

令和2年度第9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等に関するアンケート

実施期間 令和2年9月25日（金）から10月9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	14 (0.4%)	50 (1.6%)	197 (6.2%)	402 (12.7%)	370 (11.7%)	391 (12.3%)	243 (7.7%)	1 (0.0%)	1,668 (52.6%)
女性	10 (0.3%)	93 (2.9%)	446 (14.1%)	479 (15.1%)	316 (10.0%)	113 (3.6%)	39 (1.2%)	0 (0.0%)	1,496 (47.1%)
不明	0 (0.0%)	1 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (0.1%)	3 (0.1%)	3 (0.1%)	1 (0.0%)	0 (0.0%)	10 (0.3%)
計	24 (0.8%)	144 (4.5%)	643 (20.3%)	883 (27.8%)	689 (21.7%)	507 (16.0%)	283 (8.9%)	1 (0.0%)	3,174 (100.0%)

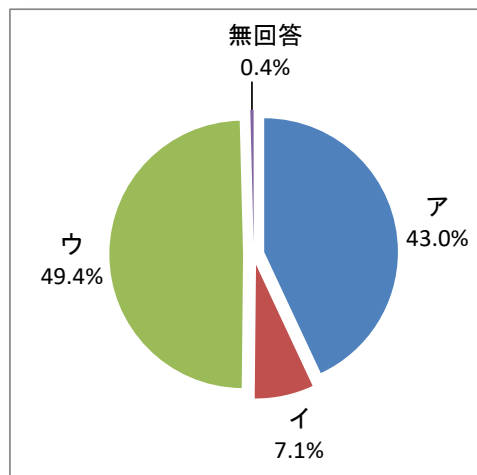
年代別・性別の回答者数／回答率

	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	3 (21.4%)	10 (20.0%)	46 (23.4%)	183 (45.5%)	179 (48.4%)	228 (58.3%)	137 (56.4%)	1 (100.0%)	787 (47.2%)
女性	1 (10.0%)	12 (12.9%)	94 (21.1%)	158 (33.0%)	131 (41.5%)	47 (41.6%)	17 (43.6%)	0 (0.0%)	460 (30.7%)
不明	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (33.3%)	2 (66.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (30.0%)
計	4 (16.7%)	22 (15.3%)	140 (21.8%)	341 (38.6%)	311 (45.1%)	277 (54.6%)	154 (54.4%)	1 (100.0%)	1,250 (39.4%)

Q1 あなたの「よこはまウォーキングポイント」への参加状況について教えてください。（単一選択）

n= 1,250

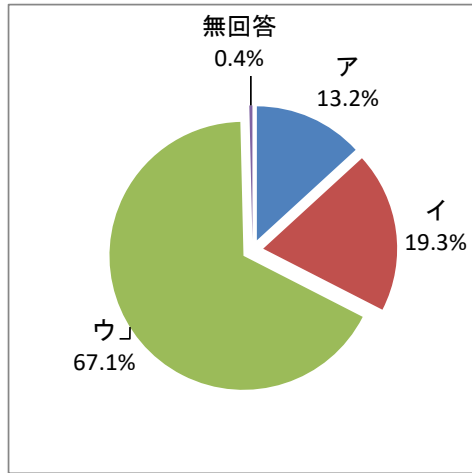
ア	現在参加している (⇒Q2へ)	43.0%	538
イ	以前参加していたが退会した (⇒Q5へ)	7.1%	89
ウ	一度も参加したことがない (⇒Q5へ)	49.4%	618
無回答		0.4%	5
		100.0%	1,250



Q2 Q1で「ア 現在参加している」と回答された方にお聞きします。「歩数計」または「歩数計アプリ」のどちらで参加していますか。歩数の計測手段(参加方法)について教えてください。
(単一選択)

n= 538

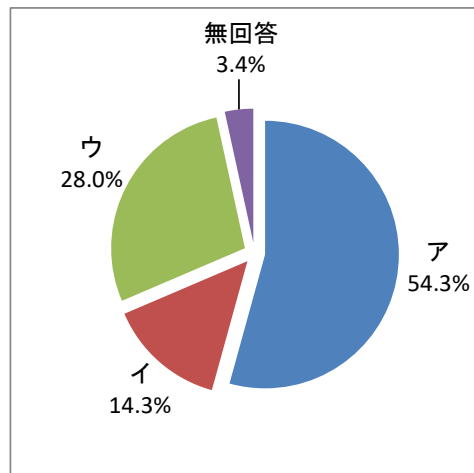
ア	歩数計と歩数計アプリの両方を使用している (⇒Q3へ)→(⇒Q4へ)	13.2%	71
イ	歩数計アプリのみ使用している (⇒Q3へ)	19.3%	104
ウ	歩数計のみ使用している (⇒Q4へ)	67.1%	361
無回答		0.4%	2
		100.0%	538



