

## ニッセイ インターネットアンケート ～12月:「健康」に関する調査結果について～

日本生命保険相互会社(社長:筒井義信)は、「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニューのひとつとして、ホームページ(<http://www.nissay.co.jp>)内の「ご契約者さま専用サービス」にて、「健康」に関するアンケート調査を実施いたしました。

### 《調査概要》

- 調査期間 : 平成27年11月1日(日)～11月30日(月)
- 実施方法 : インターネット(PC・携帯電話モバイルサイト)による回答
- 調査対象 : 「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニューアンケートへの訪問者
- 回答者数 : 18,310名(男性:10,043名、女性:8,267名)

#### <年代別回答者数>

(名, %)

年代	～20代	30代	40代	50代	60代	70代～	合計
男性	642	1,596	3,117	2,861	1,345	482	10,043
女性	708	1,588	2,335	2,090	1,077	469	8,267
合計	1,350	3,184	5,452	4,951	2,422	951	18,310
占率	7.4	17.4	29.8	27.0	13.2	5.2	100.0

### 《調査結果のポイント》

#### ポイント①

##### 質問4

直近1年間で受けた検診の中で、「人間ドック」は男性18.6%に対し、女性は半分以下の8.2%。一方で、「がん検診」を含む検診は女性24.4%に対し、男性は半分以下の10.3%となった。

#### ポイント②

##### 質問6

がんにかかったら告知してほしいかは、「必ず告知してほしい」が63.4%で最多。「必ず告知してほしい」「告知してほしい」「早期発見だったら告知してほしい」をあわせると88.0%となった。

#### ポイント③

##### 質問7・8

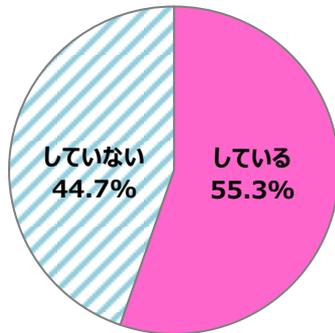
たばこを「吸っていない」方は64.8%。「吸っていたがやめた」という方をあわせると81.6%。喫煙中の方の48.3%が禁煙経験あり。特に20代女性では7割以上が禁煙経験あり。

質問1 健康のために意識して何かしていますか？

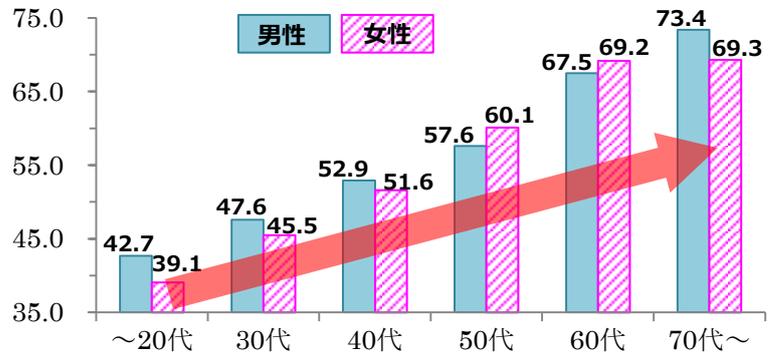
(回答者数：18,310名)

- 「している」と回答した方は55.3%と半数以上を占めた。
- 年代別では高齢になるほど「している」と回答した方の占率が高い結果となった。

<全年代>



<年代別> 「している」と回答した方の占率 (%)



質問2 健康のためにどのようなことをしていますか？

※質問1で「している」と回答した方が対象、複数回答可 (回答者数：10,086名)

- 「食事に気を付けている」が半数以上を占め、「喫煙をしない」「定期的に運動をしている」が続く。
- 「食事に気を付けている」は全ての年代で最多となった。
- 「ウォーキングをしている」と「規則正しい生活を送る」は高齢の方ほど占率が高い結果となった。

<年代別> (%)

回答	全年代	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
1 食事に気を付けている	54.8	53.3	56.4	52.9	55.5	56.0	55.0
2 喫煙をしない	39.1	40.0	40.0	41.1	41.1	35.8	27.2
3 定期的に運動をしている	36.0	42.5	34.9	34.2	36.0	37.8	36.5
4 ウォーキングをしている	27.3	12.0	15.6	23.1	29.2	41.2	41.7
5 規則正しい生活を送る	22.0	19.3	19.0	18.1	21.9	29.3	30.0
6 健康食品やサプリメントを摂取	21.6	17.3	20.1	21.9	24.8	20.8	15.8
7 飲酒をしない	15.2	16.2	19.0	16.2	13.2	14.1	12.4
8 ジョキングをしている	8.7	11.3	13.3	10.2	7.3	5.4	3.8
9 その他	2.7	2.5	2.3	2.7	2.6	3.0	3.8

<ニッセイ基礎研究所 村松容子 研究員のコメント>



○年齢が高まるにつれ、健康のための取組みを行う方が増えています。  
 男性の60代以降で取組みを行っている割合が急に高くなっていることから、退職などを機に、ご自身の健康をふり返ったり、健康のための取組みを行う余裕ができるのかもしれません。

