

第7章 「未病改善」の取組み【問18～問21】

1 「未病（ME-BYO）」の認知度【問18】

【全体の状況】

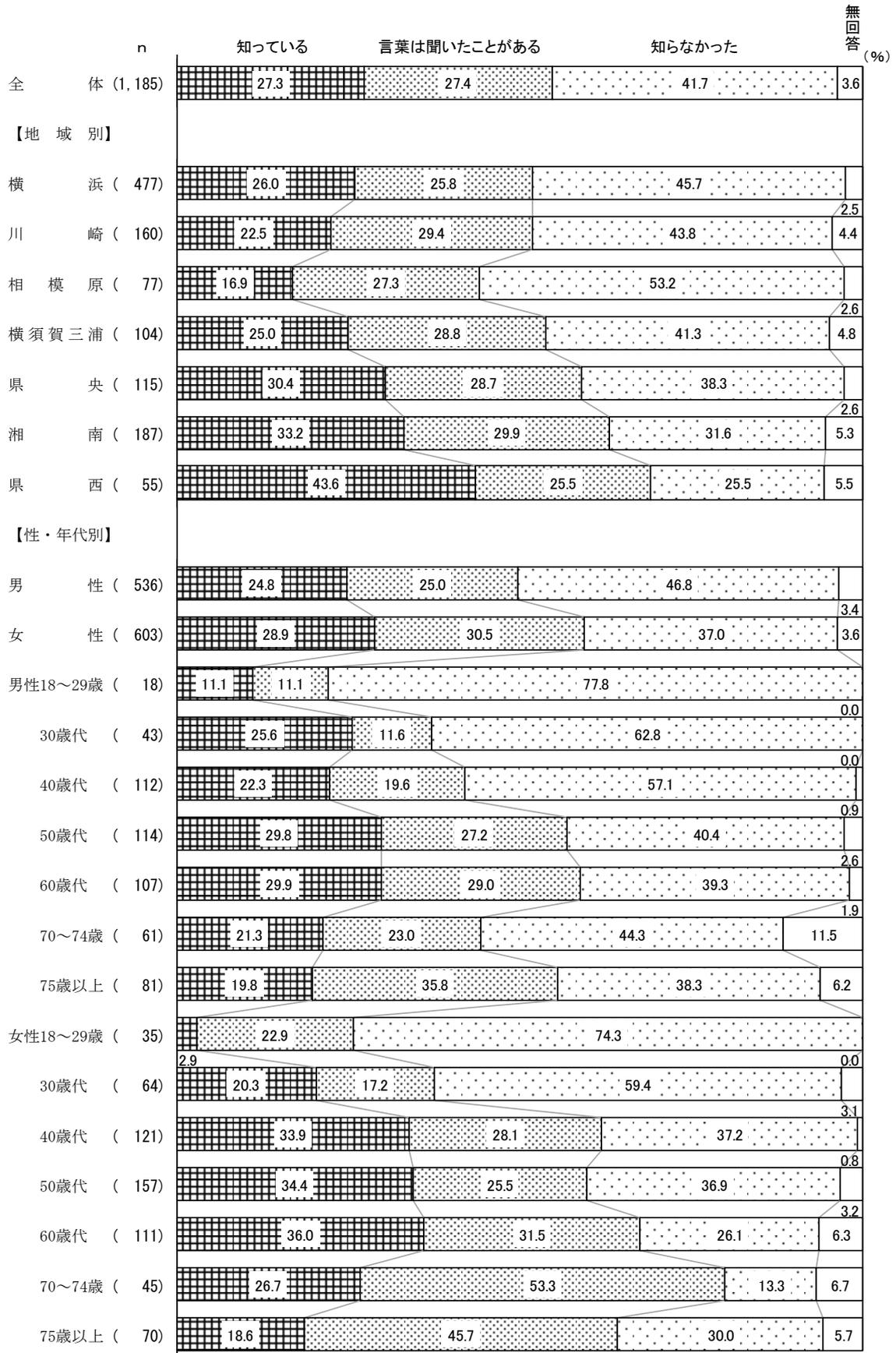
「未病（ME-BYO）」の言葉の意味を知っているか尋ねたところ、「知っている」が27.3%であった。また、「言葉は聞いたことがある」が27.4%であった。

