# 東京でマンジャロを使ったダイエットを行ったことがある方へのアンケート調査概要及び結果一覧

令和8年（2026年）9月

美容皮膚科
銀座アイエスクリニック

# 1 調査の概要

## 1.1 調査の目的

実際に東京でマンジャロを使ったダイエットを行ったことがある方の生の声を聞いて、概要をまとめることで、これから利用を検討している方の参考になることを目的としています。

クラウドソーシングを通じて第三者である利用経験者から直接回答を得ました。

## 1.2 調査の対象

クラウドワークスにて、実際に東京でマンジャロを使ったダイエットを行ったことがある方にアンケートを実施しました。

## 1.3 調査期間

2026年9月10日～20日

## 1.4 調査項目

下記の質問事項を調査しました。

- 年齢を教えてください。
- 初回のマンジャロの処方はオンラインと対面どちらで受けましたか？
- どのクリニックで診療を受けましたか？
- その他を選んだ方クリニックの正式名を教えてください。
- クリニックを選ぶ際、最も重視した点は何ですか？
- 治療を継続する上での診療スタイルはどれですか？
- マンジャロによるダイエットにかかった1ヶ月あたりの費用を教えて下さい。
- マンジャロを使って良かった点を20文字以上300字以内で教えてください。
- マンジャロを使ってみて改善して欲しい点や後悔した点を20文字以上300字以内で教えてください。

