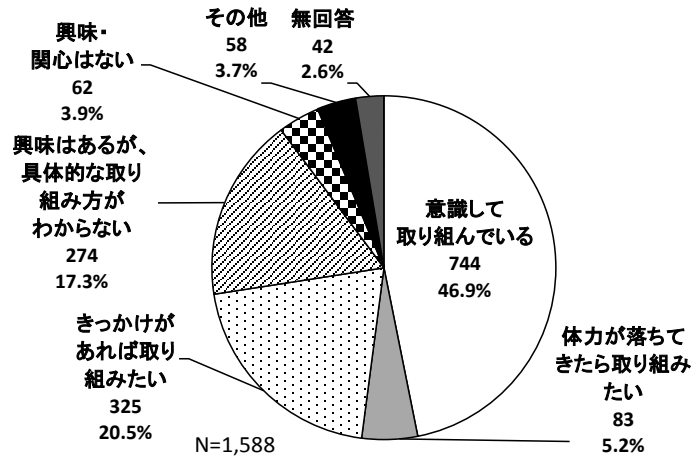


## 6. 健康づくりについて

### 問14 あなたは現在、健康づくりに取り組んでいますか。(〇は1つ)

- ・「意識して取り組んでいる」が最も多く 46.9%で、半数近くに達する。次いで「きっかけがあれば取り組みたい」が 20.5%で約 2 割、「興味はあるが、具体的な取り組み方がわからない」が 17.3%で 2 割弱となっている。「興味・関心はない」は 3.9%にとどまっている。



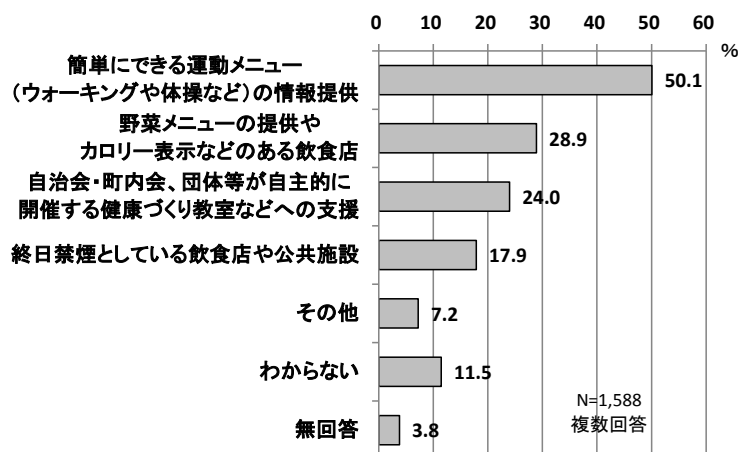
### ■ 性別・年齢別 健康づくりに取り組んでいるか (問14×F1, 2)

- ・男女とも「意識して取り組んでいる」が最も多く、男性は女性より 8.2 ポイント高くなっている。
- ・年齢別では、いずれの世代でも「意識して取り組んでいる」が最も多くなっており、年齢層が高いほど数値も高い傾向にある。また、20 歳代、30 歳代で「興味はあるが、具体的な取り組み方がわからない」の数値が、全体値を 10 ポイント以上上回っている。

	合計	問14 現在、健康づくりに取り組んでいるか						
		意識して取り組んでいる	体力が落ちてきたら取り組みたい	きっかけがあれば取り組みたい	興味はあるが、具体的な取り組み方がわからない	興味・関心はない	その他	無回答
全体	1588	46.9	5.2	20.5	17.3	3.9	3.7	2.6
F 1 性別								
男性	691	51.8	6.1	18.2	15.8	4.2	2.5	1.4
女性	847	43.6	4.5	22.3	18.8	3.8	4.6	2.5
F 2 年齢(年代別)								
20歳代	119	31.9	9.2	21.0	28.6	7.6	0.8	0.8
30歳代	184	31.5	9.2	24.5	31.0	2.2	1.6	0.0
40歳代	278	35.3	4.7	28.1	23.4	4.3	3.6	0.7
50歳代	204	47.5	7.8	19.1	16.2	4.4	3.4	1.5
60歳代	310	55.8	3.2	20.3	13.5	2.9	2.9	1.3
70歳代以上	425	59.3	3.1	14.4	8.7	4.0	5.6	4.9

問15 あなたが健康づくりを進めるうえで、どのような環境が整備されているとよいと思いますか。(〇はいくつでも)

- ・「簡単にできる運動メニュー（ウォーキングや体操など）の情報提供」が50.1%で最も多く、約半数の人が挙げている。次いで「野菜メニューの提供やカロリー表示などのある飲食店」（28.9%）、「自治会・町内会、団体等が自主的に開催する健康づくり教室などへの支援」（24.0%）、「終日禁煙としている飲食店や公共施設」（17.9%）、「その他」（7.2%）と続く。「わからない」は11.5%となっている。



■ 性別・年齢別 健康づくりを進めるうえで整備されているとよい環境 (問15×F1, 2)

- ・男女とも「簡単にできる運動メニュー（ウォーキングや体操など）の情報提供」が最も多い。また、女性は男性より「野菜メニューの提供やカロリー表示などのある飲食店」の数値が9.6ポイント高くなっている。
- ・年齢別では、いずれの世代でも「簡単にできる運動メニュー（ウォーキングや体操など）の情報提供」が最も多くなっている。また、「自治会・町内会、団体等が自主的に開催する健康づくり教室などへの支援」は年齢層が高いほど数値が高く、70歳代以上では全体値を10ポイント以上上回っている。「終日禁煙としている飲食店や公共施設」は若い年齢層で数値が高い傾向にある。

	合計	問15 健康づくりを進めるうえで、整備されているとよいと思う環境									
		食店	野菜メニュー表示などの提供や	体操など)の情報提供や	簡単にできる運動メニュー(ウォーキング)	が自主的に開催する健康等	自治会・町内会、団体等	店や公共施設	終日禁煙としている飲食	その他	わからない
全体	1588	28.9	50.1	24.0	17.9	7.2	11.5	3.8			
F1 性別	男性	691	24.3	50.1	23.0	16.1	13.3	2.5			
	女性	847	33.9	51.1	25.3	20.0	5.5	9.9	2.7		
F2 年齢(年代別)	20歳代	119	37.8	44.5	10.1	23.5	6.7	13.4	0.0		
	30歳代	184	30.4	45.1	17.9	26.6	10.3	12.0	0.0		
	40歳代	278	31.3	43.9	19.8	23.0	9.4	13.3	1.4		
	50歳代	204	31.9	51.0	22.5	20.1	5.4	12.7	2.0		
	60歳代	310	27.1	56.8	25.5	11.3	6.8	10.6	2.9		
	70歳代以上	425	25.9	54.4	35.1	13.6	6.1	9.6	5.9		