一方、「知らなかった」が41.7%であった。（図表7-1-1）

図表7-1-1 「未病（ME-BYO）」の認知度



図表7-1-2 「未病（ME-BYO）」の認知度—地域別、性・年代別

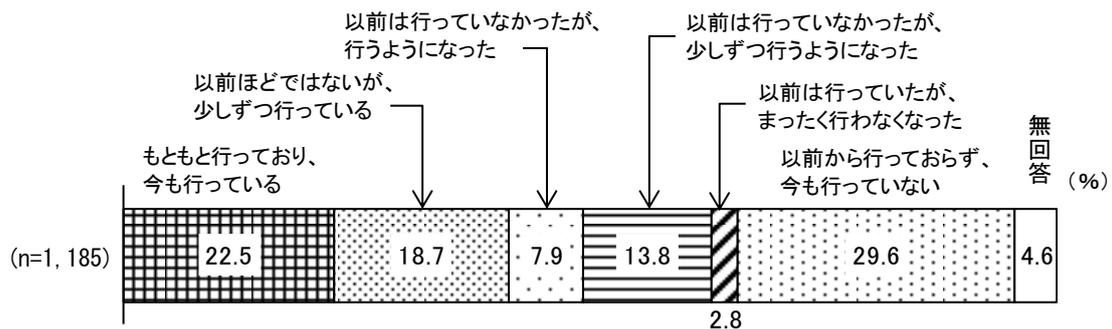


2 過去1年間の「未病改善」の取組状況【問19】

