

## 運動に関する調査

～「健康のための運動」言うは易く、行うは難し～

《調査概要》

○ 調査時期

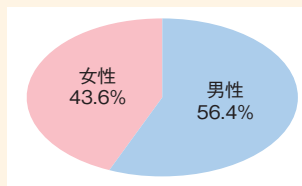
平成30年10月16日～24日

○ 調査回答数

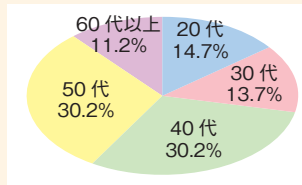
県内企業の社員など117名

《調査結果》

【グラフ1】性別

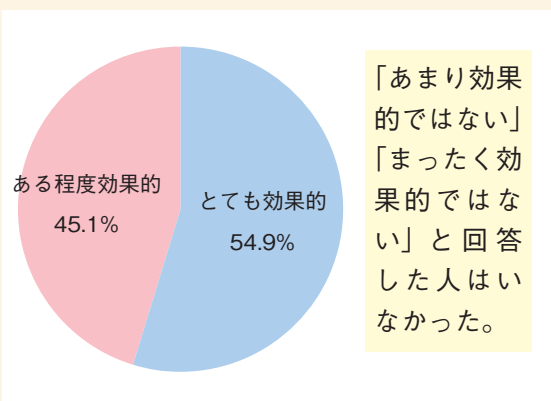


【グラフ2】年代



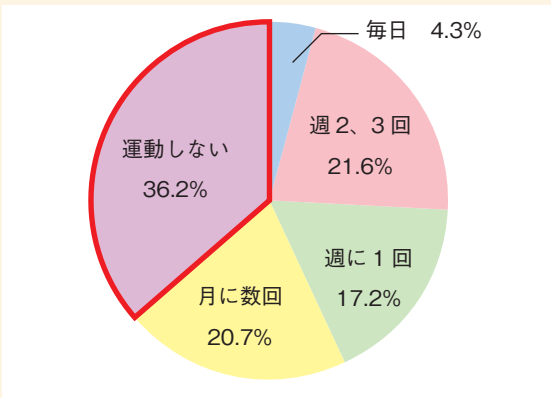
全ての回答者が

運動は健康に効果的と回答



「あまり効果的ではない」「まったく効果的ではない」と回答した人はいなかった。

【グラフ3】運動は健康に効果的か



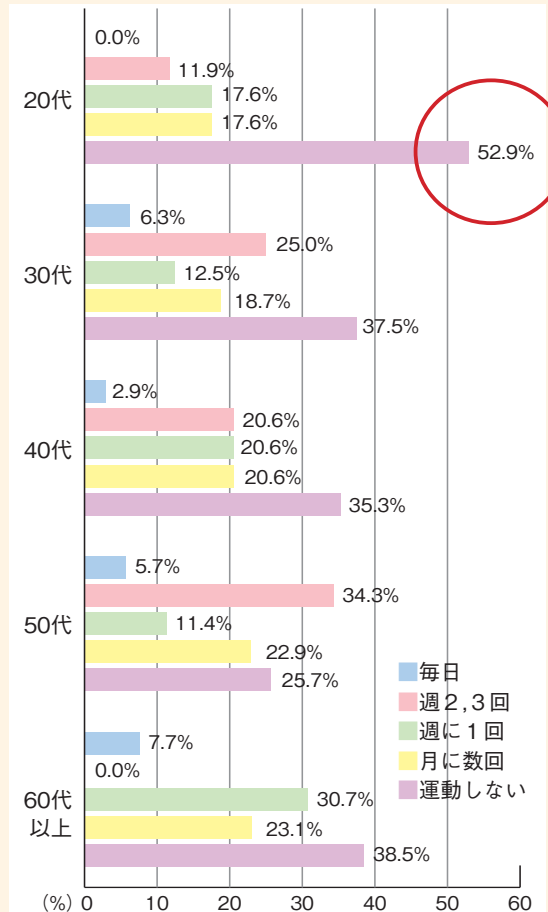
【グラフ4】運動する頻度

3割以上の人が

「運動しない」と回答

最も運動の頻度が低い

年代は20代



【グラフ5】年代別 運動する頻度

運動は健康に効果的か否かを尋ねると、全回答者が効果的と回答した（グラフ3）。しかし、運動する頻度（グラフ4）を見ると、「運動しない」との回答が36・2%となり、運動の効果を手で理解しつとも実行していない人も見られる。また、その結果を年代別に見ると、特に20代でその傾向が顕著（52・9%）となる。

お問い合わせは...

福井商工会議所 会員サービス課

TEL 0776(33)8254