

「G-WALK+」アンケートの結果（概要）

対象期間：2023年3月10日～3月23日

対象者：全ユーザー

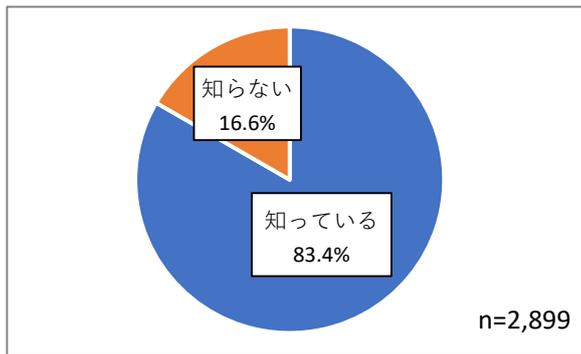
回答者数：2,899人（男性：1,230人／女性：1,620人／選択なし：49人）

◆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83.4%、「知らない」人は16.6%でした。

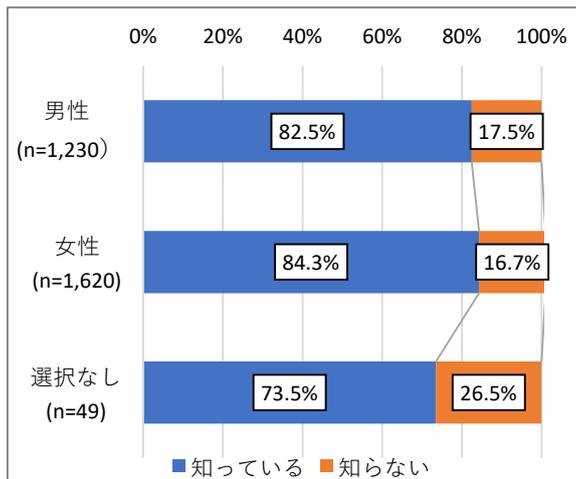
年代別では、「知っている」人の割合は10代が最も少なく54.5%、年代とともに割合が高くなり、40代以上は全ての年代で80%を上回りました。