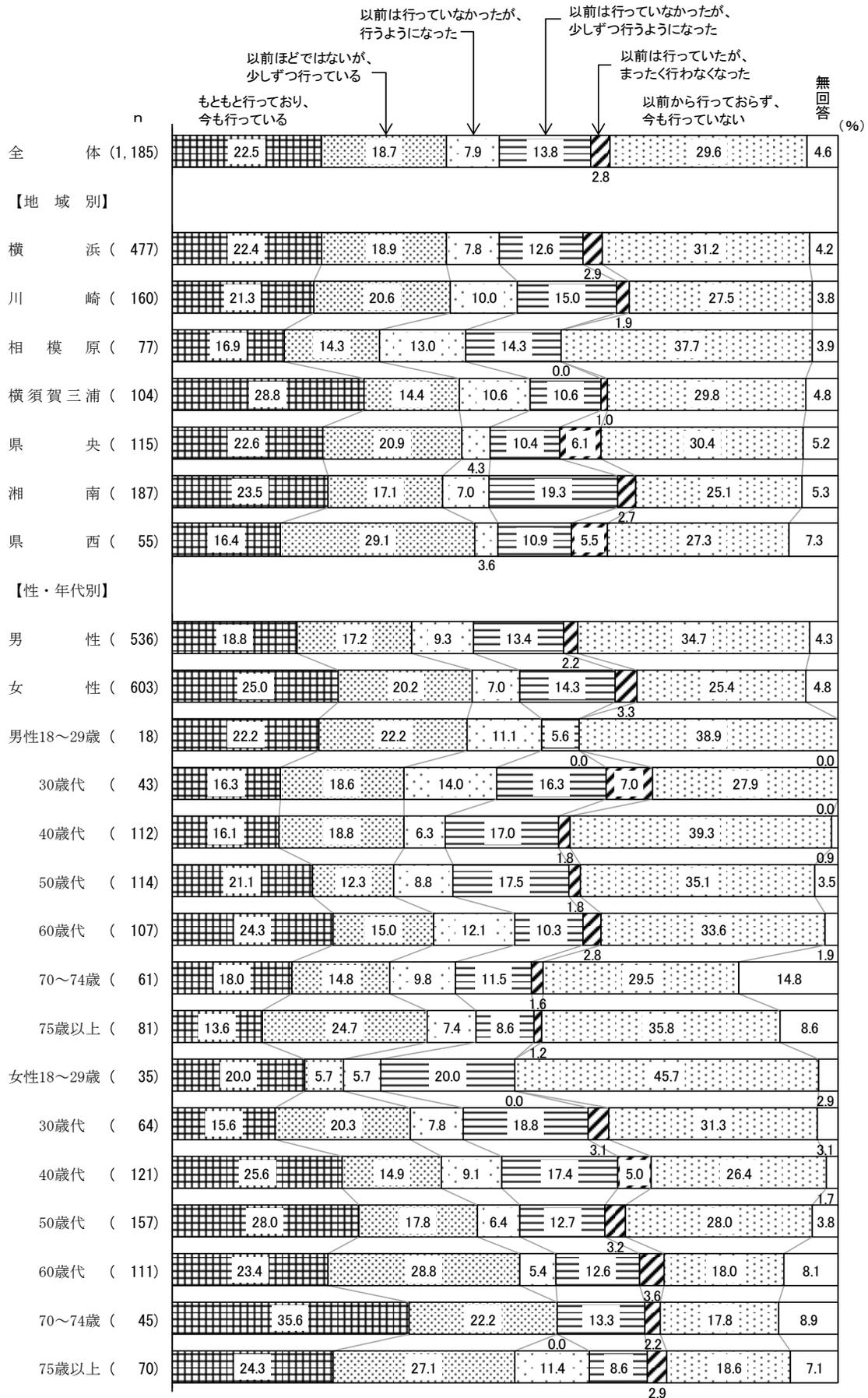
【全体の状況】

過去1年間で「未病改善」の取組み（バランスの良い食事、運動、人との交流など）を以前と比べて行うようになったと思うか尋ねたところ、「以前から行っておらず、今も行っていない」が29.6%で最も多く、次いで「もともと行っており、今もやっている」が22.5%であった。（図表7-2-1）

