

「G-WALK+」アンケートの結果（概要）

対象期間：2023年9月6日～9月19日

対象者：全ユーザー

回答者数：2,737人

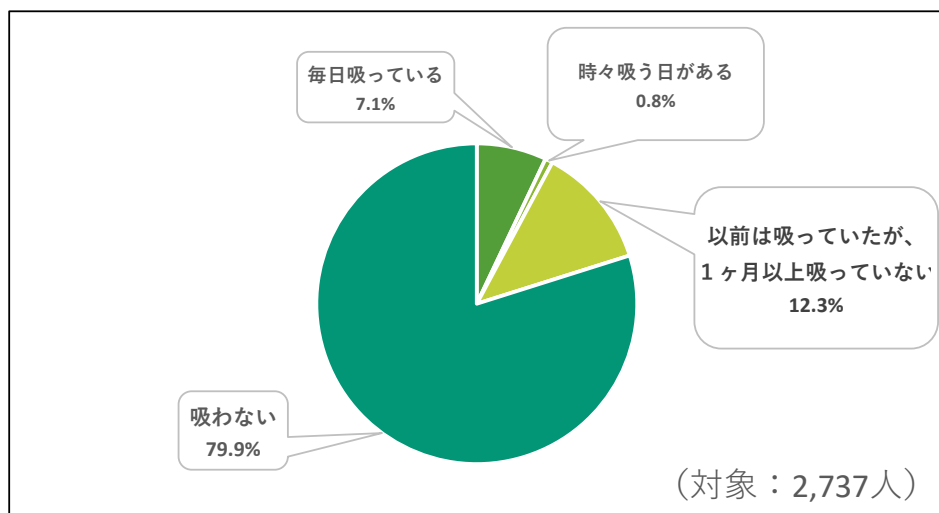
(男性：1,156人／女性：1,533人／選択なし：48人)

◆喫煙の状況について

たばこを「毎日吸う」人は7.1%、「時々吸う」人は0.8%、「以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない」人は12.3%、「吸わない」人は79.9%でした。

たばこを吸うと答えた人（「毎日吸っている」「時々吸う日がある」と答えた人）は、全体で7.9%で、年代別では50代が最も多く11.2%、次いで40代の10.5%、60代の7%でした。

▶質問1 あなたはたばこを吸いますか。あてはまるものを1つ選んでください。

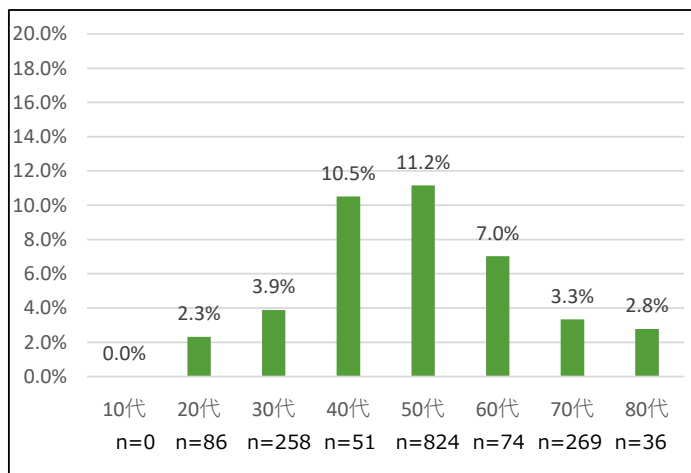
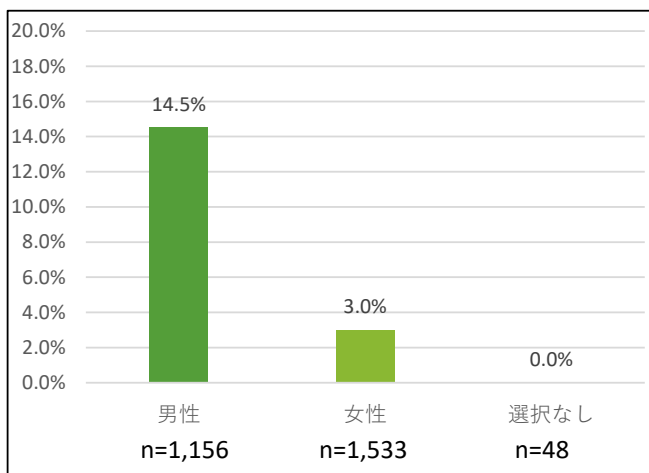