## 1.5 調査結果の活用

利用者の統計データとして活用します。

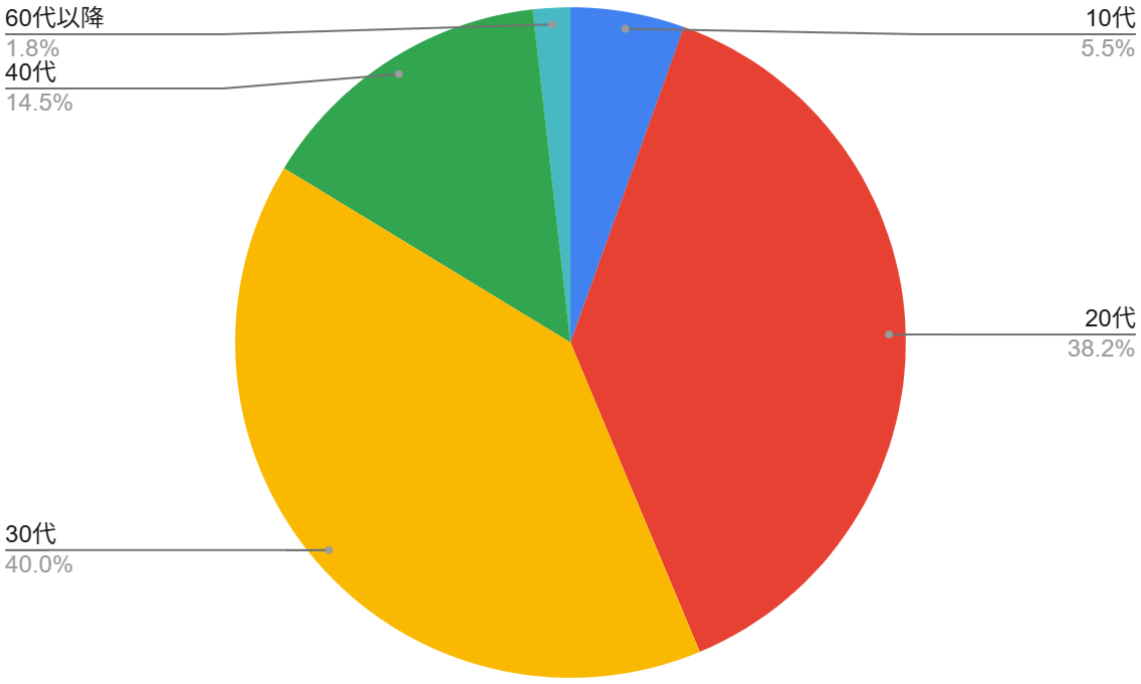
## 1.6 調査の実施状況

2026年9月20日の時点で、55名の方が回答しました。

# 2 調査結果

## 2.1年齢

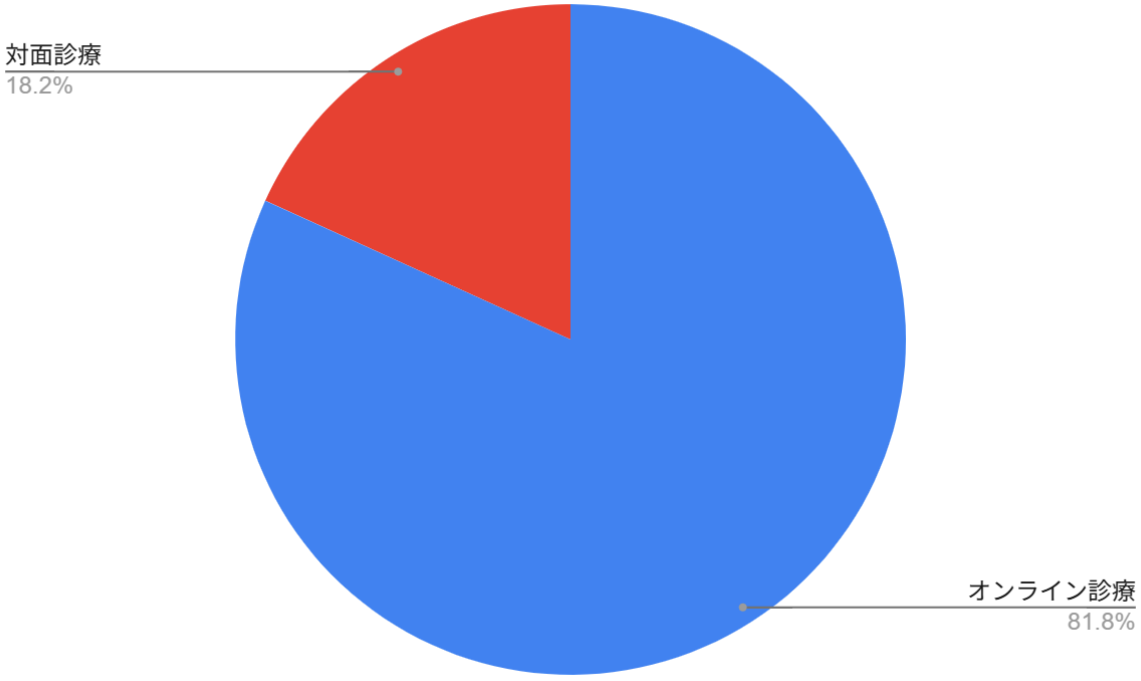
回答していただいた55名について、内訳は以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| 10代 | 3 | 5.5 |
| 20代 | 21 | 38.2 |
| 30代 | 22 | 40 |
| 40代 | 8 | 14.5 |
| 50代 | 0 | 0 |
| 60代以降 | 1 | 1.8 |

## 2.2 初回のマンジャロの処方はオンラインと対面どちらで受けたか

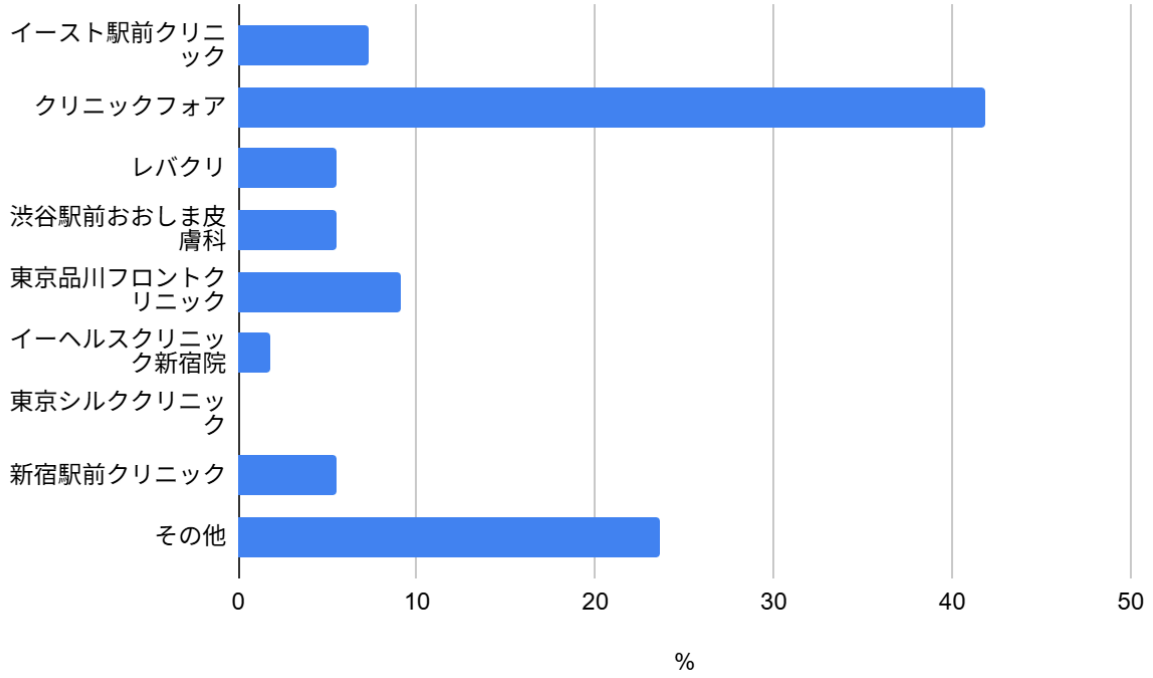
回答していただいた55名について、内訳は以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| オンライン診療 | 45 | 81.8 |
| 対面診療 | 10 | 18.2 |

