

2019 年度

「スポーツ人口拡大に向けた官民連携プロジェクト・
ビジネスパーソン向け国民運動（FUN+WALK PROJECT の推進）」

事業報告書

2020 年 3 月 31 日
株式会社博報堂

1. 事業全体の趣旨・目的	3
1. 1 事業の概要	3
1. 2 事業全体スケジュール	3
2. 事業の成果	4
2. 1 官民連携コンソーシアムによるムーブメント創出	4
2. 2 新たな国民運動の行動メニューの設定	6
2. 3 定常的なプロモーション活動の実施	6
(1) ホームページ等の運営	6
(2) ロゴマークの使用に関する業務	6
(3) テレビ、新聞、雑誌、WEBメディア、SNS 等を通じた普及啓発	7
① SNS アカウントの運営	7
② 地方テレビ局との連携	7
③ イベント・キャンペーン施策のメディア取材	7
(4) イベント・キャンペーン等の実施	8
① FUN+WALK 月間	8
◆ 企業・団体の取組事例	8
◆ 「FUN+WALK MORNING」	11
A：「FUN+WALK MORNING」クーポン	11
B：「FUN+WALK MORNING」SNS キャンペーン	12
C：「FUN+WALK MORNING」スペシャルデー	14
D：「FUN+WALK MORNING」PR イベント	19
② その他の官民連携施策	22
◆ スマートライフプロジェクト in 横浜スタジアム	22
◆ 令和元年度「体育の日」中央記念行事 スポーツ祭 2019	23
◆ FUTOMOMO すっきりウォーク	23
3. 事業成果に関する検証	24
(1) 調査の目的	24
(2) 調査方法	24
(3) 調査集計結果	24
(4) 調査結果サマリー	40
(5) 調査結果から得られた課題、取り組むべき事項	40
4. 全体の考察、まとめ	41
5. 巻末資料 (調査票)	42
5. 1 調査票	42
5. 2 調査集計データ	54

1. 事業全体の趣旨・目的

我が国の国民医療費が約 42 兆円に達し、その削減が喫緊の課題である中、スポーツ参画人口の拡大を図り、スポーツを通じた健康増進や疾病予防により、健康寿命を平均寿命に近づけていく社会の実現が求められている。

また、「スポーツ基本計画」では、成人の週 1 回以上のスポーツ実施率を 65%程度とする目標を掲げている。国民の誰もが各々の年代や関心・適性等に応じて日常的にスポーツに親しむことのできる機会を創出し、スポーツの実施を促していく必要がある。こうした中、平成 30 年度の調査では成人の週 1 回以上のスポーツ実施率は、55.1%に留まっており、特に 20 代から 50 代のスポーツ実施率は全体平均よりも低くなっている。さらにこの年代の約 8 割が「運動不足を感じる」と回答しており、運動不足を感じつつも、忙しくて、スポーツをする時間の取れない働き盛り世代に対する環境整備が必要である。

このため、官民で連携して国民運動等を展開することを通じて、働き盛り世代が気軽に運動・スポーツに取り組める環境を整備し、運動・スポーツ習慣の定着化による健康増進を図る。

1. 1 事業の概要

ビジネスパーソン向け国民運動「FUN+WALK PROJECT（以下、「本プロジェクト」という。）」は、平成 29 年度にスタートした、官民連携で推進しているプロジェクトである。初年度は百貨店での店頭展開や企業内での新しい通勤スタイルの導入などを通して、「歩きやすい服装での通勤」というキーアクションの普及を図った。平成 30 年度は、地方自治体との連携も強化し、首都圏に加えて地方自治都市での本プロジェクト普及を図った。過去 2 年間の活動を通じて、キーアクションは定着しつつあるが、その実態（キーアクションの定着）が顕在化していないことが課題であった。

そこで今年度は、10 月の強化月間（FUN+WALK 月間）にはターゲットであるビジネスパーソン参加型イベントを本プロジェクトとして初めて実施し、事業の認知拡大だけでなく実際のアクション創出の場も提供した。また、年間を通じて SNS を活用し「歩く」に関する様々な情報発信を実施することで、キーアクションの広がりを顕在化することを図った。

