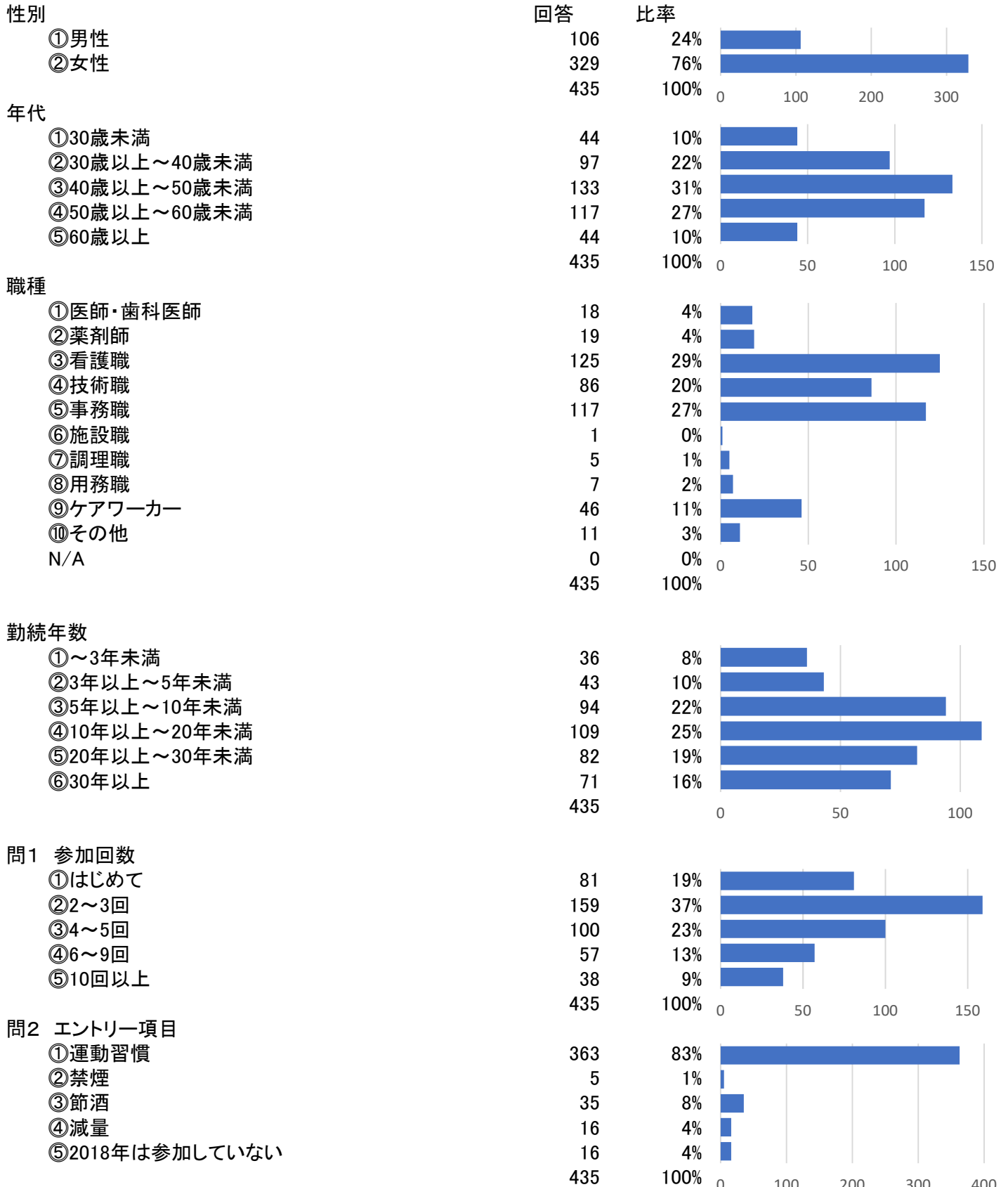


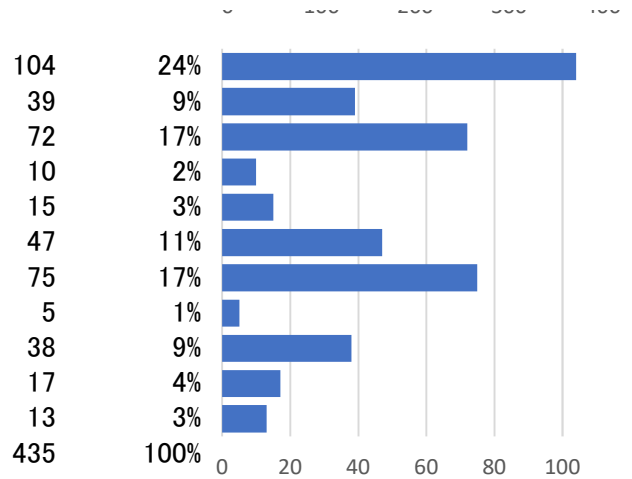
健康いきいきキャンペーンアンケートの結果について

対象	726
回収	435
回収率	60%



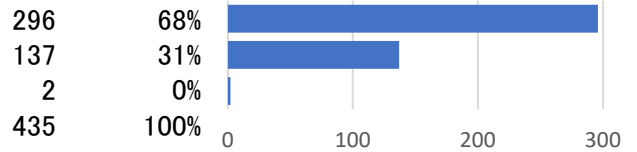
【エントリー詳細】

- 01ウォーキング
- 02ランニング・ジョギング
- 03自転車
- 04水泳
- 05登山・トレッキング
- 06施設スポーツ
- 07自主目標
- 08たばこ
- 09ストップザ酒
- 10スリム
- N/A



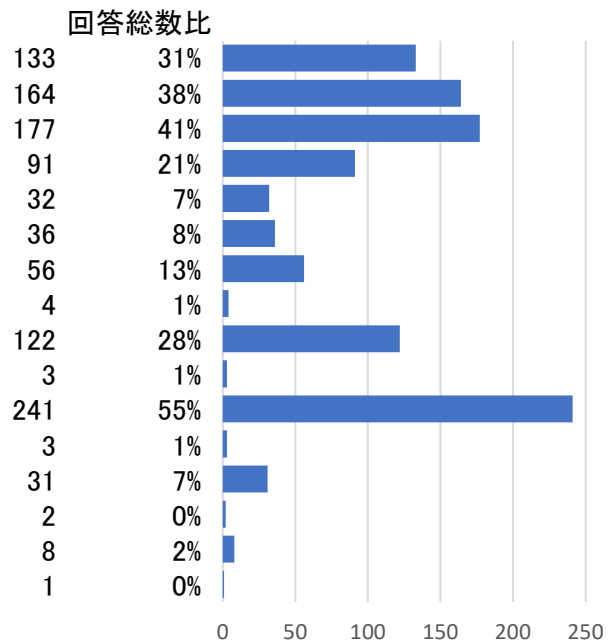
問3 2年連続参加

- ①はい
- ②いいえ
- N/A



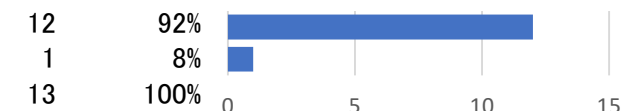
問4 参加契機 (Multiplee Answer, Max 3item)

- ①以前から行っていた運動だから
- ②運動習慣をつけたかったら
- ③運動不足を解消したかったから
- ④体重を減らしたかった
- ⑤体脂肪率を改善したかった
- ⑥高血圧、脂質、血糖値など検査値を改善したかった
- ⑦腰痛など筋骨格系の身体機能を改善したかったか
- ⑧睡眠を改善したかったから
- ⑨他の職員に誘われたから
- ⑩家族にすすめられたから
- ⑪達成賞(図書カード)が欲しかったから
- ⑫タバコを止めるため
- ⑬酒量を減らすため
- ⑭特にない
- ⑮その他
- N/A



