

平成15年度

インターネットを活用した  
中高齢者向け健康づくり情報提供の実態調査

報 告 書

平成16年3月

財団法人 健康・体力づくり事業財団

## はじめに

高齢化が進むなか、中高齢者にとって健康は最大の関心事です。そして、余り世話をかけないで生きがいをもって暮らせる期間いわゆる「健康寿命」の延伸は最高の幸せであります。

そこで考えなければならないことは、健康問題は、個人個人の問題であり、極めて個人特性があるということです。かつ、地域の地形、気象も特徴を加味する必要があります。

次に、情報提供の手段としては、近年急速に発展、普及してきたインターネットの利用が有力な方法です。平成15年の通信利用動向調査（総務省）によりますと、インターネット利用者数は、前年比788万人増の7,730万人に達しております。今後更に工夫改良が進み、テレビ並みの身近な扱い易い道具になると予想されております。

超高齢社会・21世紀を迎えて、地域住民の皆様に適確な健康情報を提供することは、市区町村、都道府県をはじめとして、その援助、代行を引き受けるわが健康・体力づくり事業財団などの関係機関の最大の責務となると確信いたします。

以上のような背景のもとに、住民を対象として日常の健康管理意識、求めている健康情報、そして、保健機関を対象として提供している情報について、インターネット利用につながる観点から調査致しました。

この調査結果を検討委員会において分析し、今後のインターネット利用における情報提供のあり方についての指針を本報告書にまとめました。

本報告書が、都道府県・市区町村等において、健康づくり事業の推進に、インターネットの活用を考慮される際の参考になれば幸いです。

最後に、本調査にご協力いただきました方々、市区町村の関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成16年3月

財団法人 健康・体力づくり事業財団

理事長 加藤 陸美

# 目 次

<b>調査の概要</b> .....	1
<b>調査結果の総括</b> .....	7
<b>住民アンケートの調査結果</b> .....	15
- 1 調査対象者の特性 .....	17
- 2 意識調査結果 .....	19
第1章 健康のために取り組んでいることや 今後取り組みたいと思っていること .....	19
第2章 環境や制度において気になること .....	21
第3章 健康管理で将来不安に思うこと .....	22
第4章 インターネットの閲覧方法と閲覧するサイトの分類 .....	23
第5章 インターネットを閲覧する時に感じること .....	24
第6章 情報源と情報収集内容 .....	25
第7章 情報源と利用イメージ .....	26
第8章 情報を閲覧する際の重視項目 .....	27
第9章 健康や体力づくりにかける費用 .....	28
第10章 インターネット調査の健康管理や疾病の予防に関する自由記述 .....	29
第11章 インターネットの有料サービスについての自由記述 .....	30
第12章 「健康日本21」の周知度 .....	31
<b>保健機関の調査結果</b> .....	33
<b>考 察</b> .....	39
<b>調査票</b> .....	43
<b>調査結果の数表</b> .....	55

# 調査の概要

## 1 . 調査の目的

高齢化が進む社会において、健康で豊かな生活をめざし、高齢者の積極的社会参加を促進し、健康年齢の増加に資するため、健康づくりに関するインターネットなどを活用した情報提供のありかたを確立するために実態調査を行う。

## 2 . 調査方法

調査は住民と保健機関に対して実施した。

住民に対する調査方法は、インターネットを利用している全国の住民と、調査用紙による調査を実施した。

保健機関に対する調査方法は、地域住民の最も身近なところで健康づくり推進活動を実施している47都道府県の市（区）町村保健センターから無作為抽出して電話によるアンケートを実施した。

## 3 . 住民アンケート実施に関して

### （1）調査課題と項目

- |               |   |
|---------------|---|
| <b>調査課題 1</b> | 日常の健康管理意識と潜在的な情報ニーズ<br>日常における健康管理の取り組み姿勢（現在、将来）<br>外的環境に対する不安<br>具体的な病名・症状での不安<br>現状の健康管理に対する自己評価<br>今後の注力意向  |
| <b>調査課題 2</b> | ネットでの情報収集実態とネット情報の未充足点<br>ネットでの健康管理情報の接触頻度<br>健康管理情報の閲覧方法<br>健康管理情報のお気に入りサイト<br>健康管理情報閲覧サイト種別評価<br>ネットでの健康管理に関する閲覧情報<br>ネットでの健康管理情報閲覧時の未充足<br>ネットでの健康管理情報サービスの受容性 |
| <b>調査課題 3</b> | 他メディアの情報収集実態とメディア別媒体評価<br>メディア別の健康管理情報の閲覧実態<br>メディア別の健康管理情報のイメージ・期待   |
| <b>調査課題 4</b> | 閲覧重視点<br>健康管理情報閲覧時の重視点  |

( 2 ) 調査地域と対象

日本国内に居住する満40歳以上の男性・女性

( 3 ) 調査方法

インターネットのホームページを利用した調査法

調査用紙を用いた記入回答調査法

( 4 ) 調査対象者及び回答者数

40歳以上で インターネットの利用会員から抽出した者と、 地域住民（都内のH市、高齢者を対象にした健康教室）

調査対象標本数は、6,613名（ インターネット5,000名+ 地域住民1,613名）で、有効回答数は4,152名（ インターネット3,149名+ 地域住民1,003名）

総数の調査分類状況

	インターネット調査		用紙調査		合 計	
総数	3,149	100%	1,003	100%	4,152	100%
男	2,141	68.0%	380	37.9%	2,521	60.7%
女	1,008	32.0%	623	62.1%	1,631	39.3%

インターネット調査地域別分類

総 数	3,149
北海道・東北	211
関 東	1,380
中 部	485
近 畿	710
中国・四国	209
九州・沖縄	154

( 5 ) 調査実施期間

平成15年7月～平成16年1月

( 6 ) 調査機関

NECネクサソリューションズ株式会社

( 7 ) 集計・分析方法

コンピュータを利用したクロス集計

## 4．保健機関アンケート実施に関して

### (1) 調査内容

健康づくりに関する情報提供にインターネット活用の有無  
保健事業の情報提供にインターネット活用の有無

### (2) 調査対象数

市 / 特別区	209
町 / 村	204
合 計	413

### (3) 調査方法

電話による聞き取り調査

### (4) 調査期間

平成16年1月10日～2月10日

### (5) 調査員

当財団 調査情報部

### (6) 集計方法

手集計

## 5．調査結果の解析

当財団内に「インターネットを活用した中高齢者向け健康づくり情報提供の実態調査」検討委員会を設け、集計分析などを行った。メンバーは、以下のとおり。

委員長	谷 口 邦 和	財団法人 ニューメディア開発協会
委員	阿 見 幸 久	医療統計センター株式会社
委員	遠 藤 知 充	NECネクサソリューションズ株式会社
委員	須 藤 利 恵 子	財団法人 健康・体力づくり事業財団

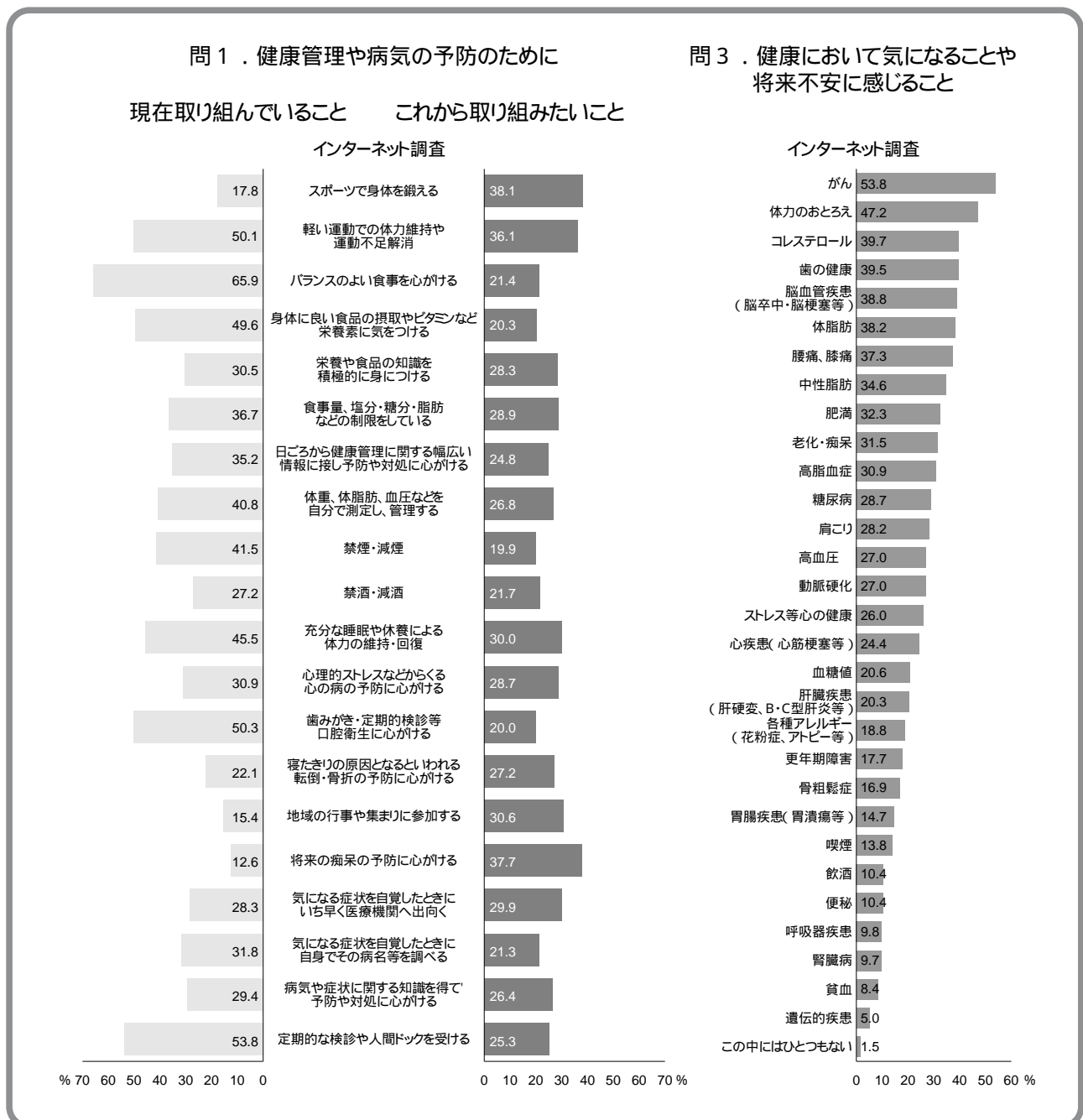
# 調査結果の総括

## 調査課題 1：日常の健康管理意識と潜在的な情報ニーズ

### 「体力づくり」に対する関心が高い

健康管理や病気の予防のために取り組んでいること、又は取り組みたいこととして、インターネットでの調査では、多くの人々がスポーツや軽い運動による体力づくりを挙げた。また、健康管理で将来不安に感じているものとして、インターネットでの調査では「体力のおとろえ」が第2位となっており、体力づくりに対する関心の高さが伺える。

この他、「がん」「脳・心疾患系」を始めとする生活習慣病への不安も高い。

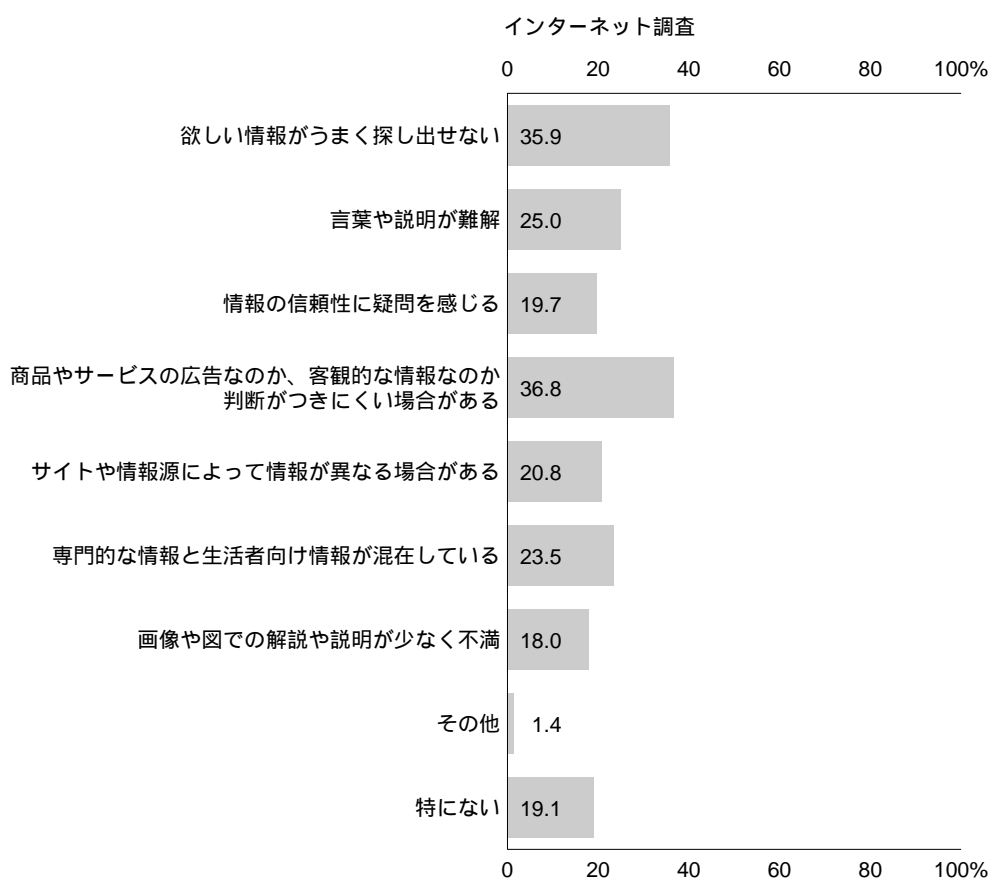


## 調査課題 2：ネットでの情報収集実態とネット情報の未充足点

### 気になる都度検索を行うが、欲しい情報がうまく探せない

インターネットで健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する人の多くは、気になることがある都度、病名などで検索し情報を探している。一方で、実際には「欲しい情報がうまく探せない」「広告か、情報が判断がつきにくい」という不満もあり、インターネットにおける情報の探し方やあり方にネット情報の未充足点が見出された。

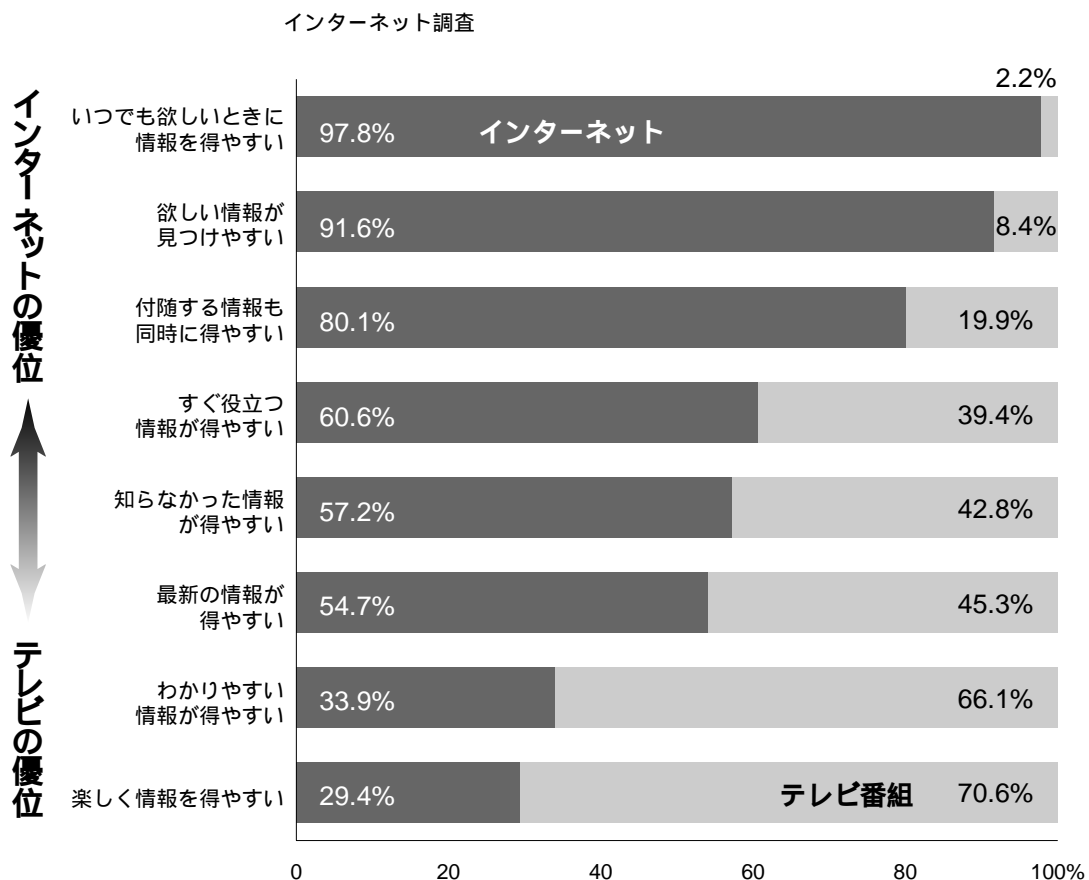
問12．健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する時に感じること



## インターネット情報は、手軽に情報を得やすい反面、「楽しさ」「わかりやすさ」に欠けている

健康管理や病気の予防に関する情報の多くは、テレビを中心としたメディアから情報が得られている。これらのメディアとインターネットを比較すると、インターネット情報は「いつでも欲しい時に情報を得やすい」「欲しい情報を見つけやすい」というイメージがある反面、「わかりやすい」「楽しい」情報は、テレビ番組の方を重視する結果が得られた。