さらに、プロジェクトを通じての国民の意識変容等を把握するためにウェブアンケート調査も実施した。

1. 2 事業全体スケジュール

- | | |
|--------------------------|------------------------------------|
| ➤ 2019 年 6 月 6 日 | 第 1 回 FUN+WALK PROJECT 官民連携推進協議会開催 |
| ➤ 2019 年 9 月 2 日 | 「スマートライフフェスタ in 横浜スタジアム」での周知活動 |
| ➤ 2019 年 9 月 5 日 | 第 2 回 FUN+WALK PROJECT 官民連携推進協議会開催 |
| ➤ 2019 年 10 月 1 日 1～31 日 | 「FUN+WALK MORNING（FUN+WALK 月間）」開催 |
| ➤ 2019 年 10 月 14 日 | 令和元年度「体育の日」中央記念行事スポーツ祭 2019 での周知活動 |
| ➤ 2019 年 10 月 15 日 | 「FUN+WALK MORNING」PR イベント開催 |
| ➤ 2019 年 10 月 15 日～17 日 | 「FUN+WALK MORNING」スペシャルデー開催 |
| ➤ 2019 年 12 月 13、14 日 | 事業の成果に関するウェブアンケート調査 |
| ➤ 2020 年 2 月 19 日 | 第 3 回 FUN+WALK PROJECT 官民連携推進協議会開催 |
| ➤ 2020 年 3 月 26 日 | 「FUN+HEALTH FESTA in 名古屋」での周知活動 |
| | ※新型コロナウイルスの国内感染拡大を受けて中止 |

2. 事業の成果

2. 1 官民連携コンソーシアムによるムーブメント創出

官民連携による推進協議会の運営

平成 30 年度に引き続き、本プロジェクトを広く国民運動として推進していくための行動メニュー、プロモーション施策等を検討、設定するため、官民連携による FUN+WALK PROJECT 官民連携推進協議会（以下「推進協議会」という。）を設置した。

①推進協議会委員 ※敬称略／順不同

左三川 宗司	（一社）日本経済団体連合会 政治・社会本部 統括主幹 オリンピック・パラリンピック等推進室長
苧野 恭成	全国商工会連合 総務部長
根本 光憲	（公財）日本スポーツ協会 事務局長
河原塚 達樹	（公財）日本レクリエーション協会 常務理事
岡山 健二	（公財）健康・体力づくり事業財団 事務局長
斎藤 敏一	（公社）スポーツ健康産業団体連合会 会長
松村 剛	（一社）日本フィットネス産業協会 事務局長
小松原 祐介	健康保険組合連合会 保健部長
岡田 邦夫	NPO 法人健康経営研究会 理事長
森 晃爾	産業医科大学産業生態科学研究所 教授
萩 裕美子	東海大学体育学部 教授
國定 勇人	2020 年東京オリンピック・パラリンピックを活用した地域活性化推進首長連合 会長
高橋 亜子	日本百貨店協会 政策グループ 副主幹
安達 栄	スポーツ庁 健康スポーツ課長

②推進協議会の開催

2019 年度の推進協議会は、下記の日程にて 3 回開催し、本プロジェクトの普及に向けた協議を行った。

◆ 第 1 回推進協議会

日 時：2019 年 6 月 6 日（木） 15：00～17：00

場 所：㈱博報堂 14F プレルーム

議 題：今年度の全体方針、プロモーション施策について

議事概要：

本プロジェクトの普及のため、さまざまな団体、企業、自治体、プロジェクト等との連携を深めていくべきとの意見が出た。また、「歩く」ことで社会に貢献できる“ソーシャルインセンティブ”を付与することも有効ではないかとの議論もかわされ、本プロジェクトで運営するアプリと合わせ、その他同様の「歩く」ことでインセンティブを付与するアプリも横断で利用できるプラットフォーム（システム）を構築することが検討された。

本年度の事業の大きな方針として 10 月の強化月間（FUN+WALK 月間）ではビジネスパーソン参加型のイベントを実施し、通年では SNS で継続的に「歩く」に関わる情報を発信していくこととした。

