



本期焦點

全民瘋健身： 健身話題社群輿情大剖析

- ▶ 健身話題趨勢洞察，社群對這一議題關注熱度高！
- ▶ 健身周邊用品需求探索，這件事影響網友的選購考量！

OpView放大鏡

- ▶ 熱門話題調查局 (賞櫻地圖 / 健身房顧人怨行為 / 招財小物排行)
- ▶ 熱議文章大公開 (新聞 / PTT / Dcard / Mobile 01 / Instagram / Facebook / YouTube)



研究說明

資料來源與研究方法

Part 1 健身話題整體趨勢洞察

1-1 健身話題聲量概覽

1-2 健身話題討論聚集地觀測

1-3 健身話題焦點文字雲拆解

Part 2 健身周邊市場需求與族群探索

2-1 健身周邊市場需求調查

2-2 健身周邊市場關注族群剖析

結論

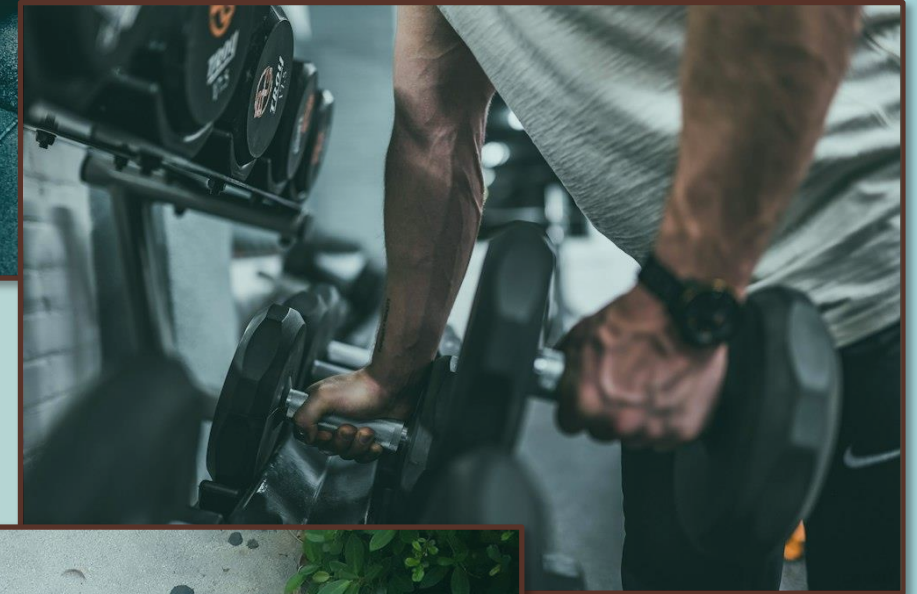
全民瘋健身： 健身話題社群輿情大剖析

主題目錄

前言

在現代社會中，健身已經成為不少人生活中不可或缺的一部分，而這種趨勢也帶動了健身周邊市場的蓬勃發展。隨著民眾對強身健體的重視程度增加，健身周邊用品逐漸從單純的專業運動裝備擴展到如智慧穿戴裝置等更多元的面向，讓健身周邊用品的商機日益豐富。

因此本期Social Watch透過《[OpView社群口碑資料庫](#)》追蹤健身話題的網路聲量表現，不僅從社群數據的角度洞察社群上的健身話題焦點，同時進一步針對健身周邊用品進行商機探索，透過社群聆聽來解析消費者需求與各不同族群間的關注焦點為何，更精準的找出消費者的動向與意圖，提供最真實的社群口碑趨勢以供品牌及相關業者作為參考。





