

「G-WALK+」アンケートの結果(概要)

対象期間: 令和4年3月18日～3月31日

対象者: 全ユーザー

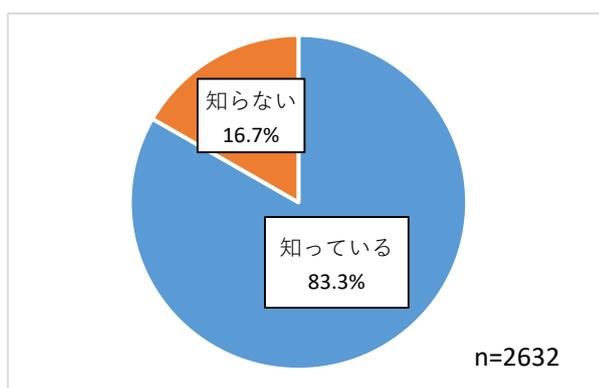
回答者数: 2,632. (男性: 1,203人 / 女性: 1,399人 / 選択なし: 30人)

◆適正体重について

ご自身の適正体重を「知っている」と回答した人は83.3%、「知らない」人は16.7%でした。

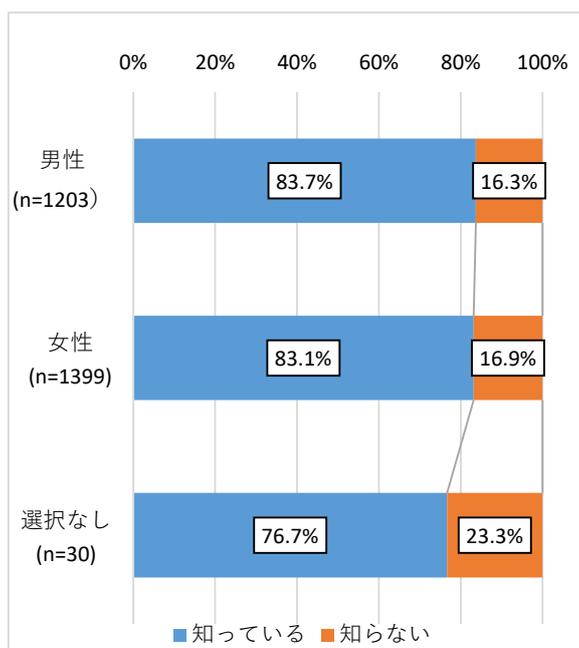
年代別では、「知っている」人の割合は、10代が最も少なく36.4%、年代とともに割合が高くなり、50代以上は全ての年代で85%を上回りました。

▶質問 あなたは、御自身の適正体重を知っていますか。あてはまるものを1つ選んでください。(1つだけ選択)

