

R5年度 3月「G-WALK+」アンケート

質問1 あなたの性別を選んでください。

- 1 男性
- 2 女性
- 3 選択しない

質問2 あなたの年代を選んでください。

- 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

質問3 あなたは、御自身の適正体重を知っていますか。当てはまるものを1つ選んでください。

- 1 知っている
- 2 知らない

質問4 あなたは、御自身のBMI（肥満度）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。

- 1 知っている
- 2 知らない

質問5 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。
当てはまるものをすべて選んでください。

- 1 適正体重にすること
- 2 減塩すること
- 3 野菜を食べること
- 4 体を動かすこと（歩くこと）
- 5 健診を受けること
- 6 保健指導を受けること
- 7 禁煙すること
- 8 節度のある適度な飲酒
- 9 あてはまる項目はない

質問6 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。
当てはまるものをすべてお選びください。

- 1 定期的に運動（歩く）しようと思っている
- 2 歩数を増やそうと思っている
- 3 定期的に血圧を測定しようと思っている
- 4 定期的に健（検）診を受診しようと思っている
- 5 適正体重にしようと思っている
- 6 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ている
- 7 減塩しようと思っている
- 8 野菜料理を食べようと思っている
- 9 禁煙しようと思っている
- 10 節度のある適度な飲酒をこころがけようと思っている
- 11 あてはまる項目はない

質問7 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。

- 1 知っている
- 2 知らない

質問8 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。

- 1 知っている
- 2 知らない

質問9 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お選びください。

- 1 群馬県公式Twitter、LINE
- 2 口コミ（家族、友人、同僚等のからの話）
- 3 企業・事業者・団体等で活用する際に紹介された
- 4 Twitter、Instagram、YouTube等のSNS広告
- 5 研修会・講座等で紹介された
- 6 新聞記事
- 7 ポスター・チラシで
- 8 ラジオ番組
- 9 テレビ番組
- 10 街頭広告（デジタルサイネージ等）
- 11 インターネットでの検索
- 12 その他（ ）