Q3 Q2で「ア 歩数計と歩数計アプリの両方を使用している」及び「イ 歩数計アプリのみ使用している」と回答された方にお聞きします。ウェアラブル端末(腕時計のように身に着けられ、歩数やご自身の健康に関するデータを取得・管理できる機器)から、歩数計アプリへ歩数等の情報が送信される方法で参加できる場合、ウェアラブル端末を利用したいと思いますか。
(単一選択)

n= 175

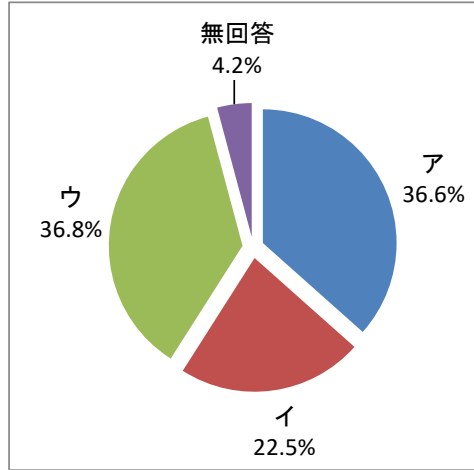
ア	利用したい	54.3%	95
イ	利用したくない	14.3%	25
ウ	どちらともいえない	28.0%	49
無回答		3.4%	6
		100.0%	175



Q4 Q2で「ア 歩数計と歩数計アプリの両方を使用している」及び「ウ 歩数計のみ使用している」と回答された方にお聞きします。歩数データの送信を行うことができるリーダーが設置されている薬局や地域ケアプラザなどに血圧計が設置されている場合、歩数データの送信を行うついでに、血圧を測ってみたいと思いますか。
(単一選択)

n= 432

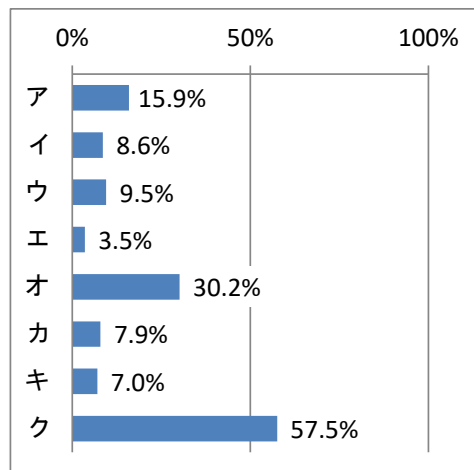
ア	測ってみたい	36.6%	158
イ	測りたくない	22.5%	97
ウ	どちらともいえない	36.8%	159
無回答		4.2%	18
		100.0%	432



Q5 よこはまウォーキングポイントの歩数計アプリ以外で、現在使用している健康に関するアプリについて、下記選択項目から選択してください。
(複数選択可)

n= 1,250

ア	体重を管理するアプリ	15.9%	199
イ	血圧を管理するアプリ	8.6%	107
ウ	睡眠を管理するアプリ	9.5%	119
エ	日々の食事を記録し栄養バランスを改善するアプリ	3.5%	44
オ	歩数の記録をサポートするアプリ	30.2%	377
カ	トレーニングをサポートするアプリ	7.9%	99
キ	その他の健康に関するアプリ	7.0%	88
ク	健康に関するアプリを使用していない (⇒Q7へ)	57.5%	719



Q6 現在使用している健康に関するアプリがあれば、アプリ名とそのアプリを使っている理由をご記入ください。
(自由意見)

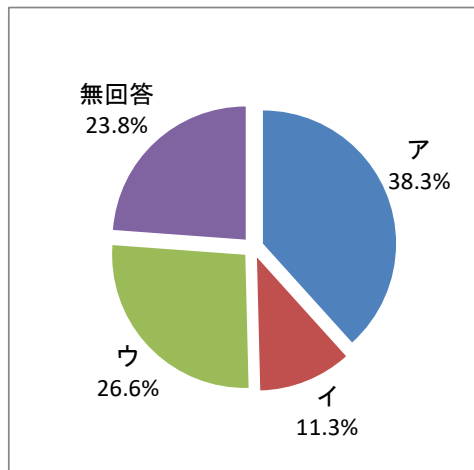
(抜粋)