## 2.3 診療を受けたクリニック

回答していただいた55名の診療を受けたクリニックは以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| イースト駅前クリニック | 4 | 7.3 |
| クリニックフォア | 23 | 41.8 |
| レバクリ | 3 | 5.5 |
| 渋谷駅前おおしま皮膚科 | 3 | 5.5 |
| 東京品川<br>フロントクリニック | 5 | 9.1 |
| イーヘルスクリニック<br>新宿院 | 1 | 1.8 |
| 東京シルククリニック | 0 | 0 |
| 新宿駅前クリニック | 3 | 5.5 |
| その他 | 13 | 23.6 |

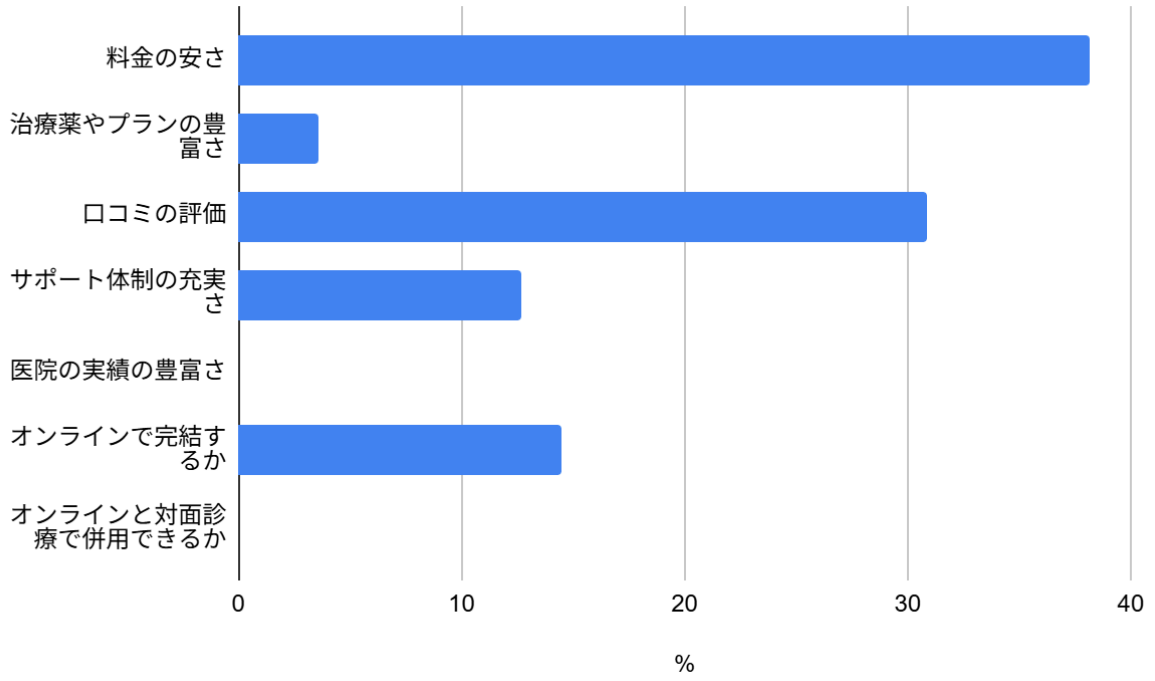
▼その他

- デジタルクリニック
- マルベルクリニック
- RMCリモートメディカルクリニック
- DMMオンラインクリニック
- DIOクリニック新宿院
- ワンクリニック恵比寿

