

# 「G-WALK+」アンケートの結果（概要）

対象期間：2024年3月4日～3月17日

対象者：全ユーザー

回答者数：2,887人

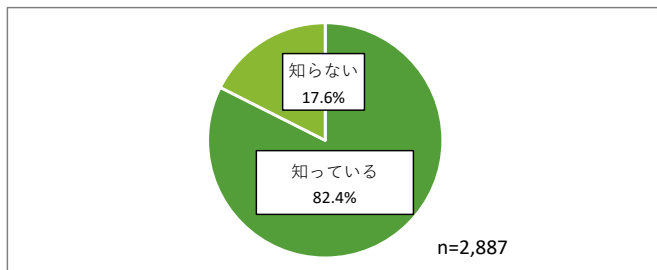
(男性：1,226人／女性：1,614人／選択なし：47人)

## ◆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82.4%、「知らない」人は17.6%でした。

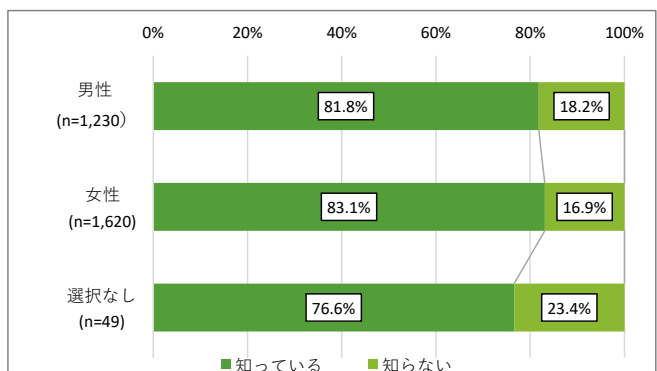
年代別では、「知っている」人の割合は10代が最も少なく55.6%、年代とともに割合が高くなり、20代以上は全ての年代で70%を上回りました。

▶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。

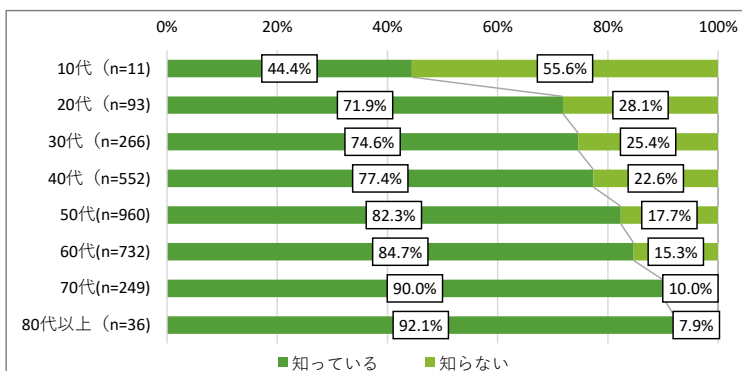


回答	人数
知っている	2,380
知らない	507

【性別での状況（割合）】



【年代別の状況（割合）】

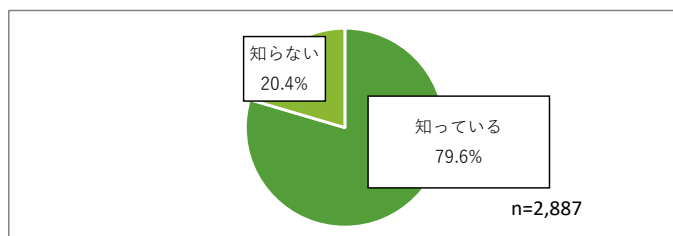


## ◆BMI（肥満度）について

ご自身のBMI（肥満度）を「知っている」と回答した人は79.6%、「知らない」人は20.4%でした。

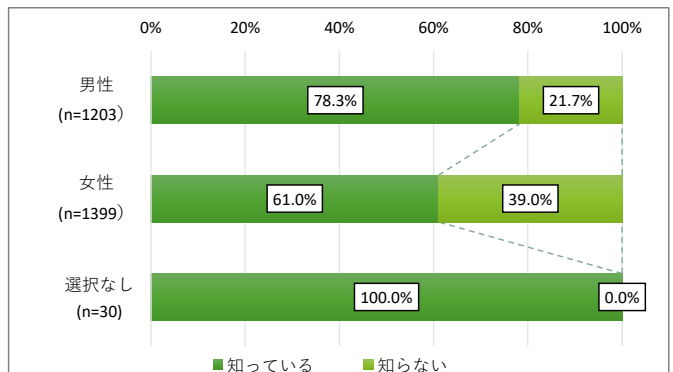
年代別で「知っている」人の割合は、70代が最も多く84.4%、次いで80代以上が81.6%、60代が71.7%でした。