研究說明

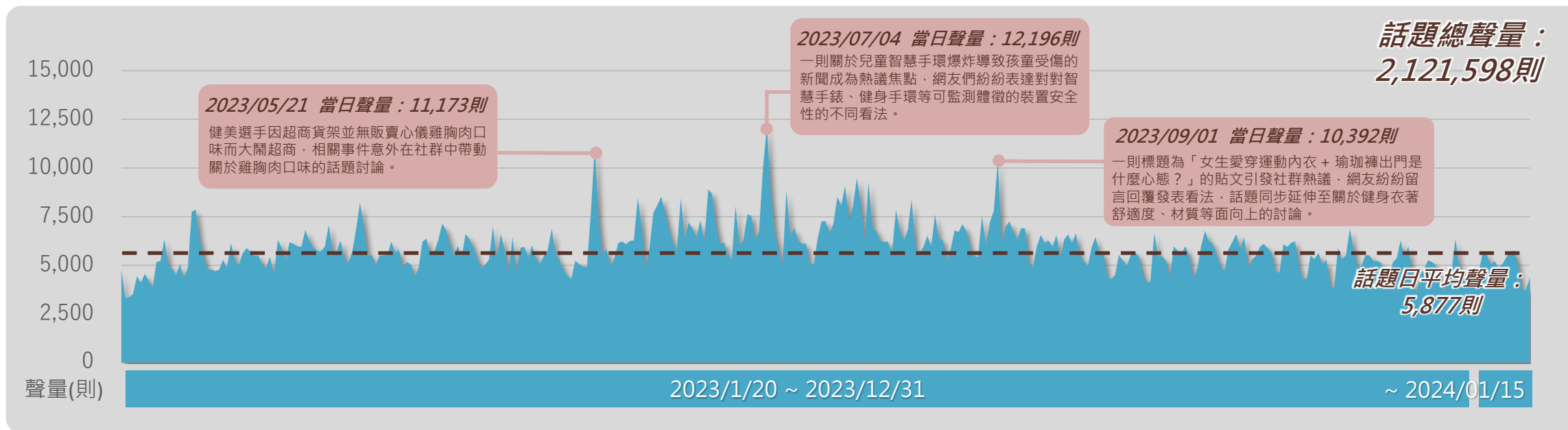
- ▶ 資料時間：2023.01.20~2024.01.15
- ▶ 資料來源：討論區、社群網站、新聞、部落格、地點評論、APP評論(排除抽獎文、直播文)。

OpView 於觀測範圍內設定「健身話題」之關鍵詞組，框定相關研究文本	Part 1 健身話題 整體趨勢洞察	1-1 健身話題聲量概覽 分析健身話題討論的整體聲量趨勢，並探討趨勢高點熱門話題為何。
		1-2 健身話題討論聚集地觀測 統計聲量來源以了解網友最常於何處討論話題，並進一步分析主要來源網站之熱門頻道。
		1-3 健身話題焦點文字雲拆解 針對相關網友討論文本進行斷詞剖析並製成文字雲，以了解健身話題討論焦點。
	Part 2 健身周邊市場 需求與族群探索	2-1 健身周邊市場需求調查 透過維度分析的方式，探索網友在健身周邊市場的不同需求，以及需求背後的討論內容。
		2-2 健身周邊市場關注族群剖析 觀察話題關注族群之討論聲量，並比較族群間的討論內容與關注焦點。



網友關注智慧手錶安全性 女性運動衣著帶動聲量

首先觀察健身話題的聲量趨勢，在2023年5月時因為「健美選手大鬧超商」的事件，意外在討論區展開「雞胸肉口味」的相關話題，除了有網友好奇「黑胡椒口味有多好吃？」，也有不少人紛紛列出心中的雞胸肉口味排名，掀起一波相關話題聲量成長。接著再看到7月時，一則「兒童智慧手錶爆炸」的新聞引爆社群討論，如「帶有晶片的健身手環真的要注意品質」、「無法準確監測（體徵）數據可能是小事，像這樣爆炸可就真的得不償失」等回覆，可以看出民眾對於健身手環、智慧手錶安全性的高度關注。而在2023年9月時，一則「女生愛穿運動內衣 + 瑜珈褲出門是什麼心態？」為標題的貼文引起社群熱議，如「說到底其實也是貼身衣物，有時瞄到其他人私密處痕跡的很尷尬」、「我是要穿去健身房的，穿得舒服就好啊」等等，可以看出社群上對健身、重訓用衣著的接受程度有著大不相同的看法，而也因為是貼身衣物的緣故，就有網友提問「求透氣瑜珈褲品牌」，表示在健身排汗量大的狀況下，會更加注重服飾的透氣度表現，因而帶動社群當中對於健身衣著材質、機能性的討論熱度。