- つむぎクリニック
- クリフォア
- 近江今津駅前メンタルクリニック
- ライトクリニック
- ELIFEクリニック
- つむぎクリニック

## 2.4 クリニックを選ぶ際、最も重視した点

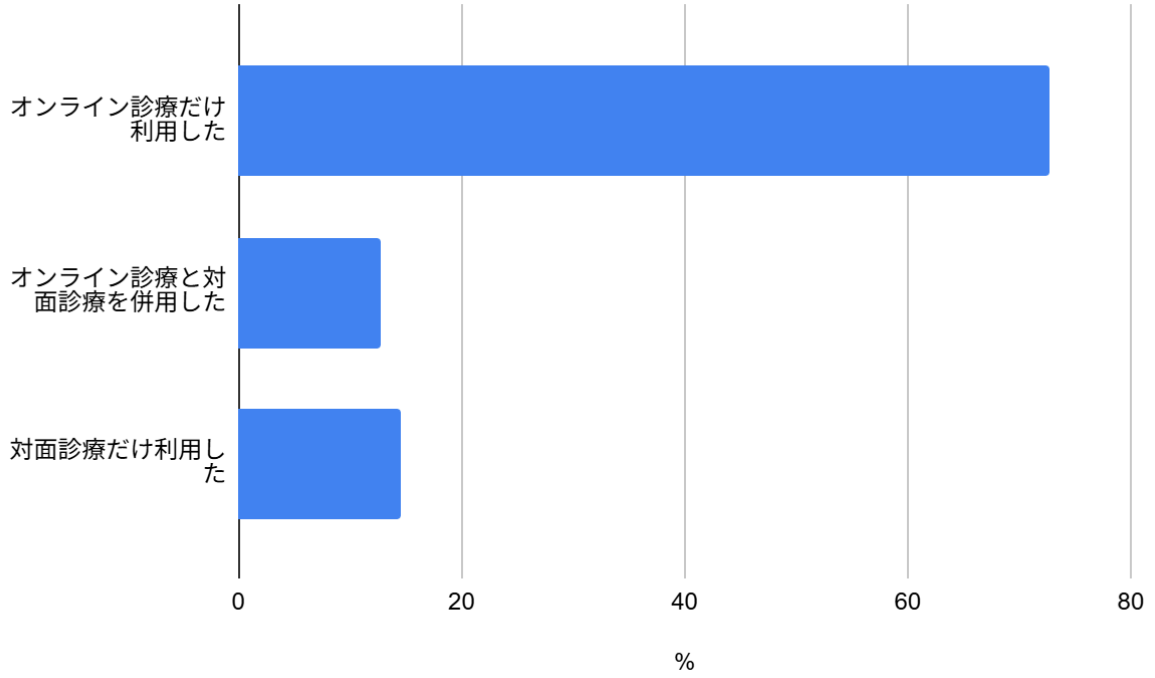
回答していただいた55名のクリニックを選ぶ際最も重視した点は、以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| 料金の安さ | 21 | 38.2 |
| 治療薬やプランの豊富さ | 2 | 3.6 |
| 口コミの評価 | 17 | 30.9 |
| サポート体制の充実さ | 7 | 12.7 |
| 医院の実績の豊富さ | 0 | 0 |
| オンラインで完結するか | 8 | 14.5 |
| オンラインと対面診療で併用できるか | 0 | 0 |

## 2.5 治療を継続する上での診療スタイル

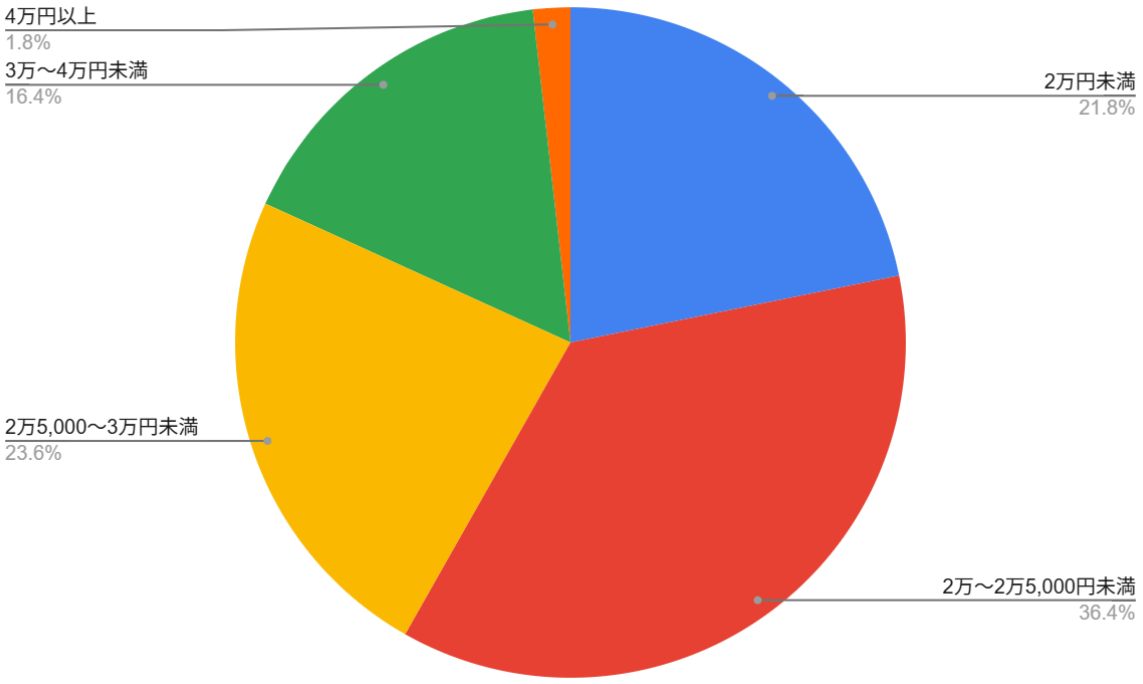
回答していただいた55名の治療を継続する上での診療スタイルは以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| オンライン診療だけ利用した | 40 | 72.7 |
| オンライン診療と対面診療を併用した | 7 | 12.7 |
| 対面診療だけ利用した | 8 | 14.5 |

