

# 平成28年度第3回ヨコハマeアンケート よこはまウォーキングポイント事業に関するアンケート

実施期間 平成28年5月27日（金）から6月10日（金）

事業所管課 健康福祉局 保健事業課

年代別・性別のメンバー数／構成比

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	不明	計
男性	12 (0.4%)	53 (2.0%)	215 (8.0%)	363 (13.5%)	252 (9.4%)	271 (10.1%)	166 (6.2%)	2 (0.1%)	1,334 (49.6%)
女性	7 (0.3%)	129 (4.8%)	480 (17.9%)	421 (15.7%)	201 (7.5%)	79 (2.9%)	21 (0.8%)	0 (0.0%)	1,338 (49.8%)
不明	0 (0.0%)	2 (0.1%)	7 (0.3%)	2 (0.1%)	3 (0.1%)	2 (0.1%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	16 (0.6%)
計	19 (0.7%)	184 (6.8%)	702 (26.1%)	786 (29.2%)	456 (17.0%)	352 (13.1%)	187 (7.0%)	2 (0.1%)	2,688 (100.0%)

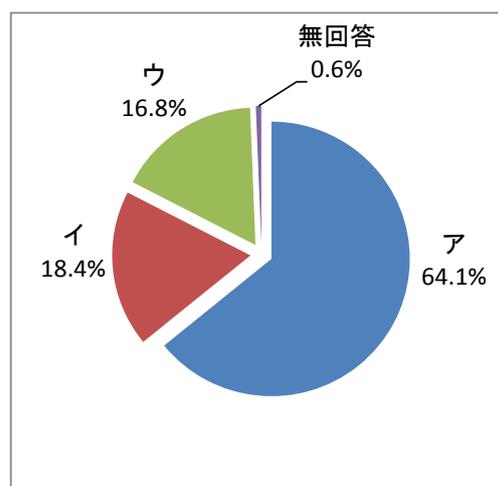
年代別・性別の回答者数／回答率

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	不明	計
男性	2 (16.7%)	16 (30.2%)	82 (38.1%)	195 (53.7%)	156 (61.9%)	197 (72.7%)	134 (80.7%)	1 (50.0%)	783 (58.7%)
女性	0 (0.0%)	24 (18.6%)	125 (26.0%)	177 (42.0%)	100 (49.8%)	46 (58.2%)	16 (76.2%)	0 (0.0%)	488 (36.5%)
不明	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (50.0%)	2 (66.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (18.8%)
計	2 (10.5%)	40 (21.7%)	207 (29.5%)	373 (47.5%)	258 (56.6%)	243 (69.0%)	150 (80.2%)	1 (50.0%)	1,274 (47.4%)

## Q1 よこはまウォーキングポイントを知っていますか。(単一選択)

n= 1,274

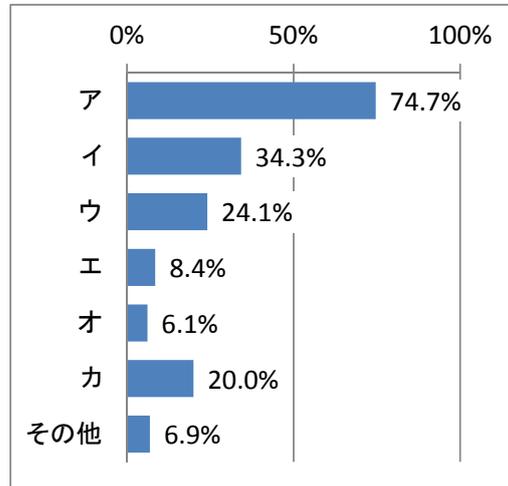
ア	知っている	64.1%	817
イ	聞いたことはあるが、詳しくは知らない	18.4%	235
ウ	知らない	16.8%	214
無回答		0.6%	8
			1,274