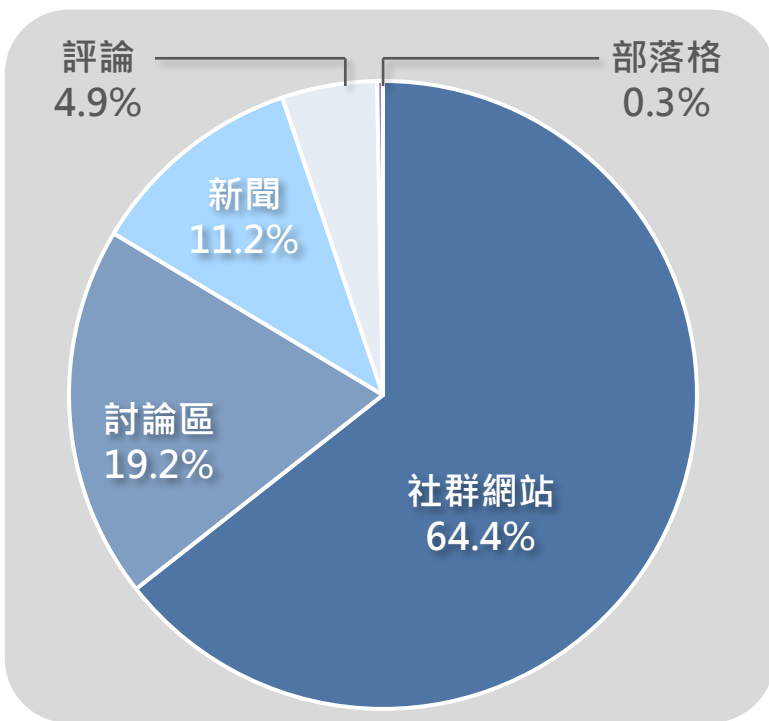


▲ 健身話題聲量趨勢圖與趨勢高點熱門文章



社群網站聲量佔比超過6成 名人健身成效備受討論

接著進一步分析健身話題的討論聲量來源，可以發現社群網站為聲量聚集重鎮，當中排名第一、二的熱門頻道「Mr. Muscular - 你的網上健身百科全書」、「地方媽媽Ellie健身筆記」分別分享名人、網紅健身成果與自身健身心得，吸引網友們留言回應「想練得跟他一樣」、「肌肉真的很好看、好帥」等，成功帶動關於民眾對健身話題的關注。而在討論區中許多網友會在PTT的八卦板、Dcard的健身板中發文請益「肌肉訓練撇步」，交流彼此對健身的心得與方法，另外也有關於不同健身房品牌、場地體驗的經驗分享，其中網友最關注的重點集中在「訓練器材多寡」、「訓練器材多元性」兩個面向上，紛紛認為若能減少等待器材的時間、增加訓練效果等才是選擇該健身房品牌、場地的主要原因，並且也有不少人認為健身房會員價格大同小異，表示「常去自然就會划算了」，反而對於健身房價格的考量相對較少。



▲ 健身話題來源網站聲量佔比圓餅圖

社群網站熱門頻道		聲量
1	Mr. Muscular 你的網上健身百科全書	72,458則
2	地方媽媽Ellie健身筆記	57,965則
3	TVBS 新聞	38,407則