## 2.6 1ヶ月あたりの費用

回答していただいた55名の1ヶ月あたりの費用は以下の通りでした。




| | 人数(名) | 割合(%) |
|---|---|---|
| 2万円未満 | 12 | 21.8 |
| 2万～2万5,000円未満 | 20 | 36.4 |
| 2万5,000～3万円未満 | 13 | 23.6 |
| 3万～4万円未満 | 9 | 16.4 |
| 4万円以上 | 1 | 1.8 |

## 2.7 マンジャロを使って良かった点

マンジャロを使って良かった点を55名の方に回答していただきました。

- 食欲が抑えられ、無駄食いが減った。体重も少し落ちた。
- 手っ取り早く痩せれるので、早く痩せたい人にはいいかも
- たしかにお腹が空かないような感じがして最初の一ヶ月は体重がおちました。
- すぐに体重の変化が現れるようになってくれた
- 食事の量や間食を以前より自然に抑えやすくなり、体重管理への意識が高まりました。無理に食事を我慢するというより、食欲そのものが落ち着いたように感じられた点が良かったです。
- 1週間で3キロ、1ヶ月ほどで合計5キロ減量できて周囲の方に痩せたね！って言われたこと
- 食欲がなくなるため、月々の体重減少の幅が大きい。
- 以外に値段が安く想像以上に効果が得られた。
- 朝昼の食欲が抑えやすくなり、食事量や食べるペースも含め見直すきっかけになりました。

- すぐに痩せることができたから。特に運動もしないで痩せられた
- 食べるのが好き、運動が嫌いで痩せたかった私にとっては無理な食事制限や過度な運動なしで簡単に痩せれて嬉しかったです。これまでダイエットに何度か挑戦しましたが、後2キロ、3キロが落とせず諦めてはリバンドを繰り返してたので一回の注射でも2、3キロ簡単に落ちてびっくりしました
- 食欲が自然に落ち着き、間食がほとんどなくなりました。特に夕方のドカ食いが減り、体重がゆっくりですが確実に落ちていったのが嬉しかったです。対面診療だったので、毎回先生が細かく体調を確認してくれた点も安心につながりました。
- 食事量を無理に我慢しなくても自然と食欲が落ち着き、間食したいと思う回数が減ったのが良かったです。体重の変化も少しずつ実感できたので、食生活を見直すきっかけにもなりました。
- マンジャロを使って良かった点は、食欲が以前より落ち着き、無理に我慢しなくても食事量を自然に減らせたことです。間食したいと思うことも少なくなり、食生活を見直すきっかけにもなりました。体重の変化も実感できたことで、継続して生活習慣を改善しようという意識が持てるようになりました。
- 食欲が抑えられるようになり、以前より間食や食事量を自然に減らせたことがよかったです。無理な我慢をせずに続けられました。
- オンライン診療なのでプライバシーの面で安心できます。
- 満腹感が続くことで、自然と食事の量が減らせること
- マンジャロを使って良かった点としては、自宅で完結できる手軽さと、体重管理の不安が軽くなったことが大きいです。オンライン診療で説明を受けながら進められたので、初めてでも迷う場面がありませんでした。実際に使い始めてからは、食欲のコントロールがしやすくなり、無理なく生活に取り入れられています。通院の手間がないことで続けやすく、忙しい日でも負担なく取り組める点が特に良かったと感じています。
- 食欲が自然と抑えられて、無理な我慢をしないで体重を落とすことができた点ですね。間食やドカ食いの習慣がなくなって、食事量コントロールのストレスが大きく減りました。効果も実感しやすく満足しています。
- 短期間で体重落ちたけど、ずっと打たないとリバウンドしてしまう
- 食欲がかなり抑えられ、以前より少ない食事量でも満足できるようになった点が良かったです。特に間食や夜食を食べたいと思うことが減り、無理に我慢している感覚が少なかったです。体重も徐々に落ちていったので、ダイエットを継続するモチベーションにもつながりました。
- 今まで試したダイエットの中で唯一「無理やり痩せる」という感覚を感じた
- 食欲が自然に抑えられて、無理な食事制限をしなくても食べる量を減らしやすくなった点が良かったです。体重も少しずつ減ってきて、ダイエットを続けるモチベーションにつながりました。
- 短期間でダイエットできたので、その点ありがたかったです
- 今まで苦労していた食事制限をせずに、簡単に痩せられた
- 満腹感が持続するので、間食が減りました。
- 手軽にダイエットをする事が出来るところ。
- 食事制限をしているような強いストレスをほとんど感じることなく、自然に食欲を抑えることができたため、無理なくスムーズに体重を落とすことができた点が良かったです。
- 食欲が自然と落ち着き、無理なく食事量を減らせた点が良かったです。これまでのダイエットでは空腹感が強く続かなかったのですが、マンジャロを使い始めてからは間食が減り、体重も少しずつ落ちていきました。特に仕事が忙しい日でも食事のコントロールがしやすく、ストレスが少ないのが助かりました。
- 食欲が減り、初回は体重が激減して減りました
- 本当に食欲が抑えられ、食べる量が減ったこと。

