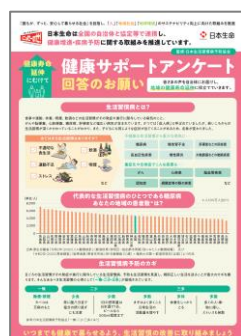


全国約 5 万名の営業職員が生活習慣病の予防・重症化予防に向けた 「地域の健康サポート活動」を展開

日本生命保険相互会社（社長：清水博、以下「当社」）は、47 都道府県との包括連携協定等に基づき、2024 年 11 月より、全国約 5 万名の営業職員による「地域の健康サポート活動」に取り組んでいます。

当活動は、日本生活習慣病予防協会監修の生活習慣や生活習慣病に関する「健康サポートアンケート」と、その回答に応じた情報や自治体情報の提供等を通じて、地域の皆様にご自身の生活習慣について考えていただく活動です。また、アンケートの結果を地域の皆様や自治体にフィードバックすることで、生活習慣病予防・重症化予防につなげ、地域の健康寿命延伸に貢献することを目指しています。

アンケート開始から約 2 か月間で、既に全国約 40 万名の方にアンケートへご回答いただいております。途中集計した結果を 2 月より地域の皆様へお知らせしています。アンケート期間終了後は、集計・分析した結果を 47 都道府県ごとに報告書としてまとめ、6 月以降自治体へフィードバックしてまいります。



■全国各地での取組事例

「地域の健康サポート活動」では、アンケートのご案内と並行して、自治体と共催での健康に関するイベントの開催や地域イベントへの健康に関するブース出展等を実施しています。全国各地で地域特有の健康課題を踏まえた取組を行うことで、地域の皆様にご自身の健康や生活習慣について考えていただく機会を提供しています。



地域の健康サポート活動の様子

(左：札幌支社 札幌市共催でのイベント開催、右：久留米支社 大牟田市主催イベントへのブース出展)

■途中集計結果について

<調査概要>

実施方法：WEBアンケート

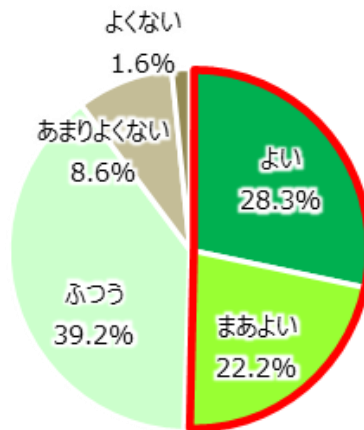
集計期間※：2024年11月25日(月)～2025年1月24日(金)

※実施期間：2024年11月25日(月)～2025年3月21日(金)

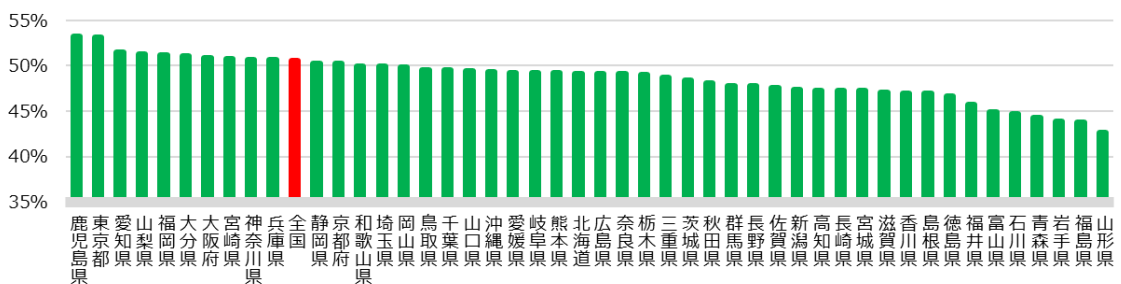
有効回答者数：401,565名（男性：192,122名、女性：209,443名）

<途中集計結果 概要>

① 自身の健康状態については、50.6%が「よい」「まあよい」と回答した。



② 都道府県ごとの「よい」「まあよい」と回答した方の割合は、鹿児島県が最も多く53.2%、最も低かったのは山形県で42.6%であった。



- ③ 自身の生活の習慣をチェックする項目では、「20歳時より、体重が10kg以上増加」の選択率が35.5%と最多。食事の習慣に関する項目では「早食いである」が28.4%、運動の習慣に関する項目では「1週間の運動は60分以下」が33.9%とそれぞれ最多となった。

【生活】

チェック項目	選択率
20歳時より、体重が10kg以上増加	35.5%
タバコを吸う	20.3%
睡眠時間は5時間以下、9時間以上	17.6%
1日の座って(横になって)いるのが10時間以上	15.8%
お酒は1回2本以上、かつ週5日以上	15.0%
人と話すことが少ない	9.9%
歯磨きは1日1回以下である	8.1%
3年以上健診を受けていない	4.5%

【食事】

チェック項目	選択率
早食いである	28.4%
好きな食べ物に偏ってしまう	27.4%
野菜や果物の摂取が両手1杯以下	27.1%
食事を抜いたり、時刻がまちまち	26.6%
一人での食事が1日2回以上	26.1%
塩分が多い味付けが好み	23.2%
糖分を含む飲み物を1日4回以上飲む	5.1%

【運動】

チェック項目	選択率
1週間の運動は60分以下	33.9%
1日で体を動かすことが60分以下	28.9%
休日は天気がよくても外出することが少ない	15.9%

- ④ 最も関心がある疾病については、男性は「生活習慣病」を選択した方の割合が45.9%と最多、女性は「がん」を選択した方の割合が45.9%で最多となった。

性別	がん	生活習慣病	その他
男性	42.1%	45.9%	12.1%
女性	45.9%	40.7%	13.3%
全体	44.1%	43.2%	12.7%

- ⑤ 生活習慣病・その他の疾病のうち最も関心があるものについては、男性は「糖尿病」を選択した方の割合が22.0%と最多、女性は「認知症」を選択した方の割合が23.2%で最多となった。

性別	生活習慣病						その他の疾病	
	心疾患	脳血管疾患	高血圧	糖尿病	腎疾患	肝疾患	眼の疾患	認知症
男性	15.6%	11.2%	19.1%	22.0%	4.3%	5.7%	8.1%	14.0%
女性	14.5%	13.2%	14.2%	18.1%	4.0%	3.2%	9.7%	23.2%
全体	15.0%	12.2%	16.5%	20.0%	4.1%	4.4%	8.9%	18.8%

- ⑥ 生活習慣改善に向けて自治体に求める施策の分野については、「栄養・食生活」の選択率が 23.0%と最多、次いで「生活習慣病予防」の 18.5%となった。

施策の分野	選択率
栄養・食生活	23.0%
生活習慣病予防	18.5%
がん予防	17.8%
休養・睡眠	15.3%
身体活動・運動	13.9%
こころの健康	11.0%
歯・口腔の健康	8.5%
喫煙	3.9%
飲酒	2.8%
特になし	22.2%

※最大 2 つまで選択可

引き続き、これらの取組を通じて、サステナビリティ活動を一層推進することで、『誰もが、ずっと、安心して暮らせる社会』の実現を目指してまいります。

以上