問16. 健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する際、各情報源についてどのようなイメージをお持ちですか？（複数回答可）



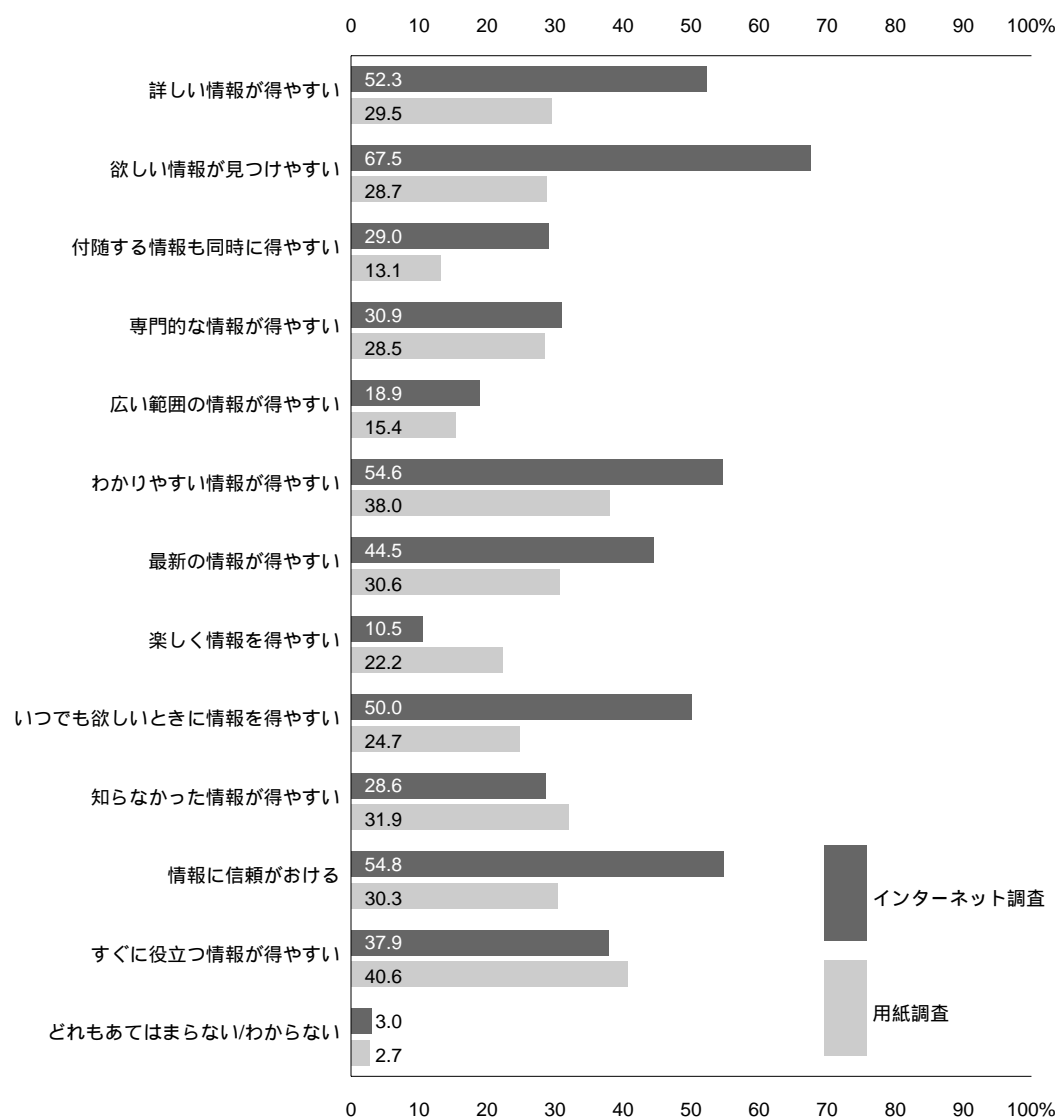
調査結果の数表「13. 情報源へのイメージ」から、テレビ番組とインターネットの回答数のみを抜粋して作成

## 調査課題4：閲覧重視点

### メディアごとに情報収集の重視点が異なる

情報閲覧にあたり、インターネット利用者を中心とするインターネット調査とテレビ等のメディア利用者を中心とする用紙調査で、重視するポイントが分かれた。インターネット調査では、「詳しい情報が得やすい」「欲しい情報を見つけやすい」「いつでも欲しいときに情報を得やすい」などインターネットの特性が重視されたのに対し、用紙調査では「すぐに役立つ情報が得やすい」「わかりやすい情報が得やすい」など、ある程度情報が整理されて理解しやすいことが重視された。

問17. 健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する際にどのようなことを重視しますか？

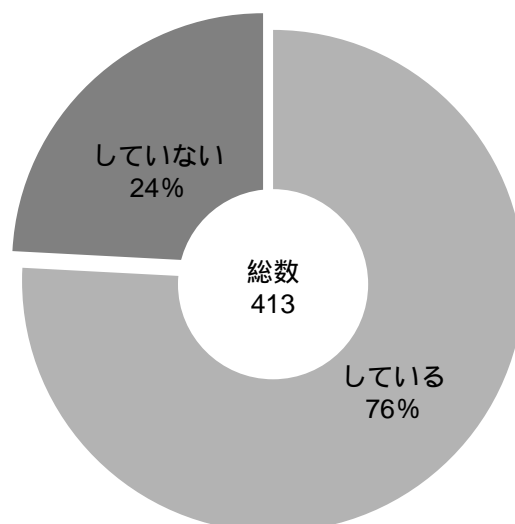
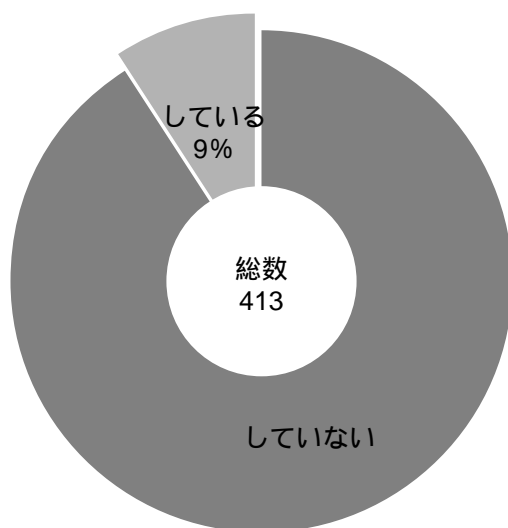


保健機関アンケート：

## インターネットを活用して、健康づくり情報を提供している保健機関の割合は、約1割とまだ低い

健康づくり情報の提供にインターネットを活用している保健機関は、9%である。保健事業の情報の提供にインターネットを活用している保健機関は76%である。

問．地域住民を対象に健康づくりに関する情報提供にインターネットを活用していますか？



問．保健事業の情報提供にインターネットを活用していますか？

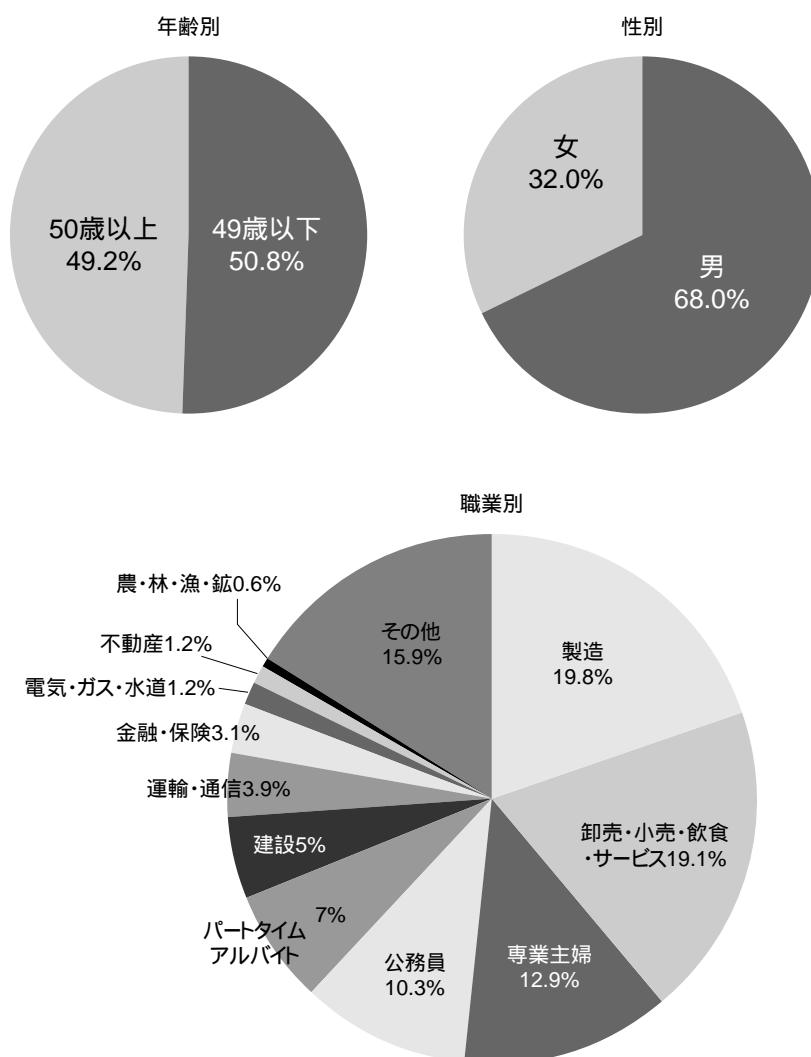
# 住民アンケートの調査結果

## - 1 住民調査対象の特性

調査の目的が、高齢者に向けたインターネットを利用した情報提供のありかたを調査することにあるため、まずはインターネットを利用している人に焦点をおき、プロバイダの会員にアンケートを実施した。

対象は、40歳以上の男女、約5,000人にメールで告知を行い、そこでホームページを利用したアンケートを実施した。回答は3,149名でその年齢別、性別、職業別特性は以下の通りである。

### - 1 - 1 住民調査対象の特性（インターネット調査）

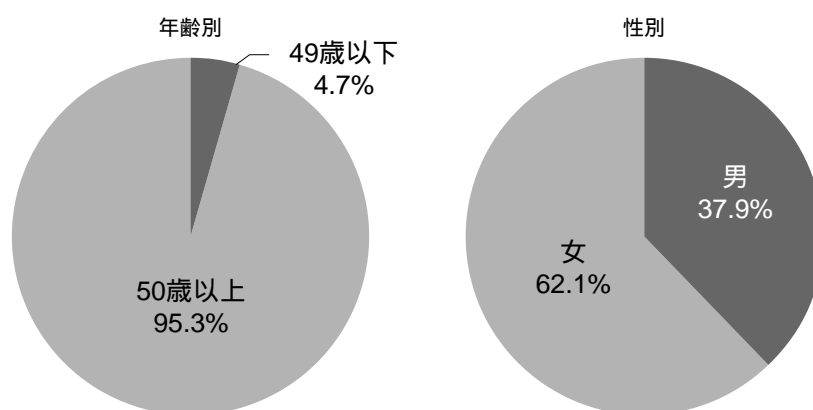


また、インターネット調査と比較検討するために、同様の内容で一部の地域や教室でアンケートを実施し、その結果の比較分析も実施することにした。

調査対象数は1,613名、回答者数1,003名となった。

その年齢別、性別特性は以下の通りである。

- 1 - 2 住民調査対象の特性（用紙調査）

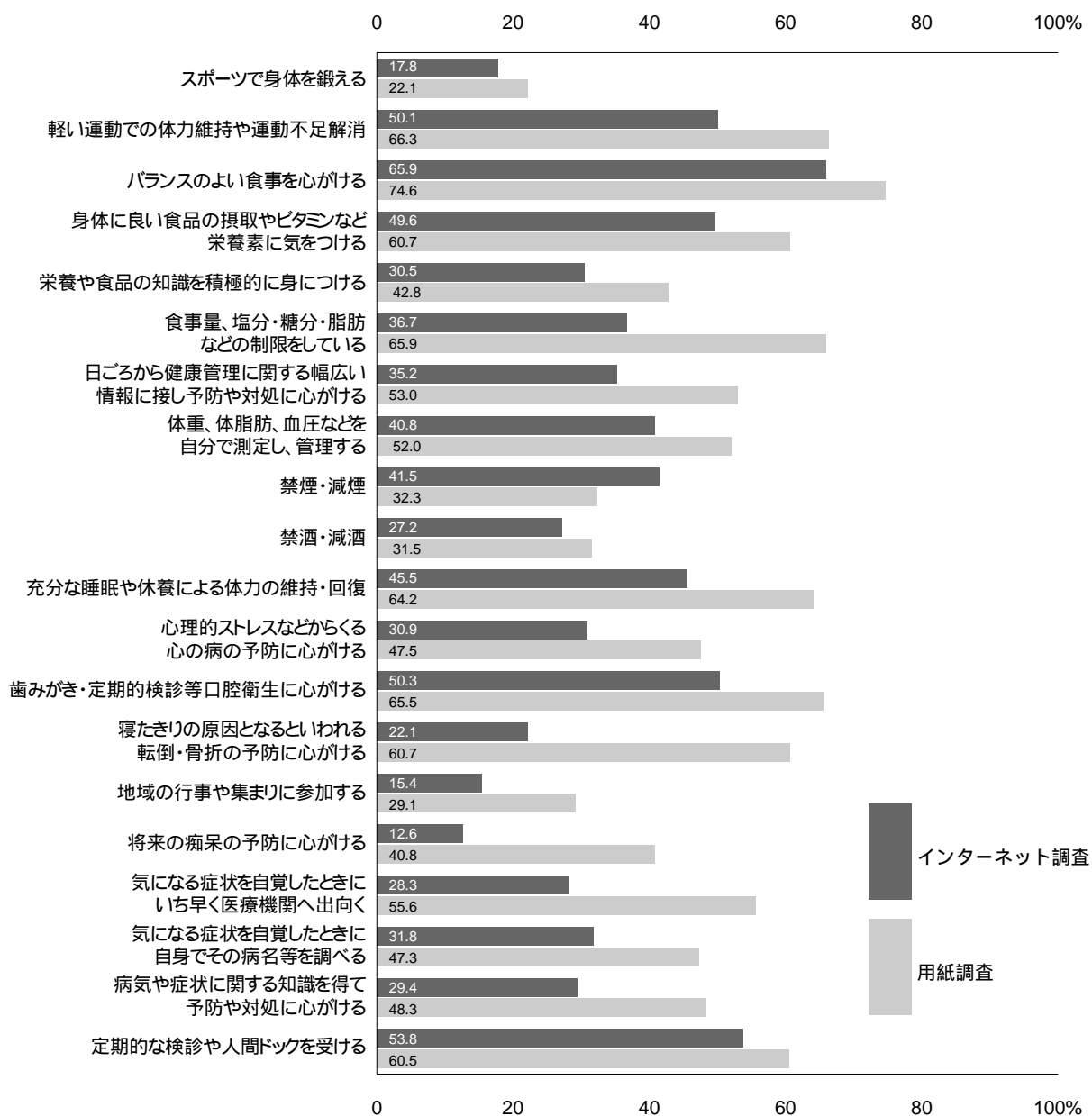


## - 2 意識調査結果

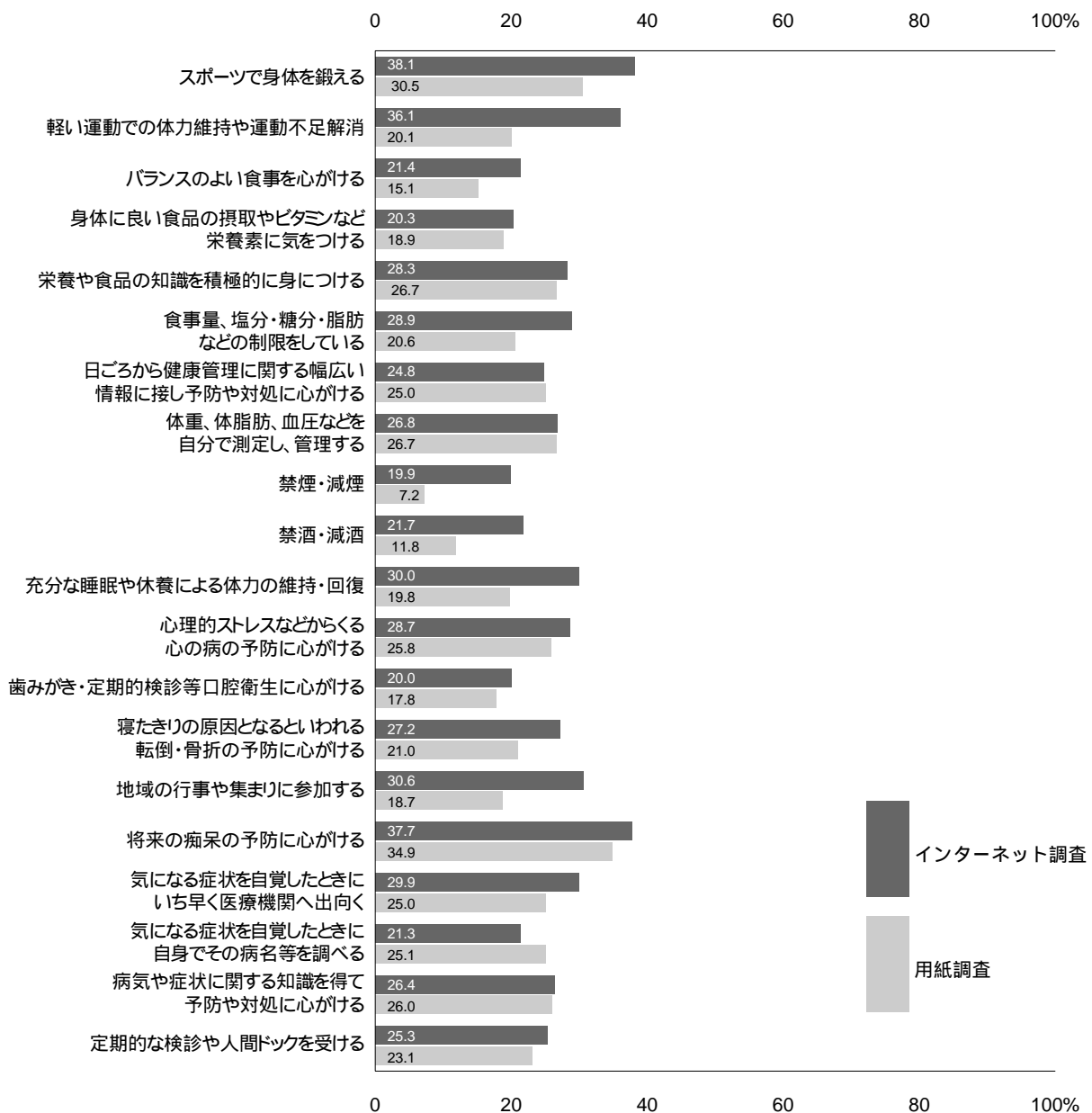
### 第1章 健康のために取り組んでいることや今後取り組みたいと思っていること

