

## 第4章 「未病改善」の取組み【問12～問15】

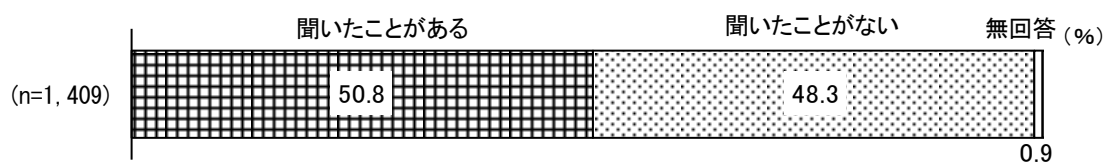
### 1 「未病（ME-BYO）」の認知度【問12】

#### 【全体の状況】

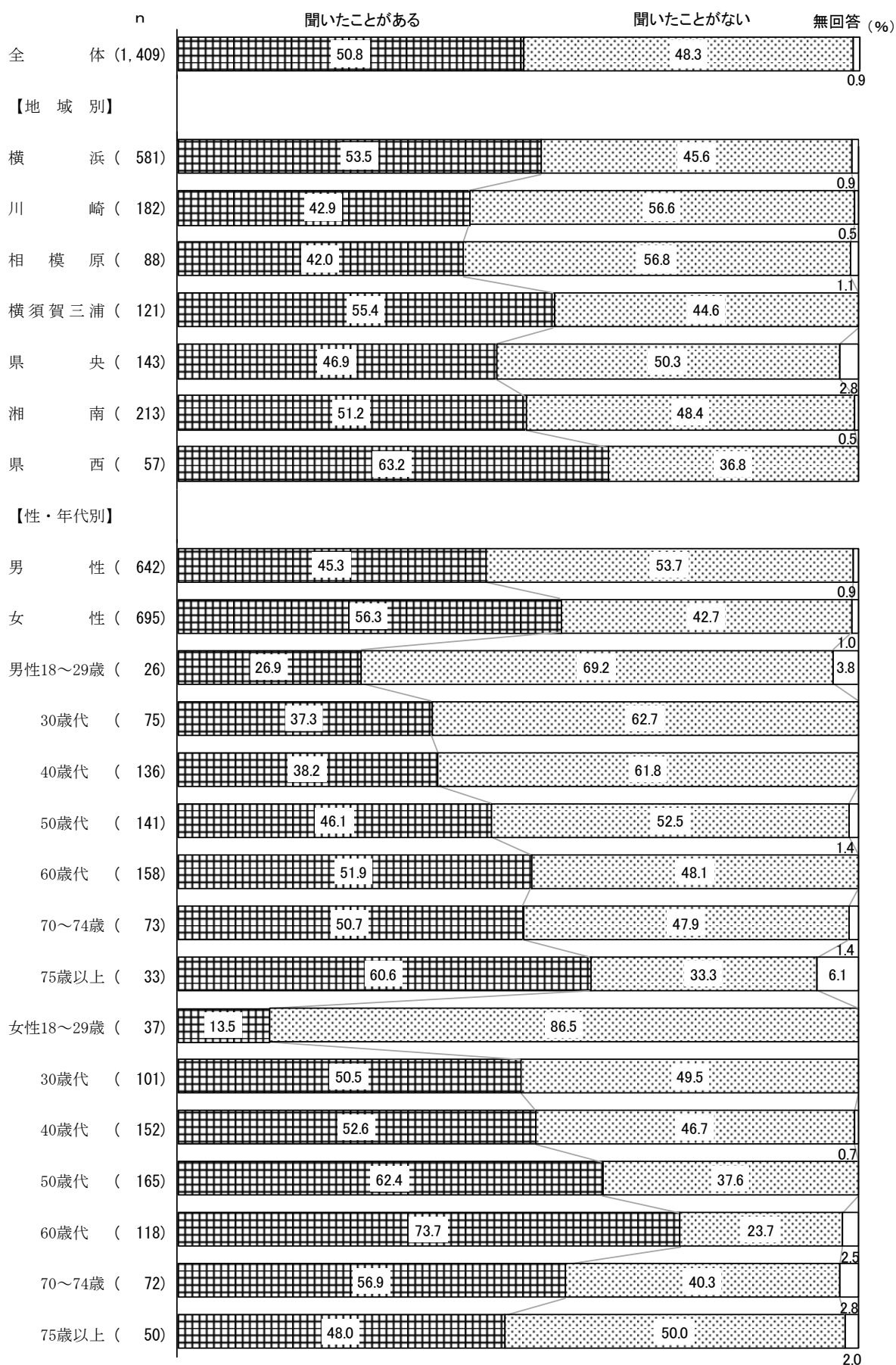
「未病（ME-BYO）」という言葉を知ったことがあるか尋ねたところ、「聞いたことがある」が50.8%であった。