**Q2 Q1で「ア 知っている」と回答した方に伺います。よこはまウォーキングポイント事業は何で知りましたか。(複数選択可)**

n= 817

ア	広報よこはま	74.7%	610
イ	市のチラシ	34.3%	280
ウ	市のホームページ	24.1%	197
エ	テレビ・ラジオ・新聞	8.4%	69
オ	イベント	6.1%	50
カ	知人・友人、家族	20.0%	163
その他		6.9%	56



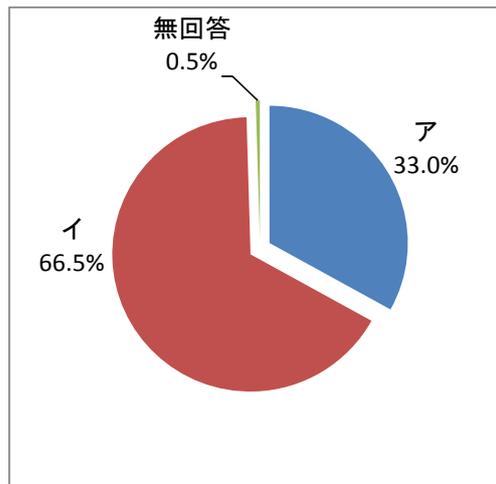
その他(抜粋)

お店に掲示してあるステッカー  
がん検診の案内に同封されていた。

**Q3 あなたはよこはまウォーキングポイント事業に参加していますか。(単一選択)**

n= 1,274

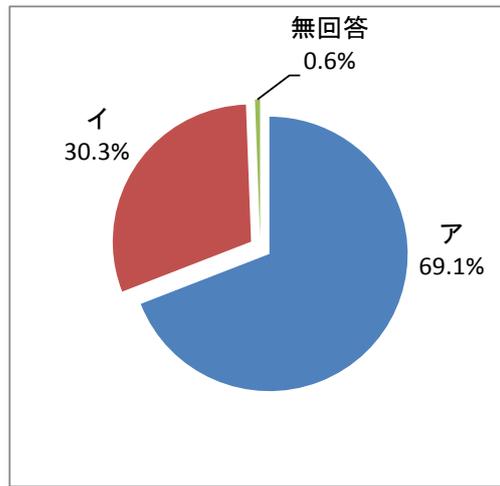
ア	参加している(よこはまウォーキングポイントに参加申込済)	33.0%	421
イ	参加していない	66.5%	847
無回答		0.5%	6
			1,274



**Q4 Q3で「イ 参加していない」と回答した方に伺います。今後、参加してみたいと思いますか。(単一選択)**

n= 847

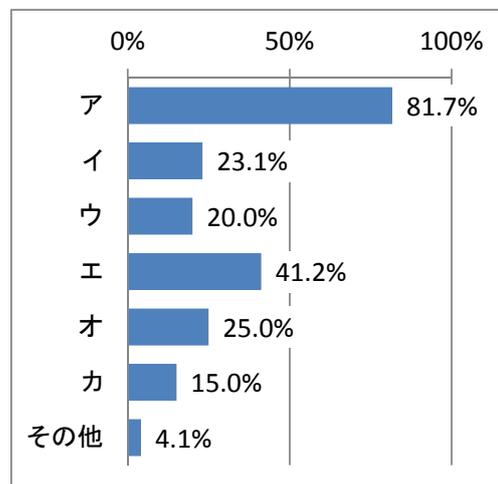
ア	参加してみたい	69.1%	585
イ	参加したくない	30.3%	257
無回答		0.6%	5
			847



**Q5 Q4で「ア 参加してみたい」と回答した方に伺います。参加してみたい理由は何ですか。(複数選択可)**

n= 585

ア	自分の健康づくりに役立ちそうだから	81.7%	478
イ	歩数計を使いたいから	23.1%	135
ウ	過去の歩数記録をパソコンやスマートフォンで確認できるから	20.0%	117
エ	歩くことで景品がもらえるから	41.2%	241
オ	歩くことが寄付につながるから	25.0%	146
カ	家族や知人等とみんなで歩数計を持ち歩くのが楽しそうだから	15.0%	88
その他		4.1%	24