アプリ名:dヘルスケア	理由:dポイントがたまるから
アプリ名:Google Fit	理由:簡単で使いやすいから
アプリ名:iPhoneヘルスケア	理由:オフラインでも使える
アプリ名:あすけん	理由:食事を記録して摂取カロリーと栄養バランスを把握できるから
アプリ名:あるくと	理由:歩くとポイントが溜まって賞品の抽選に応募できるから
アプリ名:オムロンの体組成計	理由:体組成計と連動してトラッキングできるから
アプリ名:タニタ	理由:体重や体脂肪、骨密度他などチェック出来るから

Q7 アプリに自身の健康に関するデータ(体重、血圧、睡眠の状態、栄養バランス、食事管理など)を入力することにより、定期的に自身の健康状態を把握するとともに、ポイントが付与されるシステムがある場合、あなたはそのシステムを利用してみたいと思いますか。
(単一選択)

n= 1,250

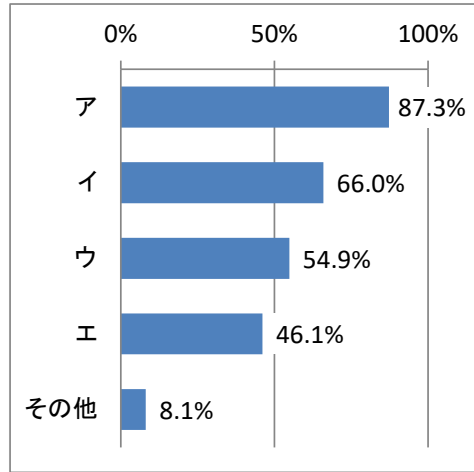
ア	利用したい (⇒Q8へ)	38.3%	479
イ	利用したくない (⇒Q10へ)	11.3%	141
ウ	どちらともいえない (⇒Q10へ)	26.6%	332
無回答		23.8%	298
		100.0%	1,250



Q8 Q7で「ア 利用したい」と回答された方にお聞きします。健康管理に役立てるために記録・確認したい自身の健康に関するデータは何ですか。
(複数選択可)

n= 479

ア	体重・体脂肪率・BMI	87.3%	418
イ	血圧	66.0%	316
ウ	睡眠の状態	54.9%	263
エ	栄養バランス・食事管理	46.1%	221
その他		8.1%	39



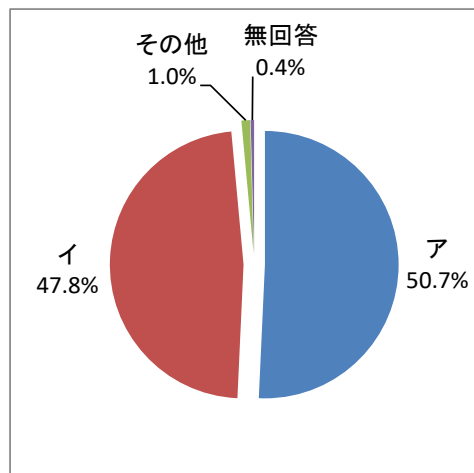
その他(抜粋)

運動履歴
運動量
体温

Q9 Q7で「ア 利用したい」と回答された方にお聞きします。自身の健康に関するデータの入力方法について教えてください。
(単一選択)

n= 479

ア	手入力でも構わない	50.7%	243
イ	機器(血圧計等)等から自動的にデータを転送してほしい(手入力はしたくない)	47.8%	229
その他		1.0%	5
無回答		0.4%	2
		100.0%	479



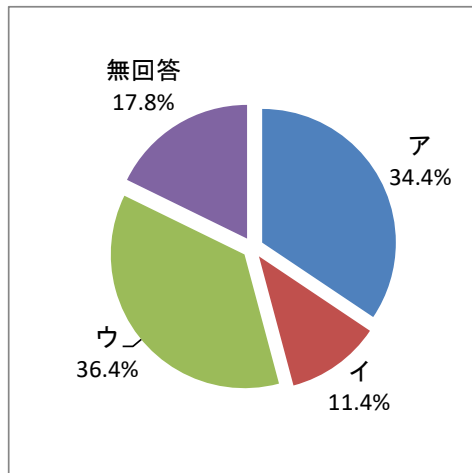
その他(抜粋)