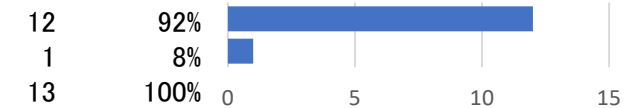
問5 禁煙は達成しましたか

- ①はい
- ②いいえ



問6 禁煙を維持

- ①はい
- ②いいえ



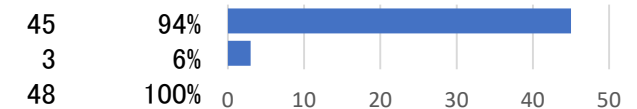
問7 参加は禁煙に影響を与える

- ①はい
- ②いいえ
- ③どちらともいえない
- ④わからない



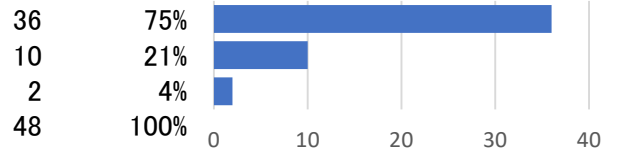
問8 休肝日は達成しましたか

- ①はい
- ②いいえ



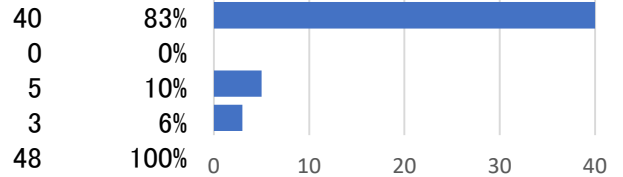
問9 休肝日を維持

- ①はい
- ②いいえ
- N/A



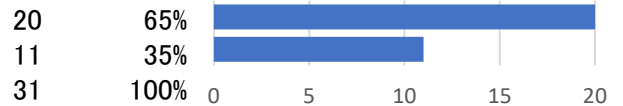
問10 参加は節酒に影響を与える

- ①はい
- ②いいえ
- ③どちらともいえない
- ④わからない



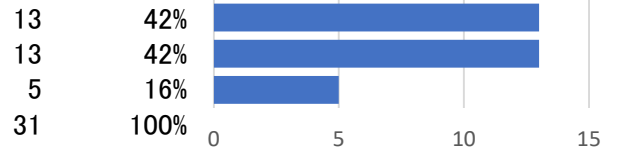
問11 減量は達成しましたか

- ①はい
- ②いいえ



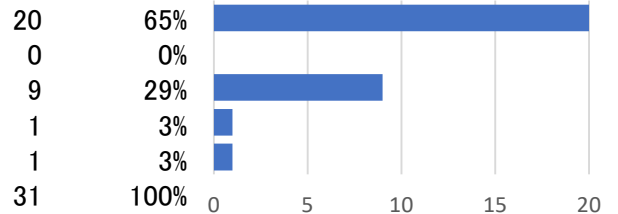
問12 減量を維持

- ①はい
- ②いいえ
- N/A



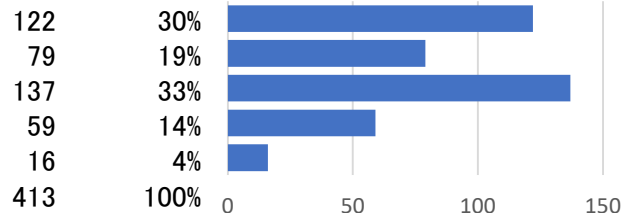
問13 参加は減量に影響を与える

- ①はい
- ②いいえ
- ③どちらともいえない
- ④わからない
- N/A



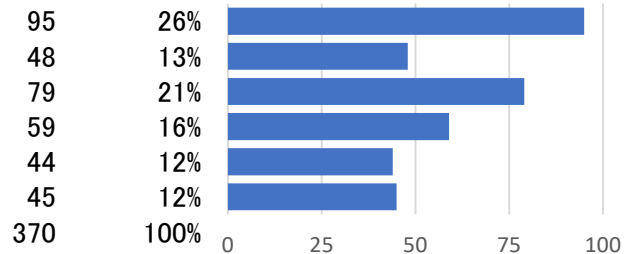
問14 運動習慣は身についたか(回答者のみ)

- ①以前から運動している
- ②運動習慣が身についた
- ③運動習慣がだいたいついた
- ④つかなかった
- ⑤その他



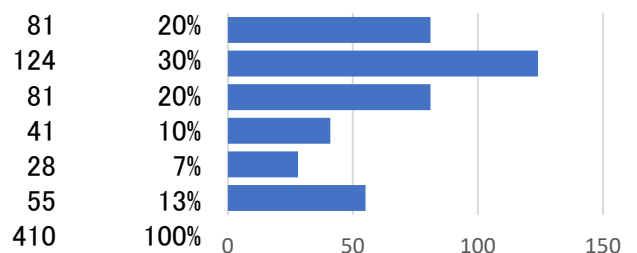
問15 運動の継続期間(回答者のみ)