回答	人数
毎日吸っている	193
時々吸う日がある	21
以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない	337
吸わない	2,186

【たばこを吸う（「毎日吸っている」「時々吸う日がある」）と回答した者の内訳】

【性別での状況（割合）】

【年代別の状況（割合）】



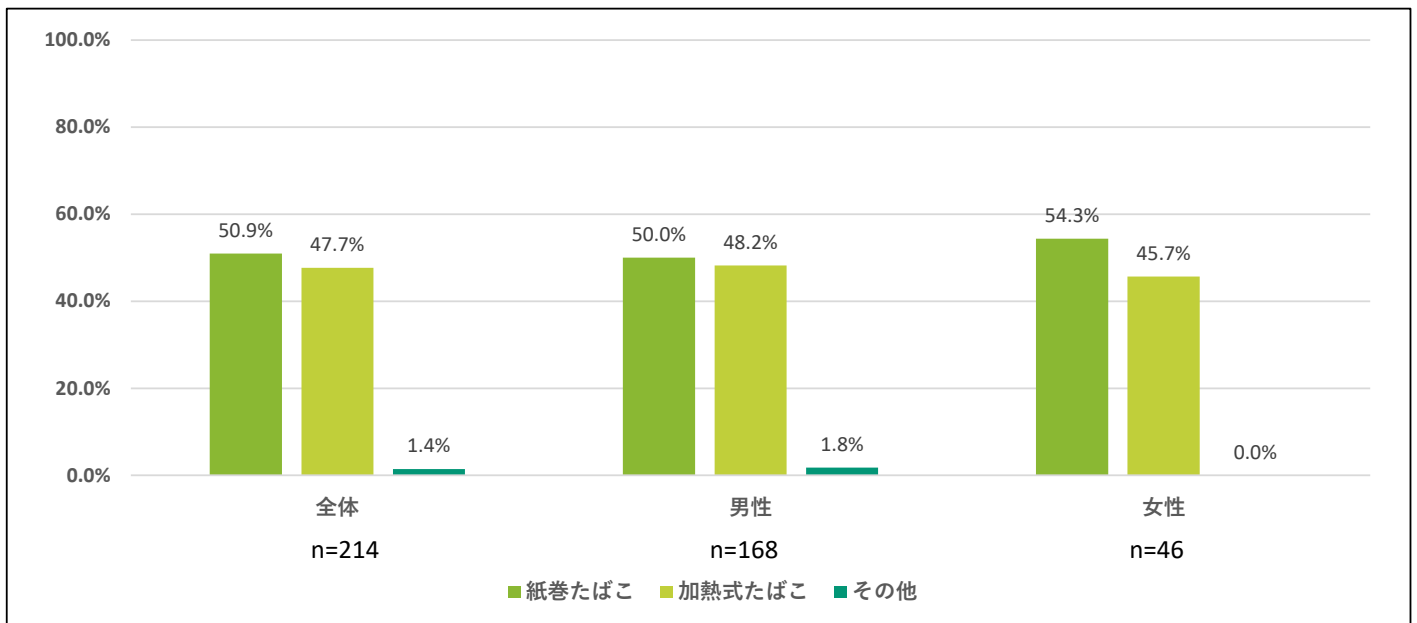
◆たばこの種類について

「たばこを吸う」と回答した人が吸っているたばこ製品は、「紙巻たばこ」が50.9%、「加熱式たばこ」が47.7%、「その他」が1.4%でした。

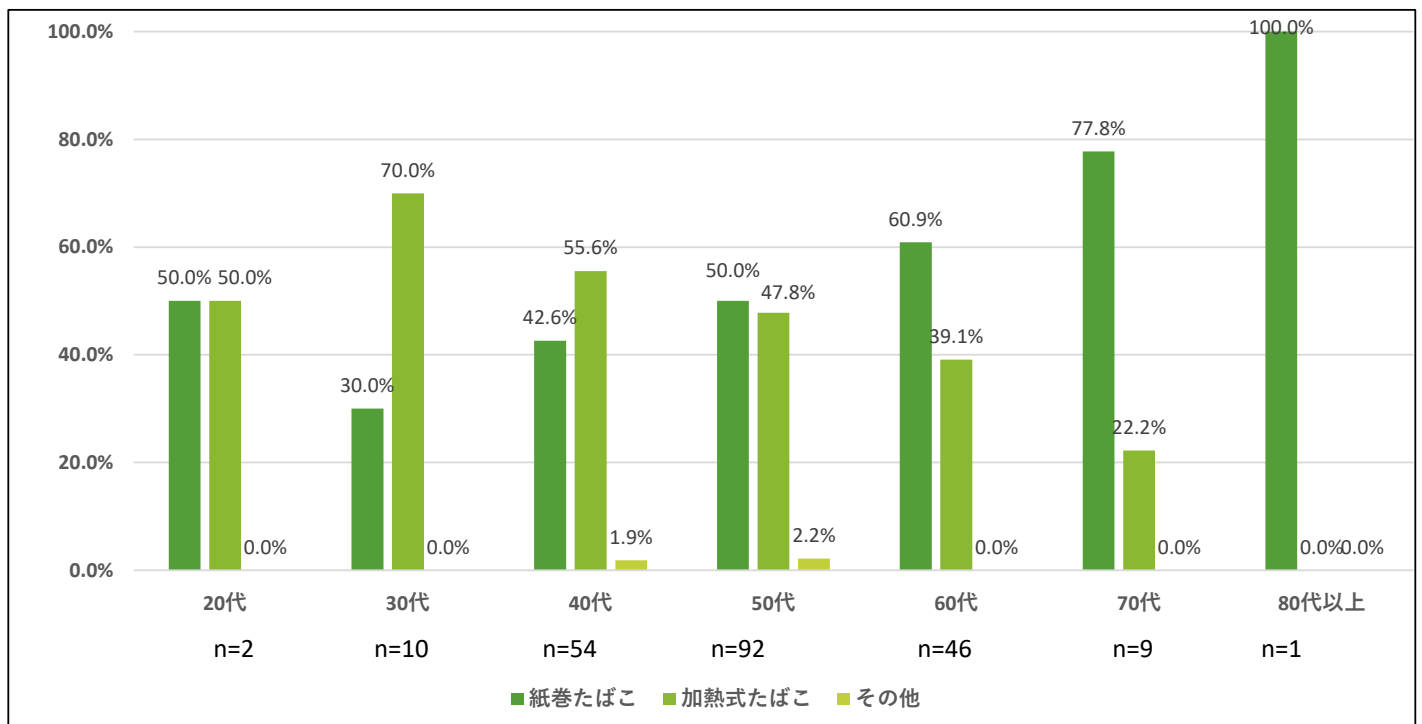