調査対象者は既に健康づくりについて、意識を持って取り組んでいる。

#### - 2 - 1 - 1 健康管理や病気の予防のために現在取り組んでいること



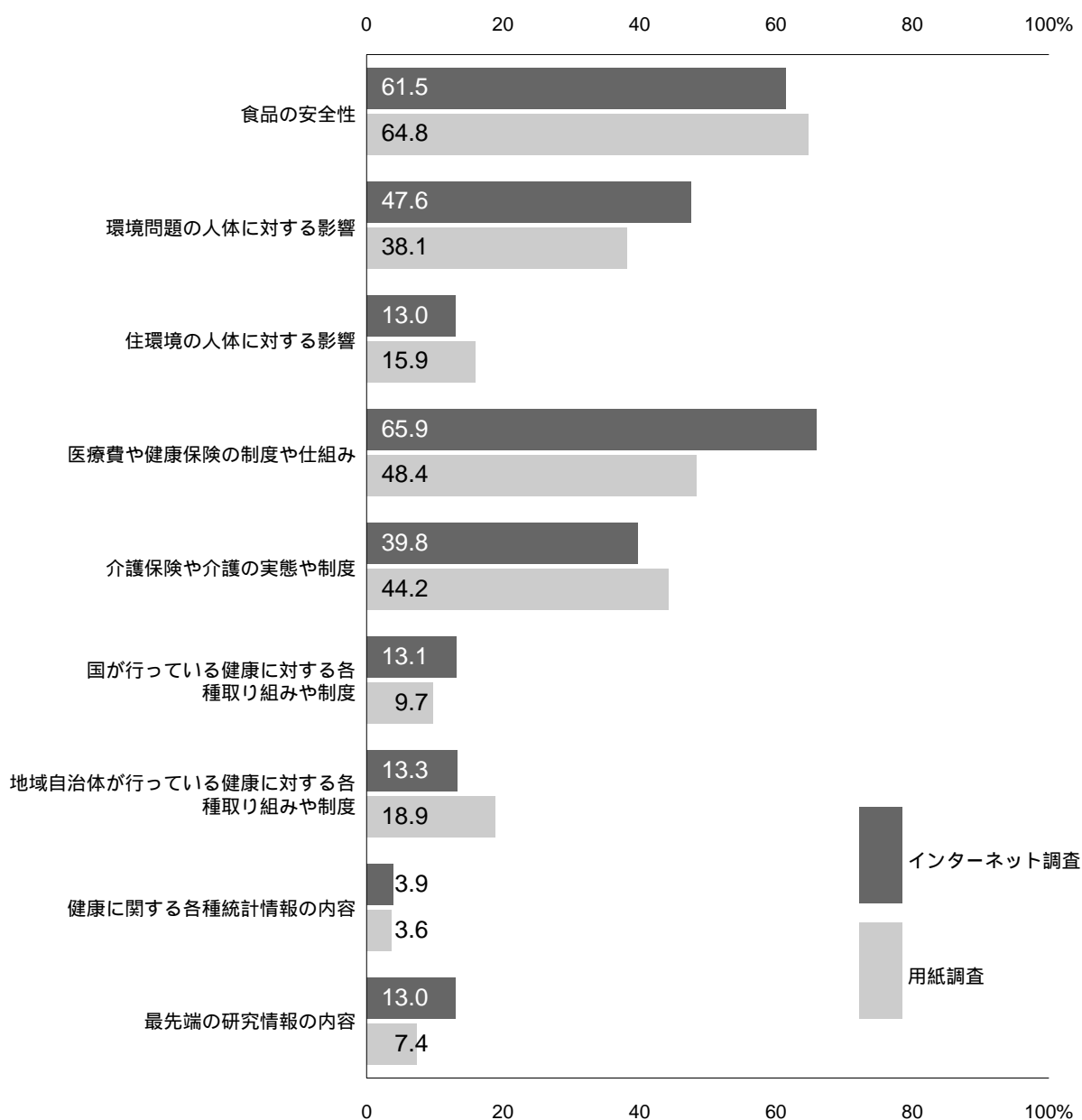
- 2 - 1 - 2 健康管理や病気の予防のために今後取り組みたいこと



## 第2章 環境や制度において気になること

インターネットや調査用紙による結果では、「食品の安全」「医療費や健康保険」「環境問題」「介護保険や介護」への関心がともに高い。

### - 2 - 2 環境や制度において気になること

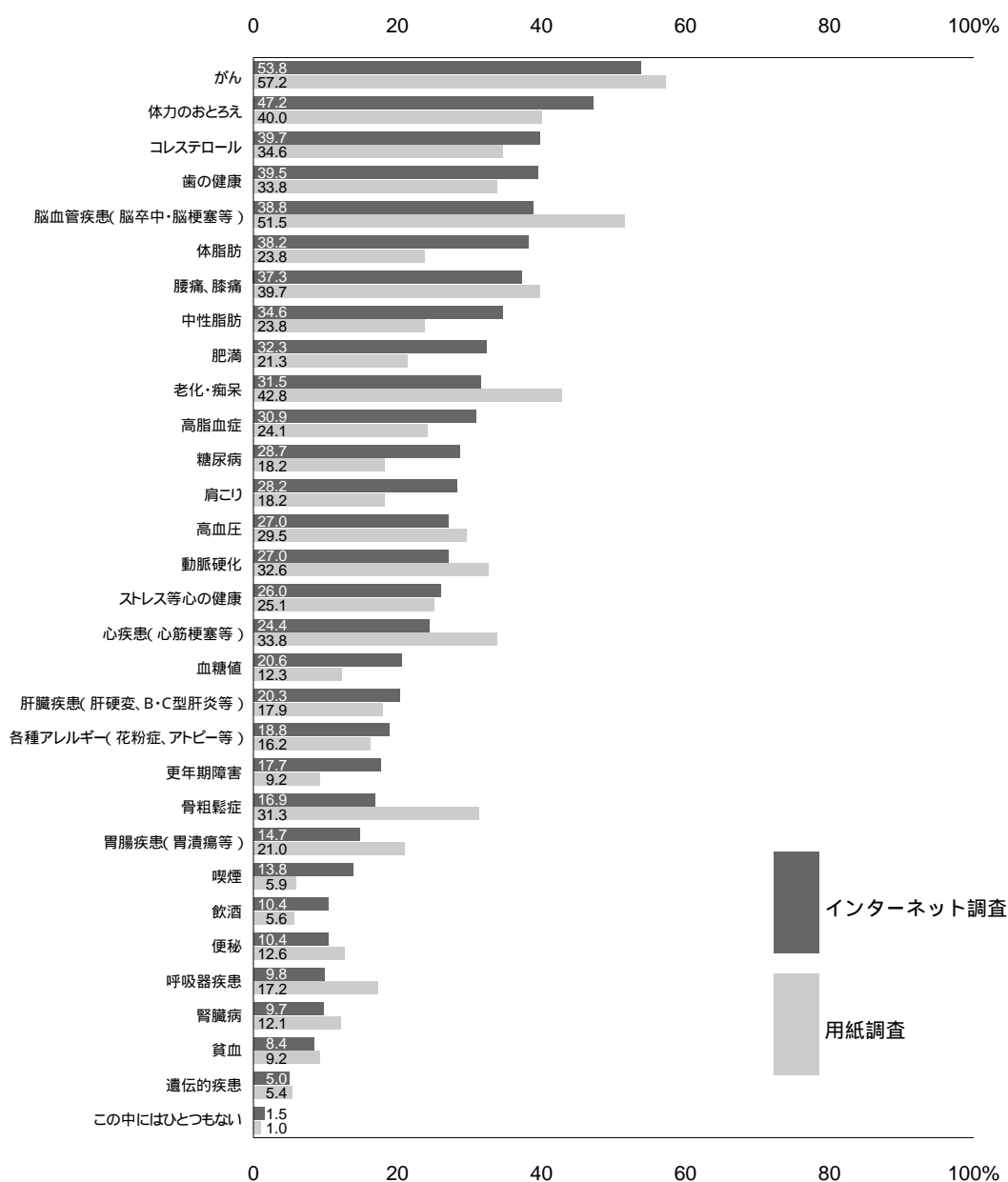


### 第3章 健康管理で将来不安に思うこと

ここで注目すべき点は、インターネットによる調査では「体力のおとろえ」が「がん」に続いて2位になったことである。

調査用紙による調査では、「がん」、「脳血管疾患」、「老化・痴呆」に続いて4位となっている。

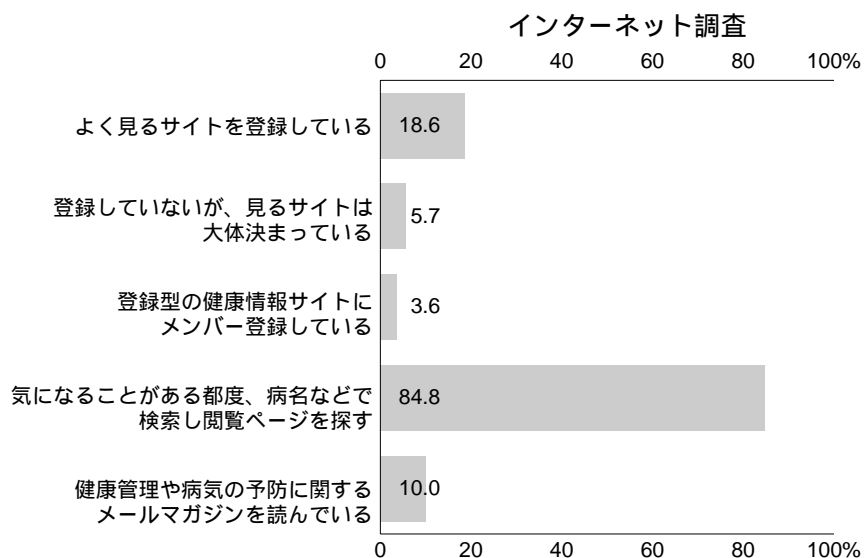
#### - 2 - 3 健康管理で将来不安に思うこと



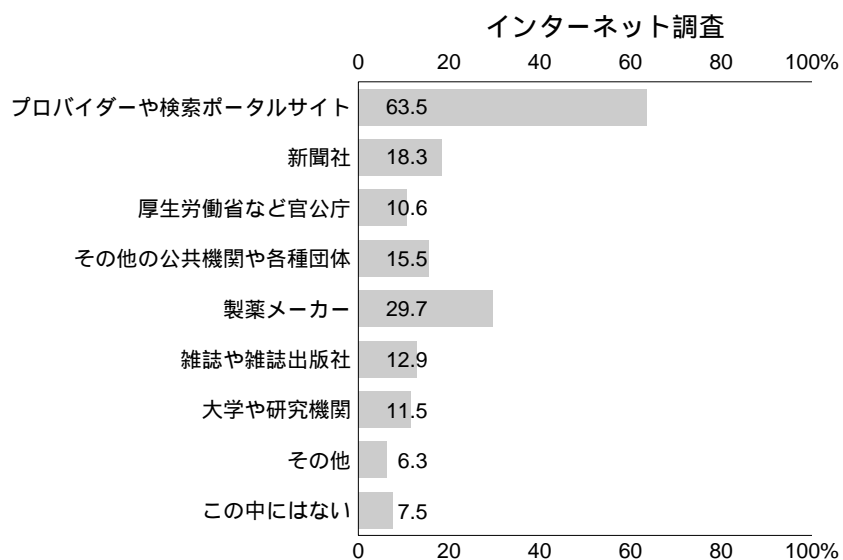
## 第4章 インターネットの閲覧方法と閲覧するサイトの分類

インターネット利用者は、特定のポータルサイトを決めており、気になることなどがある都度検索を行っている。

### - 2 - 4 - 1 閲覧方法



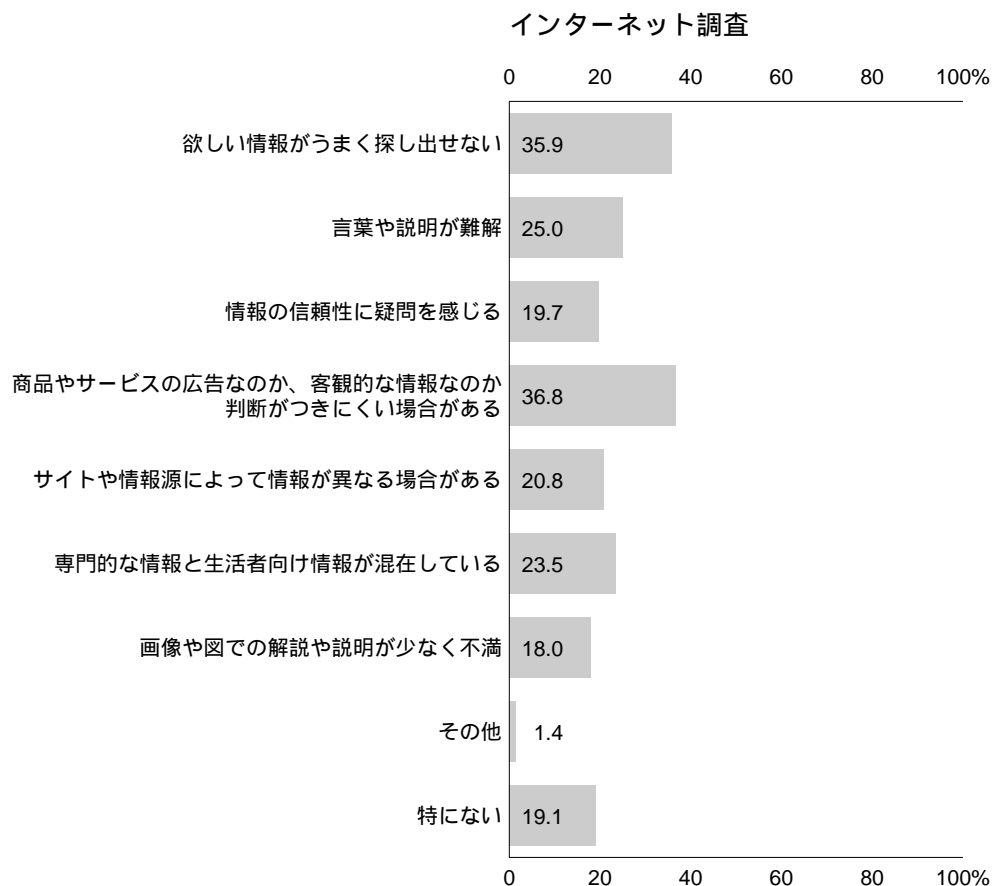
### - 2 - 4 - 2 閲覧するサイト



## 第5章 インターネットを閲覧する時に感じること

「欲しい情報が探せない」「広告か、情報が判断つきにくい」等が挙げられている。

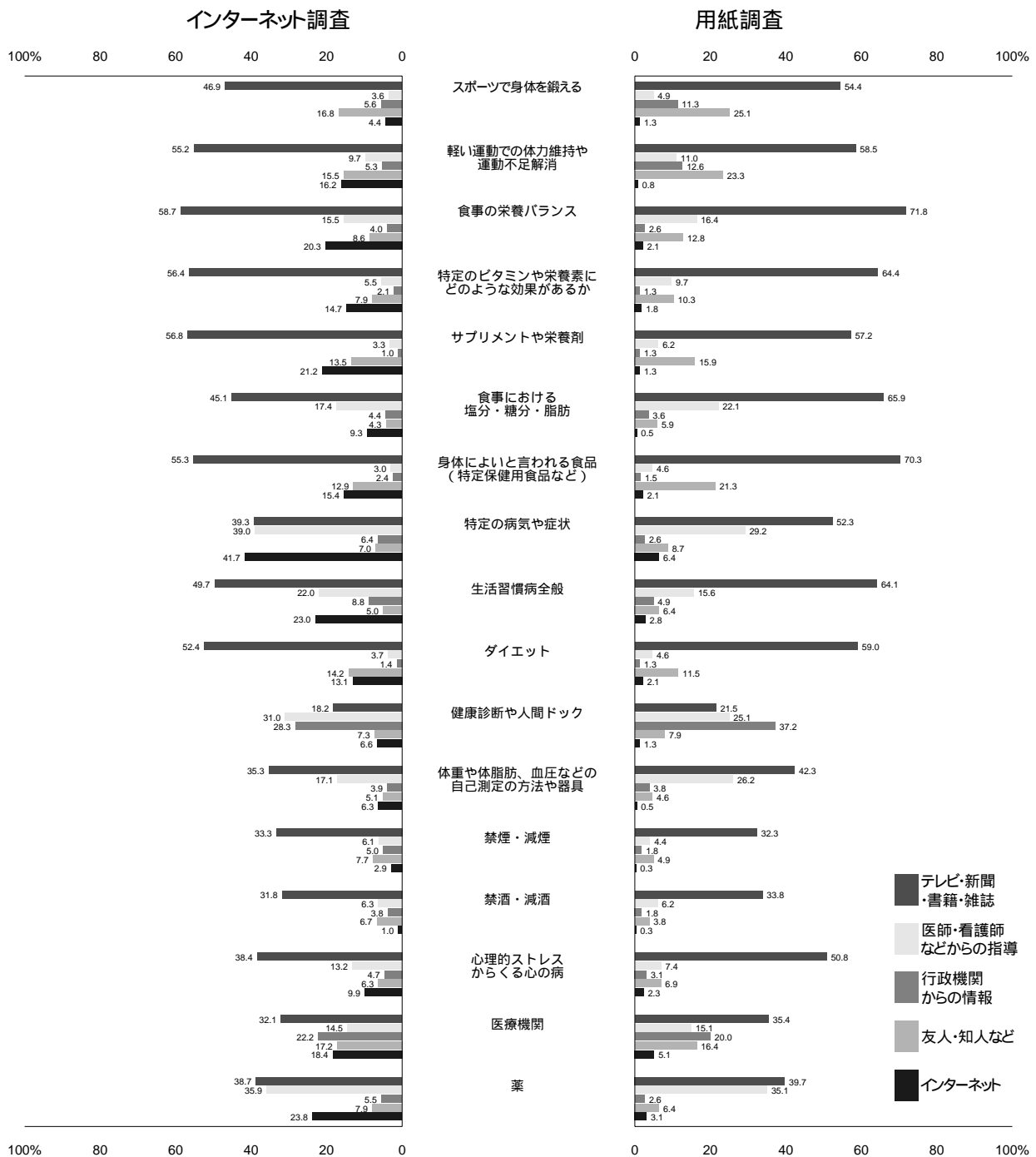
### - 2 - 5 健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する時に感じること