図表7-2-1 過去1年間の「未病改善」の取組状況



図表7-2-2 過去1年間の「未病改善」の取組状況—地域別、性・年代別

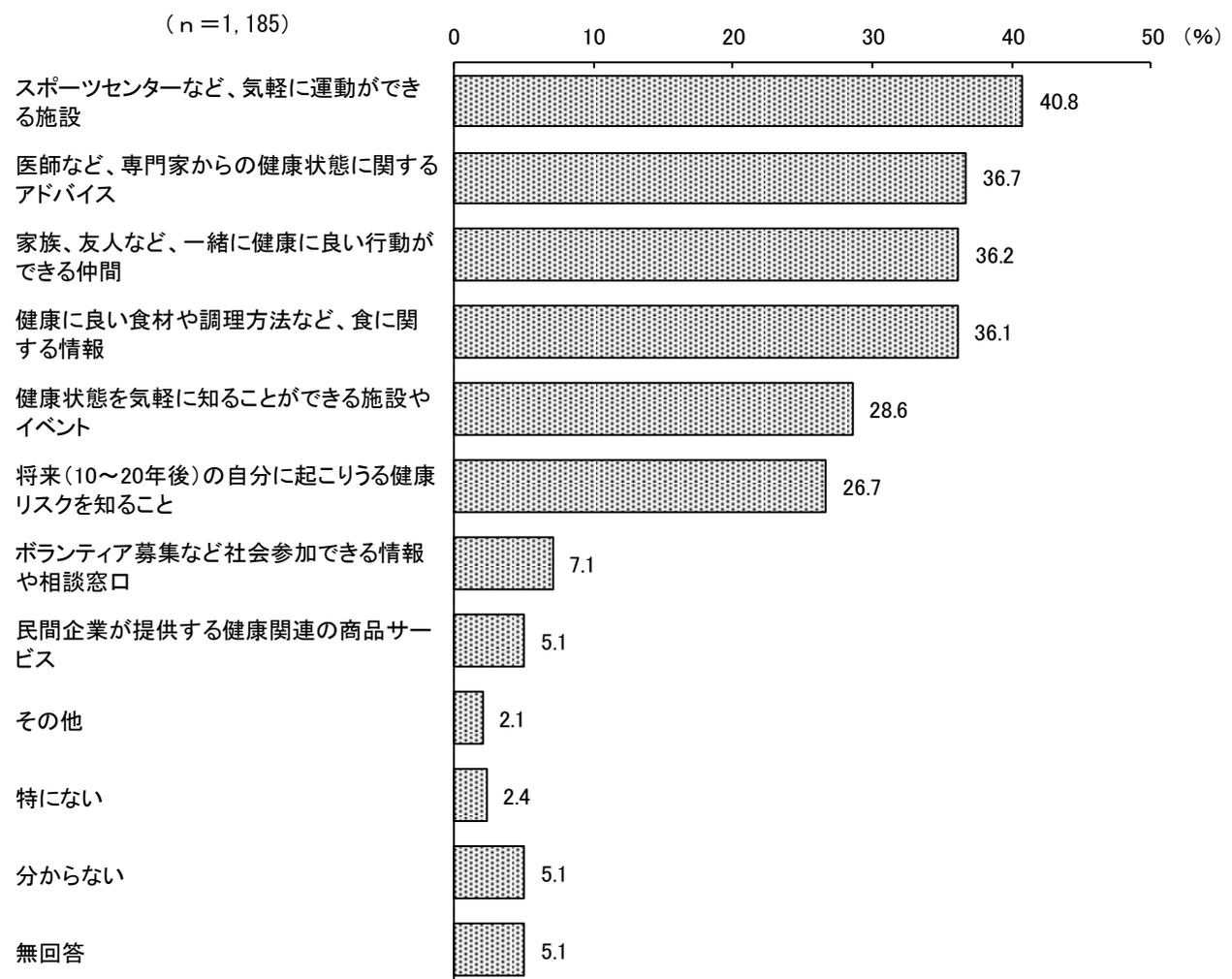


3 「未病改善」の取組みに必要なと思うもの【問20】

【全体の状況】

「未病改善」の取組み（バランスの良い食事、運動、人との交流など）をするにあたって必要だと思うものを複数回答（3つまで選択可）で尋ねたところ、「スポーツセンターなど、気軽に運動ができる施設」が40.8%で最も多く、次いで「医師など、専門家からの健康状態に関するアドバイス」が36.7%であった。（図表7-3-1）

図表7-3-1 「未病改善」の取組みに必要なと思うもの（複数回答）



図表7-3-2 「未病改善」の取組みに必要なと思うもの（複数回答）－地域別、性・年代別

(%)