年代別では、30代、40代は「加熱式たばこ」を吸う人の割合が多く、60代以上は「紙巻きたばこ」を吸う人の割合が多い結果でした。

▶質問2 問1で1, 2を選択した方にお聞きます。現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまるものを全て選んでください。

【全体・性別での状況（割合）】



【年代別の状況（割合）】

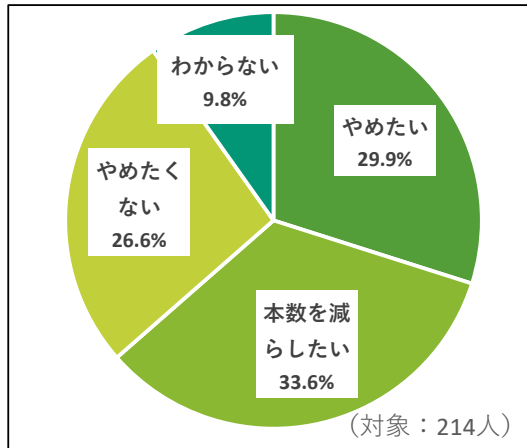


◆禁煙について

たばこを吸うと答えた人のうち、たばこを「やめたい」、「本数を減らしたい」と回答した人は男女ともに半数以上となり、年代別でもほとんどの年代において「やめたくない」を上回る結果となっています。

