

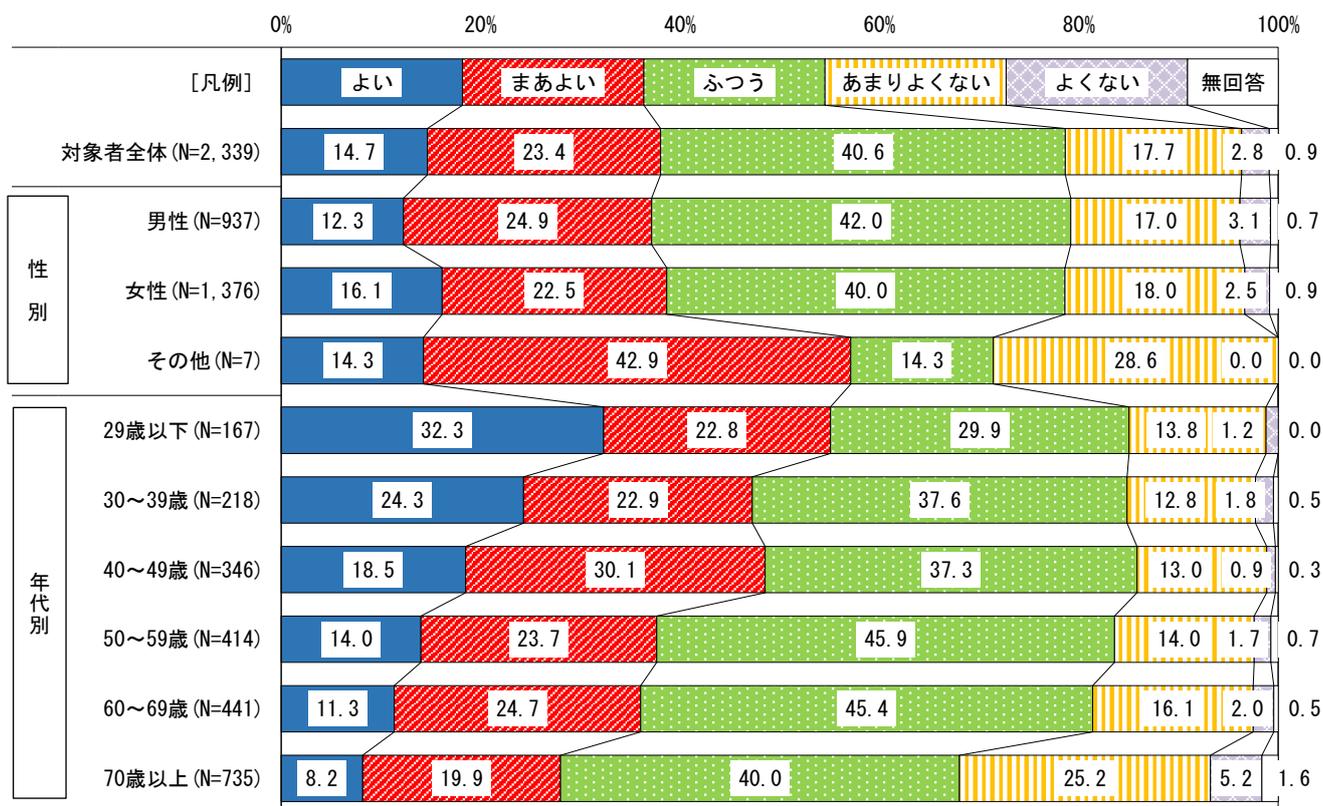
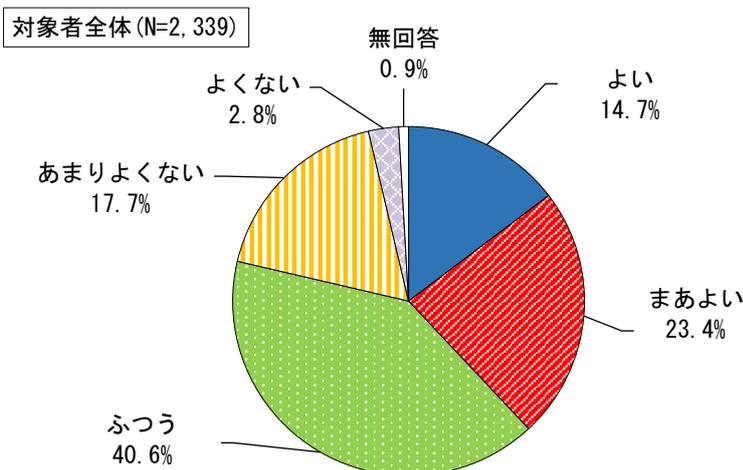
2 調査結果の詳細

(1)「健康づくり」と「社会参加」の活動状況について

◇現在の健康状態

問1 あなたは、ご自身の現在の健康状態をどのように評価していますか。あてはまるものに1つだけをつけてください。

現在の健康状態は、「ふつう」が40.6%



【全 体】現在の健康状態は、「ふつう」が40.6%、「まあよい」が23.4%、「あまりよくない」が17.7%となっている。

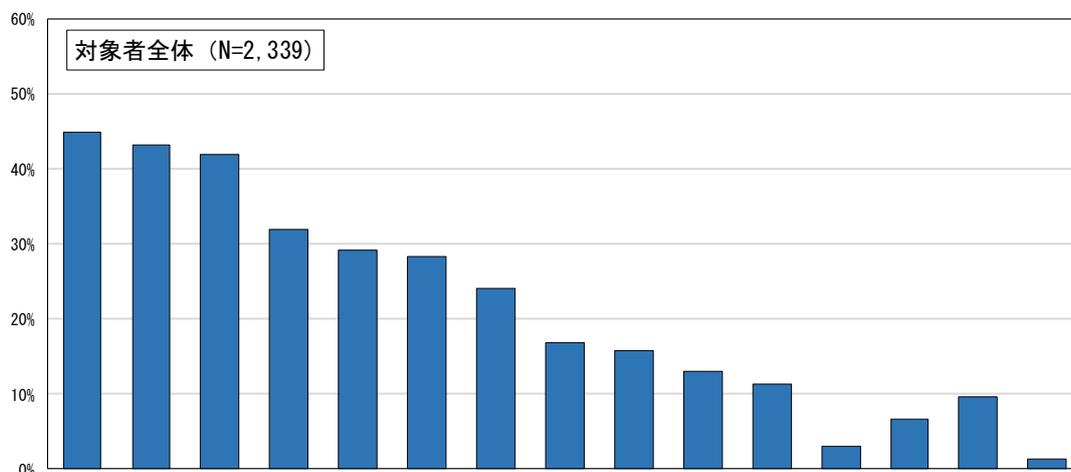
【性 別】男女で大きな差は見られない。

【年代別】「よい」は年代が上がるにつれて割合が低くなっている。

◇健康づくりのために取り組んでいること

問2 あなたは、健康づくりのために、どのようなことに意識的に取り組んでいますか。あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