- 食欲が自然と落ち着き、無理なく食事量を減らせた点が一番良かったです。これまでのダイエットでは空腹感が強く続かなかったのですが、マンジャロを使い始めてからは間食が減り、体重も少しずつ落ちていきました。仕事が忙しい日でも食事のコントロールがしやすく、ストレスが少ないのが助かりました。
- オンラインで診察から処方まで完結するので、仕事の合間でも受け取りまでスムーズだった点が良かったです。マンジャロを使い始めてから食欲が落ち着き、夜の間食がほとんどなくなりました。体重も少しずつ減り、通勤時の階段で息が上がりにくくなったのを実感しています。
- 食欲が自然に抑えられ、無理に我慢しなくてもストレスなく食べる量を減らせたこと
- マンジャロを使う前は食欲に負けてダイエットに成功したこたがなかったが、マンジャロを使って初めて痩せることができた。
- 使用してから1週間くらいで体重が減っているのが実感できた。1ヶ月で8kg程落とすことができた
- マンジャロを使って良かった点は、以前より食欲をコントロールしやすくなり、食事量を無理なく抑えられたことです。常に食べたいという気持ちが減ったことで、間食をする機会も少なくなりました。食事制限だけで頑張るよりもストレスを感じにくく、体重管理を続けやすくなった点も良かったです。自分の生活習慣を見直すきっかけにもなりました。
- 食欲が自然と抑えられ、無理な食事制限や我慢をすることなく体重を減らすことができた点です。オンライン診療で自宅まで送ってもらえたため、通院の手間がかからず継続しやすかったのも良かったです。
- マンジャロを使って良かった点は無理なダイエットをしなくても楽にダイエットができるようになったことです。
- 食欲が減ったので暴飲暴食が減り体重が落ちた
- 食事の量を以前ほど無理に我慢しなくても、自然と食べる量が少なくなったのが良かったです。間食も減って、体重を毎日確認するのが少し楽しみになりました。オンラインなので通院の手間がなかった点も助かりました。
- 体重管理がしやすくなり、食欲のコントロールが自然にできるようになったこと。
- 食欲が自然と抑えられるので、これまでの無理な食事制限でいつも挫折していた私でもストレスなく体重を落とすことができました。特に夜のドカ食いがピタッと止まったのが一番の収穫です。
- 1人前が足りず、友人と食事をしていても自分だけが満腹にならず家に帰ってから追加でお菓子やスイーツなどを追加で食べており、異常な食欲があったが、マンジャロを始めてからは1人前でしっかり満足できるようになり間食も減ったことで減量はもちろん、食への執着がなくなったことで精神的にも安定した点
- 強力な血糖コントロール効果と高い体重減少効果を同時に得られることです。
- 過食症が治った。間食が減った。今食べなくていいものをちゃんと見極められるようになった。普段2人前食べていたのでそれがなくなり一人前の量になったので少しずつだが減りました。
- 以前より食欲をコントロールしやすくなったと感じています。食事の量や間食を自然と意識できるようになり、無理な食事制限をしなくても生活習慣を見直すきっかけになりました。自分一人でダイエットするよりも続けやすく、体重管理へのモチベーションを維持しやすかった点が良かったです。
- ?自然に食欲が抑えられて、無理な我慢をすることなく体重を減らすことができた点が良かったです。
- 食欲が自然と減り、1日の食事量を無理なく抑えられるようになりました。食事を取らず水分だけで満足できる日もあり、1回の食事量が減ったことで、量よりも栄養価を意識して食事を選ぶようになりました。また、甘い物や間食を減らすができ、結果的に食費も抑えられた点が良かったです。

- すぐに体重が減り始めてきて成果が見えてきた。
- 食欲が自然と落ち着き、無理な我慢をしなくても食事量を減らせた点が一番良かったです。特に夜の間食がほぼなくなり、体重の減り方が今までのダイエットより早く感じました。オンライン診療だけで続けられたので、仕事が忙しい時期でも負担なく継続できました。
- 食欲が以前より抑えやすくなり、食事量を自然に減らせたことが良かったです。無理に我慢するよりも食べたい気持ちが落ち着いたので、ダイエットを続けやすいと感じました。また、オンラインで診察を受けられるので、通院の時間や手間が少ない点も便利でした。
- オンライン診療で手間が少なく、半年間かけてマイナス8キロが叶ったのでとても良かった。
- 本当に食欲が減るので、無理せず食べる気持ちを抑えられた。
- 食欲のコントロールが出来るので、リバウンドがありませんでした。