## 第6章 情報源と情報収集内容

両者とも健康に関するほとんどの項目の情報は、メディア（テレビ、新聞、書籍、雑誌）から得ている。また年齢別においても差は見られない。

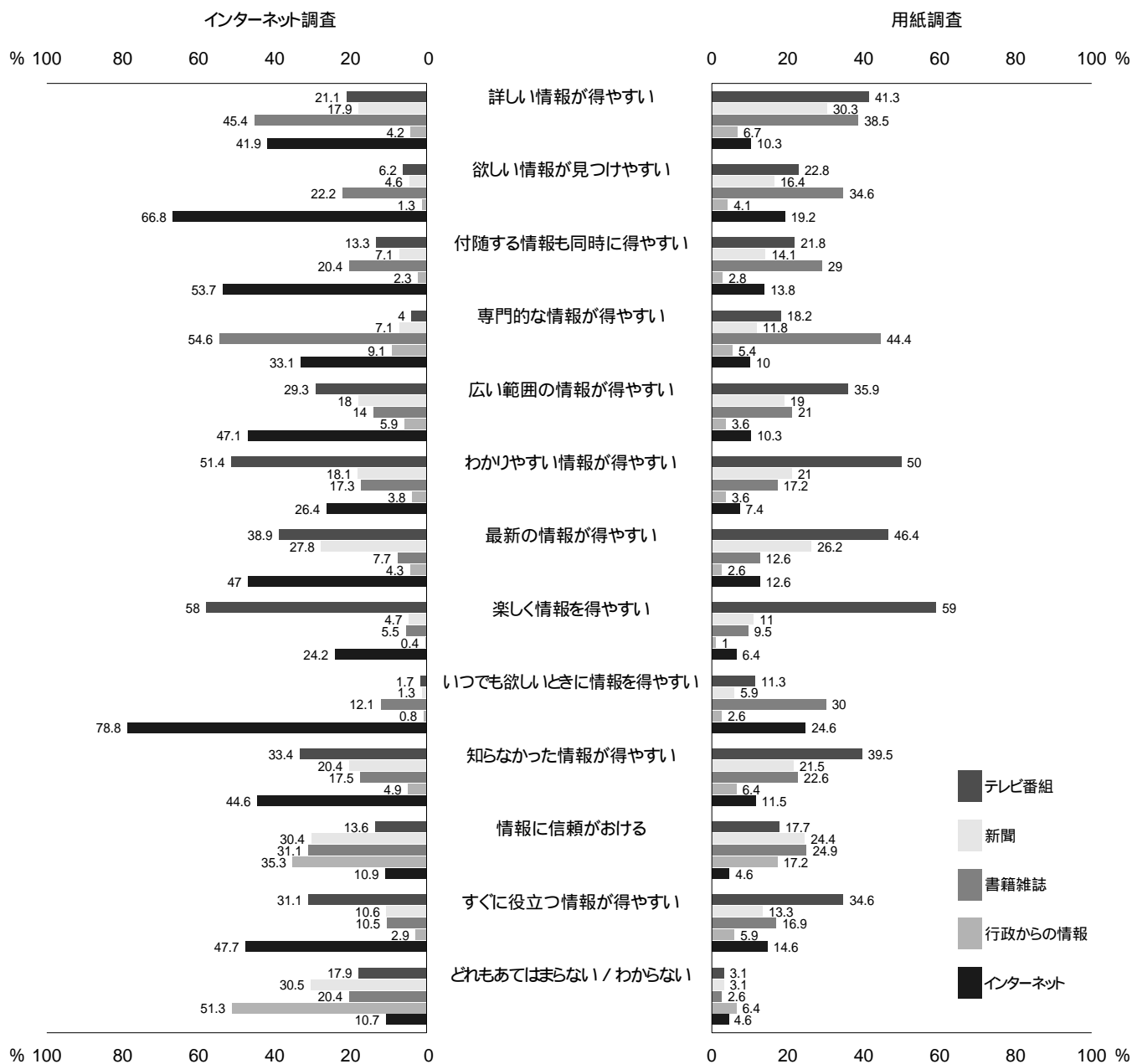
### - 2 - 6 情報源からの情報収集



## 第7章 情報源と利用イメージ

インターネット調査の対象者は、まず何でもインターネットからという傾向が見られるのに対し、用紙調査の対象者は、様々なメディアを活用している。

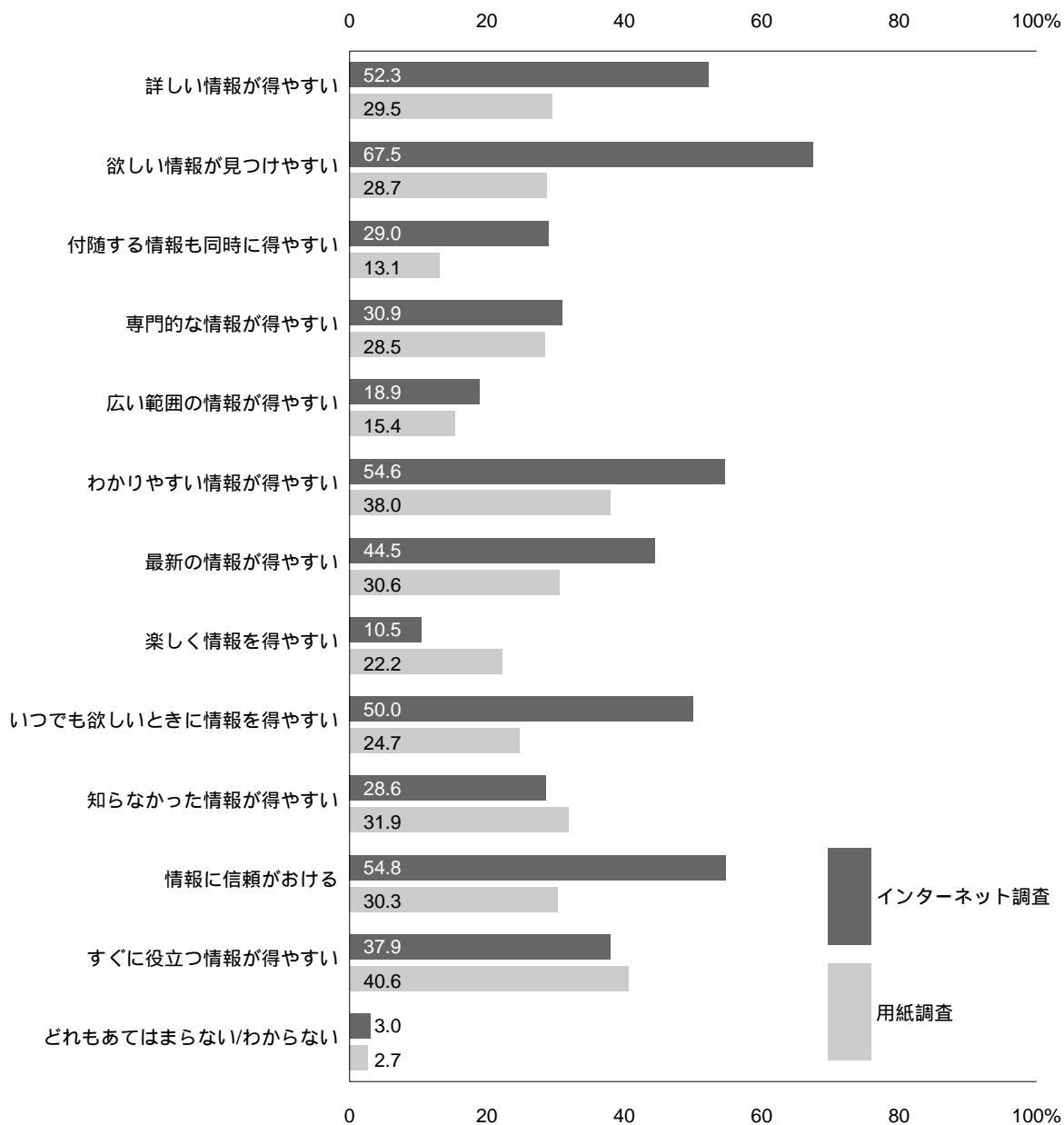
### - 2 - 7 情報源へのイメージ



## 第8章 情報を見るとき重視する項目

インターネット調査の対象者は「欲しい情報を見つけやすい」を、用紙調査の対象者は「すぐに役立つ情報が得やすい」を最も重視していた。

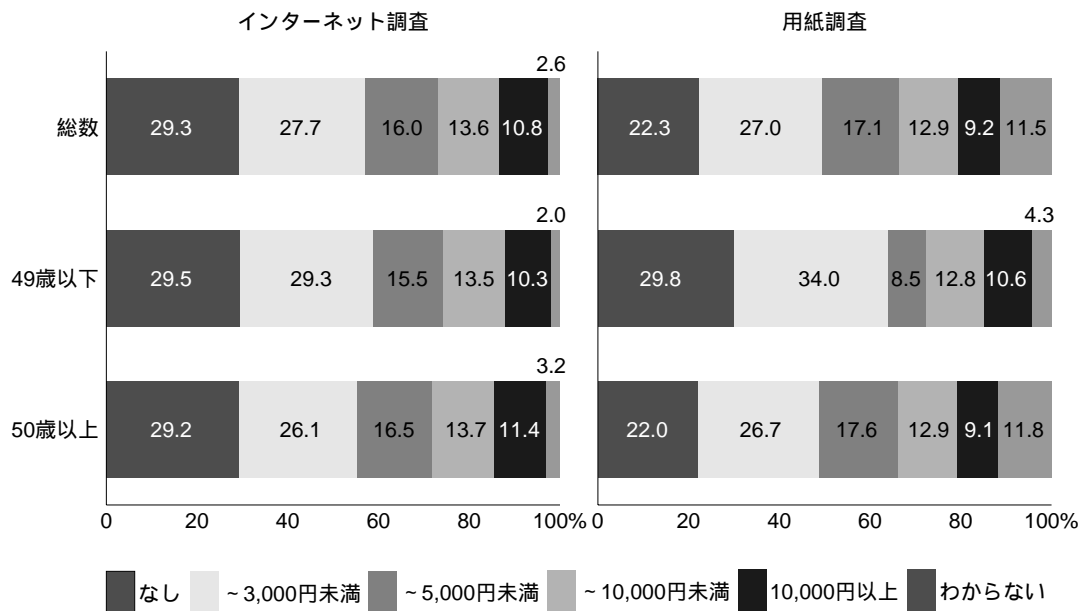
### - 2 - 8 閲覧の際に重視すること



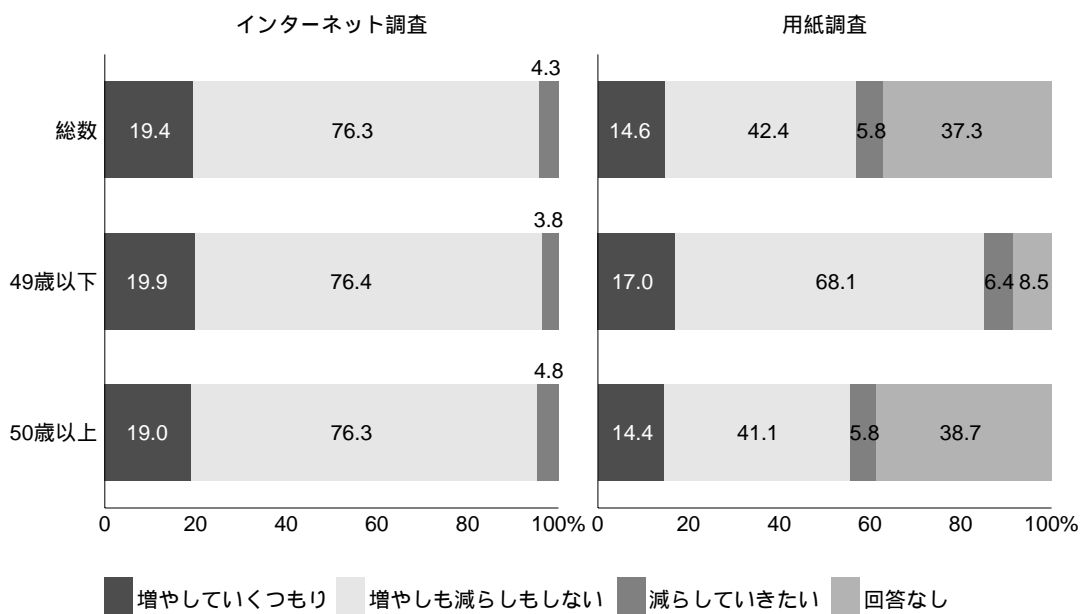
## 第9章 健康や体力づくりにかける費用

現在、約70%の人が雑誌、スポーツジム、健康食品等にお金をかけて健康を維持しようとしている。

### - 2 - 9 - 1 現在の費用



### - 2 - 9 - 2 今後の費用



## 第10章 インターネット調査の健康管理や疾病の予防に関する自由記述

健康管理や疾病の予防に関して、インターネット調査では以下の自由記述があった。

(原文)

健康診断の結果や日常の体重・体脂肪などのデータを定期的に登録しておく、各個人ごとにグラフ化したり、診断、アドバイスしてくれるようなサービスがあればいい。

自分で測定した測定値を入力すると健康状態の診断と解説をしてくれる。但しセキュリティが心配。

問診表などで答えると、それによって疑われる病気などを診断してくれる。

簡単なアンケート等で、今の健康状態をチェックし、専門機関等の受診が必要であれば、近くの専門病院を紹介してくれるサービス。

一般的な病気の特徴、見分け方、治療法、予防法等総合的な情報サービス。

各疾病ごとに、イエス・ノーで答えていくと、その病気の予備軍かどうかの判定が出るようなサービス。

ダイエット情報が氾濫していて商売も多いのできちんとした分かりやすい誰でも出来るエクササイズみたいな情報がほしい。

特定の病気などに対して、十分な情報を公平に取れるような機能が欲しい(検索サービスではなかなか探しにくい)

たとえば糖尿病の人、高血圧の人、骨粗しょう症の人向けの食物や料理を配信してくれるサービス。

治療したい病名をキーワードに、治療法や専門医・病院名がリンクされたサイトがあれば心強い。

気になる症状や、検査結果を問い合わせられたり、自分の人間ドック等の結果から具体的アドバイスが得られるサービス。

面倒だけれど、ネット利用のセルフ人間ドック。

ある薬の試供品を使用して、良かったので近くの薬屋数軒で探したが見つからなかった。通販で入手できるようになるといいと思う。

webカメラを通しいつでも相談できる医療相談サイト。

まず情報提供があれば良い。個人診断はプライバシーに関係するので誰もやらない。

厚生省等が内容を把握して、間違いのないことを証明した民間のサイト。

健康管理や病気の予防に関しては、インターネットでは信用できない部分があるので利用しないと思う。

インターネットではどうしても限界があるので、多くは望まない。とりあえずの情報があればよい。

TV番組等で健康関連物を扱うものが有りますが、それらのデータを一括管理して引き出せるものが有ったらいいのでは、と思います。検索システムを使って。また、そこにいけば、今後の放送予定がわかるとか、というのもあったら便利でしょうね。

## 第11章 インターネットの有料サービスについての自由記述

インターネットの有料サービスに関して、インターネット調査では以下の自由記述があった。  
(原文)