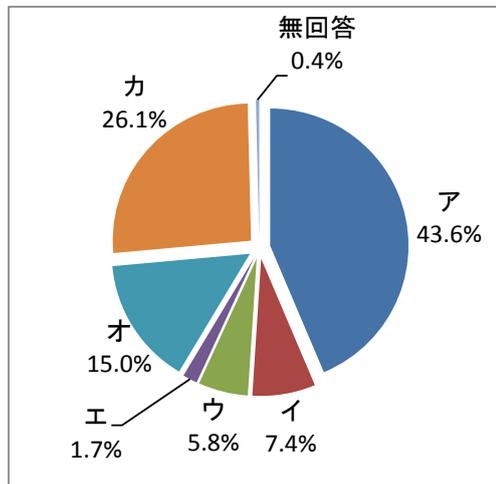
**その他(抜粋)**

横浜市内の見所を自分の目で健康維持しながら再確認出来ると思います。  
地域の参加者の方々と連体感がうまれそうだから。  
歩くのが好きだから。

**Q6** 全ての方に伺います。現在、どのくらい運動をしていますか。(運動にはウォーキングも含みます)(単一選択)

n= 1,274

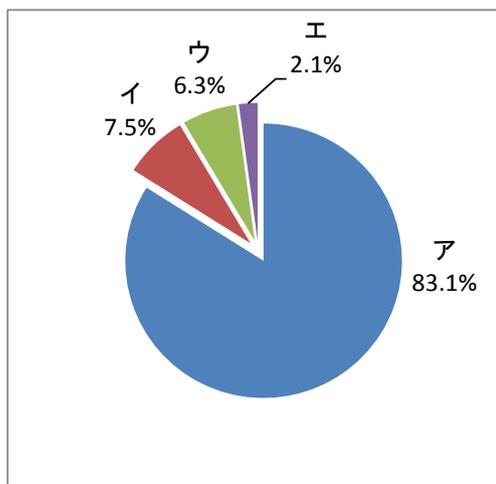
ア	1日30分以上を週2回以上している	43.6%	556
イ	1日30分以上を週1回している	7.4%	94
ウ	1日30分未満を週2回以上している	5.8%	74
エ	1日30分未満を週1回している	1.7%	22
オ	不定期で運動している	15.0%	191
カ	特に運動はしていない	26.1%	332
無回答		0.4%	5



**Q7** Q6でア~オと回答した方に伺います。現在している運動は、どのくらい継続していますか。(運動にはウォーキングも含みます)(単一選択)

n= 937

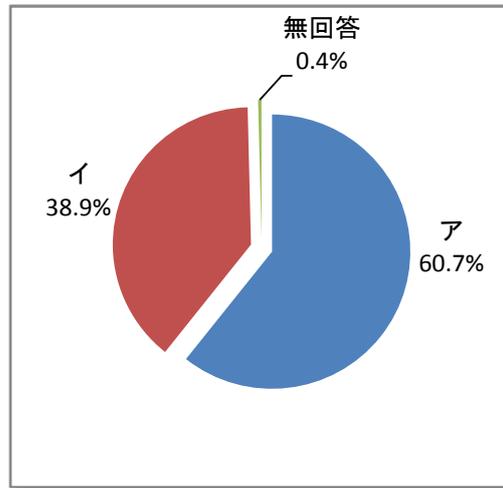
ア	1年以上	83.1%	779
イ	6か月以上1年未満	7.5%	70
ウ	1か月以上6か月未満	6.3%	59
エ	1か月未満	2.1%	20
無回答		1.0%	9
			937