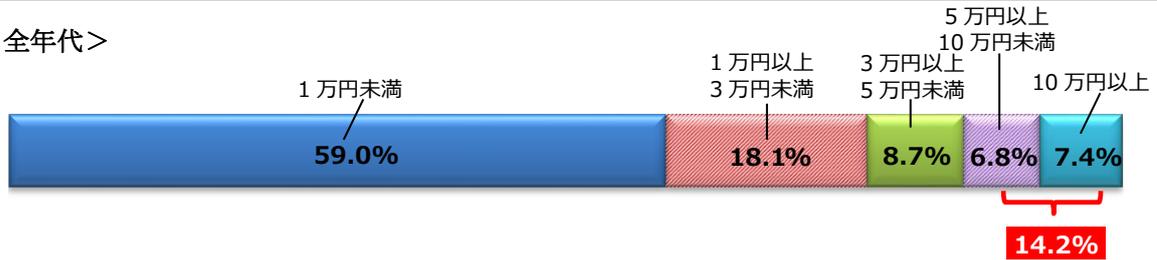
○60代以降では、「食事に気を付けている」に次いで「ウォーキングをしている」の割合が高くなっており、日々の生活の中の身近なところから健康のための取組みを行う方が多いようです。

質問3 健康維持・増進のために年間いくら使いますか？

(回答者数：18,310名)

○「1万円未満」が約60%となった一方で「5万円以上」も14.2%。  
 ○年代別では「1万円未満」は高齢になるにつれて減少傾向。その他は増加傾向となった。

<全年代>



<年代別>

回答	全年代	年代別 (%)					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
1万円未満	59.0	74.8	68.1	62.0	53.4	46.1	50.3
1万円以上3万円未満	18.1	14.9	16.9	17.9	18.6	20.0	19.0
3万円以上5万円未満	8.7	4.1	7.7	8.1	9.8	10.4	12.1
5万円以上10万円未満	6.8	3.0	3.8	6.0	8.5	10.7	9.3
10万円以上	7.4	3.3	3.5	6.0	9.6	12.8	9.4

質問4 直近1年間でどのような検診を受けましたか？

(回答者数：18,310名)

○男女ともに「健康診断」が最多。男性は「人間ドック」、女性は「健康診断とがん検診」が続く。  
 ○「人間ドック」は、男性の18.6%に対し、女性は半分以下の8.2%。  
 ○一方で、「がん検診」を含む検診は女性の24.4%に対し、男性は半分以下の10.3%。  
 ○「何も受けていない」は男性の6.4%に対し、女性は2倍以上の13.1%となった。

<男性年代別>

回答	全年代	年代別 (%)					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
健康診断	64.0	87.7	80.2	65.1	55.4	51.6	57.3
人間ドック	18.6	1.4	8.5	21.9	25.9	20.1	6.8
何も受けていない	6.4	9.3	7.5	5.0	5.2	8.0	9.5
健康診断とがん検診	6.3	0.5	1.9	4.7	7.1	13.0	15.4
人間ドックとがん検診	2.6	0.5	1.1	2.0	4.3	3.1	3.3
がん検診	1.4	0.3	0.6	0.8	1.4	3.2	4.6
その他	0.7	0.3	0.3	0.5	0.8	1.0	3.1

<女性年代別>

回答	全年代	年代別 (%)					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
健康診断	53.1	68.9	57.3	48.9	47.4	52.4	63.1
健康診断とがん検診	15.0	7.1	9.4	17.3	17.8	19.3	12.6
何も受けていない	13.1	18.5	17.7	11.9	10.6	10.7	12.4
人間ドック	8.2	0.6	4.9	9.6	13.0	7.7	3.8
がん検診	6.4	3.8	7.9	7.2	6.7	4.5	4.7
人間ドックとがん検診	3.0	0.1	1.8	3.8	4.0	4.1	0.9
その他	1.1	1.0	1.0	1.2	0.7	1.3	2.6

質問5 健康診断などを受けない理由は何ですか？

※質問4で「何も受けていない」と回答した方が対象 (回答者数：1,649名)

- 「時間がないから」が全ての年代で最多。
- 30代以下では「経済的な負担が大きいから」が約2割となった。

<年代別>

回答	全年代	(%)					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
時間がないから	47.7	45.1	54.6	53.1	49.7	29.8	31.6
経済的な負担が大きいから	16.6	22.0	19.8	15.3	12.9	16.1	13.3
健康に自信があるから	15.8	22.0	12.1	12.2	13.7	22.9	26.5
病気が見つかるのが怖いから	8.4	2.2	4.1	9.9	11.7	13.7	8.2
その他	11.6	8.8	9.3	9.6	12.0	17.6	20.4

質問6 がんにかかったら告知してほしいですか？

(回答者数：18,310名)

- 「必ず告知してほしい」が63.4%で最多。
- 「必ず告知してほしい」「告知してほしい」「早期発見だったら告知してほしい」をあわせると88.0%。
- 70代以上では、「家族の判断に任せる」が11.1%となった。