◆ 第2回推進協議会

日 時：2019年9月5日（木） 13：00～15：00

場 所：(株)博報堂 5F プレルーム

議 題：本年度の FUN+WALK 月間における施策について

議事概要：

第1回推進協議会の議論を受け、今年度の FUN+WALK 月間では「朝食+WALK」をテーマに設定することとした。全国各地の企業や自治体等と連携して「歩く」取組を一層促進するとともに、東京都内では“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマに「FUN+WALK MORNING」キャンペーンを展開し、「朝食」と「歩く」を掛け合わせ“脳と体の活性化”を促すイベントを実施することとした。

また、より広く本プロジェクトの普及を図るため、協議会委員のそれぞれが所属する各団体による普及活動の必要性も議論された。

◆ 第3回推進協議会

日 時：2020年2月19日（水） 15：00～17：00

場 所：(株)博報堂 14F プレルーム

議 題：「FUN+WALK 月間」の報告および、次年度の本プロジェクトの方針について

議事概要：

10月に実施した「FUN+WALK 月間」における参加者数等の実績から、“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマとした参加型イベントが、ビジネスパーソンに「歩く」きっかけを与えたことが報告された。

また、スポーツ庁より東京 2020 年オリパラ後のレガシー創出に向けて、ビジネスパーソンのみならず、あらゆるターゲットを対象とした「Sport in Life 推進プロジェクト」を次年度より実施することが報告され、本プロジェクトについても、Sport in Life 推進プロジェクトの一環として再構築して推進を図ることが説明された。

2. 2 新たな国民運動の行動メニューの設定

本プロジェクトでは、運動不足を感じつつも、忙しくて、スポーツをする時間が取れない働き盛り世代を中心に、通勤時間や休憩時間といった日常生活の中での隙間時間を利用して「歩く」を促進するためのキーアクションとして、「FUN+WALK STYLE（歩きやすい服装）」での通勤を推奨している。また、1日の歩数を普段よりプラス1,000歩（約10分）することを目指し、まずは1日8,000歩（20～64歳の国民の平均歩数は男性7,644歩、女性6,705歩、出典：厚生労働省「平成30年国民健康・栄養調査」）を目標として設定している。

「歩きやすい服装での通勤」はビジネスパーソンの行動として徐々に定着しつつあるが、その実態がまだ世の中に知れ渡っていない（昨年度の事業報告書より）。そのため、3年目となる本年度の事業においても、「歩きやすい服装での通勤」、「一日8,000歩を目標」を継続した行動メニューとして設定した。

また、「通勤時に歩く」ことが困難な地方都市でも実施しやすい行動メニューとして「さんぽ」もキーアクションとして設定することを検討したが、上記のとおり本プロジェクトにおける課題は、「歩きやすい服装での通勤」というキーアクション定着の顕在化であるため、「歩きやすい服装での通勤」の普及に注力することとした。

2. 3 定常的なプロモーション活動の実施

スポーツを実施したくなる環境づくりを促進するため、ユーザー参加型の象徴的なイベントに加え、年間を通じた情報発信等を展開した。

（1）ホームページ等の運営

本プロジェクトの事業概要の周知や情報発信及びロゴデータ利用申請受付等のため、公式ウェブサイトを制作し、2017年12月より運営を開始し継続的に運用している。本サイトを活用し、プロモーション施策や賛同企業・団体・自治体の取組事例紹介など、本プロジェクトの様々な情報を発信した。