一方、「聞いたことがない」が48.3%であった。（図表4-1-1）

図表4-1-1 「未病（ME-BYO）」の認知度



図表4-1-2 「未病（ME-BYO）」の認知度—地域別、性・年代別



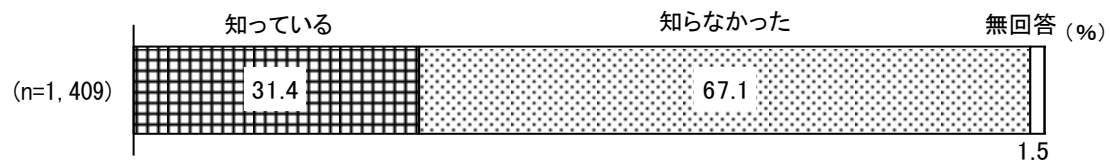
## 2 「未病（ME－BYO）」の意味の認知度【問13】

### 【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」は31.4%であった。

一方、「知らなかった」が67.1%であった。（図表4-2-1）

図表4-2-1 「未病（ME－BYO）」の意味の認知度

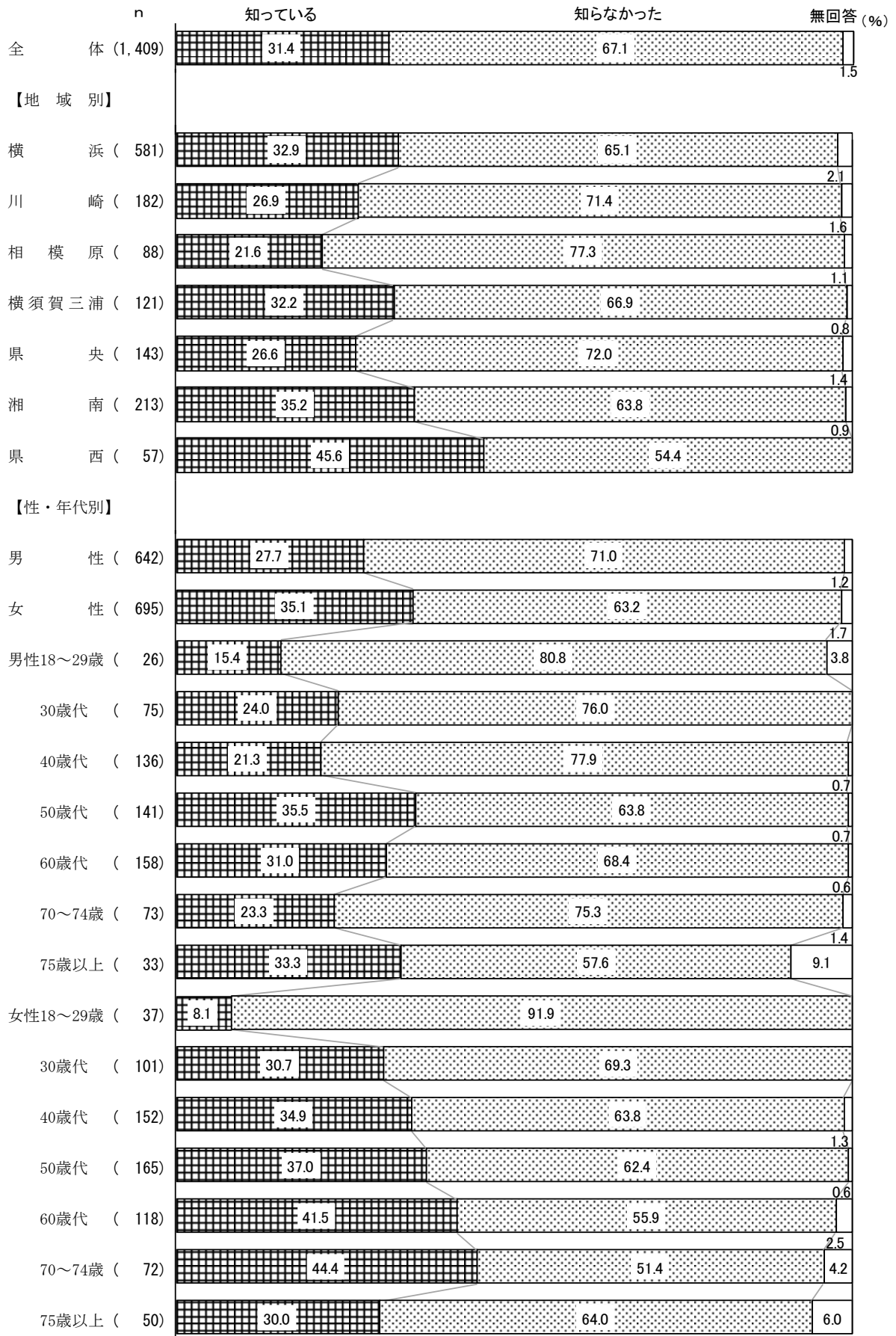


