

東くるめわくわく元気plus+申請者 集計結果 (令和2年度)

2020/4分～2021/3分

※集計は複数回申請者も別カウントしている

◎申請者数

	人数
合計	292

◎申請回数

初回	68
2回目	56
それ以降	168

◎申請者平均年齢 (累計)

平均	56歳
最高	86歳
最若	19歳

◎申請場所

申請場所	人数
健康課	139
産業政策課	153

◎申請方法

申請方法	人数
本人	256
代理	34
郵送	2

◎年齢分布率

	合計	割合
18～19歳	1	0.3%
20～29歳	10	3.4%
30～39歳	44	15.1%
40～49歳	51	17.5%
50～59歳	55	18.8%
60～69歳	59	20.2%
70～79歳	57	19.5%
80歳～	15	5.1%
合計	292	

◎BCG回収

	合計
30代	1

◎地区別内訳

地区	地名	合計	地区別合計
東部	上の原	6	93
	神宝町	14	
	金山町	5	
	氷川台	13	
	大門町	10	
	東本町	12	
	新川町	21	
	浅間町	12	
中部	学園町	4	117
	ひばりが丘団地	6	
	本町	29	
	小山	10	
	幸町	15	
	中央町	25	
	南沢	19	
西部	前沢	8	66
	南町	1	
	滝山	24	
	下里	19	
	柳窪	5	
市外	野火止	6	16
	八幡町	7	
	弥生	5	
	合計	16	
合計		292	292

◎アンケート回答率

申請者数 292 回答者数 285 回答率 97.6%

◎目標1・2の選択肢

項目	選択肢	人数	割合
食事	①野菜料理から食べる	109	18.7%
	②毎日朝食を食べる	76	13.0%
	③主食・主菜・副菜を揃える	11	1.9%
	④	10	1.7%
運動	⑤10分多く歩く	44	7.5%
	⑥毎日 歩歩く	22	3.8%
	⑦毎朝ラジオ体操をする	24	4.1%
	⑧	25	4.3%
休養・こころの健康	⑨毎日気持ちよく眠る	20	3.4%
	⑩周囲の心の健康に気を配る	6	1.0%
	⑪自分のための時間をもつ	9	1.5%
	⑫	5	0.9%
コミュニケーション・社会参加	⑬家族以外の人と1日1回話す	20	3.4%
	⑭近所の人に会ったら、挨拶をする	7	1.2%
	⑮	0	0.0%
口腔ケア	⑯丁寧に歯を磨く	31	5.3%
	⑰デンタルフロスや歯間ブラシを使う	62	10.6%
	⑱よく噛んで食べる	18	3.1%
	⑲	1	0.2%
たばこ・酒	⑳適酒量を心がけ、休肝日を何日ももうけ	9	1.5%
	㉑禁煙する	1	0.2%
	㉒	1	0.2%
健康管理	㉓早寝早起きをする	17	2.9%
	㉔体重測定をする	30	5.1%
	㉕血圧測定をする	21	3.6%
	㉖	5	0.9%

◎質問1 (元気plus+を何から知ったか) (複数回答)

回答	人数	割合
①市広報紙・ホームページ	92	32.7%
②健康づくり推進員	40	14.2%
③家族、友人、サークル仲間	47	16.7%
④健康診査のお知らせ等	21	7.5%
⑤カード利用店のポスター等	55	19.6%
⑥その他	26	9.3%

◎質問2 (健康づくりの継続的経験)

回答	人数	割合
①実施したことがあり、現在も継続	215	76.2%
②実施したことはあるが、継続なし	61	21.6%
③今まで全くしたことがなかった	6	2.1%

◎質問3 (健康づくりを続けたいか)

回答	人数	割合
①今後も続けたい	260	92.2%
②意識はしたい	22	7.8%
③取り組みは難しい	0	0.0%

◎質問4 (生活習慣には変化があったか)

回答	人数	割合
①生活習慣が改善した	88	31.8%
②生活習慣改善を意識した	154	55.6%
③特に変化がなかった	35	12.6%