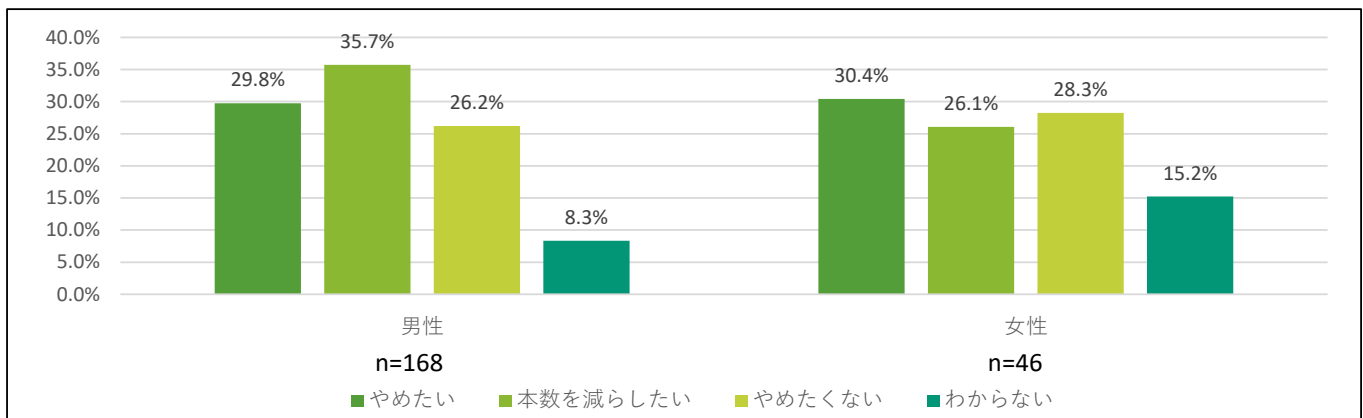
▶質問3 質問1で「毎日吸っている」「時々吸う日がある」を選択した方にお聞きします。