問12で『未病（ME－BYO）』という言葉を知ったことがありますか』との設問にて、選択肢1「聞いたことがある」と回答した716名の間13における回答状況は以下のとおりです。

（参考）716名分の調査結果

1 知っている	59.9% (429名)
2 知らなかった	39.0% (279名)
無回答	1.1% (8名)

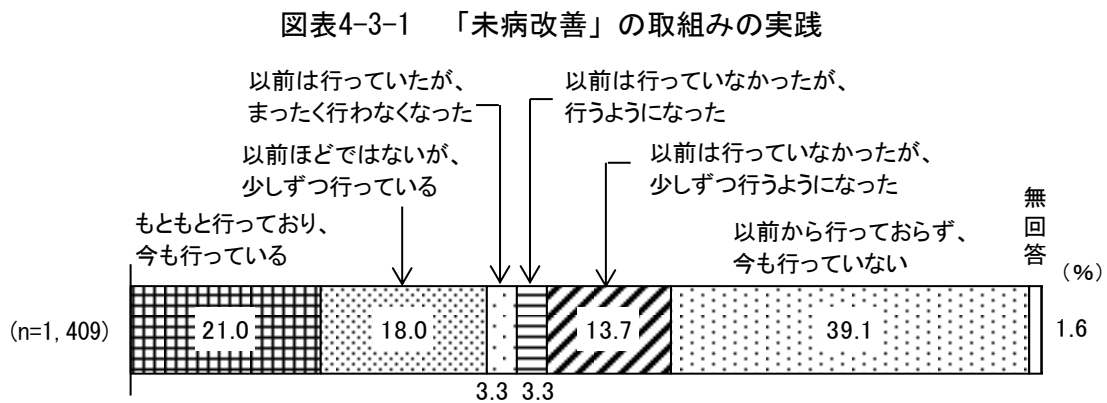
図表4-2-2 「未病（ME-BYO）」の意味の認知度—地域別、性・年代別



### 3 「未病改善」の取組みの実践【問14】

#### 【全体の状況】

過去の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39.1%で最も多く、次いで「もともと行っており、今も行っている」が21.0%であった。（図表4-3-1）