写真を撮ればそこからデータを読み取ってほしい。
手入力でもいいが、簡単に操作できるものが良い。
食べたものの画像から分析して、健康チェックしてほしい。

Q10 歩数に応じたポイントの付与以外に、区や市の健康講座やイベントに参加することによりポイントが付与される場合、あなたは利用してみたいと思いますか。
(単一選択)

n= 1,250

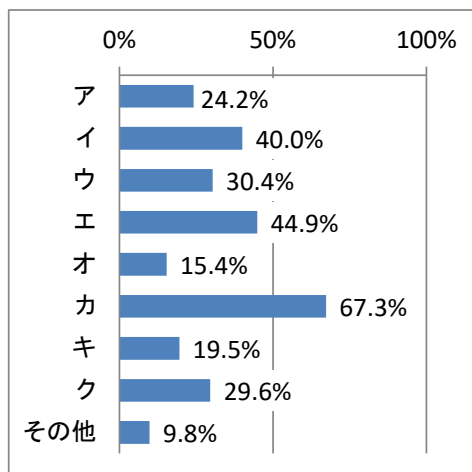
ア	利用したい	34.4%	430
イ	利用したくない	11.4%	143
ウ	どちらともいえない	36.4%	455
無回答		17.8%	222
		100.0%	1,250



Q11 健康に関するアプリを使用する場合、使い勝手や性能など、あなたが重視するポイントについて教えてください。
(複数選択可)

n= 1,250

ア	起動時間	24.2%	302
イ	消費電力	40.0%	500
ウ	容量	30.4%	380
エ	歩数カウントなどの正確性	44.9%	561
オ	画面構成のデザイン	15.4%	192
カ	操作の分かりやすさ	67.3%	841
キ	通知機能	19.5%	244
ク	コンテンツ内容	29.6%	370
その他		9.8%	123



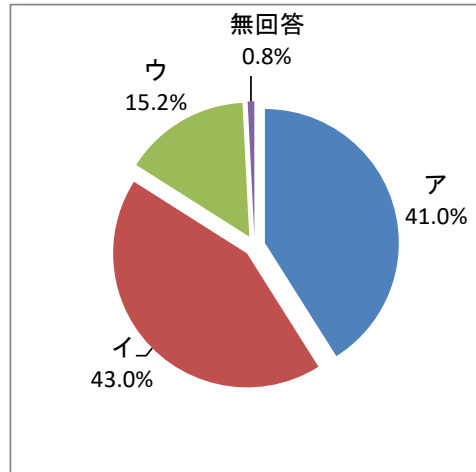
その他(抜粋)

アプリを使おうとは思わない
セキュリティ、プライバシー
他デバイスとの連動性(Bluetoothなどで)

Q12 横浜市が提供する、「健康的な食生活に関する情報」や「口腔ケアに関する情報」、「健康関連イベントの情報」など、健康づくりに役立つ様々な情報について、どのようなタイミングでアプリなどから取得できるとよいと思いますか。
(単一選択)

n= 1,250

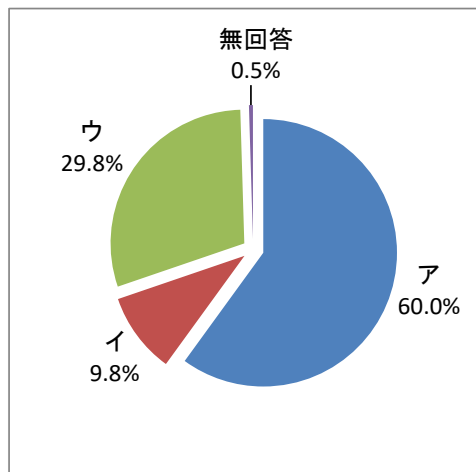
ア	自分が欲している時	41.0%	513
イ	定期的な配信	43.0%	537
ウ	必要ない	15.2%	190
無回答		0.8%	10
		100.0%	1,250



