われる。

「リポビタンDX」は、「リポビタン（錠剤）」として発売されたブランド第一号製品以来の、約40年ぶりに登場した錠剤タイプの疲労回復を目的としたビタミン剤です。15才以上1日1回3錠の服用で、エネルギーサイクルに働きかけるタウリン500mgやビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、B<sub>6</sub>が摂取でき、またグリシンとシゴカの睡眠サポート成分を配合しているため、日々の生活で疲れを感じる方やしっかり寝たのに疲れが残る方におすすめの製品です。ノンカフェインで、おやすみ前の服用も考えて開発しております。

この度、大正製薬が行ったWEB調査では、40代～50代で疲れを感じている人の2人に1人が疲労を朝になっても感じる“朝の持ち越し疲労”を経験していることが明らかになりました。

## 〈「リポビタン DX ベッドカフェ-朝の持ち越し疲労におやすみ前のリポビタン DX-」 開店背景となる WEB 調査について〉

2025年6月、全国の40代～50代の有職者男女1,000人を対象に、「現代人の疲労に関する意識調査」を実施しました。

### 〈調査結果のサマリー〉

- ① 40代～50代で、日常で疲れを感じる人は約9割。
- ② そのうち、最も疲れを感じるタイミングは「仕事終わり」に次いで「朝起きた瞬間」を感じるが半数以上で、2人に1人が“朝の持ち越し疲労”を感じている。
- ③ 「朝起きた瞬間」に感じる疲労“朝の持ち越し疲労”の要因について、特に女性では、「睡眠不足」、「人間関係（気疲れ）」に次いで「仕事と家事の両立」が疲れの大きな要因となっており、男性より2倍以上多く「仕事と家事の両立」による疲れを実感している。

※以下「朝の疲労」を実感している人に限る

- ④ 7割以上が1年以上の慢性的な朝の持ち越し疲労を実感。
- ⑤ 約3人に1人が、仕事や家事に集中できないほどの疲れを感じている
- ⑥ 1週間の中で最も疲れを感じる曜日は、月曜日が多く、次いで金曜日。
- ⑦ 疲れの予防についてサプリや睡眠グッズなど+αの対処は一部にとどまる。

本調査の結果、40代～50代の9割以上の人々が日常生活で疲労を感じていることが分かりました。また、疲れを感じる方の2人に1人が“朝の持ち越し疲労”を実感していることが判明しました。特に女性が男性より2倍以上多く「仕事と家事の両立」で疲れを感じているという回答があり、疲れ要因に男女で差があることがわかりました。

さらに“朝の持ち越し疲労”を感じている期間は1年以上と慢性化しており、約3人に1人が仕事に集中できないほどの重い疲れを感じていることがわかりました。一方で疲労予防を実践している人々は少なく、現代人の“朝の持ち越し疲労”予防には、積極的な疲労回復手段が必要だと考えられます。

### 〈本調査概要〉

調査名：「現代人の疲労感に関する調査」

調査期間：2025年6月

調査対象：全国の有職者／40代～50代の男女、計1,000人（性年代均等割付）

調査方法：インターネット

エリア：全国

調査会社：株式会社インテージ

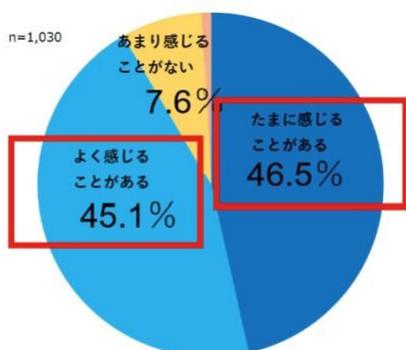
本調査を貴媒体にてご紹介いただく際は、以下表記を必ずご利用ください。

「現代人の疲労感に関する調査／大正製薬」

〈調査詳細〉

Q 日常生活の疲れについて (SA)

9割以上の方が日常生活の中で疲れを感じると回答

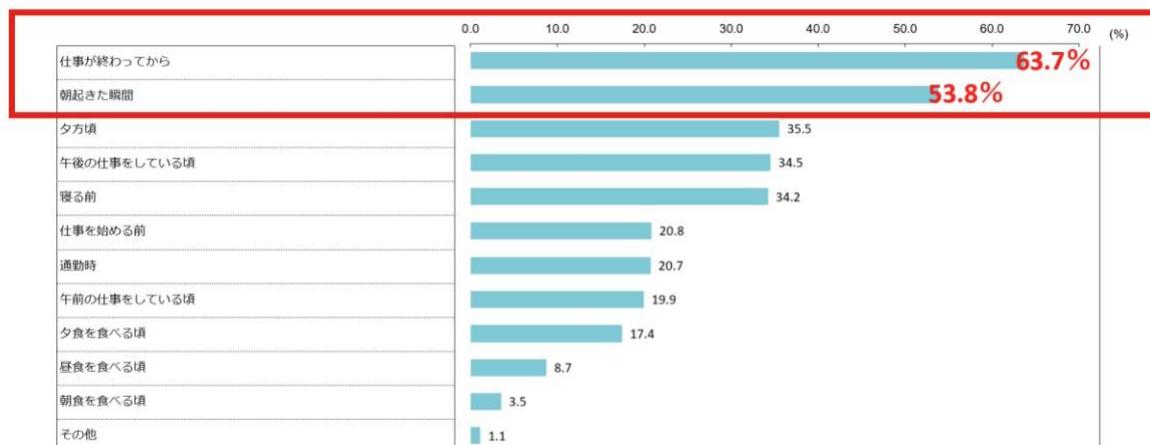


**日常生活の中で疲れを感じる 合計 91.6%**

Q 疲れを感じるタイミングについて (MA)