	n	動 が で き る 施 設	ス ポ ー ツ セ ン タ ー な ど、 気 軽 に 運	に 関 す る ア ド バ イ ス	医 師 な ど、 専 門 家 か ら の 健 康 状 態	家 族、 友 人 な ど、 一 緒 に 健 康 に 良 い 行 動 が で き る 仲 間	健 康 に 良 い 食 材 や 調 理 方 法 な ど、 食 に 関 す る 情 報	健 康 状 態 を 気 軽 に 知 る こ と が で き る 施 設 や イ ベ ン ト	将 来 （ 1 0 ～ 2 0 年 後 ） の 自 分 に 起 こ り う る 健 康 リ ス ク を 知 る こ と	ポ ラ ン テ ィ ア 募 集 な ど 社 会 参 加 で き る 情 報 や 相 談 窓 口	民 間 企 業 が 提 供 す る 健 康 関 連 の 商 品 サ ー ビ ス	そ の 他	特 に な い	分 か ら な い	無 回 答	
全 体	1,185	40.8	36.7	36.2	36.1	28.6	26.7	7.1	5.1	2.1	2.4	5.1	5.1			
【地 域 別】																
横 浜	477	41.5	38.4	33.1	34.6	29.8	24.1	6.5	5.2	2.1	3.8	6.5	4.8			
川 崎	160	45.6	37.5	35.0	36.3	30.0	31.3	6.3	5.0	2.5	1.3	3.1	4.4			
相 模 原	77	32.5	33.8	44.2	36.4	27.3	36.4	13.0	2.6	1.3	-	6.5	3.9			
横 須 賀 三 浦	104	43.3	34.6	41.3	33.7	28.8	26.9	5.8	4.8	3.8	-	2.9	6.7			
県 央	115	38.3	33.9	38.3	33.9	28.7	27.8	7.8	7.8	2.6	3.5	4.3	5.2			
湘 南	187	39.0	38.0	37.4	43.9	26.2	24.6	7.0	5.3	1.6	2.1	4.3	5.9			
県 西	55	38.2	30.9	36.4	27.3	27.3	25.5	9.1	1.8	-	1.8	7.3	5.5			
【性・年代別】																
男 性	536	43.3	40.3	31.2	33.4	26.3	24.8	6.7	5.2	2.2	2.4	7.1	3.9			
女 性	603	39.8	34.5	41.1	38.3	31.7	28.2	7.6	5.0	2.0	1.8	3.3	6.0			
男性18～29歳	18	44.4	33.3	50.0	50.0	33.3	16.7	5.6	16.7	5.6	5.6	5.6	-			
30歳代	43	65.1	37.2	30.2	30.2	16.3	32.6	-	4.7	4.7	2.3	7.0	-			
40歳代	112	57.1	30.4	44.6	35.7	19.6	30.4	5.4	10.7	4.5	-	6.3	0.9			
50歳代	114	42.1	37.7	29.8	31.6	32.5	26.3	8.8	7.0	0.9	2.6	7.0	2.6			
60歳代	107	43.0	49.5	29.0	34.6	29.0	27.1	8.4	1.9	0.9	0.9	2.8	2.8			
70～74歳	61	27.9	47.5	19.7	32.8	26.2	14.8	9.8	1.6	-	6.6	8.2	11.5			
75歳以上	81	25.9	43.2	22.2	29.6	27.2	17.3	4.9	-	2.5	3.7	13.6	8.6			
女性18～29歳	35	45.7	34.3	31.4	40.0	34.3	28.6	5.7	5.7	5.7	2.9	5.7	2.9			
30歳代	64	40.6	31.3	46.9	34.4	23.4	37.5	3.1	9.4	3.1	1.6	3.1	3.1			
40歳代	121	49.6	28.9	42.1	34.7	34.7	34.7	9.9	9.9	2.5	1.7	0.8	2.5			
50歳代	157	42.0	32.5	39.5	38.9	36.3	28.0	7.6	3.2	2.5	1.9	3.2	7.0			
60歳代	111	36.0	36.9	40.5	39.6	28.8	27.0	8.1	2.7	0.9	0.9	4.5	8.1			
70～74歳	45	31.1	46.7	40.0	40.0	26.7	20.0	11.1	-	-	-	4.4	13.3			
75歳以上	70	25.7	40.0	44.3	42.9	30.0	15.7	5.7	2.9	-	4.3	4.3	5.7			

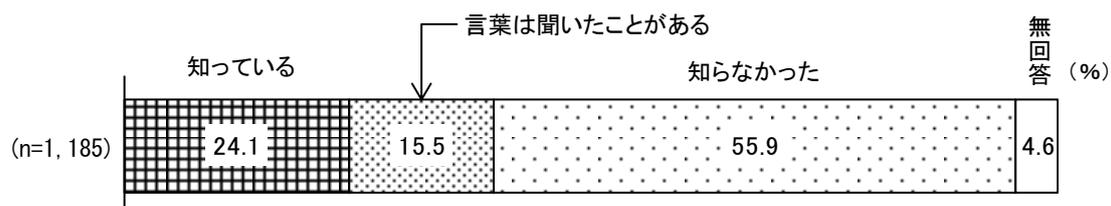
4 「フレイル」の認知度【問21】

【全体の状況】

「フレイル」という言葉を知っているか尋ねたところ、「知っている」が24.1%であった。また、「言葉は聞いたことがある」が15.5%であった。

一方、「知らなかった」が55.9%であった。(図表7-4-1)

図表7-4-1 「フレイル」の認知度



図表7-4-2 「フレイル」の認知度—地域別、性・年代別