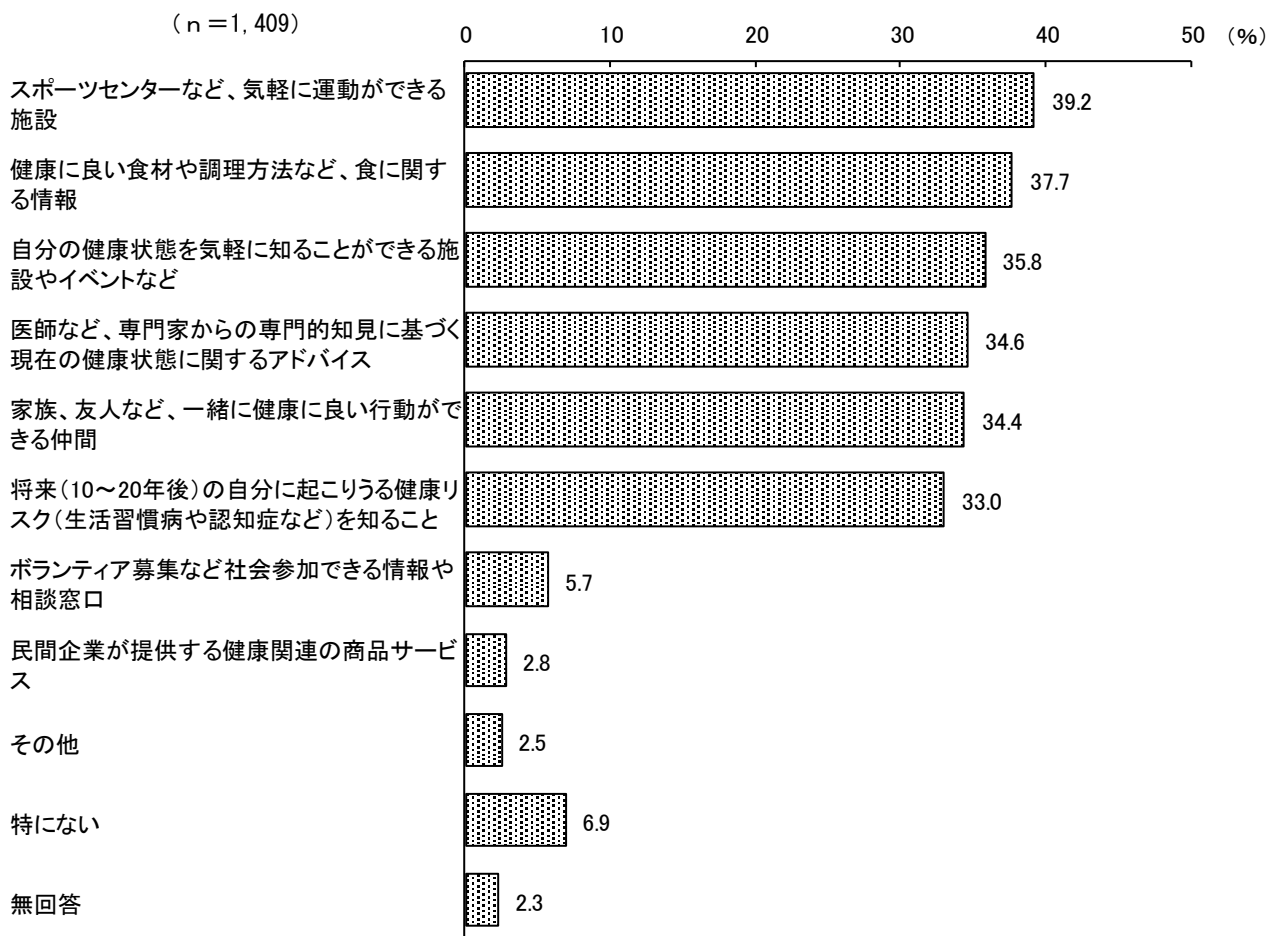


#### 4 「未病改善」の取組みに必要なと思うもの【問15】

##### 【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39.2%で最も多く、次いで「健康に良い食材や調理方法など、食に関する情報」が37.7%であった。（図表4-4-1）

図表4-4-1 「未病改善」の取組みに必要なと思うもの（複数回答）



図表4-4-2 「未病改善」の取組みに必要だと思うもの（複数回答）－地域別、性・年代別

(%)