▶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。

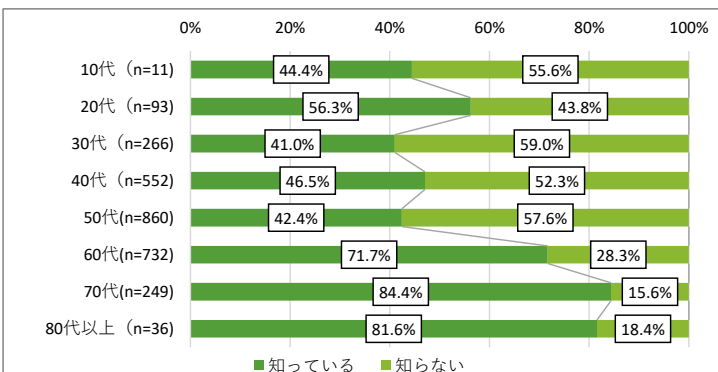


回答	人数
知っている	2,297
知らない	590

【性別での状況（割合）】



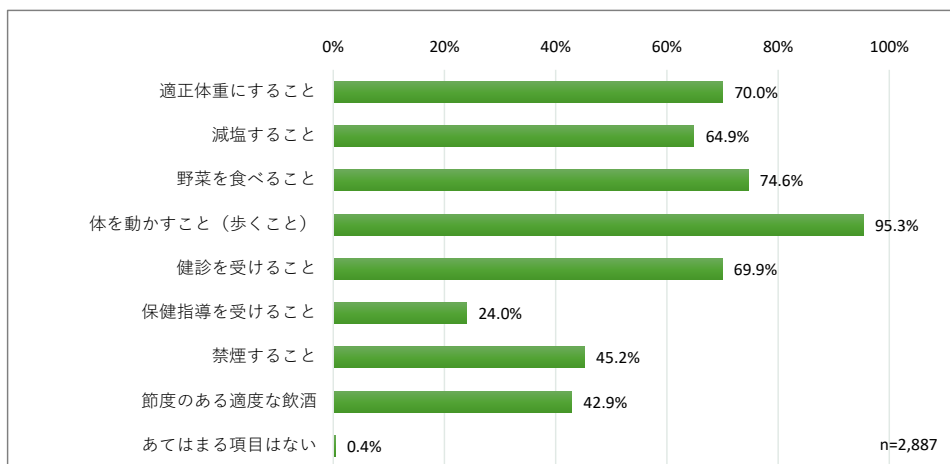
【年代別の状況（割合）】



#### ◆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95.3%が最も多く、次いで「野菜を食べる」74.6%、「適正体重にする」70.0%、「健診を受ける」69.9%、「減塩する」64.9%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）

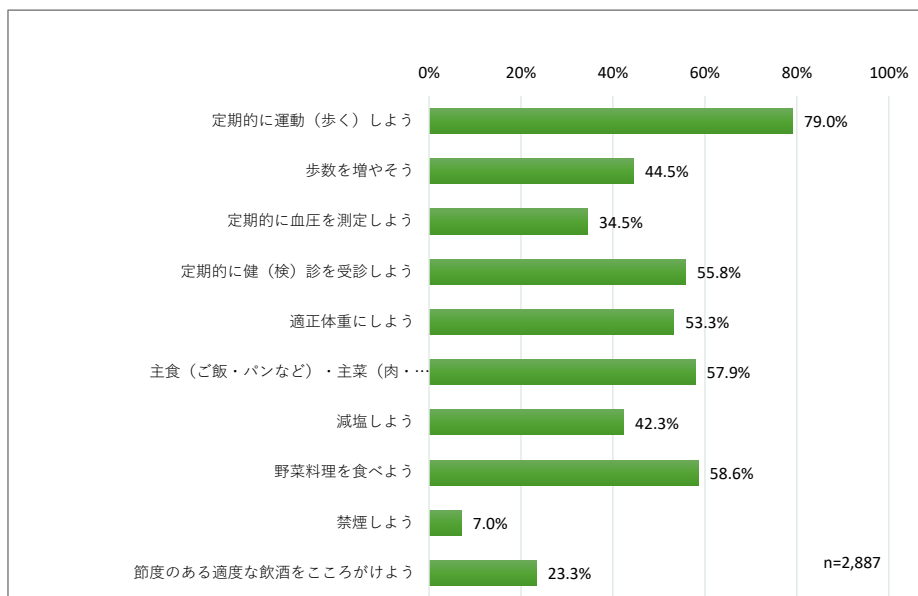


回答	人数
適正体重にすること	2,022
減塩すること	1,873
野菜を食べること	2,154
体を動かすこと（歩くこと）	2,752
健診を受けること	2,019
保健指導を受けること	693
禁煙すること	1,305
節度のある適度な飲酒	1,239
あてはまる項目はない	11