- ①6か月未満
- ②6か月以上~1年未満
- ③1年以上~3年未満
- ④3年以上~5年未満
- ⑤5年以上~10年未満
- ⑥10年以上



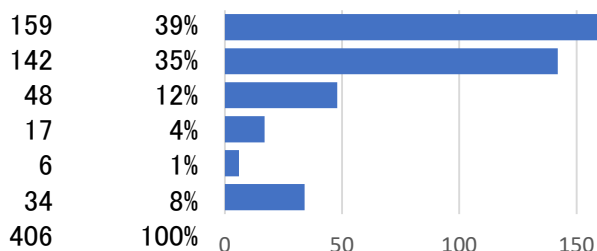
問16-1 運動日数(参加前、年間)

- ①週に3日以上(年151日以上)
- ②週に1~2日(年51日~151日)
- ③月に1~3日(年12日~50日)
- ④3か月に1~2日(年4日~11日)
- ⑤年に0~3日
- ⑥わからない



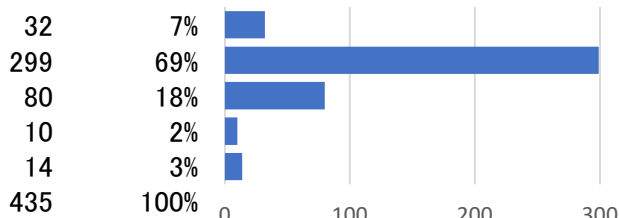
問16-2 運動日数(参加後、年間)

- ①週に3日以上(年151日以上)
- ②週に1~2日(年51日~151日)
- ③月に1~3日(年12日~50日)
- ④3か月に1~2日(年4日~11日)
- ⑤年に0~3日
- ⑥わからない



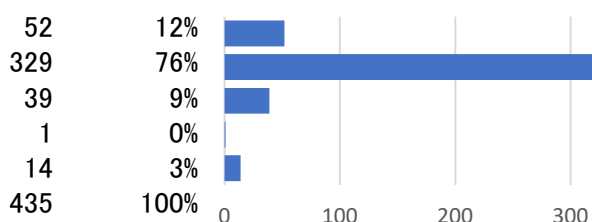
問17-1 健康状態(参加前)

- ①とても健康
- ②おおむね健康
- ③あまり健康でない
- ④健康でない
- N/A



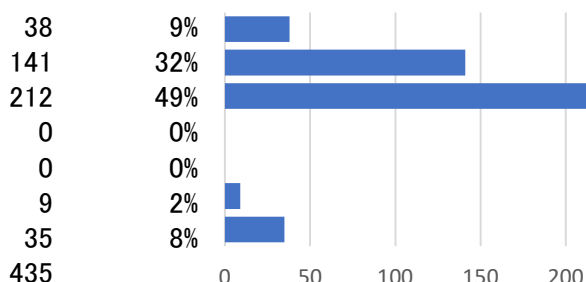
問17-2 健康状態(参加後)