健康づくりのために取り組んでいることは、「食生活」が45.0%



| 対象者数 | | 食生活 | 徒歩での移動 | 健康診断・歯科検診の受診 | 日々の体重や血圧の管理 | 睡眠の量と質の確保 | 階段の利用 | 禁煙 | スポーツ | 健康に関する情報収集 | 早歩き | 禁酒 | 健康教室への参加 | その他 | 特になし | 無回答 | |
|-------|--------|-------|--------|--------------|-------------|-----------|-------|------|------|------------|------|------|----------|-----|------|------|-----|
| 対象者全体 | | 2,339 | 45.0 | 43.2 | 41.8 | 31.9 | 29.2 | 28.3 | 24.2 | 16.8 | 15.7 | 13.0 | 11.4 | 3.1 | 6.7 | 9.6 | 1.5 |
| 性別 | 男性 | 937 | 36.9 | 43.0 | 36.2 | 32.1 | 26.5 | 25.6 | 30.1 | 23.6 | 12.3 | 12.4 | 13.3 | 1.2 | 6.6 | 10.4 | 1.4 |
| | 女性 | 1,376 | 50.5 | 43.5 | 45.6 | 31.8 | 31.1 | 30.2 | 20.0 | 12.3 | 18.1 | 13.5 | 10.1 | 4.5 | 6.7 | 9.2 | 1.3 |
| | その他 | 7 | 71.4 | 57.1 | 71.4 | 57.1 | 42.9 | 14.3 | 71.4 | 42.9 | 14.3 | 14.3 | 28.6 | - | 14.3 | - | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 33.5 | 47.9 | 16.2 | 12.0 | 32.3 | 35.9 | 26.9 | 22.8 | 12.0 | 16.2 | 10.8 | 1.2 | 4.2 | 12.6 | - |
| | 30～39歳 | 218 | 37.6 | 38.5 | 36.2 | 13.8 | 33.5 | 26.1 | 20.2 | 17.0 | 13.8 | 9.2 | 13.3 | - | 5.5 | 14.2 | 0.5 |
| | 40～49歳 | 346 | 39.0 | 35.0 | 43.4 | 18.5 | 27.5 | 32.4 | 19.1 | 18.2 | 13.3 | 13.0 | 7.2 | - | 5.2 | 14.7 | 0.6 |
| | 50～59歳 | 414 | 43.5 | 41.8 | 47.3 | 27.8 | 26.6 | 30.4 | 18.4 | 16.9 | 16.2 | 12.8 | 6.8 | 2.2 | 4.3 | 11.1 | 0.7 |
| | 60～69歳 | 441 | 45.4 | 43.1 | 44.4 | 35.1 | 27.4 | 24.7 | 29.3 | 17.0 | 17.2 | 16.3 | 10.9 | 3.4 | 6.8 | 7.3 | 1.8 |
| | 70歳以上 | 735 | 53.5 | 48.6 | 44.1 | 48.7 | 30.9 | 26.3 | 27.5 | 15.0 | 17.1 | 11.7 | 16.1 | 6.4 | 9.7 | 5.6 | 2.3 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】健康づくりのために取り組んでいることは、「食生活」が45.0%、「徒歩での移動」が43.2%、「健康診断・歯科検診の受診」が41.8%となっている。

【性別】「禁煙」、「スポーツ」は男性が女性より10.1ポイント以上高くなっている。また、「食生活」、「健康診断・歯科検診の受診」、「健康に関する情報収集」は、女性が男性より5.8ポイント以上高くなっている。

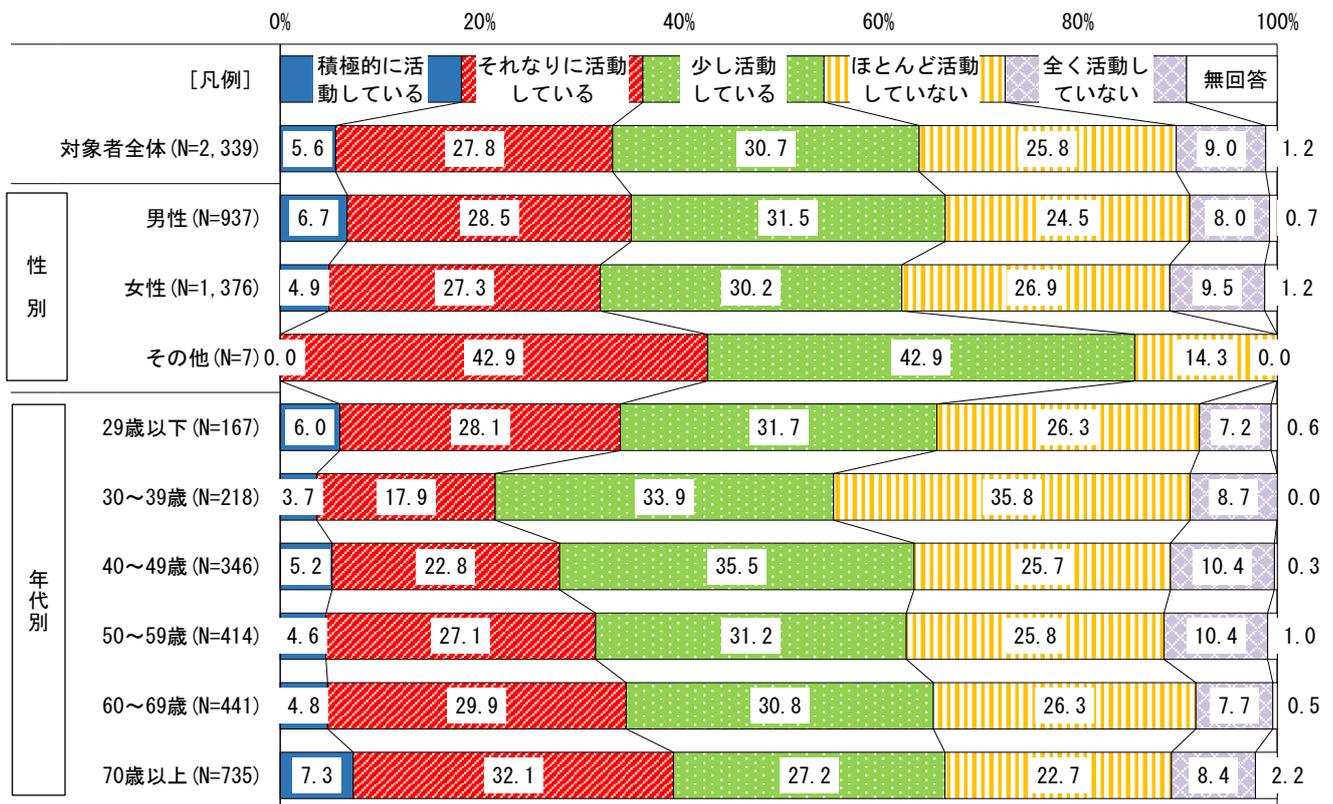
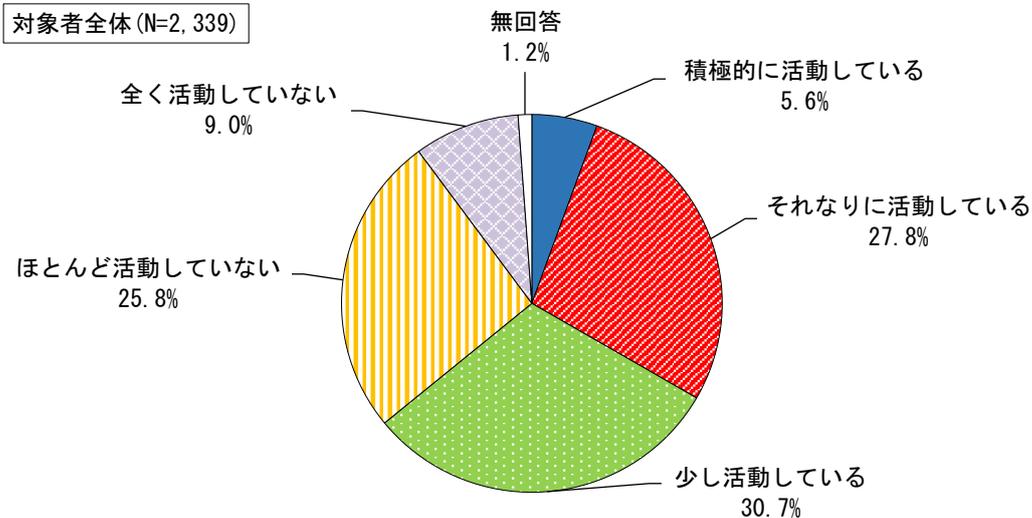
【年代別】「食生活」、「日々の体重や血圧の管理」は年代が上がるにつれて割合が高くなっている。

