

第1回WEBアンケート調査結果

1 調査名	「環境に配慮した行動」、「健康づくり」に関するアンケート
2 調査期間	平成27年7月1日午前10時～10日午後5時
3 回答者数	748人

Q1: 「環境に配慮した行動」についてお聞きします。
 機器の買い替えをする際には、省エネラベルを考慮して家電を購入していますか。
 ※省エネラベル・・・家電製品の省エネ性能について、星の数で評価したもの。

(1つだけ)	(入力必須)		
必ず考慮している		148	19.8%
概ね考慮している		360	48.1%
たまに考慮している		160	21.4%
あまり考慮していない		60	8.0%
考慮していない		20	2.7%

Q2: エアコンを使用する際、冷房は28℃以上、暖房は20℃以下に設定していますか。

(1つだけ)	(入力必須)		
必ず設定している		135	18.0%
概ね設定している		322	43.0%
たまに設定している		124	16.6%
あまり設定していない		123	16.4%
設定していない		44	5.9%

Q3: 使っていない家電のコンセントを抜いたり(エコタップの使用を含む)、不要な電灯は消すなど、節電を心掛けていますか。

(1つだけ)	(入力必須)		
必ず心掛けています		214	28.6%
概ね心掛けています		367	49.1%
たまに心掛けています		105	14.0%
あまり心掛けていない		54	7.2%
心掛けていない		8	1.1%

Q4: 雑がみ、ビン・カンなど資源物の分別を徹底していますか。

(1つだけ)	(入力必須)		
必ず分別している		573	76.6%
概ね分別している		160	21.4%
たまに分別している		10	1.3%
あまり分別していない		4	0.5%
分別していない		1	0.1%

Q5:	近場の用事は自家用車を極力使用せず、自転車や公共交通機関等を利用していますか。		
	(1つだけ)	(入力必須)	
	必ず利用している		212 28.3%
	概ね利用している		294 39.3%
	たまに利用している		122 16.3%
	あまり利用していない		91 12.2%
	利用していない		29 3.9%
Q6:	健康づくりについてお聞きします。 健康づくりに関する情報はどこから得ていますか。		
	(いくつでも)		
	市政だより		377 20.5%
	市ホームページ		92 5.0%
	市や公共機関が発行しているパンフレット等		113 6.1%
	SNS(ツイッターやフェイスブック等)		80 4.3%
	テレビ・ラジオ・新聞		397 21.6%
	インターネット		374 20.3%
	健康に関する書籍や雑誌		201 10.9%
	友人、知人からの口コミ		208 11.3%
Q7:	日常、1回30分以上の運動をしていますか。		
	(1つだけ)	(入力必須)	
	週2回以上		291 38.9%
	週1回		118 15.8%
	月2、3回程度		57 7.6%
	月1回程度		40 5.3%
	ほとんどしない(月1回未満) → Q10へ		242 32.4%
Q8:	運動をしている理由は何ですか。		
	(いくつでも)		
	健康のため		398 58.9%
	体を動かすことが好きだから		150 22.2%
	習慣だから		73 10.8%
	その他() ※P4参照		55 8.1%
Q9:	どのような運動をしていますか。 回答後、Q12へ進んでください。		
	(いくつでも)		
	ウォーキング、ジョギング		334 40.8%
	水泳、水中ウォーキング		48 5.9%
	ストレッチ・軽体操・ラジオ体操		119 14.5%
	ヨガ・太極拳		43 5.3%
	サイクリング		78 9.5%
	筋力トレーニング		89 10.9%
	その他() ※P4参照		108 13.2%
Q10:	Q7で「ほとんどしない」と回答した方にお聞きします。健康づくりに興味はありますか。		
	(1つだけ)		
	ある → Q12へ		232 87.2%
	ない		34 12.8%

Q11:	Q10で「ない」と回答した方にお聞きします。その理由は何ですか。		
	(1つだけ)		
	健康だと思っている	13	29.5%
	忙しく健康面まで考える余裕がない	16	36.4%
	考えるのが面倒	6	13.6%
	興味がない	5	11.4%
	その他() ※P4参照	4	9.1%
Q12:	本市では、健康づくりに関するメールマガジンの配信を7月1日から開始しましたが、今後、この配信を希望しますか。希望者には後日登録用メールを送信します。		
	(1つだけ)		
	希望する → Q14へ	517	69.1%
	希望しない	231	30.9%
Q13:	Q12で「希望しない」と回答した方へお聞きします。希望しない理由は何ですか。		
	(いくつでも)		
	登録手続きが面倒	93	41.9%
	健康づくりに興味がない	27	12.2%
	メールアドレスを持っていない	1	0.5%
	その他() ※P5参照	101	45.5%
Q14:	健康づくりに関して、どのような情報を希望しますか。		
	(いくつでも)		
	健康づくりに関する教室等のイベント情報	437	36.8%
	健康づくりのアドバイス	455	38.3%
	市民等の健康づくりに関する取組の紹介	251	21.1%
	その他() ※P5参照	44	3.7%

