

R5年度 9月「G-WALK+」アンケート

● 性別の選択

- 1 男性
- 2 女性
- 3 選択しない

● 年代の選択

- 1 10代
- 2 20代
- 3 30代
- 4 40代
- 5 50代
- 6 60代
- 7 70代
- 8 80代以上

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。

- 1 毎日吸っている
- 2 時々吸う日がある
- 3 以前は吸っていたが、1ヶ月以上吸っていない
- 4 吸わない

問2 問1で1, 2を選択した方にお聞きします。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。

*加熱式たばことは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火をつけずに、電気ヒーターで加熱などをして吸う、新しいタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用のスティック等を、専用の装置にセットして使用します。

- 1 紙巻たばこ
- 2 加熱式たばこ
- 3 その他

問3 問1で1, 2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。当てはまるものを1つ選んでください。

- 1 やめたい
- 2 本数を減らしたい
- 3 やめたくない
- 4 わからない

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。

- 1 自分の健康への影響
- 2 家族の健康への影響
- 3 子供ができたから
- 4 周囲にたばこが苦手な人がいるから
- 5 金銭的な面
- 6 保健指導で指摘を受けたから
- 7 家族に言われたから
- 8 その他

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えますか。次のうちあてはまるものをすべてお選びください。

- 1 自分の意志
- 2 周囲のサポート
- 3 環境整備（喫煙所の撤去）
- 4 環境整備（たばこの値上げ）
- 5 喫煙による健康への影響を正しく理解すること
- 6 その他（ ）

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。

- 1 歩数の確認
- 2 ランキング
- 3 バーチャルウォーク
- 4 エクササイズ動画
- 5 健康コラム
- 6 食事データ（食事内容など）の入力、管理
- 7 体重・血圧などの入力、管理
- 8 健康診断の入力、管理
- 9 その他（ ）

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。

- 1 体重を計測するようになった
- 2 血圧を計測するようになった
- 3 食事で主食・主菜・副菜をそろえるようになった
- 4 野菜の摂取量が増えた
- 5 塩分を控えるようになった
- 6 定期的に動く（歩く）ようになった
- 7 禁煙した
- 8 健（検）診を受診した
- 9 変化した行動はない（改善したものはない）
- 10 変化した行動はない(すべて実施していた)

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。

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

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。

- 1 当選しやすいこと
- 2 景品の内容や数量が充実していること
- 3 どちらとも言えない