◇健康づくり活動の程度

問3 あなたは、ご自身の現在の健康づくり活動について、どの程度活動していると思いますか。あてはまるものに1つだけ○をつけてください。

健康づくり活動の程度は、“活動している”が33.3%

“活動している” = (「積極的に活動している」 + 「それなりに活動している」)



【全体】健康づくり活動の程度は、「積極的に活動している」が5.6%、「それなりに活動している」が27.8%、合わせると33.3%となっている。一方で、「ほとんど活動していない」が25.8%、「全く活動していない」が9.0%、合わせると34.8%となっている。

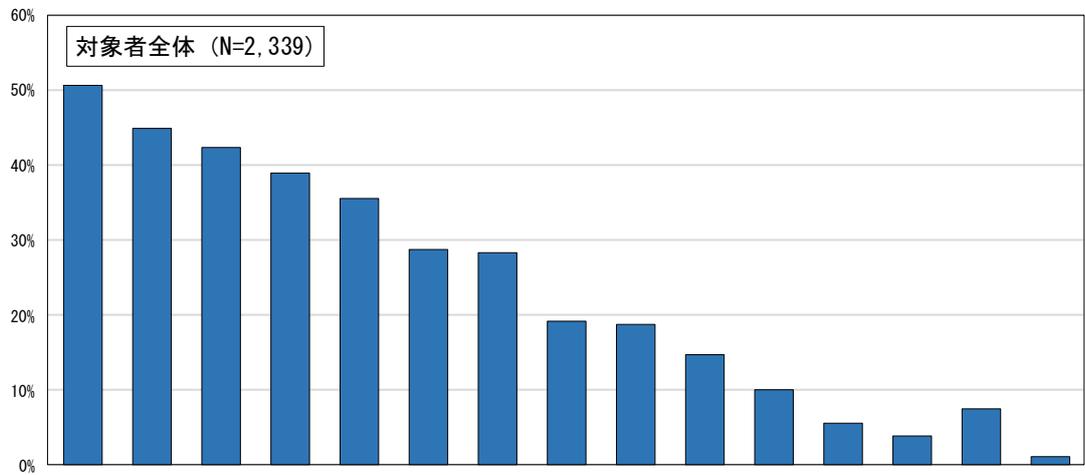
【性別】男女で大きな差は見られない。

【年代別】30歳代では「ほとんど活動していない」が、70歳以上では「それなりに活動している」が、29歳以下、40歳代、50歳代、60歳代では「少し活動している」が最も高くなっている。

◇今後健康のために取り組みたいこと

問4 あなたが、今後健康のために取り組みたいと思うものはどれですか。あてはまるものいくつかでも○をつけてください。(現在取り組んでいて、今後も継続して取り組みたいものも含まれます)

今後健康のために取り組みたいことは、「食生活」が50.6%



| 対象者数 | | 食生活 | 徒歩での移動 | 睡眠の量と質の確保 | 健康診断・歯科検診の受診 | 日々の体重や血圧の管理 | スポーツ | 階段の利用 | 禁煙 | 健康に関する情報収集 | 早歩き | 禁酒 | 健康教室への参加 | その他 | 特になし | 無回答 | |
|-------|--------|-------|--------|-----------|--------------|-------------|------|-------|------|------------|------|------|----------|------|------|------|-----|
| (%) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 対象者全体 | | 2,339 | 50.6 | 44.9 | 42.2 | 38.9 | 35.6 | 28.7 | 28.3 | 19.2 | 18.9 | 14.8 | 10.0 | 5.6 | 4.0 | 7.5 | 1.2 |
| 性別 | 男性 | 937 | 42.7 | 40.8 | 34.8 | 34.2 | 33.1 | 31.1 | 22.1 | 24.5 | 14.8 | 12.9 | 11.4 | 2.8 | 3.5 | 9.9 | 1.1 |
| | 女性 | 1,376 | 56.4 | 48.2 | 47.5 | 42.4 | 37.6 | 27.0 | 32.6 | 15.6 | 21.5 | 16.1 | 8.9 | 7.6 | 4.4 | 6.0 | 1.2 |
| | その他 | 7 | 42.9 | 28.6 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 42.9 | 28.6 | 14.3 | 42.9 | 14.3 | 28.6 | 14.3 | - | - | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 46.1 | 32.9 | 46.7 | 30.5 | 19.8 | 38.9 | 24.6 | 16.8 | 13.8 | 12.6 | 9.0 | 1.2 | 3.6 | 10.2 | 0.6 |
| | 30~39歳 | 218 | 46.3 | 32.6 | 43.1 | 34.9 | 27.5 | 45.0 | 24.3 | 12.8 | 11.0 | 12.8 | 8.3 | 1.8 | 2.3 | 6.9 | 0.5 |
| | 40~49歳 | 346 | 47.7 | 33.8 | 41.0 | 39.3 | 25.7 | 40.2 | 30.1 | 15.3 | 16.8 | 11.3 | 8.4 | 2.6 | 3.8 | 9.0 | 0.3 |
| | 50~59歳 | 414 | 54.3 | 42.3 | 46.6 | 41.8 | 37.0 | 27.5 | 34.1 | 17.1 | 20.5 | 14.5 | 6.8 | 4.3 | 4.3 | 7.2 | 1.0 |
| | 60~69歳 | 441 | 49.0 | 50.1 | 43.8 | 40.6 | 37.2 | 27.4 | 24.9 | 21.3 | 23.4 | 18.4 | 10.9 | 7.5 | 3.4 | 8.2 | 0.5 |
| | 70歳以上 | 735 | 53.5 | 55.5 | 38.6 | 39.6 | 44.9 | 17.6 | 28.6 | 23.3 | 19.9 | 15.5 | 12.7 | 8.8 | 4.9 | 6.3 | 2.3 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】 今後健康のために取り組みたいことは、「食生活」が50.6%、「徒歩での移動」が44.9%、「睡眠の量と質の確保」が42.2%となっている。