▶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。

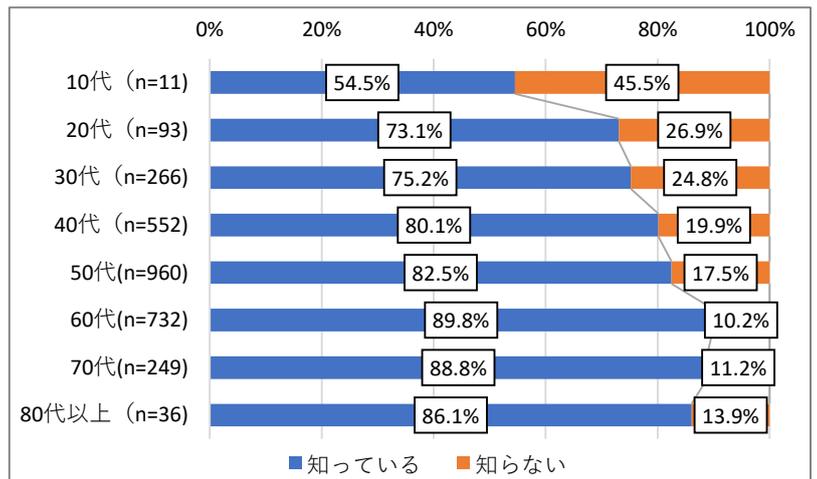


回答	人数
知っている	2,417
知らない	482

【性別での状況（割合）】



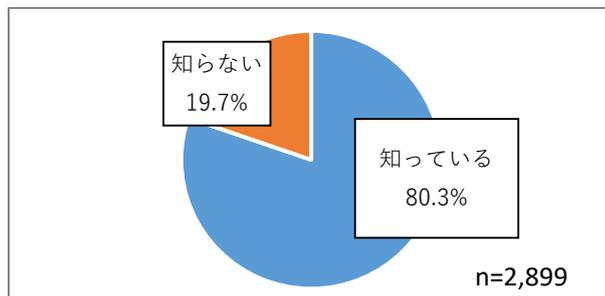
【年代別の状況（割合）】



◆BMI（肥満度）について

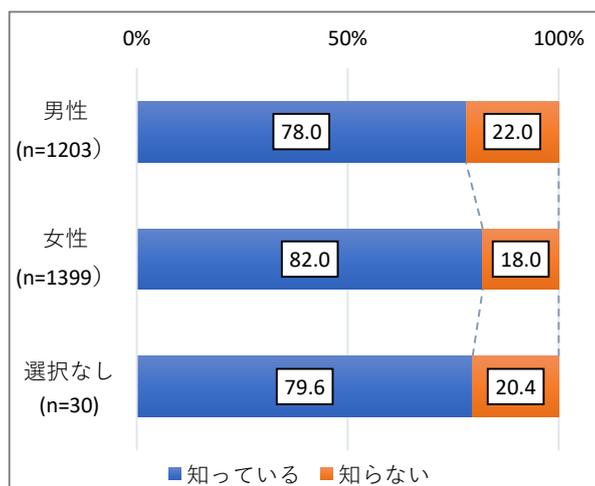
ご自身のBMI（肥満度）を「知っている」と回答した人は80.3%、「知らない」人は19.7%でした。
年代別で「知っている」人の割合は、60代が最も多く84.3%、次いで70代が83.9%、80代以上が83.3%でした。

▶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。

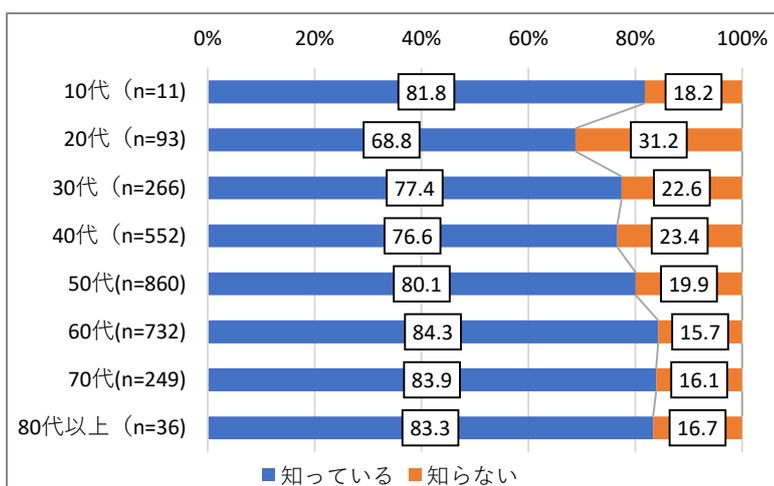


回答	人数
知っている	2,327
知らない	572

【性別での状況（割合）】



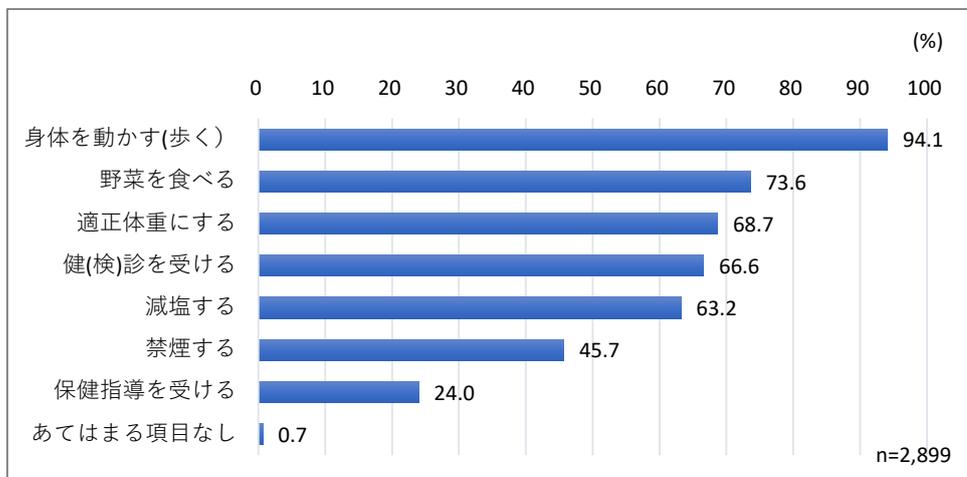
【年代別の状況（割合）】



◆健康のために必要と思うこと

健康のために必要と思うことは「体を動かす（歩く）」の94.1%が最も多く、次いで「野菜を食べる」73.6%、「適正体重にする」68.7%、「健診を受ける」66.6%、「減塩する」63.2%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）