Q13 よこはまウォーキングポイントでは、歩数のポイントに応じて年4回の定期抽選(商品券を提供)と年1回のWチャンス抽選(商品券と健康器具等を提供)を実施しています。健康に関するアプリの使用により景品があたる抽選に参加できる場合、当選確率と景品の価格、どちらが重要だと思いますか。
(単一選択)

n= 1,250

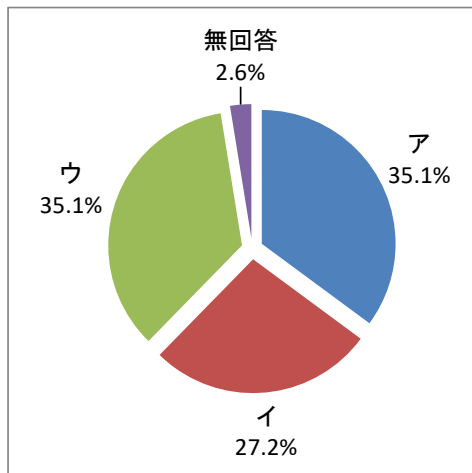
ア	当選確率が重要	60.0%	750
イ	景品の価格が重要	9.8%	122
ウ	どちらともいえない	29.8%	372
無回答		0.5%	6
		100.0%	1,250



Q14 健康に関するアプリの使用により、3か月に1回景品が当たる場合、具体的な当選確率と景品の価格との関係について、下記選択肢の中で1番良いと思う項目を選択してください。
(単一選択)

n= 1,250

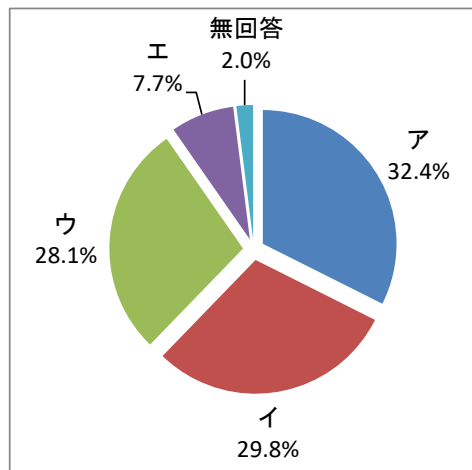
ア	景品は100円相当でポイントを貯めれば確実にもらえるもの	35.1%	439
イ	景品は500円相当で抽選の当選確率20%のもの	27.2%	340
ウ	景品は1000円相当で抽選の当選確率10%のもの	35.1%	439
無回答		2.6%	32
		100.0%	1,250



Q15 健康に関するアプリで、決められた歩数に応じて、民間のポイントカードのポイントが付与される場合、下記選択肢の中で1番実施意欲が掻き立てられる項目を選択してください。
(単一選択)

n= 1,250

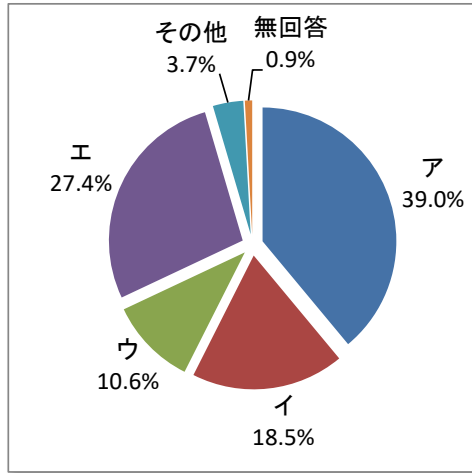
ア	1日あたりの決められた歩数を歩けば1ポイントもらえる	32.4%	405
イ	1週間あたりの決められた歩数を歩けば7ポイントもらえる	29.8%	373
ウ	1か月あたりの決められた歩数を歩けば30ポイントもらえる	28.1%	351
エ	3か月あたりの決められた歩数を歩けば90ポイントもらえる	7.7%	96
無回答		2.0%	25
		100.0%	1,250



Q16 健康づくりに関する取り組みへの参加により当選する景品の内容について、あなたが1番希望する景品をお選びください。
(単一選択)

n= 1,250

ア	電子ポイント	39.0%	487
イ	コンビニ等の引換券や割引券	18.5%	231
ウ	健康的なメニューの提供や地産地消に取り組む市内飲食店の割引券	10.6%	132
エ	商品券	27.4%	343
その他		3.7%	46
無回答		0.9%	11
		100.0%	1,250



その他(抜粋)