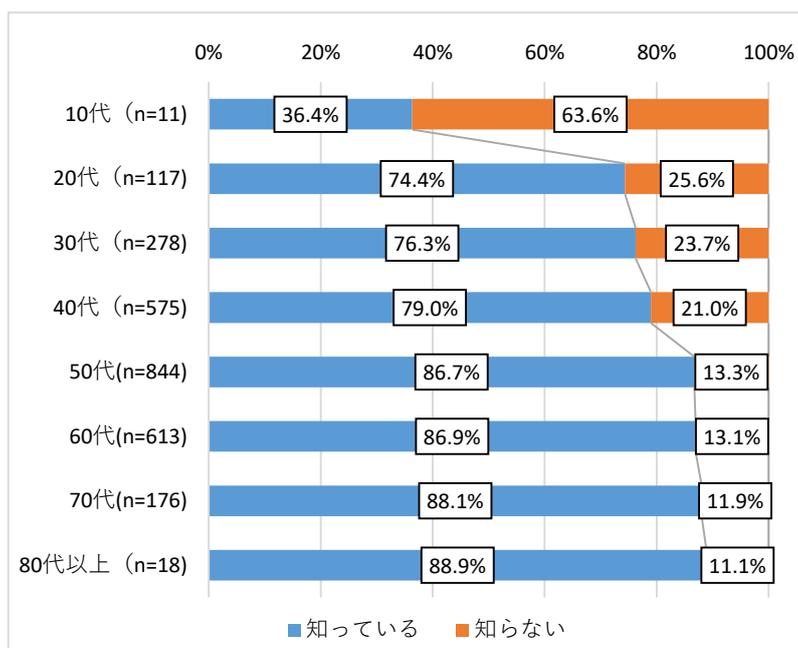


回答	人数
知っている	2,193
知らない	439

【性別での状況(割合)】



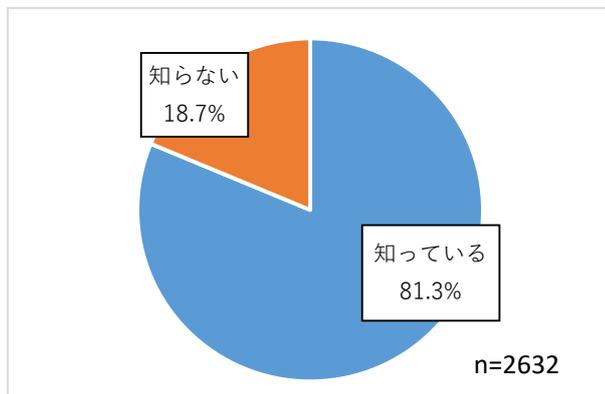
【年代別の状況(割合)】



◆BMI(肥満度)について

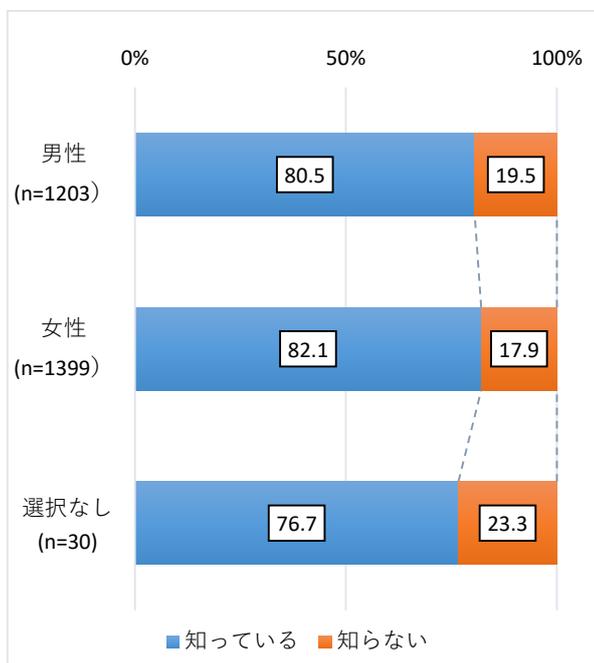
ご自身のBMI（肥満度）を「知っている」と回答した人は81.3%、「知らない」人は18.7%でした。年代別で、「知っている」人の割合は、60代が最も多く84.7%、次いで70代が84.1%、50代が83.1%でした。

▶質問 あなたは、御自身のBMI(肥満度)を知っていますか。あてはまるものを1つ選んでください。(1つだけ選択)