- ①とても健康
- ②おおむね健康
- ③あまり健康でない
- ④健康でない
- N/A



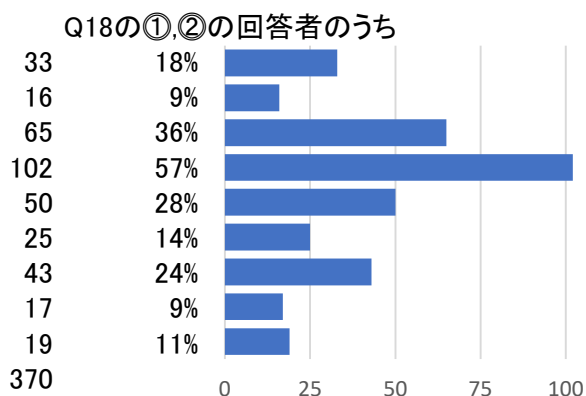
問18 体調や健康状態の状況

- ①改善した
- ②やや改善した
- ③変わらない
- ④やや悪化した
- ⑤悪化した
- ⑥わからない
- N/A



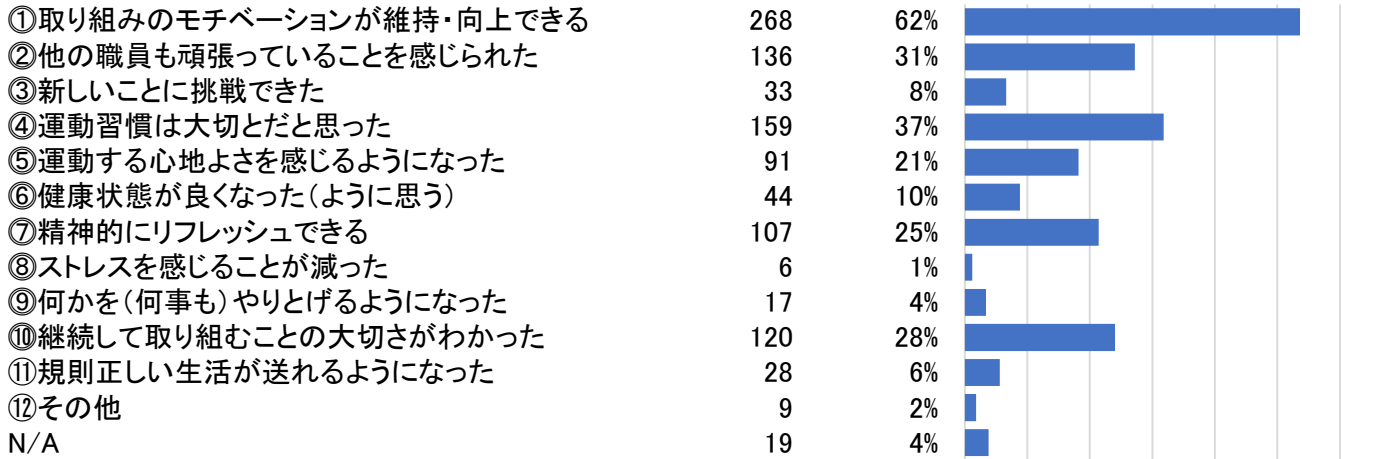
問19 具体的改善内容(Multiple Answer, Max 3 item)

- ①血液検査値の改善(肝機能、脂質、尿酸値、血糖値)
- ②血圧値の改善
- ③腰痛など筋骨格系の身体機能が改善した
- ④筋力がついた
- ⑤適正な体重に近づいた
- ⑥体脂肪率が改善した
- ⑦睡眠の質が改善した
- ⑧食欲が増進した
- ⑨その他



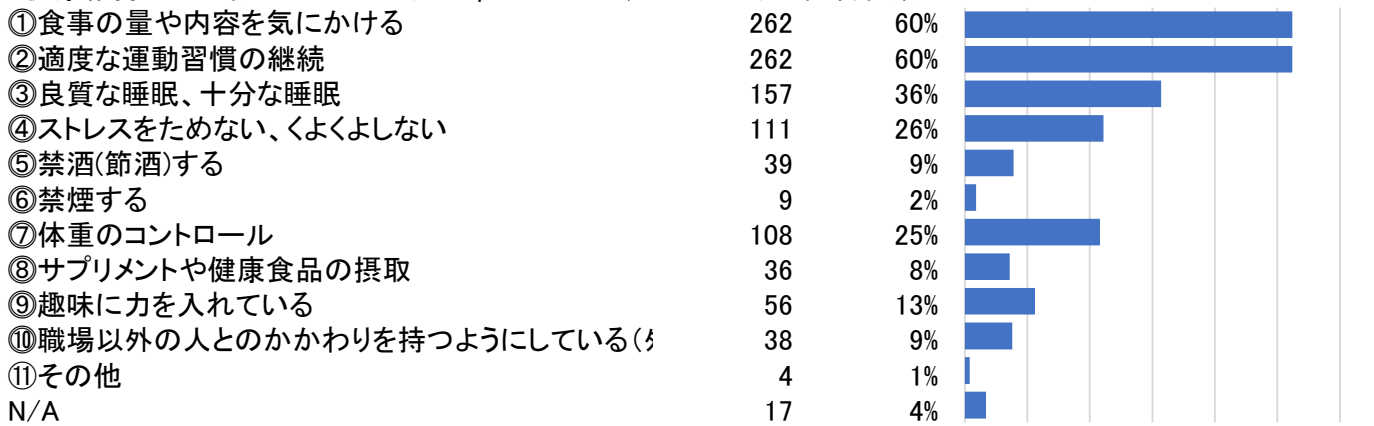
問21 参加することでどのような効果があったか (Multiple Answer, Max 3item)