たばこをやめたいと思いますか。あてはまるものを1つ選んでください。（回答任意・1つだけ選択）

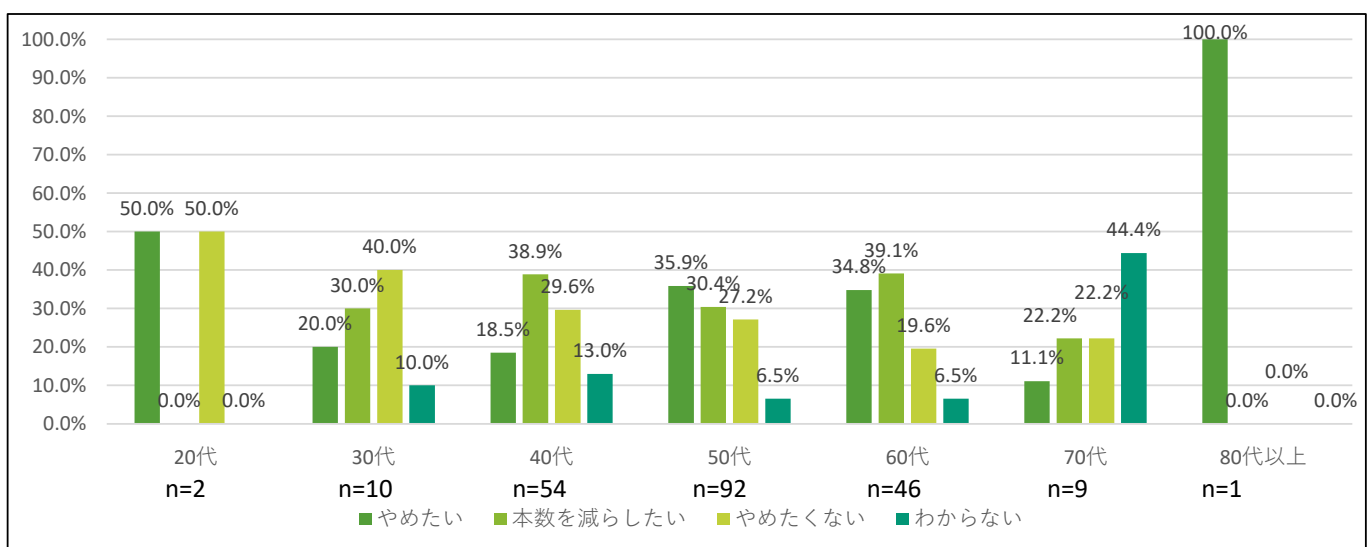


回答	人数
やめたい	64
本数を減らしたい	72
やめたくない	57
わからない	21

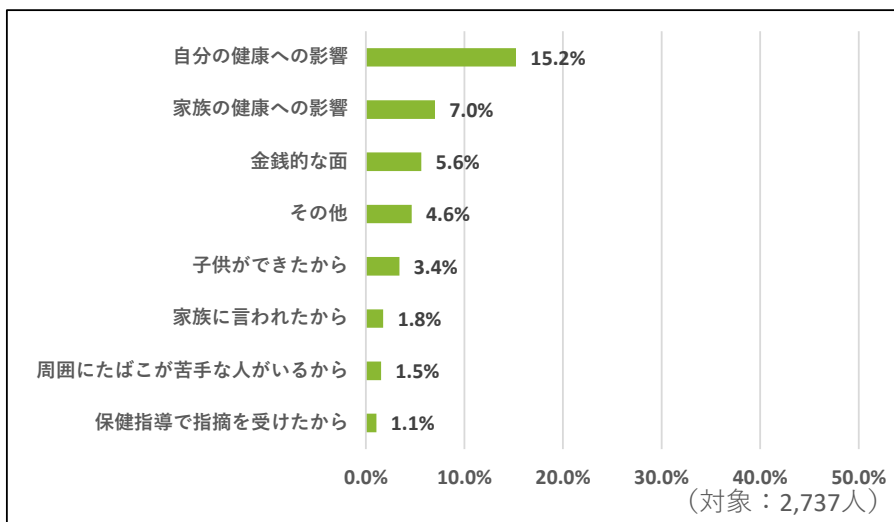
【性別での状況（割合）】



【年代別の状況（割合）】

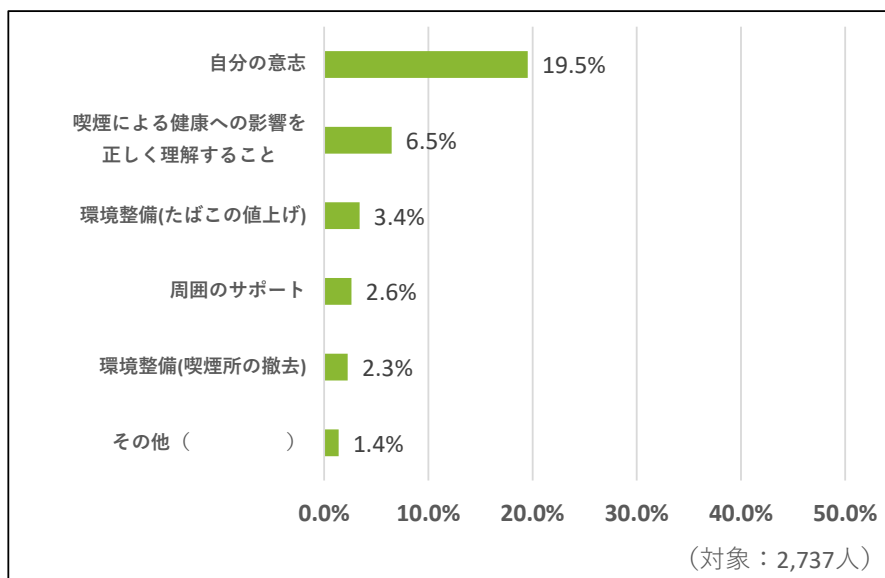


▶質問4 禁煙に成功した方にお聞きします。禁煙をしようとしたきっかけはなんですか。
次のうちあてはまるものをすべてお選びください。(回答任意・複数回答可)



回答	人数 (人)
自分の健康への影響	417
家族の健康への影響	192
金銭的な面	154
その他	127
子供ができたから	93
家族に言われたから	48
周囲にたばこが苦手な人がいるから	42
保健指導で指摘を受けたから	29

▶質問5 禁煙に成功した方にお聞きします。禁煙に成功するために重要なことは何だと思いますか。
次のうちあてはまるものをすべてお選びください。(回答任意・複数回答可)