日常生活で疲れを感じている方の疲れを感じるタイミングは、

「仕事終わり」に次いで、「朝起きた瞬間」に疲労実感する人が多く半数以上という結果に。



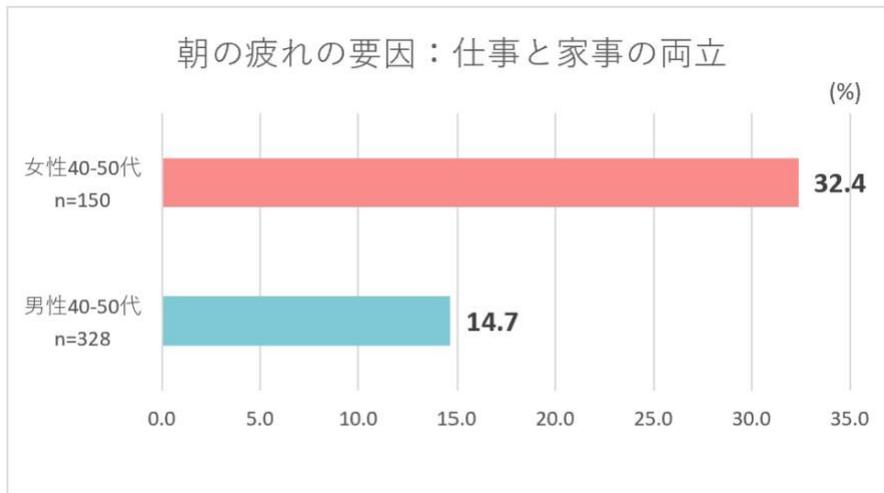
n=951

本来であれば、しっかりと睡眠を取ることで疲労は回復されるはずですが、多くの方が1日の疲れを翌朝まで持ち越していることを示唆しています。

以下、「朝起きた瞬間」に疲れを感じている人（「朝の持ち越し疲労」を経験している人）に限る。

Q 朝、疲れを感じる要因について (MA)

特に女性では、睡眠不足、人間関係に次いで「仕事と家事の両立」が疲れの大きな要因となっており、男性より2倍以上多く「仕事と家事の両立」による疲れを実感している。



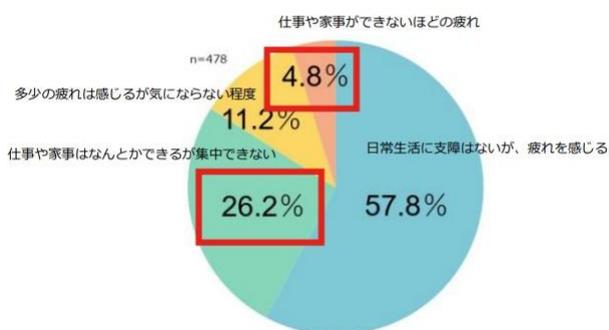
**Q 朝、疲れを感じている期間について (SA)**

朝の疲れを感じる方のうち、7割以上が1年以上感じている。朝の疲れが慢性化している。



**Q 朝の疲れを感じる程度について (SA)**

朝の疲れを感じている方の約3人に1人が仕事や家事に集中できないほどの疲れを感じている。



**仕事や家事に集中できないほどの疲れを感じる合計 31%**

Q 朝に感じる疲れの曜日について (MA)

最も疲れを感じる曜日は月曜日と金曜日が上位2位を占める。週明けと週末に疲れが強い傾向に。



Q 翌朝に疲れを持ち越さないための対処について

疲れへの対処として、基本的な睡眠や入浴、食事以外に、サプリを摂取するという栄養面で、+αの対処まで行っているのは17.7%と、一部のみにとどまる



しっかり寝たのに、朝起きた瞬間から疲れている“朝の持ち越し疲労”を感じる方が多くいる中で、その対処をしている方が少ないという結果からも、“朝の持ち越し疲労”の1つの予防方法として、おやすみ前の服用で、寝ている間に疲労回復をサポートするリポビタン DX をおすすめいたします。

<製品画像>



<製品情報>

販売名：リポビタン t b

区分： 指定医薬部外品

<用法・用量>

15才以上 1日1回3錠

<効能・効果>

★疲労の回復・予防 ★日常生活における栄養不良に伴う身体不調の改善・予防：疲れやすい・疲れが残る・体力がない・身体が重い・身体がだるい、肩・首・腰又は膝の不調、二日酔いに伴う食欲の低下・だるさ、寝付きが悪い・眠りが浅い・目覚めが悪い、肌の不調（肌荒れ、肌の乾燥） ★体力、身体抵抗力又は集中力の維持・改善 ★虚弱体質（加齢による身体虚弱を含む。）に伴う身体不調の改善・予防：疲れやすい・疲れが残る・体力がない・身体が重い・身体がだるい、肩・首・腰又は膝の不調、寝付きが悪い・眠りが浅い・目覚めが悪い、肌の不調（肌荒れ、肌の乾燥） ★病中病後の体力低下時、発熱を伴う消耗性疾患時、食欲不振時、妊娠授乳期又は産前産後等の栄養補給

<リポビタン DX シリーズ製品サイト>

<https://brand.taisho.co.jp/lipovitan/tablet/>

■製品に関するお問い合わせ

お客様 119 番室 TEL：03-3985-1800

**本件に関するお問い合わせ先**  
リポビタン DX PR 事務局（株式会社 RiNN 内）  
担当：嶺岸（080-1269-4042）・四條（080-5047-8414）  
mail: [pr@rinninc.com](mailto:pr@rinninc.com)