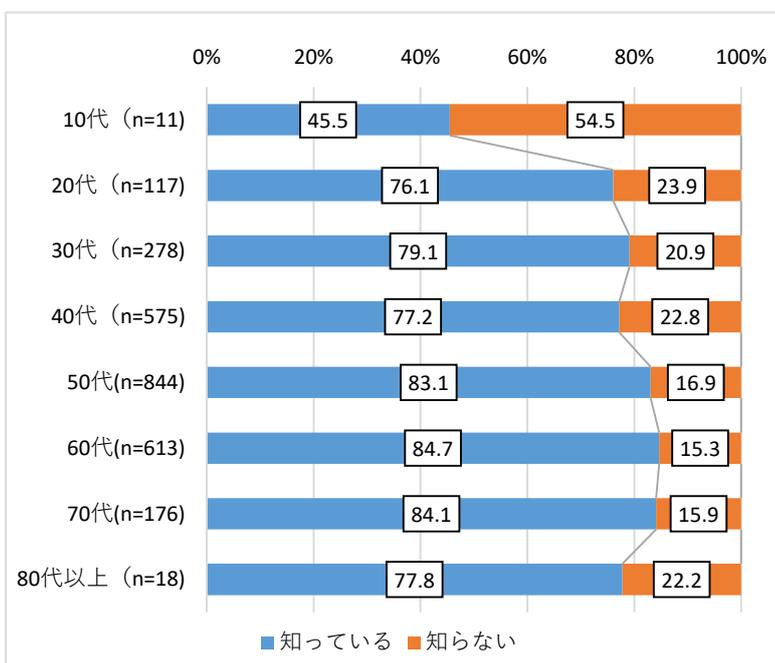


回答	人数
知っている	2,140
知らない	492

【性別での状況(割合)】



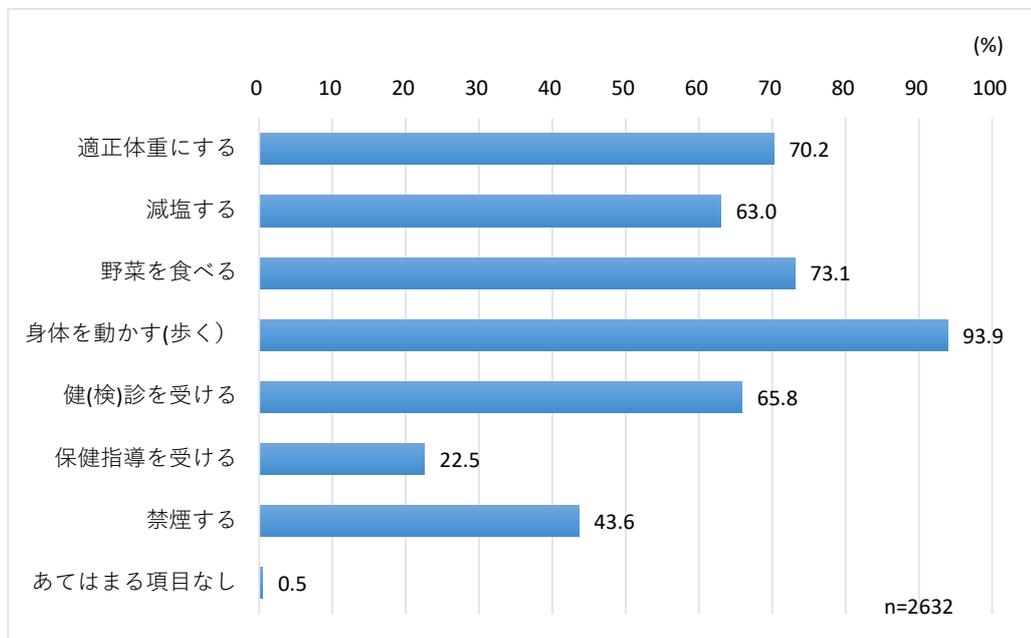
【年代別の状況(割合)】



◆健康のために必要と思うこと

健康のために一般的に必要なと思うことは、「体を動かす（歩く）」の93.9%が最も多く、次いで「野菜を食べる」73.1%、「適正体重にする」70.2%、「健診を受ける」65.8%、「減塩する」63.0%の順でした。

▶質問 あなたは、次のうち、健康のために一般的に必要なことはどれだと思いますか。
あてはまるものをすべて選んでください。(複数選択)

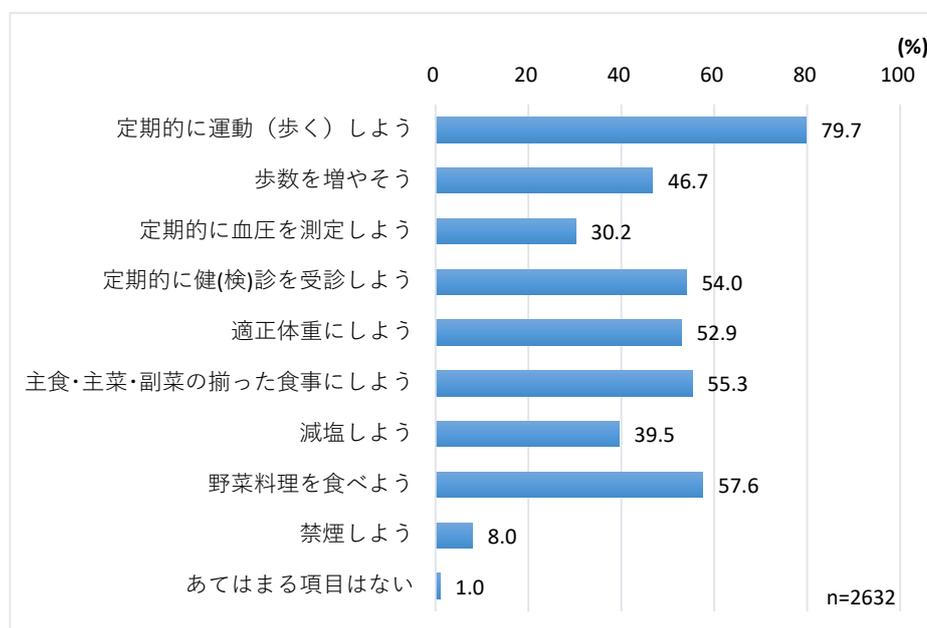


回答	人数
適正体重にする	1,847
減塩する	1,657
野菜を食べる	1,923
身体を動かす(歩く)	2,472
健(検)診を受ける	1,733
保健指導を受ける	593
禁煙する	1,148
あてはまる項目なし	13