自分の病歴、診断記録に基き、病気の予防、早期発見を促す、かかりつけ健康管理サービスのようなものがあるのも良い。

生活習慣病などになったとき、自分のデータを管理してくれてその時々アドバイスしてくれるサービスなど

(有料だったら、私自身は利用しないと思うが、) 何らかの病気を持った人なら、直接、専門の医師や栄養士などの詳しいアドバイスを得られるようなサービス。

今は健康なので、有料では利用しないかもしれないが、病気になったときは、有料であっても自分の病気について説明してくれ治療についての情報サービスがほしい。

医師の個別相談。がんなど、周りには相談できないこと

症状に応じた薬がいつでも入手できる

関連の情報は是非ほしいが、ただでさえ医療に費用のかかる昨今、こうした情報すら有料と言うことになると、お金さえ出せば健康が買える形になり、大変疑問を感じる。新聞の新治療法の紹介等が出ていても、その治療法がどの病院でも実施されなければ意味がないのに、どこへ行けばいいのかの指針もされていないのはとてもおかしいと思う。

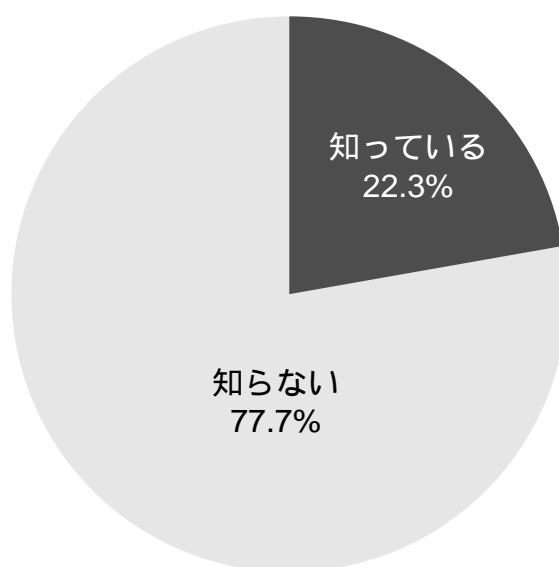
現状では家庭において定量化できる医療情報が少ないので、治療に直接利用する事は難しいと思う。有料でもその価値に見合うサービスというのは残念ながら思いつきません。

## 第12章 「健康日本21」の周知度

2000年3月、第3次国民健康づくり対策として「健康日本21」が策定され4年が経過したが、今回のインターネット調査対象では、まだ7割の人が内容や名前を「知らない」と回答している。

### - 2 - 12 健康日本21の周知度

インターネット調査



#### 「健康日本21とは？」

健康日本21とは、健康寿命の延伸等を実現するために、2010年度を目途とした具体的な目標等を提示すること等により、健康に関連する全ての関係機関・団体等を始めとして、国民が一体となった健康づくり運動を総合的かつ効果的に推進し、国民各層の自由な意思決定に基づく健康づくりに関する意識の向上及び取組を促そうとするもので、2000（平成12）年に厚生省（当時）が始めた国民健康づくり運動（21世紀における国民健康づくり運動）のこと。

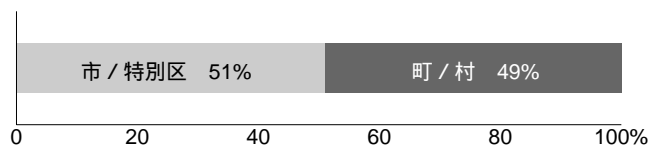
わが国の健康づくり対策は、昭和53年に第一次国民健康づくり対策、昭和63年に第二次国民健康づくり対策が行われ、健康日本21は、第三次国民健康づくり対策として位置づけられている。

参考URL <http://www.kenkounippon21.gr.jp/>

# 保健機関の調査結果

1) 調査対象数：保健センター

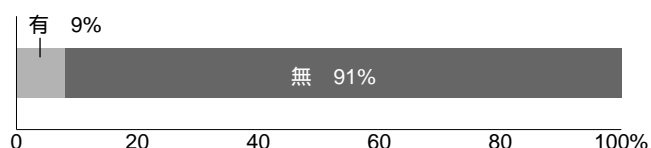
市 / 特別区	209
町 / 村	204
合 計	413



2) 健康づくり情報提供にインターネットを活用の有無

現在提供している

有	37
無	376
合 計	413

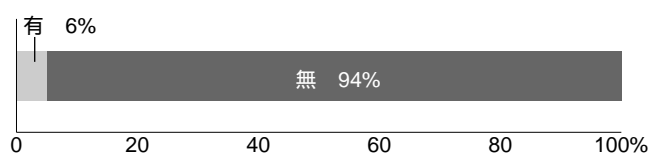


提供している37ヶ所の自治区分の内訳

	調査数	提 供	割合
市 / 特別区	209	30	14.4%
町 / 村	204	7	3.4%
合 計	413	37	9.0%

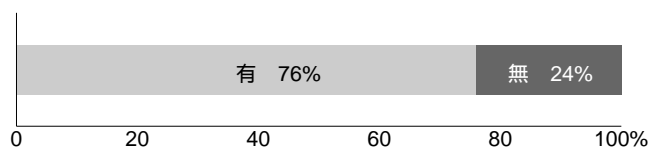
3) 現在は提供していないが、1～2年以内にインターネットを活用した健康づくり情報提供を予定の有無

有	21
無	355
合 計	376



4) 保健事業の情報提供にインターネットを活用の有無

有	314
無	99
合 計	413



## 5) 調査（電話対応者）から聴取された主な意見

健康づくりの情報提供を“している”

市テレビ（30分）を十分活用し、パブリックコメントを重視していく方針から電子メール対応に努力しているが、中高年者の活用は少ない。

デジタルテレビ時代に単機関でインターネットを事業の中でどう位置づけ推進していくのが悩んでいる。

健康づくりを「紹介型」ではなく「参加型」・「双方向型」にするためには、自治体におけるインターネット活用のあり方について検討が必要と考えている。

健康づくりの情報提供は“していない”

ホームページは、保健事業の案内が中心となっているが

- ・ 年何回かの生活習慣病予防週間など（ 予防週間）には、健康づくりの教育的啓発内容を掲載している。
- ・ それぞれの事業目的をできるだけ具体的に掲載し、“健康づくり”の啓発に努力している。
- ・ 全戸配布の一口健康メモを含めた健康カレンダーをホームページに掲載している。

ケーブルテレビ・有線放送を活用している。

町内回覧板の活用が有効に機能している。

保健師・栄養士等が担当地域・担当事業について住民との電子メールの対応をしている。

現在健康づくりの情報提供は“していない”

かつ、今後1～2年以内の情報提供の予定も“ない”

市町村合併の問題があり、その後の検討課題となっている。

住民の中でインターネットを使っている人が少ない。

住民・保健センターとも今は、無理。また、スタートはしても単独では維持運営は困難である。将来を見据えて検討していきたい。

今の時代、小さな財政の町村は、そこまでしなくても良いのではないか？他の専門機関が行っているものを活用すれば良い。

貴財団のようなところで、簡単な健康チェック（たばこの依存度テスト・食事摂取状況から糖尿病・高脂血症傾向を知るテスト）等がリンクでき、活用できることを希望。

## 6) 調査結果から

今回の調査では、健康づくり情報提供にインターネットを活用している保健センターは、1割弱と少なかったが、未活用の施設もそれぞれの状況下で今後の活用の有無を含めて検討課題となっている。

今後、インターネットを手段とした住民への健康情報の提供については、各機関が同じような情報を提供するのではなく、国の施策（健康日本21、すこやか親子21等）や健康管理の基本的情報は、都道府県及び全国レベルの保健機関等のホームページに集約し、地域の健康づくりの課題や具体的活動に関する情報等は、市区町村にて行う等、効率的に情報を発信する必要があると考えられる。

# 考察

# インターネットを活用した中高齢者向け健康づくり情報提供のあり方について

## インターネットの特性である双方向性を活かした情報・サービスの充実を図る

### 1. 欲しい情報が「いつでも」「分かりやすく」「楽しく」得られること

インターネット利用者にとって、インターネットによる健康づくり情報の収集は、テレビや新聞・雑誌などのメディアと並んで、序々に浸透してきていることが調査の結果から伺える。特にインターネットは、必要となった場合に手軽に情報を検索することが可能であり、他メディアが一方向の決まった情報発信であるのに対し、インターネットは利用者が主体的かつ柔軟に情報を探ることができることが大きな強みである。その一方で、インターネット上の情報は氾濫し、検索エンジンでキーワードを入力しても、欲しい情報になかなかヒットしなかったり、また、サイトによって情報が異なるなど情報の信頼性に問題がある。

さらに、ホームページの作り方によって欲しい情報が見つげにくいなど、インターネットにおける情報提供のあり方には、まだまだ課題があることも事実である。

したがって、これらに対する取組みとしては、

- (1) 健康づくり情報を集めたポータルサイトの提供と情報の充実
- (2) 保健機関など公的機関による情報・サービス提供内容の充実
- (3) 各情報の格付け・評価の仕組みづくり
- (4) 健康づくり情報専用検索サービスの提供

等々、整理された情報を提供することが考えられる。

### 2. インターネットの特性を活かした双方向サービス

インターネットは単なる情報提供のみならず、利用者との対話形式による様々な双方向サービスを提供する基盤にもなる。本調査の自由回答においても、以下のようなサービスを期待する声が数多く挙がった。

- (1) 健康チェックとそれに伴う生活習慣改善プログラム
- (2) 健康診断の結果や症状から健康状態を評価するプログラム
- (3) 年齢・性別の血圧、体脂肪率、コレステロールと自分の比較
- (4) 健康管理についての成功例、失敗例
- (5) 自分の気になる状態、症状に対する対処方法についてのアドバイス
- (6) 症状（病気）毎の予防法や対処方法についてのアドバイス
- (7) 自分の状態に合った運動プログラムや食生活メニューのアドバイス

等々の双方向性の仕組みである。

# 調査票

(住民アンケート)

あなたの普段の健康管理や病気の予防に対する考えや行動を伺います。

問1．健康管理や病気の予防のためにあなたが現在取り組んでいることや、今後取り組みたいと思っていることはどのようなことですか？

(それぞれ複数回答可)

	現在取り組んでいる	今後取り組みたい
1．スポーツで身体を鍛える		
2．軽い運動での体力維持や運動不足解消		
3．バランスのよい食事を心がける		
4．身体に良い食品の摂取やビタミンなど栄養素に気をつける		
5．栄養や食品の知識を積極的に身につける		
6．食事量、塩分・糖分・脂肪などの制限をしている		
7．日ごろから健康管理に関する幅広い情報に接し予防や対処に心がける		
8．体重、体脂肪、血圧などを自分で測定し、管理する		
9．禁煙・減煙		
10．禁酒・減酒		
11．十分な睡眠や休養による体力の維持・回復		
12．心理的ストレスなどからくる心の病の予防に心がける		
13．歯みがき・定期的検診等口腔衛生に心がける		
14．寝たきりの原因となるといわれる転倒・骨折の予防に心がける		
15．地域の行事や集まりに参加する		
16．将来の痴呆の予防に心がける		
17．気になる症状を自覚したときにいち早く医療機関へ出向く		
18．気になる症状を自覚したときに自身でその病名等を調べる		
19．病気や症状に関する知識を得て予防や対処に心がける		
20．定期的な検診や人間ドックを受ける		
21．この中にはひとつもない		

問1-1．上記の他にあなたご自身で健康管理や病気の予防のために取り組んでいることや今後取り組みたいと思っただけがありましたらご記入ください。

**問2 . あなたを取り巻く環境や制度の以下のような事柄の中で、あなたが気になるもの  
はありますか？優先度の高いものを3つまでお答えください。（複数回答可）**

- 1 . 食品の安全性
- 2 . 環境問題の人体に対する影響
- 3 . 住環境の人体に対する影響
- 4 . 医療費や健康保険の制度や仕組み
- 5 . 介護保険や介護の実態や制度
- 6 . 国が行っている健康に対する各種取り組みや制度
- 7 . 地域自治体が行っている健康に対する各種取り組みや制度
- 8 . 健康に関する各種統計情報の内容
- 9 . 最先端の研究情報の内容
- 10 . この中にはひとつもない

**問3 . 現在あなたがご自身の健康において以下のような事柄で気になることや将来  
不安に感じるものがありますか？あてはまるものを全てお答えください。  
（複数回答可）**

- |                             |                  |
|-----------------------------|------------------|
| 1 . 脳血管疾患（脳卒中・脳梗塞等）         | 16 . 動脈硬化        |
| 2 . がん                      | 17 . 貧血          |
| 3 . 糖尿病                     | 18 . 中性脂肪        |
| 4 . 遺伝的疾患                   | 19 . 高脂血症        |
| 5 . 更年期障害                   | 20 . 骨粗鬆症        |
| 6 . 心疾患（心筋梗塞等）              | 21 . ストレス等心の健康   |
| 7 . 肝臓疾患（肝硬変、B・C型肝炎等）       | 22 . 飲酒          |
| 8 . 腎臓病                     | 23 . 歯の健康        |
| 9 . 胃腸疾患<br>（胃潰瘍等）          | 24 . 体力のおとろえ     |
| 10 . 呼吸器疾患                  | 25 . 肩こり         |
| 11 . 各種アレルギー<br>（花粉症、アトピー等） | 26 . 老化・痴呆       |
| 12 . 高血圧                    | 27 . 喫煙          |
| 13 . 体脂肪                    | 28 . 便秘          |
| 14 . コレステロール                | 29 . 腰痛、膝痛       |
| 15 . 血糖値                    | 30 . 肥満          |
|                             | 31 . この中にはひとつもない |

**問4 . あなたは普段からご自身の健康管理や病気の予防にどの程度取り組んでいる  
と思いますか？（ひとつだけ）**

- 1 . 充分取り組んでいる            問6へ
- 2 . ある程度取り組んでいる       問6へ
- 3 . あまり取り組んでいない       問5へ
- 4 . まったく取り組んでいない     問5へ

**問5 . では今後のご自身の健康管理や病気の予防に取り組みについてはどのように  
お考えですか？（ひとつだけ）**

- 1 . 積極的に取り組んでいきたいと思う
- 2 . あまり考えていない

**健康管理や病気の予防に関する情報の収集について伺います。**

**問6 . あなたはインターネットで健康管理や病気の予防のための情報を得ることがありま  
すか？（ひとつだけ）**

- 1 . 日常的に得ている
- 2 . 気になることがあるときだけ見ている
- 3 . ほとんど見ることがない     問12へ

**問7 . インターネットで健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する際、以下の  
どのような閲覧方法をしますか？（複数回答可）**

- 1 . よく見るサイトは「お気に入り」や「ブックマーク」に登録している
- 2 . 「お気に入り」や「ブックマーク」に登録していないがいつも見るサイトは大体決まっている
- 3 . 登録型の健康情報サイトにメンバー登録している
- 4 . 気になることがある都度その症状や病名などで検索し閲覧ページを探す
- 5 . 健康管理や病気の予防に関するメールマガジンを読んでいる

## 問8 . 問7で「1」「2」「3」のいずれかに回答された方へ

普段よく閲覧するサイトやメンバー登録しているサイトの具体的なサイト名を、おわかりになる範囲でご記入ください。

## 問9 . あなたがインターネットで健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧するのは以下のどのようなサイトが多いですか？（複数回答可）

- 1 . プロバイダーや検索ポータルサイトの「健康」に関するサイトやコンテンツ  
（「BIGLOBE健康」や「健康@nifty」、「Yahoo!ヘルスケア」など）
- 2 . 新聞社の「健康」に関するサイトやコンテンツ  
（「asahi.com健康・医療」や「いきいき健康NIKKEINET」など）
- 3 . 厚生労働省など官公庁の「健康」に関するサイトやコンテンツ
- 4 . その他の公共機関や各種団体の「健康」に関するサイトやコンテンツ  
（「健康ネット」、「健康日本21」など）
- 5 . 製薬メーカーの「健康」に関するサイトやコンテンツ
- 6 . 雑誌や雑誌出版社の「健康」に関するサイトやコンテンツ
- 7 . 大学や研究機関の「健康」に関するサイトやコンテンツ
- 8 . その他（具体的に \_\_\_\_\_ ）
- 9 . この中にはない

## 問10 . インターネットで閲覧する健康管理や病気の予防に関する情報はどのような情報ですか？（複数回答可）

- 1 . スポーツで身体を鍛えるための情報
- 2 . 軽い運動での体力維持や運動不足解消のための情報
- 3 . 食事の栄養バランスに関する情報
- 4 . 特定のビタミンや栄養素にどのような効果があるかといった情報
- 5 . サプリメントや栄養剤に関する情報
- 6 . 食事における塩分・糖分・脂肪に関する情報
- 7 . 身体によいと言われる食品（特定保健用食品など）の情報
- 8 . 特定の病気や症状に関する情報
- 9 . 生活習慣病全般に関する情報
- 10 . ダイエットに関する情報
- 11 . 健康診断や人間ドックの情報



問15．次の情報源から閲覧・入手している情報をお答えください。  
 （それぞれ複数回答可）

	テレビ・新聞 ・書籍・雑誌	医師・看護師 などからの指導	行政機関 からの情報	友人・知人 など
1．スポーツで身体を鍛えるための情報				
2．軽い運動での体力維持や運動不足解消のための 情報				
3．食事の栄養バランスに関する情報				
4．特定のビタミンや栄養素にどのような効果があるか といった情報				
5．サプリメントや栄養剤に関する情報				
6．食事における塩分・糖分・脂肪に関する情報				
7．身体によいと言われる食品（特定保健用食品 など）の情報				
8．特定の病気や症状に関する情報				
9．生活習慣病全般に関する情報				
10．ダイエットに関する情報				
11．健康診断や人間ドックの情報				
12．体重や体脂肪、血圧などの自己測定の方法や 器具に関する情報				
13．禁煙・減煙に関する情報				
14．禁酒・減酒に関する情報				
15．心理的ストレスからくる心の病に関する情報				
16．医療機関に関する情報				
17．薬に関する情報				
18．健康管理や病気の予防に関する情報は得てい ない				