#### ◆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）しようと思っっている」が79.0%と最も多く、次いで「野菜を食べようと思っっている」58.6%、「主食・主菜・副菜のそろった食事にしようと思っっている」57.9%、「定期的に健（検）診を受診しようと思っっている」55.8%、「適正体重にしようと思っっている」53.3%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）

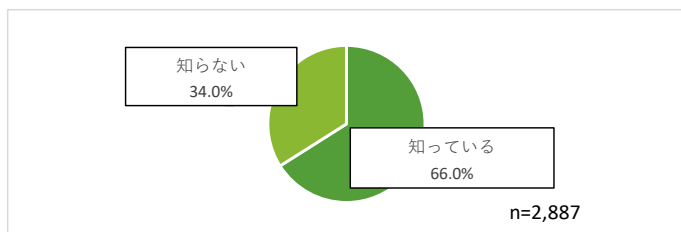


回答	人数
定期的に運動（歩く）しよう	2,282
歩数を増やそう	1,284
定期的に血圧を測定しよう	996
定期的に健（検）診を受診しよう	1,611
適正体重にしよう	1,538
主食（ご飯・パンなど）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品等の料理）・副菜（野菜料理）のそろった食事を食べようと思っっている	1,672
減塩しよう	1,222
野菜料理を食べよう	1,691
禁煙しよう	202
節度のある適度な飲酒をこころがけよう	673
あてはまる項目はない	30

◆**節度のある適度な飲酒量について**

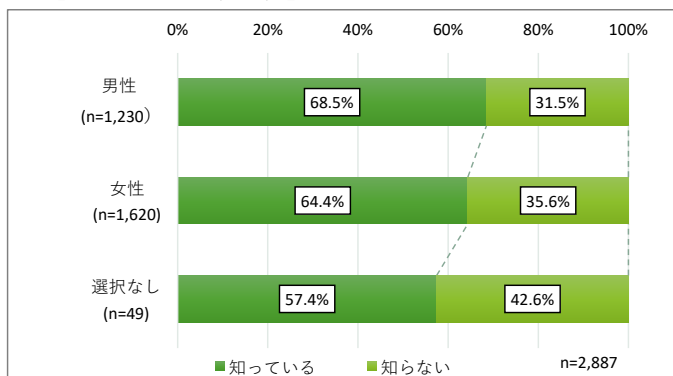
節度のある適度な飲酒量を「知っている」と回答した人は66.0%、「知らない」人は34.0%でした。  
年代別で「知っている」人の割合は、60代が最も多く71.2%、次いで70代が71.0%、50代が67.3%でした。