回答	人数 (人)
自分の意志	535
喫煙による健康への影響を正しく理解する	177
環境整備 (たばこの値上げ)	93
周囲のサポート	72
環境整備 (喫煙所の撤去)	62
その他 ()	38

【その他 回答一覧】 ※内容ごとにまとめています。

病気・健康意識改善など	病気をしたため、健康維持のため など
禁煙外来・その他サポート	禁煙外来を利用、禁煙の本・アプリを使用 など
気持ち・考え方	無理せず徐々に禁煙をした、突然吸いたくなくなった など
その他	他に趣味を持つようになった、臭いが気になる など

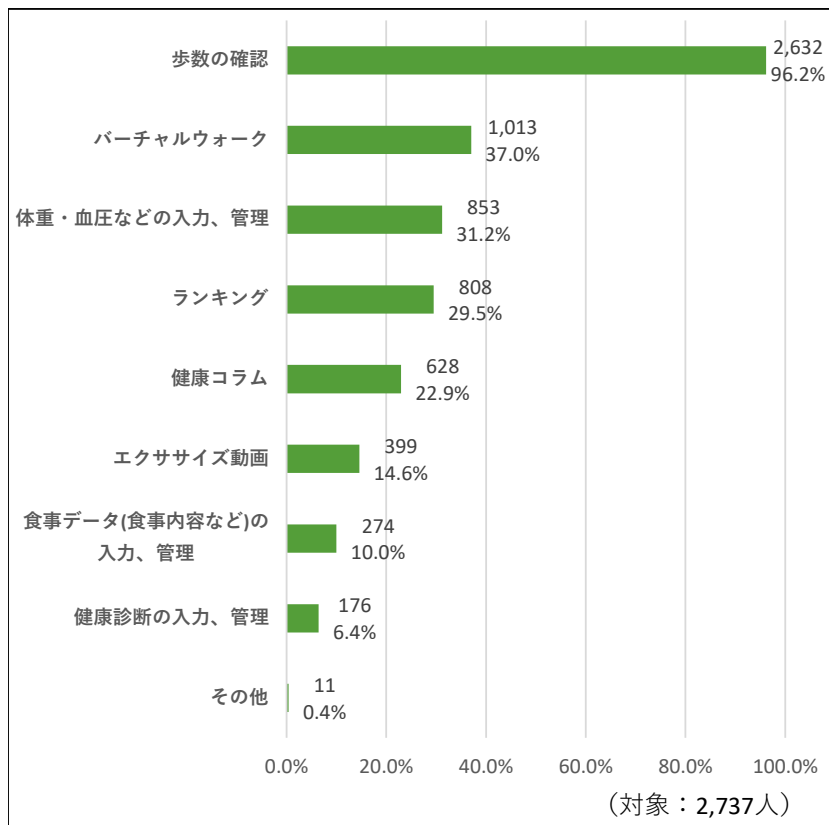
◆「G-WALK+」でよく利用している機能について

最も回答が多かったのは「歩数の確認」で、2,632件（96.2%）でした。

次に「バーチャルウォーク」1,013件（37.0%）、「体重・血圧などの入力・管理」、「ランキング」の順でした。

▶質問6 あなたが「G-WALK+」でよく利用している機能はどれですか。

次のうちあてはまるものをすべてお選びください。（回答必須・複数回答可）



回答	人数 (人)
歩数の確認	2,632
バーチャルウォーク	1,013
体重・血圧などの入力、管理	853
ランキング	808
健康コラム	628
エクササイズ動画	399
食事データ(食事内容など)の入力、管理	274
健康診断の入力、管理	176
その他 ()	11