## 2.8 マンジャロを使ってみて改善して欲しい点や後悔した点

マンジャロを使ってみて改善して欲しい点や後悔した点を55名の方に回答していただきました。

- 体重が簡単に落ちてしまったので、続けると体に悪いと思い、使い続けるのが怖くなった。
- 無理はしないほうがいい。依存すると本当に怖い
- あとから違法というか、世間的にダメということを知ってすぐやめましたが、なんだか罪悪感が湧きました。
- 自分で打たないといけない所、あと少し高い
- 継続して使用するには費用がかかる点が負担に感じました。また、体調や副作用について不安になることもあったので、使用中の注意点や相談できるサポートがもっと分かりやすいと安心できると思います。
- 運動が苦手で運動せずにいたので筋肉量が落ち基礎代謝が落ちてしまったこと
- 水も飲めなくなる瞬間がある点に関しては後悔している。
- もう少し宣伝の仕方を安心して受けれるようにしていただきたいです。
- 個人的にですが、副作用がたまに起きた点で胃のムカムカを感じたのでその辺りが改善されてほしいです。
- 吐き気がすごかった。副作用が強かったのが怖かった
- 太ってるわけではないのは自分でわかっていても一回マンジャロを使って激痩せした時に周りからも「痩せた」と言ってもらえて嬉しかったです。痩せれば可愛いといってもらえると承認欲求が高まったことと痩せたいと思った時に食事や運動ではなく第一にマンジャロの選択肢になってしまったことです
- 最初の数日は胃のムカつきが強く、仕事中に少しつらい時間がありました。また、診療予約が混んでいて希望の時間が取りづらいことがあり、もう少し柔軟に予約できると助かると思いました。副作用の説明をもっと詳しく聞いておけばよかったと感じています。
- 注射を続けるため費用が毎月かかるので、長期間続ける場合の負担が気になりました。また、食欲が落ちる一方で、体調によっては食事が取りづらく感じることもあり、その点は改善してほしいと思いました。
- マンジャロを使ってみて改善してほしい点は、費用が継続的にかかることです。効果を実感できても、長く続けるとなると経済的な負担が気になります。また、食欲が落ちることで食事量が減りすぎることもあるため、適切な食事量や栄養について、より分かりやすい案内があると安心して利用できると思います。
- 食欲がかなり減ったので、最初から食事内容や栄養バランスを意識しておけばよかったと思います。使い始める前に注意点も詳しく確認しておきたかったです。

- 副作用の心配と料金の高さが続けるのに心配だった。
- 費用面も含めて継続しやすいかと言われればコストパフォーマンスはあまり良くない気がする
- マンジャロを使ってみて感じた改善点は、副作用の出方が人によって大きく違うため、もう少し個別の状況に合わせたフォローが欲しいという点です。私は初期に軽い吐き気やだるさが続き、慣れるまで少し不安がありました。また、オンライン診療は便利な一方で、細かい体調の変化を相談するタイミングが限られており、もう少し気軽に相談できる仕組みがあると安心だと感じました。効果自体には満足していますが、体調管理のサポートが強化されれば、より使いやすくなると思います。
- 投与初期に軽い吐き気や胃の不快感などの副作用があった点が気になりました。また、自由診療の場合の毎月の費用負担がやや高いので、もう少し継続しやすい価格になると助かるなと感じています。
- もうちょっと値段とか低く抑えて欲しいです
- 使い始めの頃は吐き気や胃の重さを感じることがあり、食事の量や内容にはかなり気をつける必要がありました。また、毎月3〜4万円程度の費用がかかるため、長期間続けるとなると金銭的な負担が大きいと感じます。使用をやめた後のリバウンドについても少し不安があります。
- 使用していた間、髪が抜けやすくなったように感じた
- 費用が毎月かかるので、長期間続けるとなると負担が大きいと感じました。また、吐き気や胃の不快感が出ることもあり、体調によっては使い続けるのが大変だと思いました。
- 副反応があるので、使用するには注意が必要かなと思います
- 自由診療になってしまうことで、金銭的負担が大きい
- 継続すると金銭的な負担が大きいです。また副作用があります。
- 費用が高いイメージがあるので、改善してほしい
- 1ヶ月あたりの薬代の負担がそれなりにかかるため、もう少し価格が手頃になると長期で継続しやすいのになと感じました。また、在庫が不安定になる時期がある点も改善してほしいです。
- 最初の数週間は軽い吐き気やだるさが続き、体調管理が難しい日がありました。また、費用が思ったより高く、長期間続けるには負担を感じました。効果は実感できたものの、もう少し料金が抑えられたり、体調に合わせた細かい調整ができると続けやすいと感じました。
- 日に日に耐性がつき痩せにくくなるため，改善策を教えてほしい
- 副作用が強く、ずっと車酔いした時のような状態が続き気持ち悪く感じること。初めて打ってから一日経った時の副作用が特に強く、朝起き上がったら吐きそうだと感じたくらい気持ち悪くなったこと。気持ち悪く感じるせいで、SNSでジャンクフードの画像などをみかけると、うっと気持ち悪く感じること。
- 副作用の吐き気が強い日があり、最初の数週間は体調管理が大変でした。また、費用が高めなので長期間続けるには負担を感じました。効果は実感できたものの、もう少し料金が抑えられたり、体調に合わせた細かい調整ができると続けやすいと思いました。
- 最初の数回は吐き気が強く、食事量の調整が難しかったです。また、オンライン診療は便利ですが、混み合う時間帯は予約が取りづらいことがあり、薬の受け取りが遅れたこともありました。費用も継続すると負担が大きく、長期的に続けるかどうか悩む場面がありました。
- 吐き気や胃のもたれなどの副作用が出ることがあること
- 急激に体重が落ちるのでバストが貧相になってしまったことは後悔しています。
- マンジャロに慣れるまで、常に気持ち悪さがあり打つのをやめたらよかったかなと後悔したことがあります