▶**質問** あなたは、節度のある適度な飲酒量を知っていますか。  
当てはまるものを1つ選んでください。（回答必須・1つだけ選択）

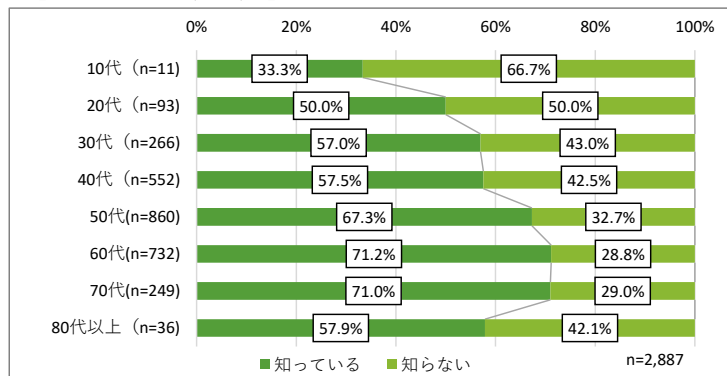


回答	人数
知っている	1,906
知らない	981

【性別での状況（割合）】

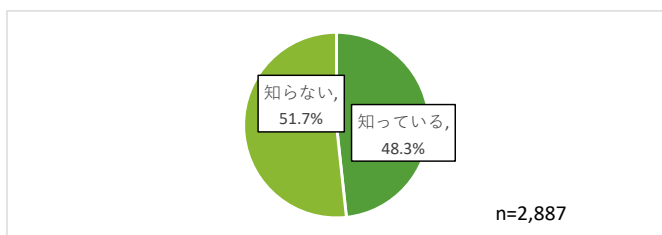


【年代別の状況（割合）】



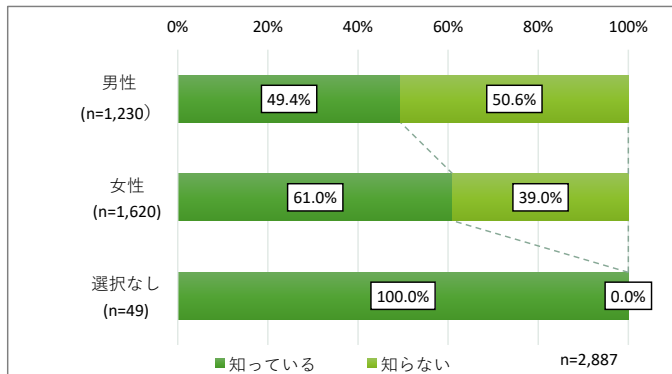
節度のある適度な飲酒量について、男女に違いがあることを「知っている」と回答した人は48.3%、「知らない」人は51.7%でした。  
年代別で「知っている」人の割合は、60代が最も多く71.7%、次いで20代が56.3%、70代が55.2%でした。

▶**質問** あなたは、節度のある適度な飲酒量について、男女に違いがあることを知っていますか。  
当てはまるものを1つ選んでください。（回答必須・1つだけ選択）

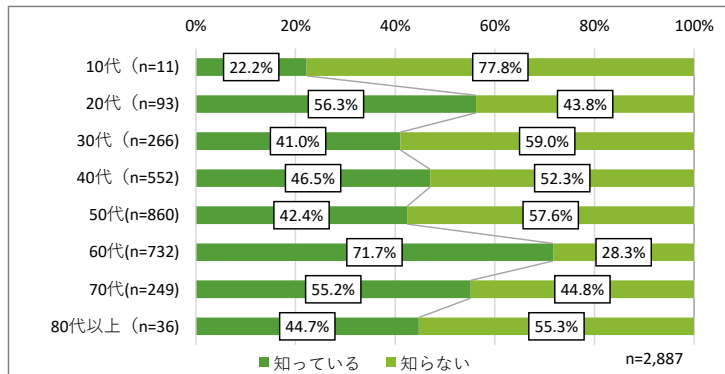


回答	人数
知っている	1,394
知らない	1,493

【性別での状況（割合）】



【年代別の状況（割合）】

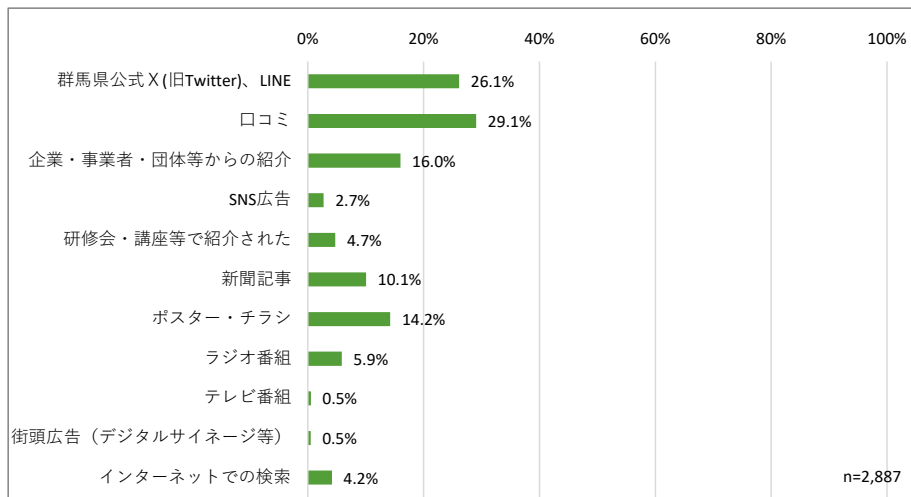


## ◆「G-WALK+」を知ったきっかけ

最も回答が多かったのは「口コミ」839件（29.1%）で、次いで「群馬県公式X(旧Twitter)、LINE」が754件（26.1%）、「企業・事業者・団体等での紹介」462件（16.0%）という結果になりました。2024年12月現在、G-WALK+アプリダウンロード数が7万件を超えるなど、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X(旧Twitter)、LINE	754
口コミ	839
企業・事業者・団体等からの紹介	462
SNS広告	79
研修会・講座等で紹介された	137
新聞記事	291
ポスター・チラシ	411
ラジオ番組	169
テレビ番組	15
街頭広告（デジタルサイネージ等）	14
インターネットでの検索	120