討論區熱門頻道		聲量
1	Gossiping	22,856則
2	健身	21,184則
3	MuscleBeach	15,937則

▲ 社群網站、討論區之前三名熱門頻道排行



訓練方式交流文章討論度高 補品口味請益引熱議

觀察熱詞文字雲，除了有「World Gym」、「健身工廠」等健身房品牌比較的話題外，「肌群」、「肌力」等字詞，也時常出現在訓練方式請益的相關討論中，可以說是健身話題中的熱門關注重點。除此之外，「求推薦新手乳清口味」、「蛋白粉該怎麼吃」等等的文章標題每每都會引發社群熱議，吸引眾多網友的食用經驗分享與優惠資訊的交流。社群當中也有網友提問「健身手環真的有用嗎」，帶動不少關於智慧穿戴裝置實用性、必要性的相關回應，如「紀錄心率可以更了解自己的身體狀況」。最後看到「啞鈴」、「跑步機」等字詞，不少網友提到下雨天不想出門、下班沒時間等緣故，想請益多功能性、收納容易的器材組，方便自己隨時完成健身的需求，顯示出消費者對於居家健身的需求日益增加。接下來的章節，將會繼續針對與健身有關的周邊用品展開分析，更深入剖析關注健身話題的網友，在健身中的具體需求為何。

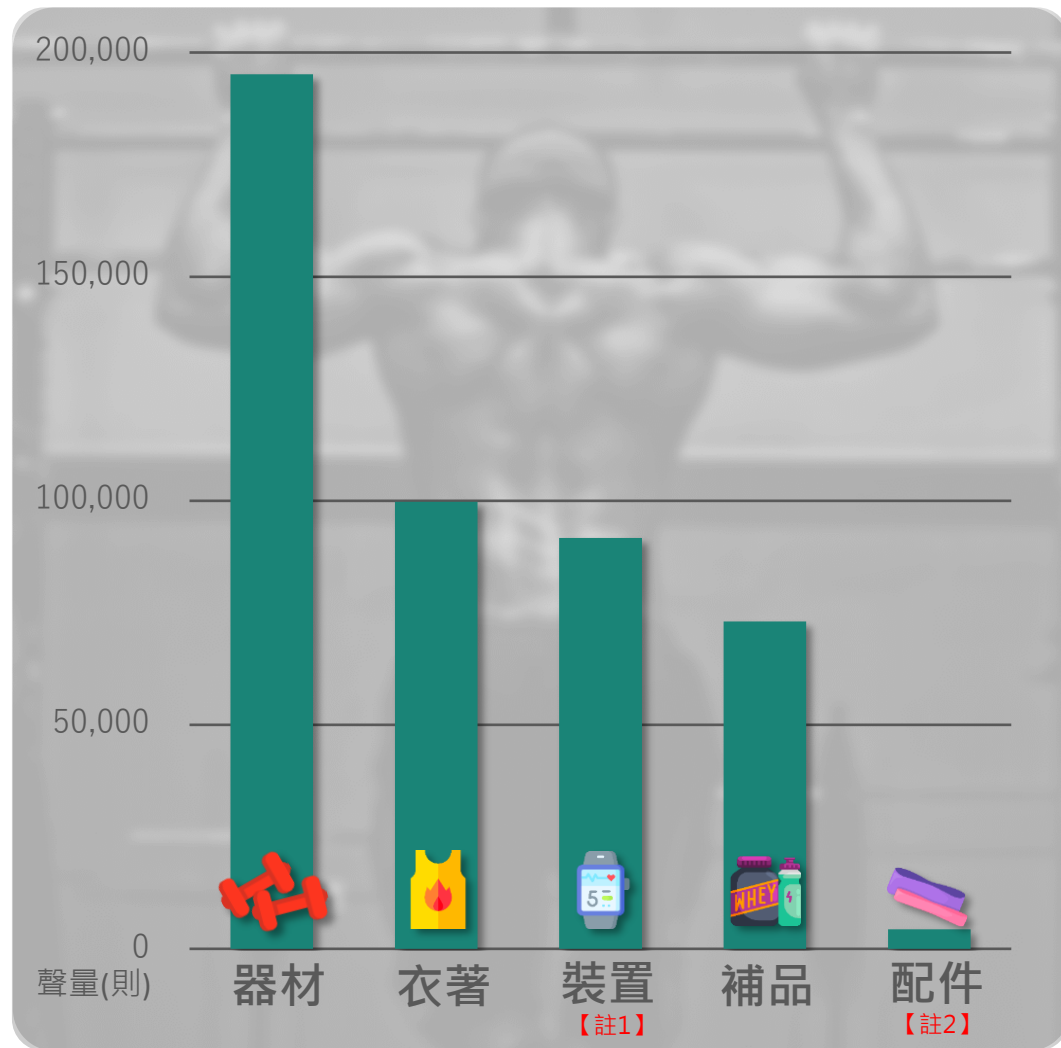
關注面向	關鍵字詞
品牌相關	World Gym、健身工廠、Garmin、Apple
訓練相關	肌群、肌力、核心、腹肌、深蹲、減脂
飲食相關	乳清、高蛋白、蛋白粉、飲食、口味
穿戴配件	智慧手錶、手環、彈力帶、運動內衣
健身器材	啞鈴、槓鈴、飛輪、跑步機