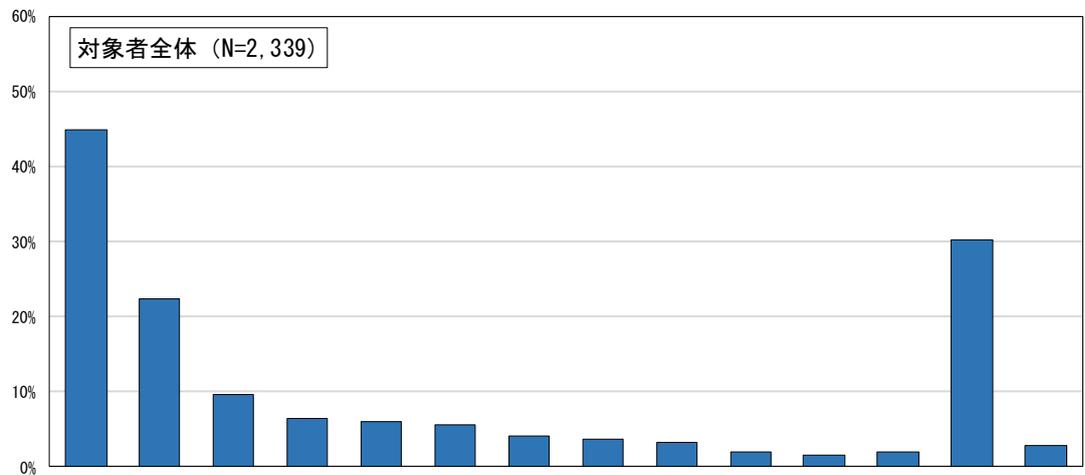
【性別】 「禁煙」は、男性が24.5%と、女性の15.6%より8.9ポイント高くなっている。また、「食生活」、「徒歩での移動」「睡眠の量と質の確保」「健康診断・歯科検診の受診」「階段の利用」「健康に関する情報収集」は、女性が男性より6.7ポイント以上高くなっている。

【年代別】 「健康教室への参加」は年代が上がるにつれて割合が高くなっている。

◇取り組んでいる社会参加活動

問5 あなたは、普段からどのような社会参加活動に取り組んでいますか。あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

取り組んでいる社会参加活動は、「仕事・アルバイト」が44.9%



| | | 対象者数 | 仕事・アルバイト | 趣味活動 | 町内会・自治会などの自治組織 | ボランティア | 地域交流 | 教育・子育て支援 | 生涯学習 | 文化的活動 | 高齢者支援 | 障がい者支援 | 地域安全活動 | その他 | 特になし | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|------|----------------|--------|------|----------|------|-------|-------|--------|--------|-----|------|-----|
| | | (%) | | | | | | | | | | | | | | |
| 対象者全体 | | 2,339 | 44.9 | 22.3 | 9.7 | 6.5 | 6.0 | 5.5 | 4.2 | 3.8 | 3.2 | 2.1 | 1.5 | 2.0 | 30.2 | 2.9 |
| 性別 | 男性 | 937 | 44.1 | 22.9 | 11.3 | 7.0 | 6.2 | 3.9 | 3.9 | 2.5 | 2.7 | 2.1 | 2.2 | 2.1 | 31.5 | 2.2 |
| | 女性 | 1,376 | 45.6 | 21.6 | 8.7 | 6.0 | 6.0 | 6.5 | 4.1 | 4.4 | 3.6 | 2.0 | 1.0 | 1.9 | 29.5 | 3.2 |
| | その他 | 7 | 57.1 | 57.1 | - | 14.3 | 14.3 | - | 14.3 | 28.6 | 14.3 | 14.3 | - | - | 14.3 | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 74.3 | 29.3 | - | 6.0 | 3.0 | 6.0 | 3.0 | 5.4 | 2.4 | 1.8 | 0.6 | 1.2 | 15.0 | 1.2 |
| | 30～39歳 | 218 | 67.9 | 22.9 | 6.9 | 0.9 | 5.5 | 13.3 | 2.8 | 4.6 | 1.8 | 0.9 | 1.4 | 1.4 | 23.4 | 1.4 |
| | 40～49歳 | 346 | 70.5 | 21.1 | 7.5 | 4.3 | 6.1 | 10.4 | 3.2 | 2.9 | 1.7 | 3.5 | 0.6 | 2.0 | 15.6 | 0.9 |
| | 50～59歳 | 414 | 65.0 | 17.9 | 5.8 | 4.1 | 1.9 | 4.1 | 2.7 | 3.1 | 4.6 | 2.9 | 1.0 | 1.2 | 20.5 | 2.7 |
| | 60～69歳 | 441 | 40.8 | 23.6 | 11.6 | 7.9 | 5.7 | 4.3 | 6.6 | 4.8 | 4.1 | 2.5 | 0.7 | 2.0 | 34.9 | 1.8 |
| | 70歳以上 | 735 | 11.0 | 22.7 | 15.0 | 9.4 | 9.5 | 2.0 | 4.6 | 3.0 | 3.3 | 1.2 | 3.0 | 2.6 | 45.4 | 5.2 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】取り組んでいる社会参加活動は、「仕事・アルバイト」が44.9%、「趣味活動」が22.3%、「町内会・自治会などの自治組織」が9.7%となっている。