問16．健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する際、以下のそれぞれの情報源についてどのようなイメージをお持ちですか？それぞれについてあてはまると思うものを全てお答えください。（それぞれ複数回答可）

	テレビ番組	新聞	書籍雑誌	行政からの情報	インターネット
1．詳しい情報が得やすい					
2．欲しい情報を見つけやすい					
3．付随する情報も同時に得やすい					
4．専門的な情報が得やすい					
5．広い範囲の情報が得やすい					
6．わかりやすい情報が得やすい					
7．最新の情報が得やすい					
8．楽しく情報を得やすい					
9．いつでも欲しいときに情報を得やすい					
10．知らなかった情報が得やすい					
11．情報に信頼がおける					
12．すぐに役立つ情報が得やすい					
13．どれもあてはまらない／わからない					

問17．健康管理や病気の予防に関する情報を閲覧する際どのようなことを重視しますか？以下の中で重視するものを全てお答えください。（複数回答可）

- |                  |                     |
|------------------|---------------------|
| 1．詳しい情報が得やすい     | 8．楽しく情報を得やすい        |
| 2．欲しい情報を見つけやすい   | 9．いつでも欲しいときに情報を得やすい |
| 3．付随する情報も同時に得やすい | 10．知らなかった情報が得やすい    |
| 4．専門的な情報が得やすい    | 11．情報に信頼がおける        |
| 5．広い範囲の情報が得やすい   | 12．すぐに役立つ情報が得やすい    |
| 6．わかりやすい情報が得やすい  | 13．どれもあてはまらない／わからない |
| 7．最新の情報が得やすい     |                     |

**問18 . あなたは健康管理や病気の予防のために現在1ヵ月平均でどの程度の費用の支出がありますか？（ひとつだけ）**

雑誌の購入費、スポーツジムや健康教室の会費・参加費、健康食品の購入費などの合計をお答えください

治療のための通院費や薬代といった医療費は除いてお答えください。

なし

3,000円未満

3,000～5,000円未満

5,000～7,000円未満

7,000～10,000円未満

10,000～15,000円未満

15,000～20,000円未満

20,000～30,000円未満

30,000円以上

わからない

**問19 . では今後、健康管理や病気の予防のための費用を、今以上に増やしていこうと思いませんか？減らしていこうと思いませんか？（ひとつだけ）**

1 . 今以上に増やしていくつもり

2 . 今と同程度で増やすつもりも減らすつもりもない

3 . 今後は減らしていきたい

**問20 . あなたは「21世紀における国民健康づくり運動」として厚生労働省が推進する『健康日本21』というものをご存知ですか？（ひとつだけ）**

1 . 内容を知っている

2 . 名前を見聞きしたことはある

3 . 知らない

あなたご自身のことについて伺います。

**問21．性別は？（ひとつだけ）**

- 1．男
- 2．女

**問22．年齢は？（ひとつだけ）**

- ～39才
- 40～44才
- 45～49才
- 50～54才
- 55～59才
- 60～64才
- 65才～

**問23．現在の職業、もしくは過去に一番長く行っていたものをお知らせください（ひとつだけ）**

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1．農業・林業・漁業・鉱業      | 7．金融・保険業          |
| 2．建設業              | 8．不動産業            |
| 3．製造業              | 9．公務員             |
| 4．電気・ガス・熱供給・水道業    | 10．パートタイム・アルバイト勤務 |
| 5．運輸・通信業           | 11．専業主婦           |
| 6．卸売・小売業、飲食店、サービス業 | 12．その他            |

**問24．現在のお住まいの都道府県は？**

**問25．現在お住まいの地域は以下のどれにあたりますか？（ひとつだけ）**

- 1．政令指定都市
- 2．県庁所在地（政令指定都市以外）
- 3．その他の市部
- 4．郡部（町村部）

# 調査結果の数表

(住民アンケート)

## 調査回答者の特性

### 1. 性別特性 (人)

	インターネット調査	用紙調査
総数	3,149	1,003
男	2,141	380
女	1,008	623

### 構成割合 (%)

	インターネット調査	用紙調査
総数	100.0	100.0
男	68.0	37.9
女	32.0	62.1

### 2. 年齢別特性 (人)

	インターネット調査	用紙調査
総数	3,149	1,003
49歳以下	1,599	47
50歳以上	1,550	956

### 構成割合 (%)

	インターネット調査	用紙調査
総数	100.0	100.0
49歳以下	50.8	4.7
50歳以上	49.2	95.3

### 3. 職業別特性 (%)

製造業	19.8
卸売・小売・飲食・サービス業	19.1
専業主婦	12.9
公務員	10.3
パートタイム・アルバイト	7.0
建設業	5.0
運輸・通信業	3.9
金融・保険業	3.1
電気・ガス・熱供給・水道業	1.2
不動産業	1.2
農・林・漁・鉱業	0.6
その他	15.9

# 1. 健康のため現在取り組んでいること

(複数回答)

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. スポーツで身体を鍛える	559	263	296	86	8	78
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消	1,577	704	873	665	22	643
3. バランスのよい食事を心がける	2,076	972	1,104	748	32	716
4. 身体に良い食品の摂取やビタミンなど栄養素に気をつける	1,563	779	784	609	26	583
5. 栄養や食品の知識を積極的に身につける	960	453	507	167	15	152
6. 食事量、塩分・糖分・脂肪などの制限をしている	1,157	492	665	661	30	631
7. 日ごろから健康管理に関する幅広い情報に接し予防や対処に心がける	1,110	507	603	532	16	516
8. 体重、体脂肪、血圧などを自分で測定し、管理する	1,285	595	690	522	15	507
9. 禁煙・減煙	1,306	607	699	126	8	118
10. 禁酒・減酒	858	415	443	123	7	116
11. 十分な睡眠や休養による体力の維持・回復	1,433	642	791	644	17	627
12. 心理的ストレスなどからくる心の病の予防に心がける	972	442	530	476	16	460
13. 歯みがき・定期的検診等口腔衛生に心がける	1,583	759	824	657	22	635
14. 寝たきりの原因となるといわれる転倒・骨折の予防に心がける	696	271	425	609	17	592
15. 地域の行事や集まりに参加する	486	228	258	292	10	282
16. 将来の痴呆の予防に心がける	398	139	259	409	9	400
17. 気になる症状を自覚したときにいち早く医療機関へ出向く	890	393	497	558	17	541
18. 気になる症状を自覚したときに自身でその病名等を調べる	1,002	505	497	474	15	459
19. 病気や症状に関する知識を得て予防や対処に心がける	926	409	517	484	17	467
20. 定期的な検診や人間ドックを受ける	1,693	817	876	607	22	585
21. 心身の健康を維持するために社会活動に参加するように心がける	-	-	-	416	8	408
22. 近所の人・気軽に話し合える仲間との交流を大切にしている	-	-	-	722	22	700
23. お茶などの水分をよく飲むようにしている	-	-	-	526	5	521

## 構成割合

( % )

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. スポーツで身体を鍛える	17.8	16.4	19.1	22.1	19.5	22.3
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消	50.1	44.0	56.3	66.3	46.8	67.3
3. バランスのよい食事を心がける	65.9	60.8	71.2	74.6	68.1	74.9
4. 身体に良い食品の摂取やビタミンなど栄養素に気をつける	49.6	48.7	50.6	60.7	55.3	61.0
5. 栄養や食品の知識を積極的に身につける	30.5	28.3	32.7	42.8	36.6	43.6
6. 食事量、塩分・糖分・脂肪などの制限をしている	36.7	30.8	42.9	65.9	63.8	66.0
7. 日ごろから健康管理に関する幅広い情報に接し予防や対処に心がける	35.2	31.7	38.9	53.0	34.0	54.0
8. 体重、体脂肪、血圧などを自分で測定し、管理する	40.8	37.2	44.5	52.0	31.9	53.0
9. 禁煙・減煙	41.5	38.0	45.1	32.3	19.5	33.8
10. 禁酒・減酒	27.2	26.0	28.6	31.5	17.1	33.2
11. 十分な睡眠や休養による体力の維持・回復	45.5	40.2	51.0	64.2	36.2	65.6
12. 心理的ストレスなどからくる心の病の予防に心がける	30.9	27.6	34.2	47.5	34.0	48.1
13. 歯みがき・定期的検診等口腔衛生に心がける	50.3	47.5	53.2	65.5	46.8	66.4
14. 寝たきりの原因となるといわれる転倒・骨折の予防に心がける	22.1	16.9	27.4	60.7	36.2	61.9
15. 地域の行事や集まりに参加する	15.4	14.3	16.6	29.1	21.3	29.5
16. 将来の痴呆の予防に心がける	12.6	8.7	16.7	40.8	19.1	41.8
17. 気になる症状を自覚したときにいち早く医療機関へ出向く	28.3	24.6	32.1	55.6	36.2	56.6
18. 気になる症状を自覚したときに自身でその病名等を調べる	31.8	31.6	32.1	47.3	31.9	48.0
19. 病気や症状に関する知識を得て予防や対処に心がける	29.4	25.6	33.4	48.3	36.2	48.8
20. 定期的な検診や人間ドックを受ける	53.8	51.1	56.5	60.5	46.8	61.2
21. 心身の健康を維持するために社会活動に参加するように心がける	-	-	-	41.5	17.0	42.7
22. 近所の人・気軽に話し合える仲間との交流を大切にしている	-	-	-	72.0	46.8	73.2
23. お茶などの水分をよく飲むようにしている	-	-	-	85.8	83.3	85.8

2. 健康のため今後取り組みたいこと  
(複数回答)

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. スポーツで身体を鍛える	1,199	638	561	119	15	104
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消	1,136	654	482	202	16	186
3. バランスのよい食事を心がける	674	410	264	151	7	144
4. 身体に良い食品の摂取やビタミンなど栄養素に気をつける	638	321	317	190	8	182
5. 栄養や食品の知識を積極的に身につける	891	453	438	104	13	91
6. 食事量、塩分・糖分・脂肪などの制限をしている	909	498	411	207	11	196
7. 日ごろから健康管理に関する幅広い情報に接し予防や対処に心がける	781	397	384	251	14	237
8. 体重、体脂肪、血圧などを自分で測定し、管理する	844	443	401	268	19	249
9. 禁煙・減煙	626	310	316	28	3	25
10. 禁酒・減酒	683	314	369	46	10	36
11. 十分な睡眠や休養による体力の維持・回復	946	527	419	199	16	183
12. 心理的ストレスなどからくる心の病の予防に心がける	903	464	439	259	12	247
13. 歯みがき・定期的検診等口腔衛生に心がける	630	329	301	179	11	168
14. 寝たきりの原因となるといわれる転倒・骨折の予防に心がける	857	410	447	211	13	198
15. 地域の行事や集まりに参加する	965	441	524	188	13	175
16. 将来の痴呆の予防に心がける	1,188	575	613	350	16	334
17. 気になる症状を自覚したときにいち早く医療機関へ出向く	940	476	464	251	14	237
18. 気になる症状を自覚したときに自身でその病名等を調べる	672	302	370	252	11	241
19. 病気や症状に関する知識を得て予防や対処に心がける	832	417	415	261	13	248
20. 定期的な検診や人間ドックを受ける	798	419	379	232	17	215
21. 心身の健康を維持するために社会活動に参加するように心がける	-	-	-	321 117	13 7	308 110
22. 近所の人・気軽に話し合える仲間との交流を大切にしている	-	-	-	28	-	28
23. お茶などの水分をよく飲むようにしている	-	-	-	-	-	-

## 構成割合

( % )

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1．スポーツで身体を鍛える	38.1	39.9	36.2	30.5	36.6	29.8
2．軽い運動での体力維持や運動不足解消	36.1	40.9	31.1	20.1	34.0	19.5
3．バランスのよい食事を心がける	21.4	25.6	17.0	15.1	14.9	15.1
4．身体に良い食品の摂取やビタミンなど栄養素に気をつける	20.3	20.1	20.5	18.9	17.0	19.0
5．栄養や食品の知識を積極的に身につける	28.3	28.3	28.3	26.7	31.7	26.1
6．食事量、塩分・糖分・脂肪などの制限をしている	28.9	31.1	26.5	20.6	23.4	20.5
7．日ごろから健康管理に関する幅広い情報に接し予防や対処に心がける	24.8	24.8	24.8	25.0	29.8	24.8
8．体重、体脂肪、血圧などを自分で測定し、管理する	26.8	27.7	25.9	26.7	40.4	26.0
9．禁煙・減煙	19.9	19.4	20.4	7.2	7.3	7.2
10．禁酒・減酒	21.7	19.6	23.8	11.8	24.4	10.3
11．十分な睡眠や休養による体力の維持・回復	30.0	33.0	27.0	19.8	34.0	19.1
12．心理的ストレスなどからくる心の病の予防に心がける	28.7	29.0	28.3	25.8	25.5	25.8
13．歯みがき・定期的検診等口腔衛生に心がける	20.0	20.6	19.4	17.8	23.4	17.6
14．寝たきりの原因となるといわれる転倒・骨折の予防に心がける	27.2	25.6	28.8	21.0	27.7	20.7
15．地域の行事や集まりに参加する	30.6	27.6	33.8	18.7	27.7	18.3
16．将来の痴呆の予防に心がける	37.7	36.0	39.5	34.9	34.0	34.9
17．気になる症状を自覚したときにいち早く医療機関へ出向く	29.9	29.8	29.9	25.0	29.8	24.8
18．気になる症状を自覚したときに自身でその病名等を調べる	21.3	18.9	23.9	25.1	23.4	25.2
19．病気や症状に関する知識を得て予防や対処に心がける	26.4	26.1	26.8	26.0	27.7	25.9
20．定期的な検診や人間ドックを受ける	25.3	26.2	24.5	23.1	36.2	22.5
21．心身の健康を維持するために社会活動に参加するように心がける	-	-	-	32.0 11.7	27.7 14.9	32.2 11.5
22．近所の人・気軽に話し合える仲間との交流を大切にしている	-	-	-	4.6	-	4.6
23．お茶などの水分をよく飲むようにしている	-	-	-	-	-	-

3. 環境や制度において気になること  
(複数回答)

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. 食品の安全性	1,938	963	975	650	34	616
2. 環境問題の人体に対する影響	1,500	767	733	382	22	360
3. 住環境の人体に対する影響	408	210	198	159	7	152
4. 医療費や健康保険の制度や仕組み	2,074	1,061	1,013	485	24	461
5. 介護保険や介護の実態や制度	1,252	608	644	443	18	425
6. 国が行っている健康に対する各種取り組みや制度	412	206	206	97	4	93
7. 地域自治体が行っている健康に対する各種取り組みや制度	418	199	219	190	14	176
8. 健康に関する各種統計情報の内容	122	70	52	36	3	33
9. 最先端の研究情報の内容	409	194	215	74	5	69
10. この中にはひとつもない	49	29	20	7	1	6

構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. 食品の安全性	61.5	60.2	62.9	64.8	72.3	64.4
2. 環境問題の人体に対する影響	47.6	48.0	47.3	38.1	46.8	37.7
3. 住環境の人体に対する影響	13.0	13.1	12.8	15.9	14.9	15.9
4. 医療費や健康保険の制度や仕組み	65.9	66.4	65.4	48.4	51.1	48.2
5. 介護保険や介護の実態や制度	39.8	38.0	41.5	44.2	38.3	44.5
6. 国が行っている健康に対する各種取り組みや制度	13.1	12.9	13.3	9.7	8.5	9.7
7. 地域自治体が行っている健康に対する各種取り組みや制度	13.3	12.4	14.1	18.9	29.8	18.4
8. 健康に関する各種統計情報の内容	3.9	4.4	3.4	3.6	6.4	3.5
9. 最先端の研究情報の内容	13.0	12.1	13.9	7.4	10.6	7.2
10. この中にはひとつもない	1.6	1.8	1.3	0.7	2.1	0.6

#### 4. 現在、健康において気になることや将来不安に感じるもの

(複数回答)

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	390	41	349
1. 脳血管疾患 (脳卒中・脳梗塞等)	1,223	572	651	201	25	176
2. がん	1,694	843	851	223	25	198
3. 糖尿病	903	429	474	71	13	58
4. 遺伝的疾患	158	88	70	21	6	15
5. 更年期障害	557	381	176	36	15	21
6. 心疾患 (心筋梗塞等)	769	350	419	132	12	120
7. 肝臓疾患 (肝硬変、B・C型肝炎等)	639	317	322	70	13	57
8. 腎臓病	306	142	164	47	6	41
9. 胃腸疾患 (胃潰瘍等)	462	203	259	82	10	72
10. 呼吸器疾患	308	135	173	67	7	60
11. 各種アレルギー (花粉症、アトピー等)	593	325	268	63	14	49
12. 高血圧	850	380	470	115	11	104
13. 体脂肪	1,203	648	555	93	15	78
14. コレステロール	1,249	623	626	135	16	119
15. 血糖値	648	296	352	48	7	41
16. 動脈硬化	849	379	470	127	11	116
17. 貧血	263	146	117	36	8	28
18. 中性脂肪	1,089	528	561	93	15	78
19. 高脂血症	973	469	504	94	9	85
20. 骨粗鬆症	532	264	268	122	13	109
21. ストレス等心の健康	818	470	348	98	20	78
22. 飲酒	329	167	162	22	4	18
23. 歯の健康	1,245	634	611	132	11	121
24. 体力のおとろえ	1,487	728	759	156	15	141
25. 肩こり	888	519	369	71	13	58
26. 老化・痴呆	992	438	554	167	17	150
27. 喫煙	434	232	202	23	4	19
28. 便秘	326	178	148	49	2	47
29. 腰痛、膝痛	1,176	615	561	155	13	142
30. 肥満	1,017	564	453	83	13	70
31. その他	47	24	23	4	1	3