回答総数比

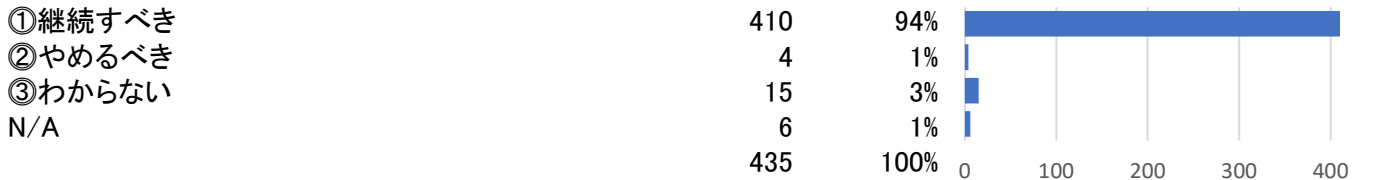


問22 健康維持のために行っていること (Multiple Answer, Max 3item)

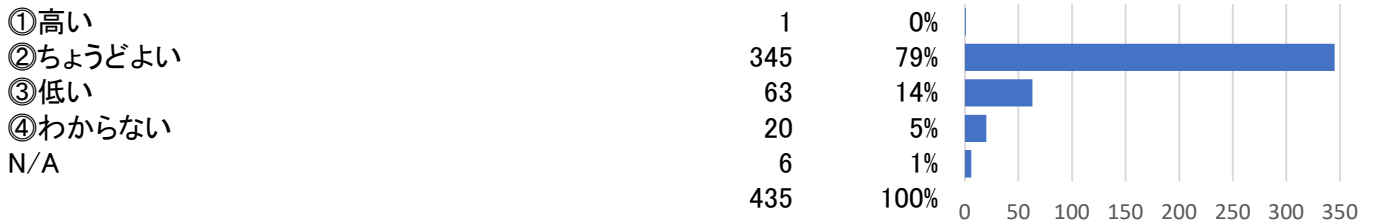
回答総数比



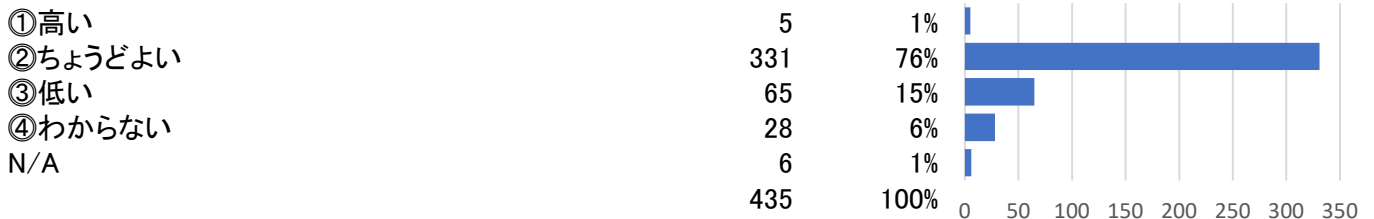
問23 健康キャンペーンについて



問24 達成賞(図書券1000円)について

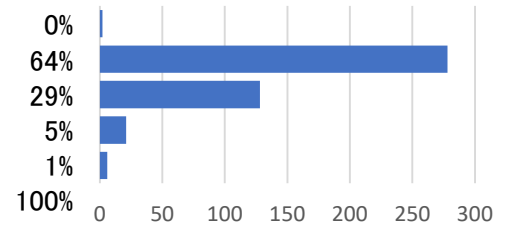


問25 70%達成賞(図書券500円)について



問26 3年連続達成賞(図書券1000円)について

①高い	2
②ちょうどよい	278
③低い	128
④わからない	21
N/A	6
	435



問27 職場賞(60%の組合員が達成でクオカード3000~7000円)について

①高い	16
②ちょうどよい	293
③低い	62
④わからない	57
N/A	7
	435