◆ プロジェクトサイト URL : <http://funpluswalk.go.jp/>

ページビュー数 2019年度（2019年4月1日～2020年3月31日）：482,380

※以下参考

平成29年度（2017年12月1日～2018年3月31日）：72,993

平成30年度（2018年4月1日～2019年3月29日）：118,643

（2）ロゴマーク使用に関する業務

本年度の契約締結後（4月23日）より企業、団体、自治体等からのロゴマーク利用申請等に対応した。

◆ ロゴマーク利用申請数

－2019年度（2019年4月23日～2020年3月31日）

自治体・官公庁・報道機関 = 18

企業・団体 = 137

※以下参考

－平成29年度（2017年12月1日～2018年3月31日）

自治体・官公庁・報道機関 = 21

企業・団体 = 308

－平成30年度（2018年4月1日～2019年3月29日）

自治体・官公庁・報道機関 = 29

企業・団体 = 262

◆ 問い合わせ件数

－2019 年度（2019 年 4 月 23 日～2020 年 3 月 31 日）＝122 件

※以下参考

－平成 29 年度（2017 年 12 月 1 日～2018 年 3 月 31 日）＝86 件

－平成 30 年度（2018 年 4 月 1 日～2019 年 3 月 29 日）＝161 件

(3) テレビ、新聞、雑誌、WEB メディア、SNS 等を通じた普及啓発

本プロジェクトを周知し、全国的なムーブメントを創出するため、各種メディアを活用して情報発信を行った。イベントにおいてはメディア取材を通して全国に情報発信した。また、本年度は SNS アカウ
ントも活用し、通年での継続的な情報発信を実施した。

① SNS アカウントの運営

「FUN+WALK PROJECT」の Twitter アカウントを開設。各種メディアや自治体、企業などが発信している「歩く」にまつわる情報をリツイートすることで、世の中の「歩く」にまつわる情報が溢れていることを顕在化することを目指した。

また、FUN+WALK 月間にて実施したイベント告知等の情報発信や、プレゼントキャンペーン等にも SNS アカウントを活用し、即時的かつ継続的に情報を発信した。

※FUN+WALK 月間のイベント詳細については後述

◆ フォロワー数：344

◆ フォロー数：124

◆ ツイート数：129

◆ 総「いいね！」数：828

② 地方テレビ局との連携

地方メディアと連携し、地方都市でも本プロジェクトを広く周知した。

昨年度から継続し、県民の健康増進を目的とした事業を展開するテレビ岩手との連携により本プロジェクトの告知テレビ CM をテレビ岩手の独自企画として制作・放映するなど、認知拡大を図った。

◆ タイトル：「歩いて 5 きげんプロジェクト」

◆ プロジェクトサイト URL：http://www.tvi.jp/fun_walk/

◆ 配信期間：2019 年 11 月 5 日（月）～ 現在

◆ 実施内容：プロジェクト普及テレビ CM の放映（テレビ岩手放映エリア）、当該エリアに在籍する企業のクーポン配信。

③ イベント・キャンペーン施策のメディア取材

イベント等キャンペーン施策を実施し、その様子をメディア取材を通して全国へ情報発信した。

「FUN+WALK 月間」や他団体との連携施策など、本プロジェクトを普及させるためのイベントやキャンペーン施策等を実施し、メディア取材を通して全国のターゲットに情報を届け、認知拡大を図った。テレビ番組、WEB メディアを中心にビジネスパーソンのイベント参加の様子などが報道された。

※FUN+WALK 月間のイベント詳細については後述

(4) イベント・キャンペーン等の実施

ビジネスパーソンの運動・スポーツ習慣の定着による健康増進を図る機運醸成のためのイベント・キャンペーン等を実施した。10月を本プロジェクトの普及啓発の強化月間とする「FUN+WALK 月間」と定め、イベント・プロモーションを集中的に展開した。

また、前年度より継続して EXILE ÜSA 氏、EXILE TETSUYA 氏を本プロジェクトのアンバサダーとして任命し、イベントへの出演や合計で約 100 万のフォロワーを持つアンバサダーの SNS 発信により広く全国へ本プロジェクトの情報発信を図った。

① FUN+WALK 月間（10 月 1 日～10 月 31 日）

全国各地の企業や自治体等と連携して「歩く」取組を一層促進するとともに、東京都内では“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマに「FUN+WALK MORNING」キャンペーンを展開し、「朝食」と「歩く」を掛け合わせ“脳と体の活性化”を促すイベントを実施した。