【性別】男女で大きな差は見られない。

【年代別】「仕事・アルバイト」が29歳以下（74.3%）で最も高く、次いで40歳代（70.5%）、30歳代（67.9%）となっている。

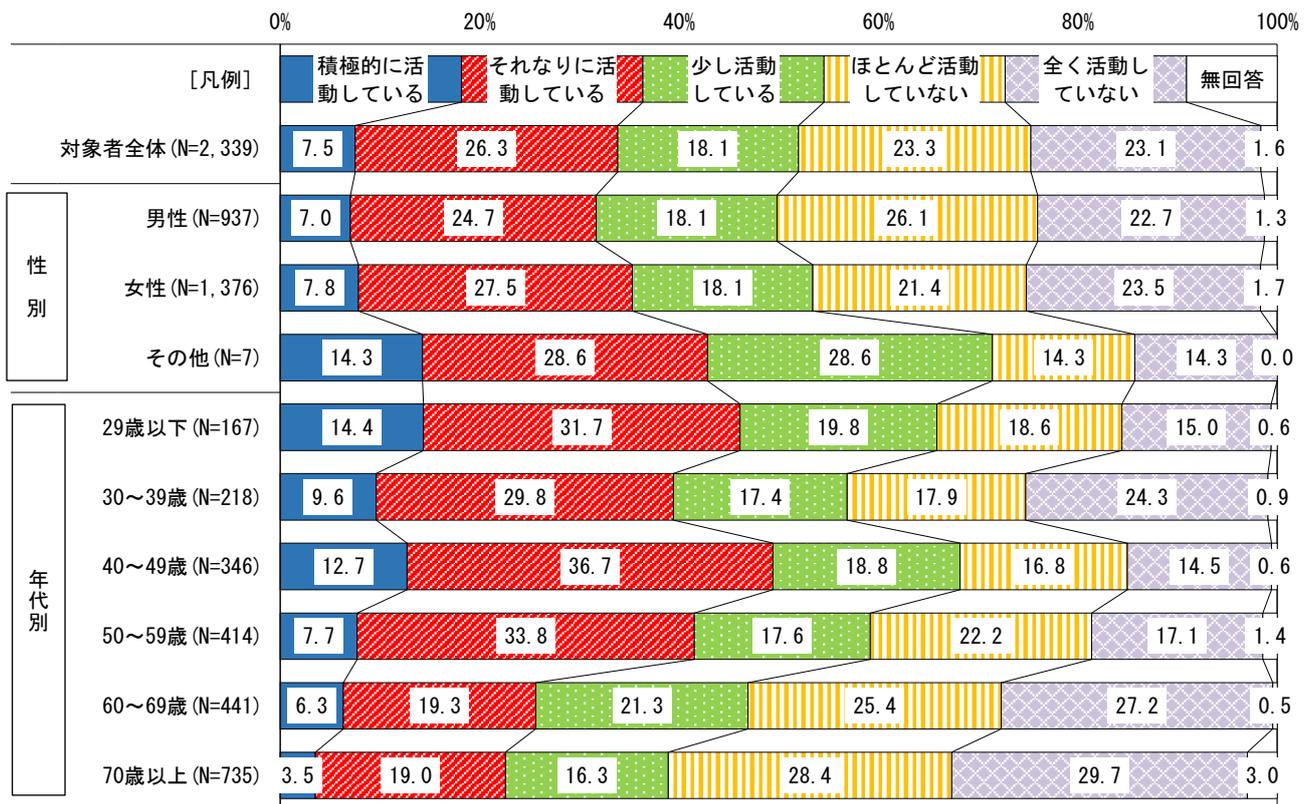
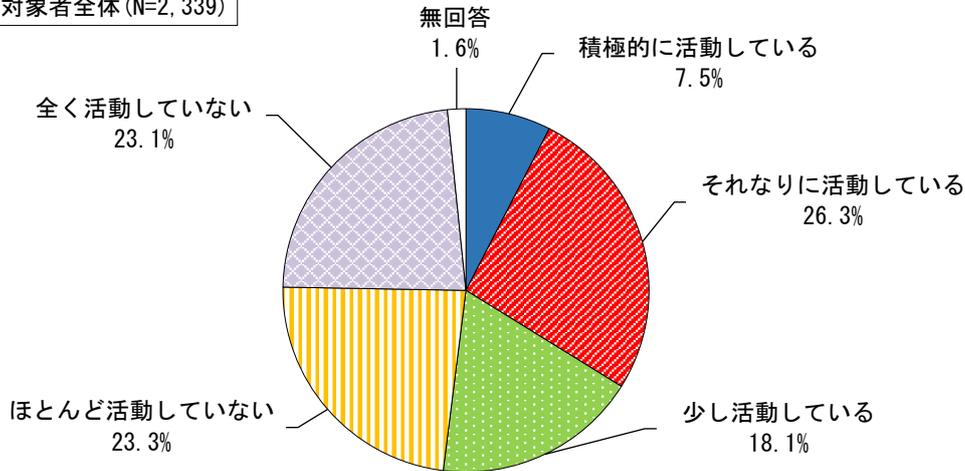
◇社会参加活動の程度

問6 あなたは、ご自身の現在の社会参加活動について、どの程度活動していると思いますか。あてはまるものに1つだけ○をつけてください。

社会参加活動の程度は“活動している”が33.9%

“活動している” = (「積極的に活動している」 + 「それなりに活動している」)

対象者全体 (N=2, 339)



【全 体】社会参加活動の程度は、「積極的に活動している」が7.5%、「それなりに活動している」が26.3%、合わせると33.9%となっている。一方で、「ほとんど活動していない」が23.3%、「全く活動していない」が23.1%、合わせると46.4%となっている。

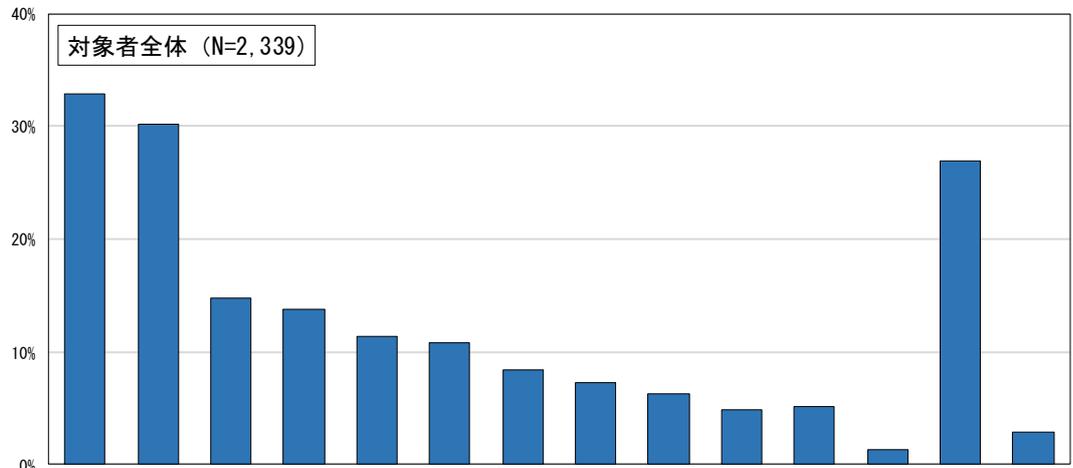
【性 別】男女で大きな差は見られない。

【年代別】29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代では「それなりに活動している」が、60歳代、70歳以上では「全く活動していない」が最も高くなっている。

◇今後取り組みたい社会参加活動

問7 あなたが、今後取り組みたいと思う社会参加活動はどれですか。あてはまるものにいくつでも○をつけてください。(現在取り組んでいて、今後も継続して取り組みたいものも含まれます)

今後取り組みたい社会参加活動は、「趣味活動」が32.9%



| | | 対象者数 | 趣味活動 | 仕事・アルバイト | ボランティア | 生涯学習 | 地域交流 | 文化的活動 | 教育・子育て支援 | 町内会・自治会などの自治組織 | 高齢者支援 | 障がい者支援 | 地域安全活動 | その他 | 特になし | 無回答 |
|-------|--------|-------|------|----------|--------|------|------|-------|----------|----------------|-------|--------|--------|------|------|-----|
| | | (%) | | | | | | | | | | | | | | |
| 対象者全体 | | 2,339 | 32.9 | 30.2 | 14.7 | 13.8 | 11.3 | 10.8 | 8.5 | 7.3 | 6.2 | 4.9 | 5.1 | 1.3 | 26.9 | 2.8 |
| 性別 | 男性 | 937 | 29.6 | 25.9 | 14.3 | 12.5 | 13.0 | 10.2 | 5.7 | 9.0 | 5.8 | 4.8 | 7.2 | 1.3 | 31.1 | 1.7 |
| | 女性 | 1,376 | 35.3 | 33.3 | 15.0 | 14.5 | 10.3 | 10.9 | 10.3 | 6.3 | 6.7 | 5.0 | 3.8 | 1.2 | 24.1 | 3.4 |
| | その他 | 7 | 14.3 | 14.3 | 28.6 | 28.6 | - | 42.9 | 14.3 | - | - | - | - | 14.3 | 14.3 | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 40.1 | 36.5 | 19.2 | 9.0 | 9.6 | 11.4 | 13.2 | 2.4 | 4.8 | 5.4 | 1.8 | 1.8 | 21.6 | 0.6 |
| | 30～39歳 | 218 | 33.0 | 39.0 | 16.1 | 13.3 | 13.8 | 13.3 | 21.1 | 8.7 | 6.0 | 6.0 | 8.3 | 1.4 | 21.1 | 0.5 |
| | 40～49歳 | 346 | 35.8 | 42.2 | 12.7 | 14.2 | 11.0 | 12.4 | 13.3 | 5.2 | 4.9 | 6.1 | 3.5 | 0.6 | 21.4 | 0.6 |
| | 50～59歳 | 414 | 36.5 | 44.9 | 13.3 | 13.0 | 7.2 | 12.1 | 7.7 | 5.6 | 8.2 | 5.1 | 4.3 | 0.7 | 19.3 | 2.7 |
| | 60～69歳 | 441 | 35.1 | 34.5 | 16.3 | 19.5 | 11.3 | 12.9 | 7.3 | 5.7 | 6.8 | 4.5 | 3.6 | 1.8 | 25.9 | 1.8 |
| | 70歳以上 | 735 | 26.7 | 9.8 | 14.0 | 11.6 | 13.7 | 6.9 | 2.4 | 11.2 | 6.0 | 4.1 | 7.1 | 1.5 | 37.6 | 5.4 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】 今後取り組みたい社会参加活動は、「趣味活動」が32.9%、「仕事・アルバイト」が30.2%、「ボランティア」が14.7%となっている。