<年代別>

回答	全年代	(%)					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
必ず告知してほしい	63.4	64.4	68.0	65.1	62.6	56.9	56.7
告知してほしい	14.2	11.5	13.2	12.9	15.1	18.1	14.5
早期発見だったら告知してほしい	10.4	10.0	8.8	10.3	10.8	12.9	8.5
わからない	8.3	10.4	6.8	8.7	8.5	7.8	9.1
家族の判断に任せる	3.7	3.8	3.2	3.0	3.0	4.3	11.1

<ニッセイ基礎研究所 村松容子 研究員のコメント>

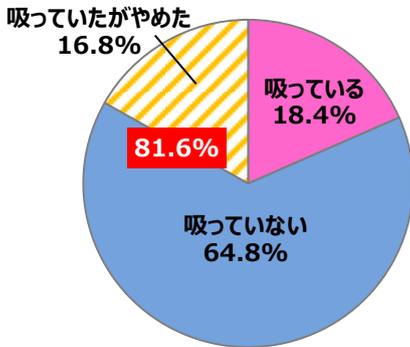
- 健康維持・増進のためにかける金額は年齢が高いほど高くなっています。また、若い方の健康診断を受けない理由が「経済的な負担」であることから、特に若い方では時間的、経済的余裕が少ないことによって、ご自身の健康の維持・増進に向けた活動が十分にできていない可能性がうかがえます。
- 検診についてみると、女性の「何も受けていない」が男性を大きく上回っています。お勤めされている方は、かならず年1回は健康診断を受けることになっているのに対し、お勤めでない方はご自身で、自治体や検診実施機関に申込みをする必要があるため、後回しになってしまっているのかもしれない。
- 健康診断をきっかけに発見できる病気の予兆もたくさんあります。お住まいの地域の自治体等に連絡をすれば、比較的安く受診できることも多いので、定期的に受診することを検討されてはいかがでしょうか。
- また、がんの告知は、70代以降を除いて85%以上が「告知」を希望されています。一方、70代以降では、他の年代と異なり、「家族の判断に任せる」が1割を超え、高くなっています。ご家族で、それぞれの希望を確認しておくことも大切でしょう。

質問7 たばこを吸っていますか？

(回答者数：18,310名)

- 「吸っていない」が64.8%、「吸っていたがやめた」とあわせると81.6%。
- 「吸っていない」と「吸っていたがやめた」をあわせると男性は73.8%、女性は91.0%。
- 若い方ほど「吸っている」と回答した方が多い結果となった。

<全年代>



<男性年代別>

回答	全年代 (%)							
	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~		
吸っていない	73.8%	49.6	60.4	56.1	50.7	45.4	41.9	53.1
以前は吸っていたがやめた	24.2	6.7	13.4	22.4	28.8	37.2	31.5	
吸っている	26.2	32.9	30.5	26.9	25.7	20.8	15.4	

<女性年代別>

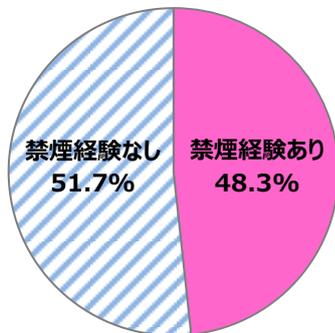
回答	全年代 (%)							
	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~		
吸っていない	91.0%	83.2	83.5	78.7	81.4	82.8	89.7	93.8
以前は吸っていたがやめた	7.8	5.1	10.5	8.7	7.8	5.3	3.0	
吸っている	9.1	11.4	10.8	9.9	9.4	5.0	3.2	

質問8 禁煙したことがありますか？

※質問7で「吸っている」と回答した方が対象 (回答者数：3,158名)

- 現在、喫煙中の方の約半数が「禁煙経験あり」と回答。
- 特に20代女性では7割以上の方が「禁煙経験あり」と他の年代に比べて高い結果となった。

<全年代>



<男性年代別>

回答	全年代 (%)						
	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~	
禁煙経験あり	45.9	37.4	46.2	45.4	47.0	49.6	46.3
禁煙経験なし	54.1	62.6	53.8	54.6	53.0	50.4	53.7

<女性年代別>

回答	全年代 (%)						
	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~	
禁煙経験あり	56.6	73.4	62.8	56.3	46.2	45.8	69.2
禁煙経験なし	43.4	26.6	37.2	43.7	53.8	54.2	30.8

<ニッセイ基礎研究所 村松容子 研究員のコメント>

- 国の統計によると、昨今、国全体の喫煙率は低下傾向にあります。年代別にみると、今回の結果と同じく若いほど喫煙率が高い傾向があります。
- 喫煙者の半数程度の方が「禁煙経験あり」とお答えになっていることから、禁煙の意向があっても、ご自身だけではうまくいかないケースも多いようです。そういった方のために、禁煙治療も公的医療保険が使えるようになっていきます。さらに、国では、若年層にも、禁煙治療を受けやすくするために、公的医療保険適用のための条件を緩和することを検討しています。