## 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(390)	(41)	(349)
1. 脳血管疾患（脳卒中・脳梗塞等）	38.8	35.8	42.0	51.5	61.0	50.4
2. がん	53.8	52.7	54.9	57.2	61.0	56.7
3. 糖尿病	28.7	26.8	30.6	18.2	31.7	16.6
4. 遺伝的疾患	5.0	5.5	4.5	5.4	14.6	4.3
5. 更年期障害	17.7	23.8	11.4	9.2	36.6	6.0
6. 心疾患（心筋梗塞等）	24.4	21.9	27.0	33.8	29.3	34.4
7. 肝臓疾患（肝硬変、B・C型肝炎等）	20.3	19.8	20.8	17.9	31.7	16.3
8. 腎臓病	9.7	8.9	10.6	12.1	14.6	11.7
9. 胃腸疾患（胃潰瘍等）	14.7	12.7	16.7	21.0	24.4	20.6
10. 呼吸器疾患	9.8	8.4	11.2	17.2	17.1	17.2
11. 各種アレルギー（花粉症、アトピー等）	18.8	20.3	17.3	16.2	34.1	14.0
12. 高血圧	27.0	23.8	30.3	29.5	26.8	29.8
13. 体脂肪	38.2	40.5	35.8	23.8	36.6	22.3
14. コレステロール	39.7	39.0	40.4	34.6	39.0	34.1
15. 血糖値	20.6	18.5	22.7	12.3	17.1	11.7
16. 動脈硬化	27.0	23.7	30.3	32.6	26.8	33.2
17. 貧血	8.4	9.1	7.5	9.2	19.5	8.0
18. 中性脂肪	34.6	33.0	36.2	23.8	36.6	22.3
19. 高脂血症	30.9	29.3	32.5	24.1	22.0	24.4
20. 骨粗鬆症	16.9	16.5	17.3	31.3	31.7	31.2
21. ストレス等心の健康	26.0	29.4	22.5	25.1	48.8	22.3
22. 飲酒	10.4	10.4	10.5	5.6	9.8	5.2
23. 歯の健康	39.5	39.6	39.4	33.8	26.8	34.7
24. 体力のおとろえ	47.2	45.5	49.0	40.0	36.6	40.4
25. 肩こり	28.2	32.5	23.8	18.2	31.7	16.6
26. 老化・痴呆	31.5	27.4	35.7	42.8	41.5	43.0
27. 喫煙	13.8	14.5	13.0	5.9	9.8	5.4
28. 便秘	10.4	11.1	9.5	12.6	4.9	13.5
29. 腰痛、膝痛	37.3	38.5	36.2	39.7	31.7	40.7
30. 肥満	32.3	35.3	29.2	21.3	31.7	20.1
31. その他	1.5	1.5	1.5	1.0	2.4	0.9

## 5. 現在の健康への取り組み度

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. 充分取り組んでいる	119	44	75	90	1	89
2. ある程度取り組んでいる	1,651	745	906	679	23	656
3. あまり取り組んでいない	1,288	756	532	158	19	139
4. まったく取り組んでいない	91	54	37	22	4	18
回答なし	-	-	-	54	-	54

## 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. 充分取り組んでいる	3.8	2.8	4.8	9.0	2.1	9.3
2. ある程度取り組んでいる	52.4	46.6	58.5	67.7	48.9	68.6
3. あまり取り組んでいない	40.9	47.3	34.3	15.8	40.4	14.5
4. まったく取り組んでいない	2.9	3.4	2.4	2.2	8.5	1.9
回答なし	-	-	-	5.4	-	5.6

## 6. 今後の健康への取り組み度

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	1,379	810	569	180	23	157
1. 積極的に取り組んでいきたいと思う	792	477	315	120	14	106
2. あまり考えていない	587	333	254	56	9	47
回答なし	-	-	-	4	0	4

## 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	(1,379)	(810)	(569)	(180)	(23)	(157)
1. 積極的に取り組んでいきたいと思う	57.4	58.9	55.4	66.7	60.9	67.5
2. あまり考えていない	42.6	41.1	44.6	31.1	39.1	29.9
回答なし	-	-	-	2.2	0	2.6

## 7. インターネットの利用

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	3,149	1,599	1,550	536	27	509
1. 日常的に得ている	179	84	95	46	3	43
2. 気になることがあるときだけ見ている	1,996	1,024	972	143	9	134
3. ほとんど見ることがない	974	491	483	347	15	332

### 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(536)	(27)	(509)
1. 日常的に得ている	5.7	5.3	6.1	8.6	11.1	8.4
2. 気になることがあるときだけ見ている	63.4	64.0	62.7	26.7	33.3	26.3
3. ほとんど見ることがない	30.9	30.7	31.2	64.7	55.6	65.2

用紙調査は、回答者のみ計上した。

8. インターネットの閲覧方法【インターネット調査】  
(複数回答)

	実数(人)			構成割合(%)		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	2,175	1,108	1,067	(2,175)	(1,108)	(1,067)
1. よく見るサイトは「お気に入り」や「ブックマーク」に登録している。	405	191	214	18.6	17.2	20.1
2. 「お気に入り」や「ブックマーク」に登録していないがいつも見るサイトは大体決まっている。	125	52	73	5.7	4.7	6.8
3. 登録型の健康情報サイトにメンバー登録している。	78	29	49	3.6	2.6	4.6
4. 気になることがある都度その症状や病名などで検索し閲覧ページを探す。	1,844	957	887	84.8	86.4	83.1
5. 健康管理や病気の予防に関するメールマガジンを読んでいる。	217	85	132	10.0	7.7	12.4

## 9. インターネットで閲覧するサイト【インターネット調査】

(複数回答)

	実数(人)			構成割合(%)		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	2,175	1,108	1,067	(2,175)	(1,108)	(1,067)
1. プロバイダーや検索ポータルサイトの「健康」に関するサイトやコンテンツ	1,381	670	711	63.5	60.5	66.6
2. 新聞社の「健康」に関するサイトやコンテンツ	399	180	219	18.3	16.2	20.5
3. 厚生労働省など官公庁の「健康」に関するサイトやコンテンツ	231	107	124	10.6	9.7	11.6
4. その他の公共機関や各種団体の「健康」に関するサイトやコンテンツ	337	162	175	15.5	14.6	16.4
5. 製薬メーカーの「健康」に関するサイトやコンテンツ	647	335	312	29.7	30.2	29.2
6. 雑誌や雑誌出版社の「健康」に関するサイトやコンテンツ	280	146	134	12.9	13.2	12.6
7. 大学や研究機関の「健康」に関するサイトやコンテンツ	251	116	135	11.5	10.5	12.7
8. その他	138	82	56	6.3	7.4	5.2
9. この中にはない	164	104	60	7.5	9.4	5.6

10. インターネットからの情報収集【インターネット調査】  
(複数回答)

	実数(人)			構成割合(%)		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	(3,149)	(1,599)	(1,550)
1. スポーツで身体を鍛えるための情報	140	75	65	4.4	4.7	4.2
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消のための情報	510	242	268	16.2	15.1	17.3
3. 食事の栄養バランスに関する情報	638	304	334	20.3	19.0	21.5
4. 特定のビタミンや栄養素にどのような効果があるかといった情報	464	235	229	14.7	14.7	14.8
5. サプリメントや栄養剤に関する情報	669	353	316	21.2	22.1	20.4
6. 食事における塩分・糖分・脂肪に関する情報	294	118	176	9.3	7.4	11.4
7. 身体によいと言われる食品(特定保健用食品など)の情報	485	250	235	15.4	15.6	15.2
8. 特定の病気や症状に関する情報	1314	652	662	41.7	40.8	42.7
9. 生活習慣病全般に関する情報	725	311	414	23.0	19.4	26.7
10. ダイエットに関する情報	411	244	167	13.1	15.3	10.8
11. 健康診断や人間ドックの情報	209	107	102	6.6	6.7	6.6
12. 体重や体脂肪、血圧などの自己測定の方法や器具に関する情報	197	76	121	6.3	4.8	7.8
13. 禁煙・減煙に関する情報	91	45	46	2.9	2.8	3.0
14. 禁酒・減酒に関する情報	31	13	18	1.0	0.8	1.2
15. 心理的ストレスからくる心の病に関する情報	311	176	135	9.9	11.0	8.7
16. 医療機関に関する情報	580	289	291	18.4	18.1	18.8
17. 薬に関する情報	748	381	367	23.8	23.8	23.7
18. この中にはひとつもない	28	12	16	0.9	0.8	1.0

11. 閲覧するときを感じる事【インターネット調査】  
 (複数回答)

	実数(人)			構成割合(%)		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	(3,149)	(1,599)	(1,550)
1. 欲しい情報がうまく探し出せない	1,131	601	530	35.9	37.6	34.2
2. 言葉や説明が難解	786	424	362	25.0	26.5	23.4
3. 情報の信頼性に疑問を感じる	619	313	306	19.7	19.6	19.7
4. 商品やサービスの広告なのか、客観的な情報なのか判断が つきにくい場合がある	1,160	545	615	36.8	34.1	39.7
5. サイトや情報源によって情報が異なる場合がある	655	330	325	20.8	20.6	21.0
6. 専門的な情報と生活者向け情報が混在している	740	352	388	23.5	22.0	25.0
7. 画像や図での解説や説明が少なく不満	567	286	281	18.0	17.9	18.1
8. その他	44	22	22	1.4	1.4	1.4
9. 特にない	602	292	310	19.1	18.3	20.0

12. 情報源からの情報収集

(複数回答)

(人)

	インターネット調査																
	総数					49歳以下					50歳以上						
	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞	医師・看護師などの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞	医師・看護師などの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞	医師・看護師などの指導	行政機関からの情報
1. スポーツで身体を鍛えるための情報	3,149	1,477	112	177	529	1,599	749	55	78	264	1,550	728	57	99	265		
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消のための情報	3,149	1,739	305	168	487	1,599	875	131	71	248	1,550	864	174	97	239		
3. 食事の栄養バランスに関する情報	3,149	1,848	488	126	270	1,599	931	221	50	145	1,550	917	267	76	125		
4. 特定のビタミンや栄養素にどのような効果があるかといった情報	3,149	1,776	172	67	250	1,599	908	88	35	125	1,550	868	84	32	125		
5. サプリメントや栄養剤に関する情報	3,149	1,788	105	31	426	1,599	917	51	15	211	1,550	871	54	16	215		
6. 食事における塩分・糖分・脂肪に関する情報	3,149	1,419	549	137	135	1,599	680	242	67	72	1,550	739	307	70	63		
7. 身体によいと言われる食品(特定保健用食品など)の情報	3,149	1,742	94	76	405	1,599	870	46	35	194	1,550	872	48	41	211		
8. 特定の病気や症状に関する情報	3,149	1,238	1,229	201	221	1,599	643	557	98	127	1,550	595	672	103	94		
9. 生活習慣病全般に関する情報	3,149	1,564	692	278	156	1,599	741	319	129	86	1,550	823	373	149	70		
10. ダイエットに関する情報	3,149	1,651	116	44	447	1,599	857	55	18	242	1,550	794	61	26	205		
11. 健康診断や人間ドックの情報	3,149	572	975	890	229	1,599	295	465	418	106	1,550	277	510	472	123		
12. 体重や体脂肪、血圧などの自己測定の方法や器具に関する情報	3,149	1,111	540	123	161	1,599	512	246	59	89	1,550	599	294	64	72		
13. 禁煙・減煙に関する情報	3,149	1,048	193	157	242	1,599	500	92	67	110	1,550	548	101	90	132		
14. 禁酒・減酒に関する情報	3,149	1,001	197	120	211	1,599	472	94	53	98	1,550	529	103	67	113		
15. 心理的ストレスからくる心の病に関する情報	3,149	1,208	417	148	198	1,599	606	207	67	107	1,550	602	210	81	91		
16. 医療機関に関する情報	3,149	1,011	456	700	542	1,599	475	212	310	278	1,550	536	244	390	264		
17. 薬に関する情報	3,149	1,219	1,131	174	250	1,599	600	539	89	134	1,550	619	592	85	116		
18. 健康管理や病気の予防に関する情報は得ていない	3,149	371	973	1,502	1,338	1,599	175	539	807	698	1,550	196	434	695	640		

(人)

用紙調査																				
総数						49歳以下						50歳以上								
総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット
390	212	19	44	98	5	41	21	2	4	10	3	349	191	17	40	88	2			
390	228	43	49	91	3	41	25	3	3	9	3	349	203	40	46	82	-			
390	280	64	10	50	8	41	32	5	1	6	4	349	248	59	9	44	4			
390	251	38	5	40	7	41	26	4	-	3	5	349	225	34	5	37	2			
390	223	24	5	62	5	41	24	4	-	7	5	349	199	20	5	55	-			
390	257	86	14	23	2	41	29	8	2	2	2	349	228	78	12	21	-			
390	274	18	6	83	8	41	32	3	1	10	5	349	242	15	5	73	3			
390	204	114	10	34	25	41	26	8	1	2	8	349	178	106	9	32	17			
390	250	61	19	25	11	41	30	3	2	4	6	349	220	58	17	21	5			
390	230	18	5	45	8	41	33	3	-	7	3	349	197	15	5	38	5			
390	84	98	145	31	5	41	11	8	19	5	2	349	73	90	126	26	3			
390	165	102	15	18	2	41	20	8	2	2	2	349	145	94	13	16	-			
390	126	17	7	19	1	41	19	1	-	3	1	349	107	16	7	16	-			
390	132	24	7	15	1	41	21	2	-	3	1	349	111	22	7	12	-			
390	198	29	12	27	9	41	26	1	2	4	5	349	172	28	10	23	4			
390	138	59	78	64	20	41	18	8	10	6	8	349	120	51	68	58	12			
390	155	137	10	25	12	41	19	13	4	3	4	349	136	124	6	22	8			
390	5	9	9	10	17	41	1	1	2	2	2	349	4	8	7	8	15			

構成割合

(%)

	インターネット調査														
	総数					49歳以下					50歳以上				
	総 数	書籍・雑誌 テレビ・新聞・ からの指導	医師・看護師など からの指導	行政機関から の情報	友人・知人など	総 数	書籍・雑誌 テレビ・新聞・ からの指導	医師・看護師など からの指導	行政機関から の情報	友人・知人など	総 数	書籍・雑誌 テレビ・新聞・ からの指導	医師・看護師など からの指導	行政機関から の情報	友人・知人など
1. スポーツで身体を鍛えるための情報	(3,149)	46.9	3.6	5.6	16.8	(1,599)	46.8	3.4	4.9	16.5	(1,550)	47.0	3.7	6.4	17.1
2. 軽い運動での体力維持や運動不足解消のための情報	(3,149)	55.2	9.7	5.3	15.5	(1,599)	54.7	8.2	4.4	15.5	(1,550)	55.7	11.2	6.3	15.4
3. 食事の栄養バランスに関する情報	(3,149)	58.7	15.5	4.0	8.6	(1,599)	58.2	13.8	3.1	9.1	(1,550)	59.2	17.2	4.9	8.1
4. 特定のビタミンや栄養素にどのような効果があるかといった情報	(3,149)	56.4	5.5	2.1	7.9	(1,599)	56.8	5.5	2.2	7.8	(1,550)	56.0	5.4	2.1	8.1
5. サプリメントや栄養剤に関する情報	(3,149)	56.8	3.3	1.0	13.5	(1,599)	57.3	3.2	0.9	13.2	(1,550)	56.2	3.5	1.0	13.9
6. 食事における塩分・糖分・脂肪に関する情報	(3,149)	45.1	17.4	4.4	4.3	(1,599)	42.5	15.1	4.2	4.5	(1,550)	47.7	19.8	4.5	4.1
7. 身体によいと言われる食品（特定保健用食品など）の情報	(3,149)	55.3	3.0	2.4	12.9	(1,599)	54.4	2.9	2.2	12.1	(1,550)	56.3	3.1	2.6	13.6
8. 特定の病気や症状に関する情報	(3,149)	39.3	39.0	6.4	7.0	(1,599)	40.2	34.8	6.1	7.9	(1,550)	38.4	43.4	6.6	6.1
9. 生活習慣病全般に関する情報	(3,149)	49.7	22.0	8.8	5.0	(1,599)	46.3	19.9	8.1	5.4	(1,550)	53.1	24.1	9.6	4.5
10. ダイエットに関する情報	(3,149)	52.4	3.7	1.4	14.2	(1,599)	53.6	3.4	1.1	15.1	(1,550)	51.2	3.9	1.7	13.2
11. 健康診断や人間ドックの情報	(3,149)	18.2	31.0	28.3	7.3	(1,599)	18.4	29.1	26.1	6.6	(1,550)	17.9	32.9	30.5	7.9
12. 体重や体脂肪、血圧などの自己測定の方法や器具に関する情報	(3,149)	35.3	17.1	3.9	5.1	(1,599)	32.0	15.4	3.7	5.6	(1,550)	38.6	19.0	4.1	4.6
13. 禁煙・減煙に関する情報	(3,149)	33.3	6.1	5.0	7.7	(1,599)	31.3	5.8	4.2	6.9	(1,550)	35.4	6.5	5.8	8.5
14. 禁酒・減酒に関する情報	(3,149)	31.8	6.3	3.8	6.7	(1,599)	29.5	5.9	3.3	6.1	(1,550)	34.1	6.6	4.3	7.3
15. 心理的ストレスからくる心の病に関する情報	(3,149)	38.4	13.2	4.7	6.3	(1,599)	37.9	12.9	4.2	6.7	(1,550)	38.8	13.5	5.2	5.9
16. 医療機関に関する情報	(3,149)	32.1	14.5	22.2	17.2	(1,599)	29.7	13.3	19.4	17.4	(1,550)	34.6	15.7	25.2	17.0
17. 薬に関する情報	(3,149)	38.7	35.9	5.5	7.9	(1,599)	37.5	33.7	5.6	8.4	(1,550)	39.9	38.2	5.5	7.5
18. 健康管理や病気の予防に関する情報は得ていない	(3,149)	11.8	30.9	47.7	42.5	(1,599)	10.9	33.7	50.5	43.7	(1,550)	12.6	28.0	44.8	41.3