	n	スポーツセンターなど、気軽に運動ができる施設	健康に良い食材や調理方法など、食に関する情報	自分の健康状態を気軽に知ることができる施設やイベントなど	医師など、専門家からの専門的知識に基づく現在の健康状態に関するアドバイス	家族、友人など、一緒に健康に良い行動ができる仲間	将来（10～20年後）の自分に起こりうる健康リスク（生活習慣病や認知症など）を知ること	ボ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	特になし	無回答
全 体	1,409	39.2	37.7	35.8	34.6	34.4	33.0	5.7	2.8	2.5	6.9	2.3
【地 域 別】												
横 浜	581	39.4	36.3	36.3	37.5	34.6	34.9	5.7	3.3	2.9	5.9	2.6
川 崎	182	46.7	41.8	30.2	39.0	36.8	27.5	6.0	2.7	2.2	3.8	2.2
相 模 原	88	45.5	30.7	40.9	31.8	33.0	35.2	5.7	-	2.3	4.5	1.1
横 須 賀 三 浦	121	43.8	38.0	33.1	38.0	31.4	33.1	1.7	5.0	1.7	4.1	1.7
県 央	143	30.8	44.8	41.3	30.1	42.0	30.1	6.3	2.1	1.4	7.0	1.4
湘 南	213	37.1	34.7	33.3	26.8	31.9	32.4	8.0	1.9	3.3	11.7	2.3
県 西	57	29.8	38.6	47.4	29.8	29.8	35.1	1.8	3.5	1.8	12.3	-
【性・年代別】												
男 性	642	40.2	35.0	33.5	33.6	30.1	28.5	5.0	2.6	3.4	10.0	2.0
女 性	695	39.6	39.9	38.4	35.7	39.1	37.0	6.0	3.2	1.6	3.2	2.7
男性18～29歳	26	50.0	53.8	38.5	26.9	57.7	42.3	3.8	-	-	-	-
30歳代	75	44.0	34.7	25.3	26.7	33.3	18.7	4.0	4.0	2.7	13.3	2.7
40歳代	136	50.7	44.1	34.6	31.6	32.4	30.1	5.1	0.7	6.6	5.1	0.7
50歳代	141	36.9	31.2	35.5	29.8	28.4	27.7	5.7	6.4	3.5	12.8	1.4
60歳代	158	37.3	29.7	38.0	44.9	25.3	32.3	4.4	1.9	1.3	8.9	1.9
70～74歳	73	32.9	32.9	31.5	28.8	26.0	26.0	8.2	1.4	4.1	11.0	4.1
75歳以上	33	24.2	30.3	18.2	36.4	30.3	24.2	-	-	3.0	21.2	6.1
女性18～29歳	37	48.6	51.4	29.7	24.3	45.9	35.1	2.7	2.7	2.7	2.7	-
30歳代	101	52.5	42.6	44.6	31.7	40.6	30.7	2.0	5.0	-	5.9	2.0
40歳代	152	39.5	36.2	41.4	36.8	43.4	41.4	7.2	2.6	3.3	0.7	1.3
50歳代	165	38.2	34.5	39.4	37.0	40.6	39.4	9.1	4.2	1.2	3.6	1.8
60歳代	118	39.8	40.7	34.7	37.3	28.8	38.1	6.8	3.4	1.7	2.5	5.1
70～74歳	72	36.1	43.1	40.3	31.9	43.1	34.7	5.6	-	-	2.8	4.2
75歳以上	50	16.0	48.0	26.0	46.0	32.0	30.0	2.0	2.0	2.0	6.0	6.0