▲ 健身話題文字雲與話題面向歸納



居家健身器材受網友關注 補品添加物成社群焦點



▲ 健身周邊話題維度聲量柱狀圖

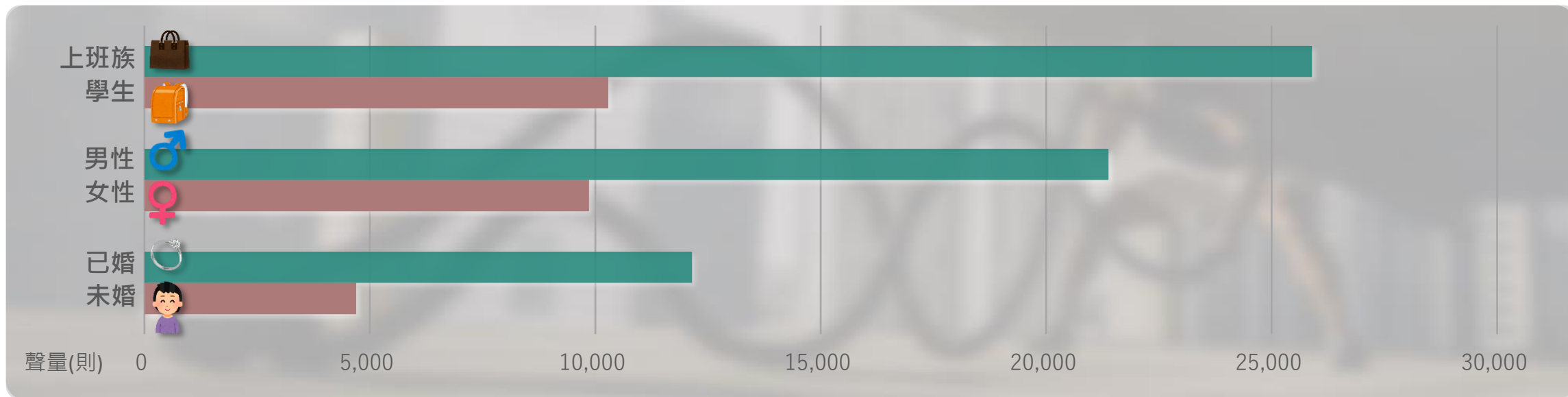
從前面章節中知道，社群對健身的討論不僅止於健身房而已，從健康飲食、蛋白質補品到穿戴裝置、機能衣著等等都是網友們關注的熱門周邊用品，而若透過維度的方式分析，健身「器材」則有著最高的討論熱度，如就有人請益「居家健身器材的選購重點」，想了解如何在有限的條件下，透過複合式的器材來獲得最佳的訓練效果。而觀察「衣著」、「補品」兩個面向的討論聲量，「衣著」方面大多聚焦在健身服飾的舒適度、便利性等。「補品」的討論內容則多聚焦在一則關於知名乳清品牌的蛋白粉，被檢驗出含有過量防腐劑（苯甲酸）的事件中，不少網友對此表示驚訝，不過也有熱心網友分享相關數據表示「是因為苯甲酸不被法規允許加在乳清蛋白中，但實際上苯甲酸的總量並未超過人體每日可攝取總量」，雖然在網友以及代言該產品網紅的說明下解答了眾多民眾的疑惑，不過也讓網友們對於補品內添加物的種類、成分多寡更加重視，成為選購相關產品時的一大關注焦點。