( % )

用紙調査																				
総数						49歳以下						50歳以上								
総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット	総数	書籍・雑誌	テレビ・新聞・	医師・看護師などからの指導	行政機関からの情報	友人・知人など	インターネット
(390)	54.4	4.9	11.3	25.1	1.3	(41)	51.2	4.9	9.8	24.4	7.3	(349)	54.7	4.9	11.5	25.2	0.6			
(390)	58.5	11.0	12.6	23.3	0.8	(41)	61.0	7.3	7.3	22.0	7.3	(349)	58.2	11.5	13.2	23.5	-			
(390)	71.8	16.4	2.6	12.8	2.1	(41)	78.0	12.2	2.4	14.6	9.8	(349)	71.1	16.9	2.6	12.6	1.1			
(390)	64.4	9.7	1.3	10.3	1.8	(41)	63.4	9.8	-	7.3	12.2	(349)	64.5	9.7	1.4	10.6	0.6			
(390)	57.2	6.2	1.3	15.9	1.3	(41)	58.5	9.8	-	17.1	12.2	(349)	57.0	5.7	1.4	15.8	-			
(390)	65.9	22.1	3.6	5.9	0.5	(41)	70.7	19.5	4.9	4.9	4.9	(349)	65.3	22.3	3.4	6.0	-			
(390)	70.3	4.6	1.5	21.3	2.1	(41)	78.0	7.3	2.4	24.4	12.2	(349)	69.3	4.3	1.4	20.9	0.9			
(390)	52.3	29.2	2.6	8.7	6.4	(41)	63.4	19.5	2.4	4.9	19.5	(349)	51.0	30.4	2.6	9.2	4.9			
(390)	64.1	15.6	4.9	6.4	2.8	(41)	73.2	7.3	4.9	9.8	14.6	(349)	63.0	16.6	4.9	6.0	1.4			
(390)	59.0	4.6	1.3	11.5	2.1	(41)	80.5	7.3	-	17.1	7.3	(349)	56.4	4.3	1.4	10.9	1.4			
(390)	21.5	25.1	37.2	7.9	1.3	(41)	26.8	19.5	46.3	12.2	4.9	(349)	20.9	25.8	36.1	7.4	0.9			
(390)	42.3	26.2	3.8	4.6	0.5	(41)	48.8	19.5	4.9	4.9	4.9	(349)	41.5	26.9	3.7	4.6	-			
(390)	32.3	4.4	1.8	4.9	0.3	(41)	46.3	2.4	-	7.3	2.4	(349)	30.7	4.6	2.0	4.6	-			
(390)	33.8	6.2	1.8	3.8	0.3	(41)	51.2	4.9	-	7.3	2.4	(349)	31.8	6.3	2.0	3.4	-			
(390)	50.8	7.4	3.1	6.9	2.3	(41)	63.4	2.4	4.9	9.8	12.2	(349)	49.3	8.0	2.9	6.6	1.1			
(390)	35.4	15.1	20.0	16.4	5.1	(41)	43.9	19.5	24.4	14.6	19.5	(349)	34.4	14.6	19.5	16.6	3.4			
(390)	39.7	35.1	2.6	6.4	3.1	(41)	46.3	31.7	9.8	7.3	9.8	(349)	39.0	35.5	1.7	6.3	2.3			
(390)	1.3	2.3	2.3	2.6	4.4	(41)	2.4	2.4	4.9	4.9	4.9	(349)	1.1	2.3	2.0	2.3	4.3			

13. 情報源へのイメージ  
(複数回答)

(人)

	インターネット調査																	
	総数						49歳以下						50歳以上					
	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット
1. 詳しい情報が得やすい	3,149	665	564	1,430	131	1,319	1,599	354	222	739	64	674	1,550	311	342	691	67	645
2. 欲しい情報が見つけやすい	3,149	194	144	698	42	2,105	1,599	98	49	365	20	1,071	1,550	96	95	333	22	1,034
3. 付随する情報も同時に得やすい	3,149	420	225	642	74	1,692	1,599	228	89	316	33	882	1,550	192	136	326	41	810
4. 専門的な情報が得やすい	3,149	127	225	1,718	286	1,041	1,599	73	110	879	131	528	1,550	54	115	839	155	513
5. 広い範囲の情報が得やすい	3,149	923	568	441	185	1,484	1,599	471	238	222	80	771	1,550	452	330	219	105	713
6. わかりやすい情報が得やすい	3,149	1,618	569	544	120	830	1,599	850	236	280	47	422	1,550	768	333	264	73	408
7. 最新の情報が得やすい	3,149	1,226	874	243	135	1,480	1,599	644	420	119	61	776	1,550	582	454	124	74	704
8. 楽しく情報を得やすい	3,149	1,825	147	172	14	761	1,599	941	60	86	7	397	1,550	884	87	86	7	364
9. いつでも欲しいときに情報を得やすい	3,149	54	41	382	24	2,481	1,599	27	13	166	15	1,266	1,550	27	28	216	9	1,215
10. 知らなかった情報が得やすい	3,149	1,051	643	551	155	1,406	1,599	533	284	277	78	701	1,550	518	359	274	77	705
11. 情報に信頼がおける	3,149	429	957	978	1,113	342	1,599	212	455	517	546	167	1,550	217	502	461	567	175
12. すぐに役立つ情報が得やすい	3,149	978	333	331	92	1,502	1,599	501	150	175	41	758	1,550	477	183	156	51	744
13. どれもあてはまらない/わからない	3,149	564	961	642	1,617	337	1,599	260	550	326	851	148	1,550	304	411	316	766	189

(人)

用紙調査																	
総数						49歳以下						50歳以上					
総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット
390	161	118	150	26	40	41	18	8	21	2	17	349	143	110	129	24	23
390	89	64	135	16	75	41	10	3	15	1	22	349	79	61	120	15	53
390	85	55	113	11	54	41	8	4	15	-	18	349	77	51	98	11	36
390	71	46	173	21	39	41	6	2	21	3	16	349	65	44	152	18	23
390	140	74	82	14	40	41	17	7	10	2	14	349	123	67	72	12	26
390	195	82	67	14	29	41	26	7	8	-	10	349	169	75	59	14	19
390	181	102	49	10	49	41	21	9	5	2	14	349	160	93	44	8	35
390	230	43	37	4	25	41	26	1	6	-	6	349	204	42	31	4	19
390	44	23	117	10	96	41	6	1	10	-	22	349	38	22	107	10	74
390	154	84	88	25	45	41	18	11	11	5	12	349	136	73	77	20	33
390	69	95	97	67	18	41	9	8	10	7	6	349	60	87	87	60	12
390	135	52	66	23	57	41	18	6	9	4	17	349	117	46	57	19	40
390	12	12	10	25	18	41	-	-	-	2	2	349	12	12	10	23	16

構成割合

(%)

	インターネット調査																	
	総数						49歳以下						50歳以上					
	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット
1. 詳しい情報が得やすい	(3,149)	21.1	17.9	45.4	4.2	41.9	(1,599)	22.1	13.9	46.2	4.0	42.2	(1,550)	20.1	22.1	44.6	4.3	41.6
2. 欲しい情報が見つけやすい	(3,149)	6.2	4.6	22.2	1.3	66.8	(1,599)	6.1	3.1	22.8	1.3	67.0	(1,550)	6.2	6.1	21.5	1.4	66.7
3. 付随する情報も同時に得やすい	(3,149)	13.3	7.1	20.4	2.3	53.7	(1,599)	14.3	5.6	19.8	2.1	55.2	(1,550)	12.4	8.8	21.0	2.6	52.3
4. 専門的な情報が得やすい	(3,149)	4.0	7.1	54.6	9.1	33.1	(1,599)	4.6	6.9	55.0	8.2	33.0	(1,550)	3.5	7.4	54.1	10.0	33.1
5. 広い範囲の情報が得やすい	(3,149)	29.3	18.0	14.0	5.9	47.1	(1,599)	29.5	14.9	13.9	5.0	48.2	(1,550)	29.2	21.3	14.1	6.8	46.0
6. わかりやすい情報が得やすい	(3,149)	51.4	18.1	17.3	3.8	26.4	(1,599)	53.2	14.8	17.5	2.9	26.4	(1,550)	49.5	21.5	17.0	4.7	26.3
7. 最新の情報が得やすい	(3,149)	38.9	27.8	7.7	4.3	47.0	(1,599)	40.3	26.3	7.4	3.8	48.5	(1,550)	37.5	29.3	8.0	4.8	45.4
8. 楽しく情報を得やすい	(3,149)	58.0	4.7	5.5	0.4	24.2	(1,599)	58.8	3.8	5.4	0.4	24.8	(1,550)	57.0	5.6	5.5	0.5	23.5
9. いつでも欲しいときに情報を得やすい	(3,149)	1.7	1.3	12.1	0.8	78.8	(1,599)	1.7	0.8	10.4	0.9	79.2	(1,550)	1.7	1.8	13.9	0.6	78.4
10. 知らなかった情報が得やすい	(3,149)	33.4	20.4	17.5	4.9	44.6	(1,599)	33.3	17.8	17.3	4.9	43.8	(1,550)	33.4	23.2	17.7	5.0	45.5
11. 情報に信頼がおける	(3,149)	13.6	30.4	31.1	35.3	10.9	(1,599)	13.3	28.5	32.3	34.1	10.4	(1,550)	14.0	32.4	29.7	36.6	11.3
12. すぐに役立つ情報が得やすい	(3,149)	31.1	10.6	10.5	2.9	47.7	(1,599)	31.3	9.4	10.9	2.6	47.4	(1,550)	30.8	11.8	10.1	3.3	48.0
13. どれもあてはまらない/わからない	(3,149)	17.9	30.5	20.4	51.3	10.7	(1,599)	16.3	34.4	20.4	53.2	9.3	(1,550)	19.6	26.5	20.4	49.4	12.2

( % )

用紙調査																	
総数						49歳以下						50歳以上					
総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット	総数	テレビ番組	新聞	書籍・雑誌	行政からの情報	インターネット
(390)	41.3	30.3	38.5	6.7	10.3	(41)	43.9	19.5	51.2	4.9	41.5	(349)	41.0	31.5	37.0	6.9	6.6
(390)	22.8	16.4	34.6	4.1	19.2	(41)	24.4	7.3	36.6	2.4	53.7	(349)	22.6	17.5	34.4	4.3	15.2
(390)	21.8	14.1	29.0	2.8	13.8	(41)	19.5	9.8	36.6	-	43.9	(349)	22.1	14.6	28.1	3.2	10.3
(390)	18.2	11.8	44.4	5.4	10.0	(41)	14.6	4.9	51.2	7.3	39.0	(349)	18.6	12.6	43.6	5.2	6.6
(390)	35.9	19.0	21.0	3.6	10.3	(41)	41.5	17.1	24.4	4.9	34.1	(349)	35.2	19.2	20.6	3.4	7.4
(390)	50.0	21.0	17.2	3.6	7.4	(41)	63.4	17.1	19.5	-	24.4	(349)	48.4	21.5	16.9	4.0	5.4
(390)	46.4	26.2	12.6	2.6	12.6	(41)	51.2	22.0	12.2	4.9	34.1	(349)	45.8	26.6	12.6	2.3	10.0
(390)	59.0	11.0	9.5	1.0	6.4	(41)	63.4	2.4	14.6	-	14.6	(349)	58.5	12.0	8.9	1.1	5.4
(390)	11.3	5.9	30.0	2.6	24.6	(41)	14.6	2.4	24.4	-	53.7	(349)	10.9	6.3	30.7	2.9	21.2
(390)	39.5	21.5	22.6	6.4	11.5	(41)	43.9	26.8	26.8	12.2	29.3	(349)	39.0	20.9	22.1	5.7	9.5
(390)	17.7	24.4	24.9	17.2	4.6	(41)	22.0	19.5	24.4	17.1	14.6	(349)	17.2	24.9	24.9	17.2	3.4
(390)	34.6	13.3	16.9	5.9	14.6	(41)	43.9	14.6	22.0	9.8	41.5	(349)	33.5	13.2	16.3	5.4	11.5
(390)	3.1	3.1	2.6	6.4	4.6	(41)	-	-	-	4.9	4.9	(349)	3.4	3.4	2.9	6.6	4.6

14. 情報収集の重視項目  
(複数回答)

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. 詳しい情報が得やすい	1,648	849	799	296	20	276
2. 欲しい情報を見つけやすい	2,126	1,079	1,047	288	25	263
3. 付随する情報も同時に得やすい	914	413	501	131	9	122
4. 専門的な情報が得やすい	974	466	508	286	16	270
5. 広い範囲の情報が得やすい	594	290	304	154	8	146
6. わかりやすい情報が得やすい	1,720	877	843	381	22	359
7. 最新の情報が得やすい	1,400	710	690	307	18	289
8. 楽しく情報を得やすい	332	182	150	223	12	211
9. いつでも欲しいときに情報を得やすい	1,573	760	813	248	16	232
10. 知らなかった情報が得やすい	902	435	467	320	16	304
11. 情報に信頼がおける	1,726	845	881	304	25	279
12. すぐに役立つ情報が得やすい	1,192	580	612	407	20	387
13. どれもあてはまらない/わからない	96	34	62	27	1	26

## 構成割合

( % )

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. 詳しい情報が得やすい	52.3	53.1	51.5	29.5	42.6	28.9
2. 欲しい情報を見つけやすい	67.5	67.5	67.5	28.7	53.2	27.5
3. 付随する情報も同時に得やすい	29.0	25.8	32.3	13.1	19.1	12.8
4. 専門的な情報が得やすい	30.9	29.1	32.8	28.5	34.0	28.2
5. 広い範囲の情報が得やすい	18.9	18.1	19.6	15.4	17.0	15.3
6. わかりやすい情報が得やすい	54.6	54.8	54.4	38.0	46.8	37.6
7. 最新の情報が得やすい	44.5	44.4	44.5	30.6	38.3	30.2
8. 楽しく情報を得やすい	10.5	11.4	9.7	22.2	25.5	22.1
9. いつでも欲しいときに情報を得やすい	50.0	47.5	52.5	24.7	34.0	24.3
10. 知らなかった情報が得やすい	28.6	27.2	30.1	31.9	34.0	31.8
11. 情報に信頼がおける	54.8	52.8	56.8	30.3	53.2	29.2
12. すぐに役立つ情報が得やすい	37.9	36.3	39.5	40.6	42.6	40.5
13. どれもあてはまらない/わからない	3.0	2.1	4.0	2.7	2.1	2.7

## 15. 現在の費用

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. な し	923	471	452	224	14	210
2. ~3,000円未満	872	468	404	271	16	255
3. ~5,000円未満	503	248	255	172	4	168
4. ~10,000円未満	429	216	213	129	6	123
5. 10,000円以上	340	164	176	92	5	87
わからない	82	32	50	115	2	113

## 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総 数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. な し	29.3	29.5	29.2	22.3	29.8	22.0
2. ~3,000円未満	27.7	29.3	26.1	27.0	34.0	26.7
3. ~5,000円未満	16.0	15.5	16.5	17.1	8.5	17.6
4. ~10,000円未満	13.6	13.5	13.7	12.9	12.8	12.9
5. 10,000円以上	10.8	10.3	11.4	9.2	10.6	9.1
わからない	2.6	2.0	3.2	11.5	4.3	11.8

## 16. 今後の費用

(人)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	1,003	47	956
1. 今以上に増やしていくつもり	612	318	294	146	8	138
2. 今と同程度で増やすつもりも減らすつもりもない	2,403	1,221	1,182	425	32	393
3. 今後は減らしていきたい	134	60	74	58	3	55
回答なし	-	-	-	374	4	370

## 構成割合

(%)

	インターネット調査			用紙調査		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	(3,149)	(1,599)	(1,550)	(1,003)	(47)	(956)
1. 今以上に増やしていくつもり	19.4	19.9	19.0	14.6	17.0	14.4
2. 今と同程度で増やすつもりも減らすつもりもない	76.3	76.4	76.3	42.4	68.1	41.1
3. 今後は減らしていきたい	4.3	3.8	4.8	5.8	6.4	5.8
回答なし	-	-	-	37.3	8.5	38.7

17. 「健康日本21」の周知度【インターネット調査】

	実数（人）			構成割合（％）		
	総数	49歳以下	50歳以上	総数	49歳以下	50歳以上
総数	3,149	1,599	1,550	(3,149)	(1,599)	(1,550)
1. 知っている	702	333	369	22.3	20.8	23.8
2. 知らない	2,447	1,266	1,181	77.7	79.2	76.2
回答なし	-	-	-	-	-	-

「内容を知っている」 + 「名前を見聞きしたことはある」は「1. 知っている」へ計上した。

**平成15年度  
インターネットを活用した中高齢者向け  
健康づくり情報提供の実態調査報告書**

平成 16 年 3 月

発 行 財団法人 健康・体力づくり事業財団

〒105 - 0001

東京都港区虎ノ門1 - 25 - 5虎ノ門34MTビル

TEL 03 - 3591 - 7154

FAX 03 - 3591 - 7155

<http://www.health-net.or.jp/>

**無断複製を禁じます。**