◆「G-WALK+」を利用して、変化した行動について

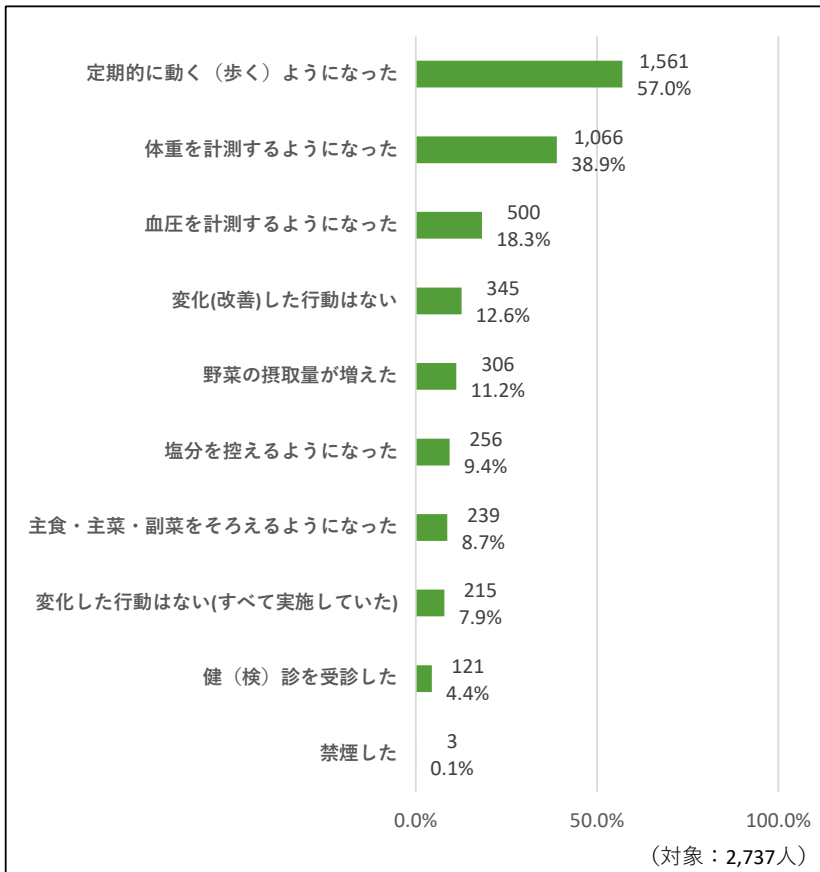
最も回答が多かったのは「定期的に動く（歩く）ようになった」で、1,561件（57.0%）でした。

次に「体重を計測するようになった」1,066件（38.9%）、「血圧を測定するようになった」についての選択が多い結果となりました。

性別や年代を問わず「定期的に動く（歩く）ようになった」との回答が多く、その他体重や血圧の計測や、野菜の摂取量の増加など生活上の行動が変化した方がいらっしゃる事がわかる結果でした。

▶質問7 あなたが「G-WALK+」を利用して、変化した行動がありますか。

次のうちあてはまるものをすべてお選びください（回答必須・複数回答可）



回答	人数（人）
定期的に動く（歩く）ようになった	1,561
体重を計測するようになった	1,066
血圧を計測するようになった	500
変化(改善)した行動はない	345
野菜の摂取量が増えた	306
塩分を控えるようになった	256
主食・主菜・副菜をそろえるようになった	239
変化した行動はない(すべて実施していた)	215
健（検）診を受診した	121
禁煙した	3