【註1】「裝置」維度係包含智慧手錶、健身手環等智慧型穿戴裝置。

【註2】「配件」維度係包含重訓手套、重訓腰帶等健身時使用之相關配件用品。



上班族熱衷24小時健身房 已婚族群盼能在家健身



▲ 健身周邊話題關注族群長條圖

最後，將所有關注健身周邊用品的網友進行分群，藉由拆解各族群的關注重點，可以更進一步協助相關品牌、業者去鎖定目標受眾，以便制訂更精確的行銷策略。首先看到在「上班族」族群有著最多的聲量，其中有人提到時常因工作的緣故，無法配合一般健身房的營業時間，因此有不少關於24小時健身房的討論。另外看到在「男性」族群的討論中多與智慧手環有關，對於能同時支援體徵監測與日常生活的手錶款式有諸多正面評價，如「慢跑時能紀錄心跳，平常也可以看看訊息，真的蠻方便的」。而「已婚」族群的網友則提到「結婚後比較少個人時間」的狀況，也有人表示「想增加跟家人相處的時間」，所以有關居家健身器材如啞鈴組、跑步機等成為已婚族群的熱議焦點，推薦合適之器材品牌給有相關需求的網友。

觀察不同族群的對於健身周邊用品的討論，總結發現雖然各自有不同的需求，但整體來說如24小時健身房、居家健身器材等，打破時間與空間限制的特性是重要關鍵，因此相關的話題成為社群關注的一大重點。

本期重點整理



Part 1 健身話題整體趨勢洞察

- **健身話題聲量概覽：**在2023年5月時因「健美選手大鬧超商」事件，意外掀起關於雞胸肉口味的討論話題聲量。7月時一則關於「兒童智慧手錶爆炸」的新聞引起熱議，讓健身手錶等智慧穿戴裝置的安全性成為社群關注焦點。最後在9月時網友則針對「女性健身運動服飾」展開舒適度、材質、社會觀感等一系列話題討論。
- **健身話題討論聚集地觀測：**社群網站為聲量聚集重鎮，佔比六成多；討論區則佔逾兩成左右的聲量。前者來源中網友對名人、網紅健身成果高度關注，帶動相關討論聲量；後者則是有不少關於健身房品牌、場地比較的請益類型文章。
- **健身話題焦點文字雲拆解：**「肌群」、「肌力」等被字詞經常在訓練方式請益的文章當中被提及。另外，有許多關於高蛋白的食用經驗分享與優惠資訊的交流文章，讓「蛋白粉」、「乳清」等字詞成為熱門關鍵字詞。

Part 2 健身周邊市場需求與族群探索

- **健身周邊市場需求調查：**「器材」為討論聲量最高的健身周邊用品維度，當中有許多請益居家健身器材的內容引起熱議。「補品」維度則是集中討論知名乳清品牌被檢驗出超量防腐劑的相關事件，帶動民眾對於選購產品考量的話題。
- **健身周邊市場關注族群剖析：**上班族族群因工作因素，對24小時健身房有著更高的關注度；男性族群對智慧穿戴裝置相關的話題有著高度討論。已婚族群則聚焦討論居家健身器材，希望能在家中即完成健身的需求。