**Q8 全ての方に伺います。あなたは現在、スマートフォンを使用していますか。(単一選択)**

n= 1,274

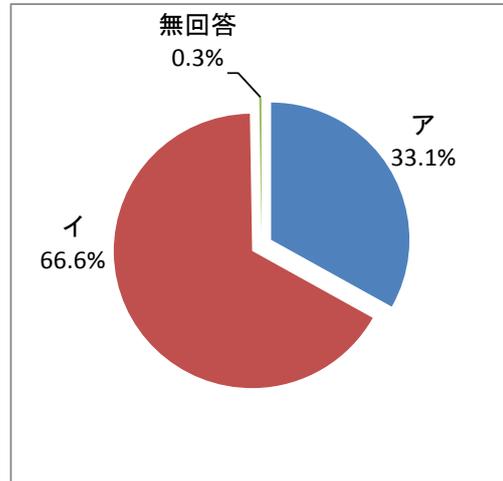
ア	使用している	60.7%	773
イ	使用していない	38.9%	496
無回答		0.4%	5
			1,274



**Q9 Q8で「ア 使用している」と回答した方に伺います。健康づくりに関するアプリを利用していますか。(単一選択)**

n= 773

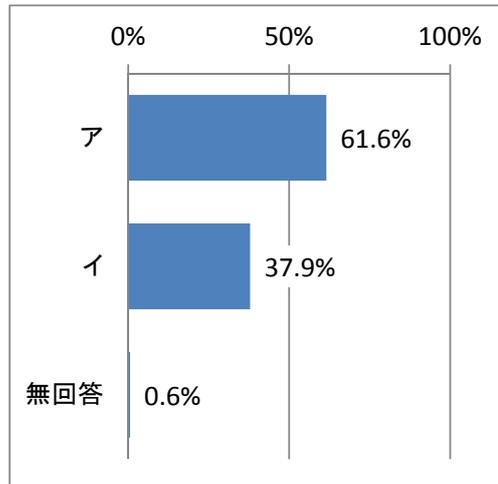
ア	利用している	33.1%	256
イ	利用していない	66.6%	515
無回答		0.3%	2
			773



**Q10** Q9で「イ 利用していない」と回答した方に伺います。健康づくりに関するアプリを利用したいと思いませんか。  
(単一選択)

n= 515

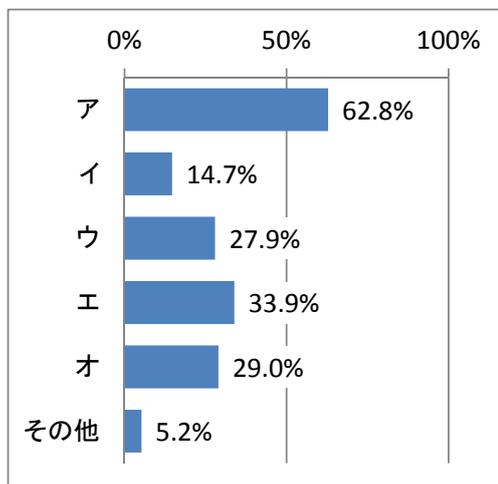
ア	利用したい	61.6%	317
イ	利用したくない	37.9%	195
無回答		0.6%	3
			515



**Q11** Q9で「ア 利用している」、Q10で「ア 利用したい」と回答した方に伺います。それはどのようなアプリですか。(複数選択可)

n= 573

ア	歩数計アプリ	62.8%	360
イ	ランニング用アプリ	14.7%	84
ウ	その他運動に関するアプリ	27.9%	160
エ	食生活に関するアプリ	33.9%	194
オ	睡眠に関するアプリ	29.0%	166
その他		5.2%	30



その他(抜粋)

最近友人との会話は、健康のことが増えてきた。とにかく自分が健康だと実感したい。そんなアプリはないだろうか。

自分の身長体重を入力して、アプリの中に分身(キャラクター)を誕生させ、その分身が日々の運動や食生活により痩せたり太ったり。睡眠時間が足りないと元気なく冴えない様子になり、生活リズムが良好だとキラキラカッコよくなる。自分の毎日の生活が分身キャラに投影できるというアプリがあると楽しそう。

体重管理

無料のダイエットに関するアプリであまりバッテリーを消費しないもの