◆生活習慣等について思っていること

ご自身の生活習慣等について思っていることは、「定期的に運動（歩く）しようと思っている」が79.7%と最も多く、次いで「野菜を食べようと思っている」57.6%、「主食・主菜・副菜のそろった食事にしようと思っている」55.3%、「定期的に健（検）診を受診しようと思っている」54.0%、「適正体重にしようと思っている」52.9%の順でした。

▶質問 あなたは、御自身の生活習慣等についてどのように思っていますか。
あてはまるものをすべてお選びください。(複数選択)

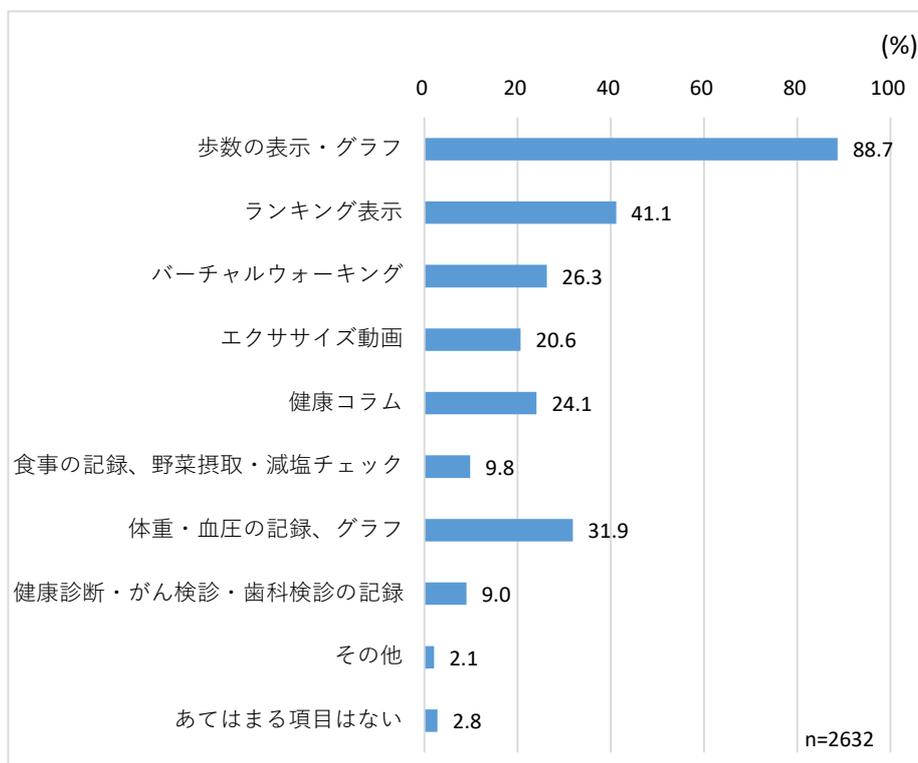


回答	人数
定期的に運動(歩く)しよう	2,098
歩数を増やそう	1,230
定期的に血圧を測定しよう	794
定期的に健(検)診を受診しよう	1,422
主食・主菜・副菜の揃った食事にしよう	1,393
減塩しよう	1,455
野菜料理を食べよう	1,040
禁煙しよう	210
あてはまる項目はない	26

◆「G-WALK+」で満足している機能

県公式アプリ「G-WALK+」で満足している機能は、「歩数の表示・グラフ」の88.7%が最も多く、次いで、「ランキング表示」41.1%、「体重・血圧の記録、グラフ」31.9%、「バーチャルウォーク」26.3%、「健康コラム」24.1%の順でした。

▶質問 あなたが「G-WALK+」で満足している機能を教えてください。
次のうち、あてはまるものをすべて選んでください。(複数選択)



回答	人数
歩数の表示・グラフ	2,334
ランキング表示	1,083
バーチャルウォーキング	691
エクササイズ動画	543
健康コラム	633
食事の記録、野菜摂取・減塩チェック	259
体重・血圧の記録、グラフ	839
健康診断・がん検診・歯科検診の記録	238
その他	54
あてはまる項目はない	74