- 使ってみて改善してほしいと感じたのは、費用が継続的にかかることです。効果を実感できても、長く続けるとなると経済的な負担が気になりました。また、食欲が抑えられる一方で、体調や食事量に気をつける必要があるため、もう少し安心して続けられるサポートがあると嬉しいです。使用前に副作用や注意点について、より具体的に説明してもらえると、さらに安心して利用できると思いました。
- 使い始めの頃に少し吐き気や胃の不快感といった副作用があり、慣れるまで体が重く感じた点です。また、自由診療のため毎月の薬代がどうしても高くなってしまう費用面は改善されると嬉しいです。
- マンジャロが少しだけ値段が高いことです。もう少し安ければたくさん使えていいと思います
- 使いすぎると効果がないため期間をちゃんと開けることが大切
- 費用が毎月かかるので、長く続けるには少し負担に感じました。また、最初の頃は体調の変化が気になり、食事の量やタイミングにも注意する必要がありました。もう少し料金が安くなれば続けやすいと思います。
- 吐き気や胃のムカつきがある日がありり、仕事に支障が出ることもあることです。
- 薬の価格がそれなりにするので、毎月の固定費としての負担がやや大きい点です。また、在庫が不安定な時期があって、継続して手に入るか少しヒヤヒヤすることがあったので改善してほしいです。
- 太ることに対して恐怖が出てくるため、中々辞められない点
- 吐き気、嘔吐、下痢、便秘などが起こります。
- マンジャロを使って2、3年になるのですが。たまにみぞおちが痛くなる。また、免疫が落ちて風邪や今までなかったアレルギーになりやすくなりました。
- 効果を実感できた一方で、費用が継続的にかかる点は改善してほしいと感じました。また、使用する量や期間についてもう少し分かりやすく説明してもらえると、より安心して続けられると思います。副作用や体調変化についても、具体的な対処方法を詳しく案内してもらえると、さらに利用しやすいと感じました。
- 使用初期に吐き気や胃の不快感などの副作用があって、慣れるまで少し辛かったです。

- 一度休薬した際に食欲が戻り、「また打たなければ」と感じるようになり、精神的に依存しているような感覚が生じました。打たないと食欲をコントロールできないのではないかという不安もあります。また、注射後数時間すると、気持ち悪さや倦怠感、寒気に襲われることが多く、こうした副作用が少しでも軽減されればと思います。さらに、注射前のアルコール綿の匂いがトラウマのように感じられ、アルコールの匂い自体が苦手になった点も後悔しています。
- 体調不良になったことと、本来抗がん剤治療で使うものだと知り良くない使い方をしたと思いました。
- 効果は感じたものの、注射に慣れるまでは少し怖さがありました。また、体調によっては軽い吐き気が出る日があり、仕事中に気になることもありました。費用も決して安くないので、長期で続けるには負担が大きいと感じました。もう少し料金が抑えられると続けやすいと思います。
- 継続して使用すると費用がかかる点は少し負担に感じました。また、効果や体調の変化には個人差があると思うので、料金だけでなく副作用や使用期間についても事前に詳しく確認しておけばよかったと思います。
- 現状後悔していることはありませんが、副作用や本来の治療目的とのズレを指摘される場面が度々あるので半年以上長く続ける気にはならなかった。
- すぐに慣れてしまう、体に悪いと思う。これは改善してほしい反面、薬に頼るなら仕方がないとも思える。
- 副作用で体調不良になり、仕事を休みました。