横浜市、横浜市の協賛企業のグッズ

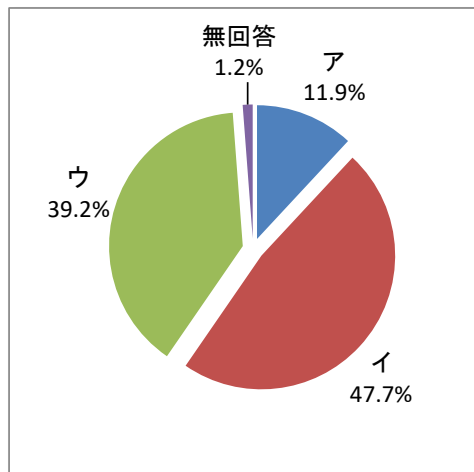
寄付。例えば被災地支援、医療ケア、福祉、文化財保護、環境保全など

景品は不要

Q17 「よこはま健康スタンプラリー事業」を知っていますか。
(単一選択)

n= 1,250

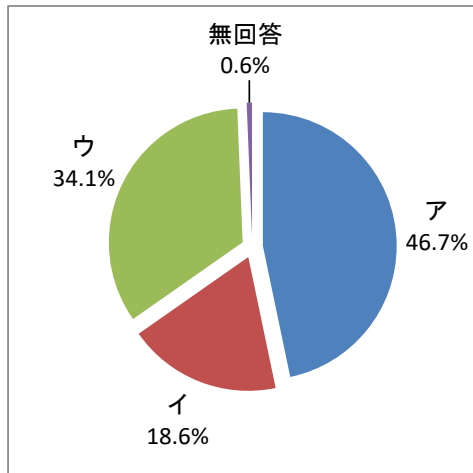
ア	知っていて参加したことがある	11.9%	149
イ	知っているが参加したことはない	47.7%	596
ウ	知らない(初めて聞いた)	39.2%	490
無回答		1.2%	15
		100.0%	1,250



Q18 「よこはま健康スタンプラリー事業」がアプリ上でも開催された場合、参加を希望しますか。(単一選択)

n= 1,250

ア	参加する	46.7%	584
イ	参加しない(現在の方法で参加する)	18.6%	232
ウ	参加しない(現在の方法でもアプリでも参加しない)	34.1%	426
無回答		0.6%	8
		100.0%	1,250



Q19 よこはまウォーキングポイント事業について、ご意見があればご自由にご記入ください。また、健康づくりに関心はあるものの、なかなか取り組めていない方々の健康づくりを後押しするアイデアがあればご記入ください。(200字以内)(自由意見)

(抜粋)

<p>アプリで参加しています。歩数計は使わずにアップルウォッチを使っています。これの歩数がアプリで使えるとスマホを持っていない時の歩数もカウントされるので良いと思います。</p>
<p>アプリのインストールが前提の場合、参加したくてもできない人がいるので、常に複数の手段で参加できるようにしてください。</p>
<p>アプリを入れているだけで歩数をカウントしてくれる(現行)のは、ズボラな私には有難い。「目標達成やもう少し」を週一回程度通知してくれると、やる気きがでるかもです。</p>
<p>この事業自体はとても有意義だと思います。税金の使い道として納得できます。区役所などでヨガやストレッチなどのワンコインスポット講座などを催してくれたら参加してみたい。</p>
<p>とても良い取り組みだと思います。あとは景品等引き換えの魅力をあげるともっと良いと思います。</p>
<p>よこはまウォーキングポイントはすっかり生活の一部に定着して、たのしく健康づくりをするのにとっても良い事業だと思っています。先日も表彰状を頂いてとても嬉しくて周囲の方たちにも一緒に参加しましょう！ってお誘いしたところ新たに始められた方や、ちょっとお休みしてるけど再び始められた方がいます。実際に参加している人が誘うのは効果があるかもしれません。</p>
<p>よこはまウォーキングポイント事業があつて、歩数など気にするようになった。</p>
<p>リーダーの設置箇所が少ないように感じます。Loppiが利用できるのは良いと思いますが、このご時世なので不要不急で店舗に赴きたくない方もいらっしゃると思います。アプリ上で歩数申告を送信できるようにしてもいいと思います。</p>
<p>横浜ウォーキングポイント事業は期待しています。もしこの事業がなかったら自ら外出はしないと思います。目的があつて続けられます。スタンプラリー期待しています。健康寿命を伸ばしたいです。</p>
<p>当事業の開始直後から参加しています。当選しなくても、歩くことによってポイントがたまるということは、励みになっており、今まで以上に歩くことができます。</p>