知識管理**王者再臨**！ 用生成式 AI 注入 KM 新動能

3/26 (二) 顧問現場為您解密



Social Lab網路新聲量 熱門話題調查局

觀測期間 | 2024.02.05-02.18

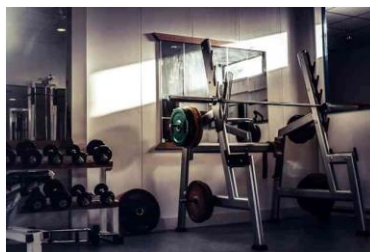
Social Lab每週追蹤特定主題，把網友想法一次說給你聽！

感謝各大媒體引用《Social Lab社群實驗室》透過
《OpView社群口碑資料庫》剖析之獨家主題文章！



2024櫻花季開跑！精選10大「賞櫻景點」遊粉色仙境

- 武陵農場花種豐富被譽「櫻花博物館」阿里山櫻花與日出交相輝映成奇景.....[繼續閱讀](#)



別當健身房的不速之客！6大健身房NG行為別再做了

- 就是想一個人運動別再搭訕了！聊天、喊叫音量要拿捏以免惹人厭.....[繼續閱讀](#)



龍年財運滾滾來！網推10大「招財小物」讓你龍華富貴

- 金色「招財貓」招來富貴好財運 明財位放「聚寶盆」財源滾滾旺風水.....[繼續閱讀](#)



前往Social Lab



觀測期間：2024.02.12-02.18



網友熱議文章大公開

OpView放大鏡



新聞 聲量探索排行榜

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	2,285	Yahoo新聞 > 社會地方	柬埔寨說明晚安小雞、阿鬧直播造假案起出鬼面具、紅墨水等證物
2	1,867	LINE TODAY > NOWnews 今日新聞	晚安小雞真的慘了！柬埔寨「高層」震怒發文
3	1,396	LINE TODAY > 國際	晚安小雞下跪求情柬埔寨堅持法辦刑滿再驅逐出境
4	1,334	Yahoo新聞 > 娛樂	陳佩琪爆料柯嘆「若柯侯配早大贏」柯文哲：只代表某一位國民的發言
5	1,302	LINE TODAY > 國內	宏都拉斯斷交台灣「養殖業倒一片、萬人失業」傳欠138億債務未還
6	1,222	LINE TODAY > 國內	陸船越界翻覆釀2死國台辦譴責台方驅趕
7	1,119	Yahoo新聞 > 政治	藍委轟蔡政府「選後變獨裁國家」談赴陸禁團令不忍了
8	1,095	LINE TODAY > 生活	NET登報要求為「強盜行為」道歉謝國樑：市府願釋善意解決
9	1,041	Yahoo新聞 > 玩樂	年代旅遊丟包旅客負責人神隱2日發聲明無法負起賠償責任
10	1,040	Yahoo新聞 > 政治	最想「砍唐鳳數發部預算」徐巧芯：拿200億到底做了什麼



看新聞其他時期排行榜



PTT 聲量探索排行榜 (排除閒聊文、贈獎文、直播文)

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	1,768	Gossiping	Re: [新聞]獨 / 家屬才剛通報協尋...高雄女學生遭進
2	1,436	Gossiping	[問卦]國旅明明比日本還便宜為啥大家一直噴？
3	1,285	Gossiping	[新聞]印度移工來了！台印雙方MOU今天簽署 引
4	1,264	Gossiping	[新聞]快訊 / 晚安小雞、阿鬧遭柬埔寨判刑2年
5	1,250	Gossiping	[新聞]博弈水房年洗錢90億涉案20人「態度良好
6	1,250	Gossiping	[新聞]別問戰爭何時結束澤倫斯基：問普亭為什麼
7	1,244	Gossiping	[新聞]台灣人2023年「被詐騙」88.78億元創史上
8	1,185	Gossiping	[新聞]快訊 / 晚安小雞遭柬國警方逮捕 刑事局
9	1,185	marriage	[求助]一歲半女兒的父母獨處時間請益
10	1,141	Gossiping	[新聞] NET登報嗆「強盜行為應道歉」 謝國樑：



看PTT其他時期排行榜



Dcard 聲量探索排行榜 (排除贈獎文)