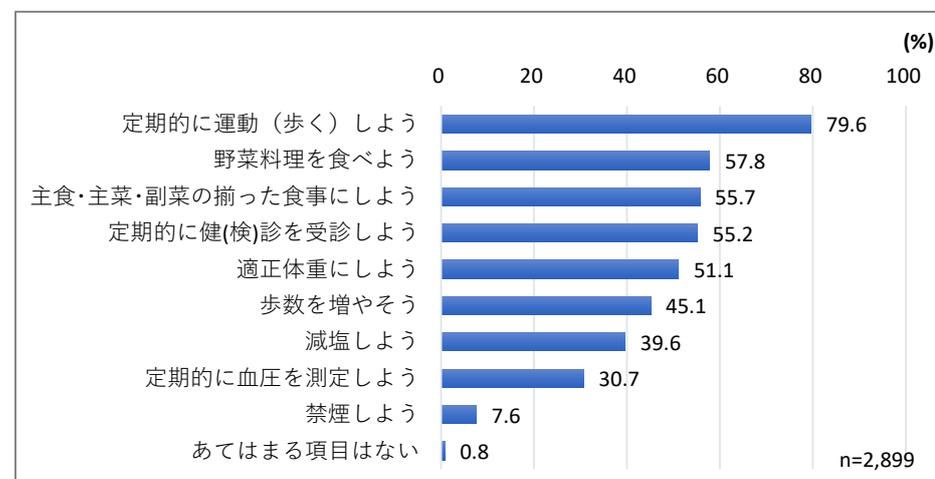


回答	人数
身体を動かす(歩く)	2,727
野菜を食べる	2,134
適正体重にする	1,991
健(検)診を受ける	1,932
減塩する	1,831
禁煙する	1,325
保健指導を受ける	695
あてはまる項目なし	21

◆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79.6%と最も多く、次いで「野菜を食べようと思っている」57.8%、「主食・主菜・副菜のそろった食事にしようと思っている」55.7%、「定期的に健（検）診を受診しようと思っている」55.2%、「適正体重にしようと思っている」51.1%の順でした。

▶質問 あなたは、ご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）



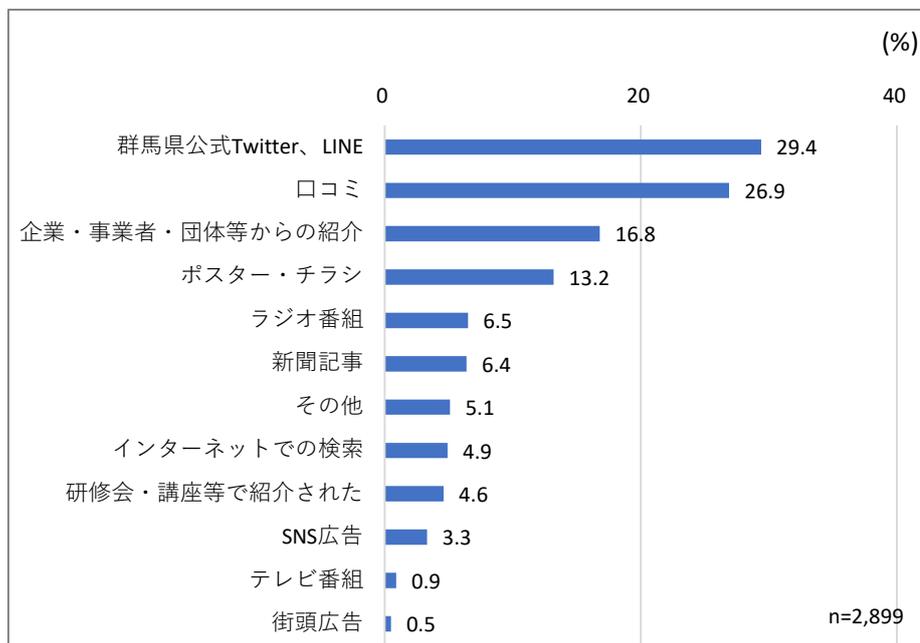
回答	人数
定期的に運動(歩く)しよう	2,307
野菜料理を食べよう	1,676
主食・主菜・副菜の揃った食事にしよう	1,615
定期的に健(検)診を受診しよう	1,600
歩数を増やそう	1,306
減塩しよう	1,147
定期的に血圧を測定しよう	891
禁煙しよう	219
あてはまる項目はない	22

◆「G-WALK+」を知ったきっかけ

最も回答が多かったのは「群馬県公式Twitter、LINE」853件（29.4％）で、3割程度の方が回答されておりました。次いで「口コミ」781件（26.9％）、「企業・事業者・団体等での紹介」487件（16.8％）という結果になりました。2022年1月にはG-WALK+アプリダウンロード数が40,000件を超えるなど、おかげさまで多くの方にご活用いただけています。是非ご家族やご友人とお誘いあわせの上、G-WALK+を活用いただければと思います。

▶質問 あなたが「G-WALK+」を知ったきっかけは何ですか。

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
群馬県公式Twitter、LINE	853
口コミ	781
企業・事業者・団体等からの紹介	487
ポスター・チラシ	382
ラジオ番組	189
新聞記事	186
その他	147
インターネットでの検索	142
研修会・講座等で紹介された	133
SNS広告	96
テレビ番組	27
街頭広告	14