Q8・9・11・13・14 選択肢 その他の記載内容(一部抜粋)

Q8 運動をしている理由は何ですか。

スクワット運動を兼ねて、ゴミ拾いをしています。
家事、炊事、育児で、自然と運動している
ストレスの解消と体力維持のため。
介護予防のため必要に迫られて
サークル活動(学校開放)
アンチエイジング
子供の付き添い
ダイエット
仕事

Q9 どのような運動をしていますか。

スポーツクラブのスタジオトレーニング

エアロビ
グラウンドゴルフ
社交ダンス
ゴルフ
山登り
サッカー
セーリング
空手
卓球
剣道

Q11 Q10で「健康づくりに興味がない」と回答した方にお聞きします。その理由は何ですか。

家事、介護や仕事で忙しい。時間があれば睡眠に回したいので、家事や仕事の中で、階段を使ったり、ストレッチしながら家事をこなしている。運動のために時間をとらなくても工夫すれば良いと思う。
体調が悪くリハビリ指導を受けているので。
なかなか運動する時間を作れない

Q13 Q12で「メールマガジンの配信を希望しない」と回答した方へお聞きします。希望しない理由は何で

どのような有益な情報があるか分からないため。メルマガはホームページの情報より情報量が少ないため必要ではない。むしろホームページを充実した方がよい。
登録しているメルマガがたくさんあり読み切れないので、千葉市のFacebookページ等で配信して頂きたいと思います。
子供がまだ小さく教室やイベントの参加は難しい。自宅で限られた時間でできる健康維持方法を自分で実行できるから。
他企業などメールマガジンが多くあふれているので、あまり増やしたくない。HPで見る形の方がよい。
興味はあるが、仕事の関係で食事時間は不規則、睡眠時間は少ないなどで実践が困難。
自治体が配信する情報は、表面的な情報ばかりで有益な情報が少ないと考えている。
他のと大差ない。行政がやるものは、間違いはないと思うが、わかりにくい。
必要なときに情報がほしい。こちらの意図しないときに来るのはうっとおしい
たくさんメールが来ると困る。また、お金がないので無料以外興味がない。
今は子育てに時間をとられてしまって、そのような時間がないので。
情報はすでにあふれるほどあるから、あえて知りたいと思わない。
こちらから、アクセスできる利用法が良い。
興味のある内容が得られなそう。
既に十分な情報を得ていると思う
市役所の情報は期待できない。

Q14 健康づくりに関して、どのような情報を希望しますか。

自分の体調にあった健康づくりの情報を検索できたら便利なのですが。たくさん情報がありますが、自分に向けたものがなかなか見つからないので。
天候が不順でもウォーキングや自転車、太極拳等が出来る公共施設の開放情報。例えば高架線の下、市の施設、陸上競技場等。
市のスポーツ施設の個人での利用方法や、実際の利用者の年齢・性別等の情報。(雰囲気がかめたほうが利用しやすいので)
健康長寿のための食事や運動の仕方や生き方などについての情報。認知症予防のための食事や運動や生き方についての情報。
自分のバイタルデータを元に、お医者様から自分にあった健康アドバイスを頂けるような仕組みができるとういのは？
健康づくりに役立つ施設の紹介(市営、県営、民間問わず市内にある施設)
他の市でやっている、歩数計による商店街のチケットなどの導入してほしいと思う。
腰痛者に向く運動について、色々書物から情報は得ているもののイマイチにて・・・
食に関する健康情報が知りたいです。季節に合ったこと、体調に合ったことなど
子供の健康に役立つ情報などもほしい。はやっている病気に対する対策など
健康づくりの効果で、医療費の削減など、財政面での効果の実績が知りたい
食品などに含まれる化学調味料などの情報も配信頂きたい。
マラソンなどのイベント開催情報・年代別の取り組み
既に持病を抱えている人向けの情報。