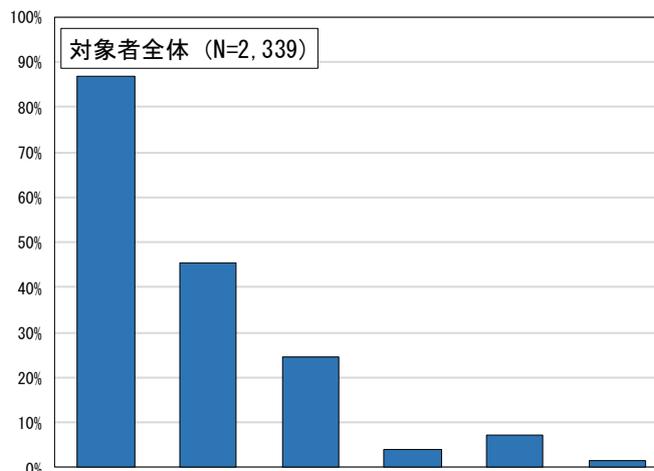
【性別】 「趣味活動」、「仕事・アルバイト」は、女性が男性より5.7ポイント以上高くなっている。

【年代別】 29歳以下、60歳代では「趣味活動」が、30歳代、40歳代、50歳代では「仕事・アルバイト」が最も高くなっている。

◇保有している電子端末

問8 あなたが、お持ちのものについて、次の中からあてはまるものにいくつでも○をつけてください。

保有している電子端末は、「スマートフォン」が86.9%



| | | 対象者数 | スマートフォン | パソコン | タブレット | フィーチャーフォンなど | 持っているものはない | 無回答 |
|-------|--------|-------|---------|------|-------|-------------|------------|-----|
| | | (%) | | | | | | |
| 対象者全体 | | 2,339 | 86.9 | 45.5 | 24.5 | 3.9 | 7.1 | 1.5 |
| 性別 | 男性 | 937 | 87.5 | 57.8 | 26.3 | 4.4 | 6.4 | 0.7 |
| | 女性 | 1,376 | 86.8 | 37.2 | 23.3 | 3.6 | 7.3 | 1.7 |
| | その他 | 7 | 100.0 | 57.1 | 71.4 | - | - | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 99.4 | 67.1 | 29.3 | 1.2 | - | - |
| | 30～39歳 | 218 | 98.6 | 52.8 | 35.3 | 0.5 | - | - |
| | 40～49歳 | 346 | 96.8 | 61.3 | 38.7 | 2.3 | 1.4 | 0.3 |
| | 50～59歳 | 414 | 97.3 | 57.5 | 30.7 | 1.9 | 1.0 | 0.7 |
| | 60～69歳 | 441 | 93.0 | 44.4 | 21.3 | 2.5 | 3.2 | 1.1 |
| | 70歳以上 | 735 | 67.1 | 25.3 | 12.2 | 8.2 | 18.9 | 2.9 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】保有している電子端末は、「スマートフォン」が86.9%、「パソコン」が45.5%、「タブレット」が24.5%となっている。

【性別】「パソコン」は、男性が57.8%と、女性の37.2%より20.6ポイント高くなっている。

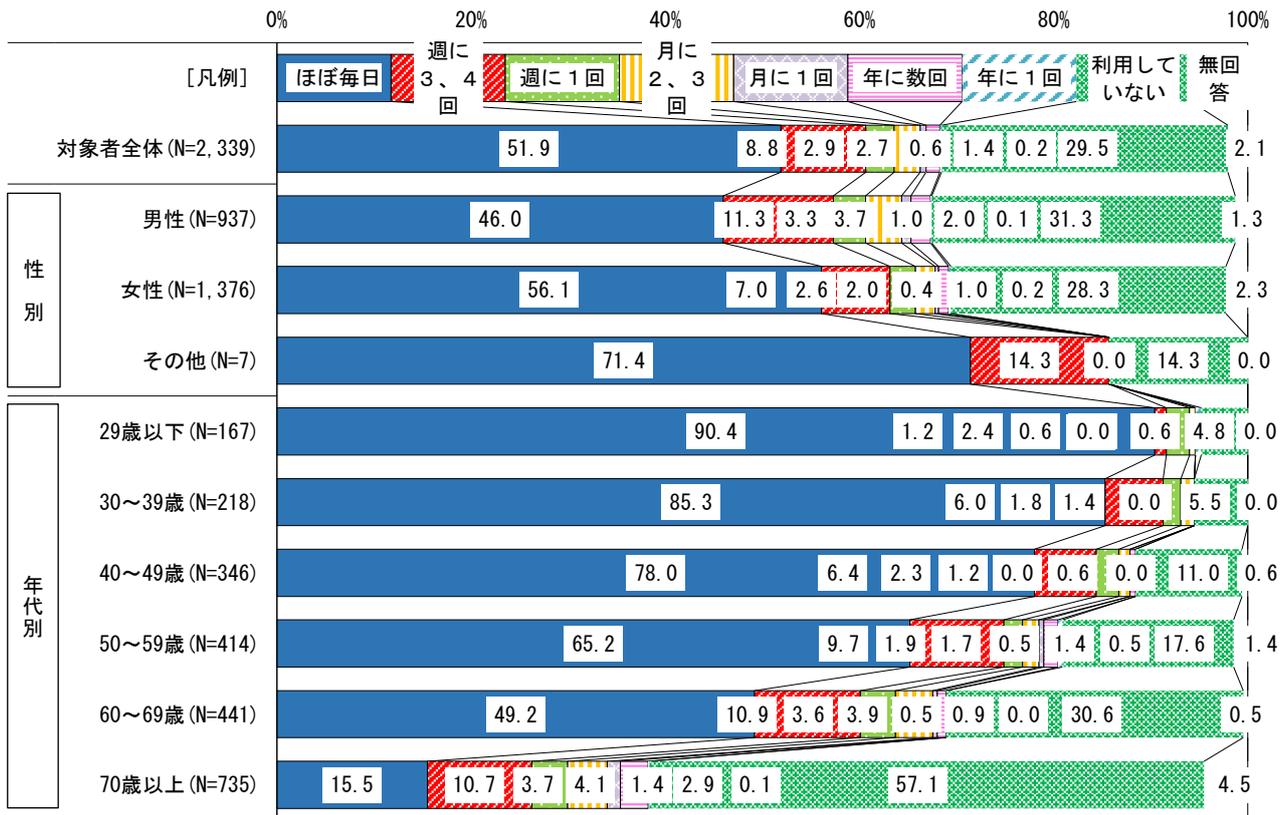
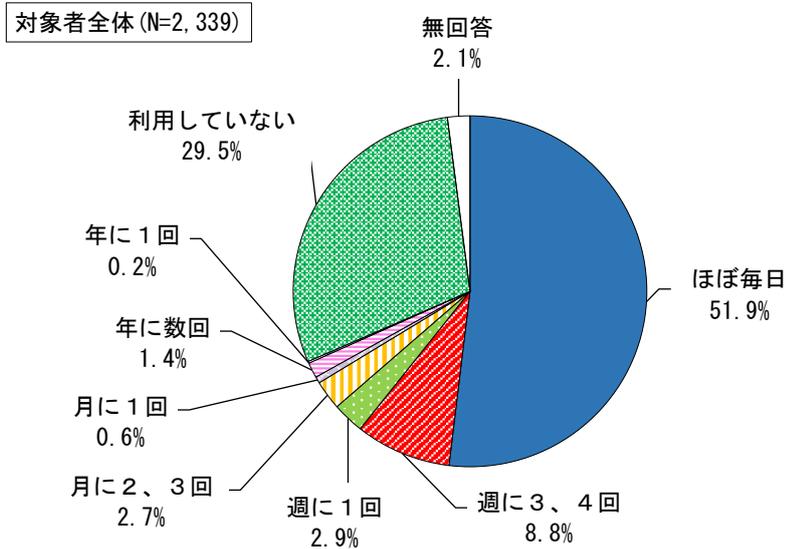
【年代別】「パソコン」が29歳以下(67.1%)で最も高く、最も低い70歳以上(25.3%)と比べると41.8ポイントの差となっている。