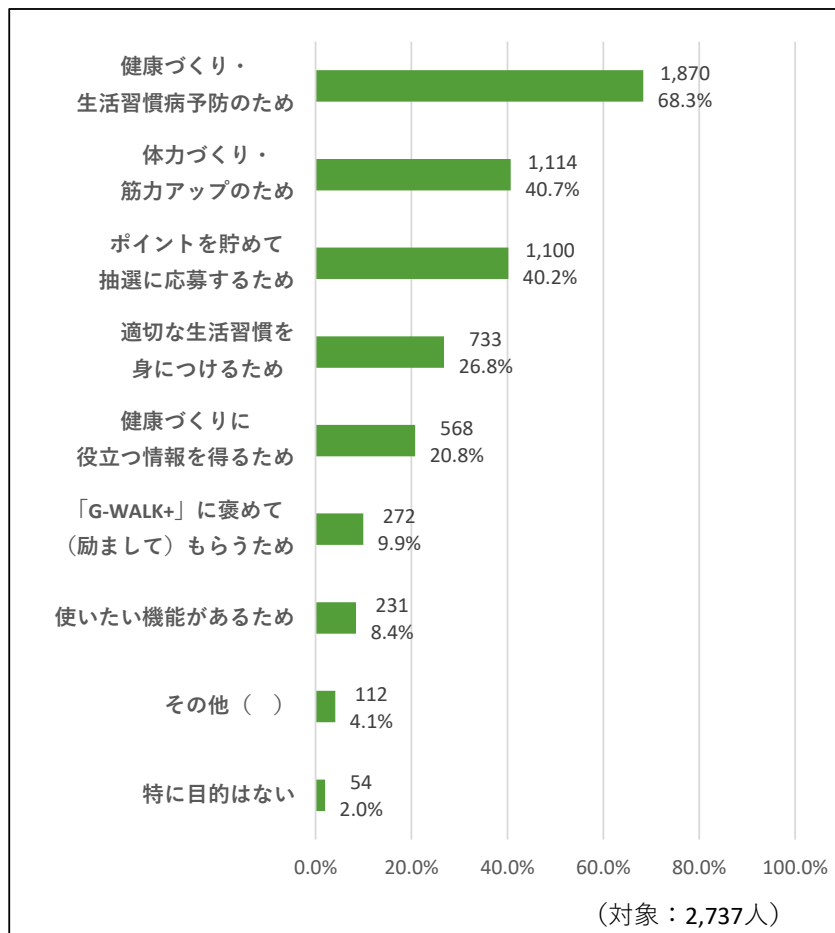
◆「G-WALK+」を利用する目的について

最も回答が多かったのは「健康づくり・生活習慣病予防のため」で、1,870件（68.3%）でした。

次に「体力づくり・筋力アップのため」1,114件（40.7%）、「ポイントを貯めて抽選に応募するため」の選択が多いという結果でした。

▶質問8 あなたが「G-WALK+」を利用する目的は何ですか。

次のうちあてはまるものをすべてお選びください。（回答必須・複数回答可）



回答	人数 (人)
健康づくり・生活習慣病予防のため	1,870
体力づくり・筋力アップのため	1,114
ポイントを貯めて抽選に応募するため	1,100
適切な生活習慣を身につけるため	733
健康づくりに役立つ情報を得るため	568
「G-WALK+」に褒めて（励まして）もらうため	272
使いたい機能があるため	231
その他（ ）	112
特に目的はない	54

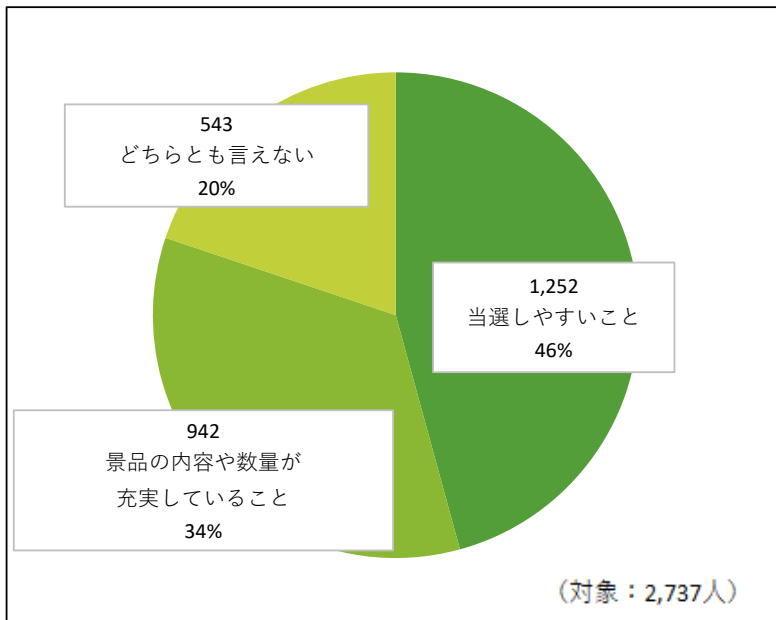
◆抽選会で期待するものについて

最も回答が多かったのは「当選しやすいこと」で、1,252件（45.7%）、次に「景品の内容や数量が充実していること」942件（34.3%）という結果でした。

▶質問9 G-WALK+では、貯めたのポイントに応じて年4回の定期抽選を実施しています。

あなたが抽選会で期待するものは何ですか。次のうちあてはまるものを1つ選んでください。

(回答必須・1つだけ選択)



回答	人数
当選しやすいこと	1,252
景品の内容や数量が充実していること	942
どちらとも言えない	543