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	1,858	感情	男友只包了12000給我想分手了 😡😡😡
2	1,089	閒聊	1000刮刮樂中100萬
3	919	感情	為了性離婚
4	883	心情	莫名其妙上新聞
5	664	感情	男友姐姐想殺了我
6	641	閒聊	李多慧Pr多少
7	613	閒聊	買一張就刮中100萬 🤩
8	606	閒聊	小7店員被熊抱
9	597	感情	我這樣條件很爛嗎
10	583	閒聊	終於換我中了！



看Dcard其他時期排行榜



Mobile01 聲量探索排行榜 (排除贈獎文、閒聊文)

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	238	汽車_德國車系_BMW	2024 G21 Touring交車前極差體驗
2	217	汽車_汽機車七嘴八舌	小貨車撞緩撞車，一人死亡
3	197	時事_兩岸新聞	越界捕魚拒檢！陸籍快艇翻覆釀2死海巡署：透過管道聯繫陸方家屬
4	185	汽車_英國車系_MG	HS帥暈，開完我也暈了...
5	173	時事_國際新聞	中國「龍」改稱「Loong」新加坡學者：迷失在「民族自信」與「國際化」之間
6	165	汽車_汽車消費經驗分享	坐計程車會比買車划算嗎
7	157	汽車_英國車系_MG	歐洲MG銷量成長超過一倍，MG不只在台灣受歡迎
8	152	機車_電動機車_Gogoro	狗肉每日靜置的自放電成本
9	151	汽車_汽機車七嘴八舌	黑色這台是什麼爛車啊？
10	128	時事_台灣新聞	國台辦幫自家人違法行為說話實在難接受。

[看Mobile01其他時期排行榜](#)

Instagram 聲量探索排行榜 (排除贈獎文)

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	547	恐龍偶像 演員 歌手 影片創作 (@dinosaur_1230)	太離譜了..... #恐龍偶像
2	348	Howwork X 六指淵 (@huber0203)	The world has dawned again. ✨ #vfx #hero #...
3	330	魚超人fishman (@super_fish2020_)	Original post : woar #funnypost #...
4	316	吳昱廷 AuZTIN (@yut1ng_530)	標記你其實很愛的那個他/她情人節不吵架快樂
5	311	我是Jeremy IG經營顧問 (@jeremysnt369)	不需誇張腳本，不需很多粉絲也能用IG輕鬆月入10 萬的方法 ◆ 現在很多人...



看Instagram其他時期排行榜



Facebook 聲量探索排行榜 (排除贈獎文)

排名	新增回文數	來源頻道	標題
1	6,132	民視新聞	重機誤闖國道拒拖吊！警命「牽車走離」 他翻法條怒轟：賺不到就體罰👉...
2	6,037	汽車專家 林大維	請問旁邊要開什麼才能壓過他
3	5,411	黃大米	針對領隊的發文，記者的詢問，我的回覆如下(一)第一晚房間偏小，我詢問領隊...
4	3,920	TVBS娛樂頭條	【世界級丟臉！晚安小雞、阿鬧下跪道歉求原諒 柬埔寨媒體公布記者會影片】影片皆為...
5	3,680	東森新聞	影 / 晚安小雞現身了！衣服破爛、頭髮被剃逃出過程全公開#家裡住海編：看起來經歷...



看Facebook其他時期排行榜

YouTube大熱門 (排除贈獎文)



【叉雞】頻道被YT關營利！？叉雞現身向觀眾報平安



【異色檔案】DK分享慈濟過往爭議 引
網留言個人經驗



【老高與小茉 Mr & Mrs Gao】長時間坐
著會增加死亡風險? 物理治療師表贊同!



【陳老師來了】中國漁船與台灣海巡衝【律師說真話 x 賴瑩真律師】律師評網
撞事件 惹大陸網友要血債血還? 紅道歉事件 網質疑超派可以拿到快滿分?



看YouTube更完整排行榜

欲了解更多
請與我們聯繫

聯絡電話：02-2755-1533

業務信箱：sales@eland.com.tw

<https://www.opview.com.tw/contactus>

OpView Insight
免費體驗

<https://go.opview.com.tw/>