◇ SNSの利用頻度

問9 あなたは、この1年間でSNS（※）をどの程度の頻度で利用していますか。あてはまるものに1つだけ○をつけてください。

※Facebook、Twitter、LINE、Instagramなどのソーシャル・ネットワーキング・サービスのこと

SNSの利用頻度は、「ほぼ毎日」が51.9%



【全体】 SNSの利用頻度は、「ほぼ毎日」が51.9%、「利用していない」が29.5%、「週に3、4回」が8.8%となっている。

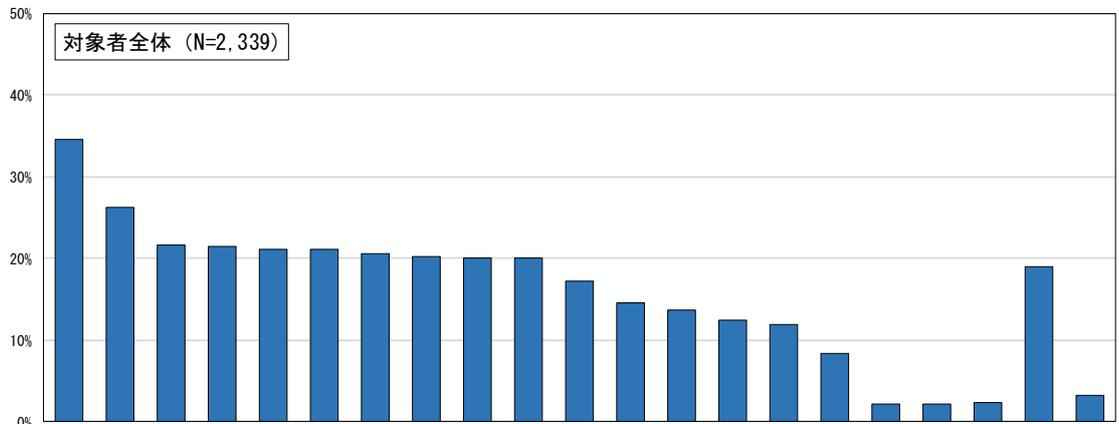
【性別】 「ほぼ毎日」は、女性が56.1%と、男性の46.0%より10.1ポイント高くなっている。

【年代別】 「ほぼ毎日」は年代が下がるにつれて割合が高くなっている。また、「利用していない」は年代が上がるにつれて割合が高くなっている。

◇健康アプリで使いたい機能

問10 あなたは、札幌市が健康アプリを導入した場合、どのような機能があれば使いたいと思いますか。
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

健康アプリで使いたい機能は、「歩数測定」が34.6%



| 対象者数 | | 歩数測定 | 血压管理 | 近くで行われるイベントの案内 | 消費カロリーの測定 | 筋トレ等を行うことができる体操や動画配信 | 睡眠計 | お薬手帳 | 日々の体調管理 | 身長・体重管理 | ゲーム(脳トレ等) | AIによる食事の栄養素判定 | 脈拍管理 | 歩行速度測定 | 活動に応じた報酬の付与 | 健康情報の発信 | スタンプラリー機能 | ランキング機能 | ブツシユ通知による活動の動機づけ | その他 | 特になし | 無回答 | |
|-----------------|--------|------|------|----------------|-----------|----------------------|------|------|---------|---------|-----------|---------------|------|--------|-------------|---------|-----------|---------|------------------|------|------|------|-----|
| 対象者全体 (N=2,339) | | 34.6 | 26.2 | 21.6 | 21.5 | 21.1 | 21.0 | 20.6 | 20.3 | 20.1 | 20.1 | 17.2 | 14.6 | 13.7 | 12.5 | 11.8 | 8.3 | 2.3 | 2.2 | 2.3 | 19.0 | 3.3 | |
| 性別 | 男性 | 32.4 | 31.1 | 17.7 | 19.6 | 16.5 | 19.7 | 21.5 | 21.0 | 20.2 | 15.2 | 13.6 | 15.7 | 12.9 | 11.2 | 10.4 | 7.9 | 2.6 | 2.0 | 2.9 | 21.1 | 3.1 | |
| | 女性 | 36.4 | 22.7 | 24.3 | 22.7 | 24.3 | 21.9 | 19.9 | 19.8 | 20.1 | 23.3 | 19.8 | 13.7 | 14.1 | 13.4 | 12.6 | 8.5 | 1.9 | 2.3 | 1.9 | 17.6 | 3.2 | |
| | その他 | 14.3 | 28.6 | 14.3 | 28.6 | 28.6 | 28.6 | 14.3 | 14.3 | 14.3 | 28.6 | 14.3 | 28.6 | 28.6 | 14.3 | 42.9 | 28.6 | 14.3 | 14.3 | 14.3 | 28.6 | - | |
| 年代別 | 29歳以下 | 42.5 | 16.8 | 19.2 | 35.9 | 18.6 | 31.7 | 26.3 | 19.8 | 37.1 | 19.8 | 30.5 | 12.6 | 16.8 | 24.6 | 7.8 | 10.8 | 4.2 | 6.0 | 5.4 | 10.8 | 1.2 | |
| | 30~39歳 | 218 | 39.9 | 19.3 | 30.7 | 25.2 | 17.4 | 28.0 | 34.4 | 22.5 | 33.0 | 21.6 | 28.9 | 12.4 | 13.8 | 29.4 | 13.8 | 14.2 | 5.5 | 6.0 | 1.8 | 13.3 | 0.5 |
| | 40~49歳 | 346 | 43.1 | 26.3 | 22.5 | 28.3 | 17.1 | 29.5 | 24.3 | 22.5 | 30.9 | 23.7 | 22.0 | 13.9 | 17.6 | 21.4 | 9.5 | 16.5 | 4.6 | 2.6 | 4.3 | 11.8 | 2.3 |
| | 50~59歳 | 414 | 40.1 | 25.8 | 22.9 | 26.6 | 19.3 | 24.6 | 20.5 | 18.8 | 20.0 | 20.5 | 19.6 | 15.2 | 16.7 | 14.3 | 10.4 | 11.6 | 2.2 | 1.7 | 2.9 | 17.4 | 1.2 |
| | 60~69歳 | 441 | 34.2 | 32.2 | 23.6 | 20.9 | 25.4 | 20.4 | 21.1 | 19.0 | 16.8 | 23.1 | 15.4 | 18.1 | 12.9 | 7.9 | 13.6 | 5.2 | 0.9 | 1.4 | 1.6 | 19.3 | 1.4 |
| | 70歳以上 | 735 | 24.6 | 26.5 | 17.1 | 11.4 | 23.1 | 10.9 | 13.2 | 20.5 | 9.5 | 15.8 | 8.3 | 13.3 | 9.9 | 2.3 | 12.8 | 2.2 | 0.4 | 1.0 | 1.0 | 26.8 | 7.1 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 □ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】健康アプリで使いたい機能は、「歩数測定」が34.6%、「血压管理」が26.2%、「近くで行われるイベントの案内」が21.6%となっている。

【性別】「血压管理」は、男性が31.1%と、女性の22.7%より8.4ポイント高くなっている。また、「近くで行われるイベントの案内」、「手軽に行うことができる体操や筋トレ等の動画配信」、「ゲーム(脳トレ等)」、「AIによる食事の栄養素判定」は、女性が男性より6.2ポイント以上高くなっている。

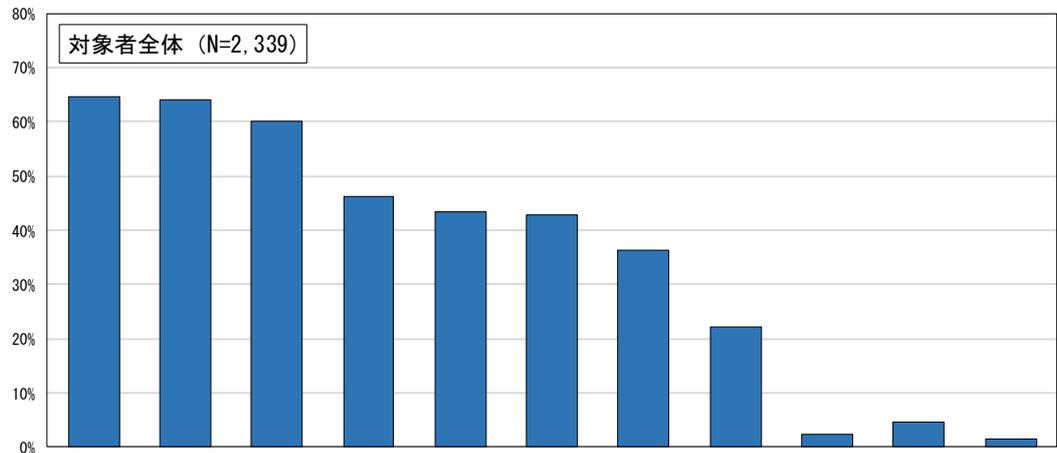
【年代別】「身長・体重管理」、「AIによる食事の栄養素判定」は年代が下がるにつれて割合が高くなっている。

◇健康な状態で過ごせる期間が長くなることで得られる良い影響

問 1 1 あなたは、健康な状態で過ごせる期間が長くなると、あなた自身にとってどのような良い影響があると思いますか。あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

※世界保健機関（WHO）では、「健康」を「身体的・精神的・社会的に充実している状態」としています。

健康な状態で過ごせる期間が長くなることで得られる良い影響は、「おいしい物を食べられる」が 64.6%



| | | 対象者数 | おいしい物を食べられる | 家族や友人、パートナーと過ごすことができる | 好きなどころに旅行に行くことができる | 趣味やスポーツに熱中できる | 映画やテレビを見たり、本を読んだりできる | 興味があることを学び続けることができる | 仕事に打ち込むことができる | 経験や知識を活かして社会に貢献できる | その他 | 特になし | 無回答 |
|-------|---------|-------|-------------|-----------------------|--------------------|---------------|----------------------|---------------------|---------------|--------------------|------|------|-----|
| | | (%) | | | | | | | | | | | |
| 対象者全体 | | 2,339 | 64.6 | 64.1 | 60.1 | 46.1 | 43.5 | 42.9 | 36.5 | 22.2 | 2.4 | 4.6 | 1.5 |
| 性別 | 男性 | 937 | 54.9 | 57.0 | 51.8 | 50.2 | 35.2 | 38.8 | 36.9 | 23.6 | 1.5 | 6.6 | 1.5 |
| | 女性 | 1,376 | 71.5 | 69.1 | 66.1 | 43.4 | 49.1 | 45.8 | 36.3 | 21.3 | 2.8 | 3.1 | 1.4 |
| | その他 | 7 | 57.1 | 71.4 | 28.6 | 57.1 | 57.1 | 42.9 | 14.3 | 28.6 | 28.6 | 14.3 | - |
| 年代別 | 29歳以下 | 167 | 71.3 | 68.3 | 64.1 | 65.9 | 43.7 | 50.9 | 52.1 | 21.6 | 1.8 | 3.0 | 0.6 |
| | 30~39 歳 | 218 | 75.2 | 72.9 | 66.5 | 54.6 | 46.3 | 46.8 | 50.0 | 24.8 | 3.7 | 0.5 | 0.9 |
| | 40~49 歳 | 346 | 71.1 | 74.0 | 65.0 | 52.9 | 42.8 | 43.1 | 56.1 | 27.7 | 2.3 | 2.3 | 1.7 |
| | 50~59 歳 | 414 | 73.7 | 66.9 | 67.6 | 49.8 | 44.7 | 46.4 | 51.4 | 27.5 | 1.9 | 2.7 | 0.5 |
| | 60~69 歳 | 441 | 65.1 | 61.9 | 66.2 | 46.5 | 45.4 | 46.7 | 34.9 | 25.4 | 2.3 | 3.9 | 0.7 |
| | 70 歳以上 | 735 | 51.8 | 56.1 | 47.5 | 33.9 | 41.6 | 35.9 | 12.4 | 14.1 | 2.4 | 8.6 | 2.6 |

■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上高い
 ■ 対象者全体の値と比較し10ポイント以上低い

【全体】健康な状態で過ごせる期間が長くなることで得られる良い影響は、「おいしい物を食べられる」が 64.6%、「家族や友人、パートナーと過ごすことができる」が 64.1%、「好きなどころに旅行に行くことができる」が 60.1%となっている。

【性別】「趣味やスポーツに熱中できる」は、男性が 50.2%と、女性の 43.4%より 6.8 ポイント高くなっている。また、「おいしい物を食べられる」、「家族や友人、パートナーと過ごすことができる」、「好きなどころに旅行に行くことができる」、「映画やテレビを見たり、本を読んだりできる」、「興味があることを学び続けることができる」は、女性が男性より 7.0 ポイント以上高くなっている。

【年代別】「趣味やスポーツに熱中できる」は年代が下がるにつれて割合が高くなっている。