◆ 企業・団体の取組事例

FUN+WALK 月間」に合わせて、全国の企業・団体が「歩く」取組を促進し、提供のあった事例をホームページで紹介した。

<推進協議会参加団体による周知活動>

➤ NPO 法人健康経営研究会

: FUN+WALK 月間の告知リリースにおいて、医学的な観点で監修を務めた。

➤ (公財) 日本レクリエーション協会

のホームページに本プロジェクトのホームページとの相互リンクを設置した。

➤ 健康保険組合連合会

団体の実施する「健康強調月間（10 月）」において、ポスター掲出等を実施し本プロジェクトの認知拡大を図った。

➤ (公社) スポーツ健康産業団体連合会

「健康経営会議 2019（8 月）」参加者に対して FUN+WALK STYLE での来場を呼びかけることで、本プロジェクトおよびキーアクションの認知拡大を図った。

➤ (一社) 日本経済団体連合会

「経団連タイムス」9/26 号に「FUN+WALK 月間」告知記事を掲載した。

➤ 日本百貨店協会

渋谷区内の百貨店に「FUN+WALK 月間」への参加を周知した。

➤ (公財) 日本スポーツ協会

日本スポーツ協会の職員に対してオフィスカジュアルでの通勤を推奨したほか、ジャパンスポーツオリンピックスクエア 1 階のデジタルサイネージにおいて「FUN+WALK 月間」の告知を行った。

<各社の取組事例>

※FUN+WALK 月間実施時にホームページで紹介した内容をそのまま記載

➤ あげる株式会社(神奈川県)

『歩く+FUN』『走る+FUN』をコンセプトに活動中の当社主催の部活動に新規部員を募集。部活発足から 1 年、健康増進を目的としたジョギングまたはウォークを自分のペース

で無理なく行った。

➤ アサヒ飲料株式会社(東京都)

社員の健康増進のため、年3回のウォーキングキャンペーンを展開。スニーカー通勤も浸透しており、社員の健康意識の高まりが見られる。加えて、社内SNSである『健康ぷらっとホーム』を使って、社員の健康への取組をシェアし、会社全体で一体感を持った取組を実施。

➤ アツギ株式会社(神奈川県)

20SS 展示会にてスニーカー通勤×ストッキングの施策を展開。当社調査にて、通勤時にスニーカーを着用したいと思っている女性が7割と最も多く、歩行時に楽なスニーカーが好まれる反面、「ニオイ」「ムレ」「滑る」などの悩みがある事も分かった。アツギではこの悩みを解消するストッキングを発売し「FUN+WALK×スニーカー通勤」として働く女性に快適な足もと環境を提案。

➤ あゆみ接骨院&ボディラボ(東京都)

10月6日に体を楽に動かすあゆみ式エコウォークの型を覚えてもらうレッスンと、その後、実際にウォーキングをしながら話すというセッションを実施。

➤ 株式会社アルプスシューズ 巣鴨本店(東京都)

「巣鴨を楽しく歩いて靴をお得にゲットしよう！」

「FUN+WALK 月間」の一か月間、巣鴨を楽しく歩いた方に店内の靴を最高10%オフでお買い上げいただけるキャンペーンを実施。来店時、「FUN+WALK PROJECT」と宣言いただきお手持ちの歩数計もしくはアプリを提示いただくと当日の歩数の千歩単位の数字(6800歩なら6%引き、10000歩以上は一律10%引き)に応じてお買い上げ金額より割引サービスを実施した。

➤ MBT Walk Style Nagoya (愛知県)

MBTで歩く習慣を身につけるための歩き方、アドバイス、簡単にできるエクササイズ(エクササイズは要予約)を店頭体験として提供。

➤ キャスレーコンサルティング株式会社(東京都)

本社もしくは都内集合場所から、就業後に一駅ウォーキングを楽しむイベント「ひと駅ウォーク」を実施。

➤ 有限会社ココア(洗濯工房ココア)(群馬県)

キレイな足元で楽しみながら「歩く」。スニーカークリーニングで「FUN+WALK 月間」を応援。布・皮革・全ての靴クリーニングを提供。

➤ 株式会社C&L クリーニングメリー(東京都)

ワンコイン(500円)で『スニーカークリーニング』を提供。クリーニングで、「FUN+WALK 月間」をサポート。

➤ 株式会社セレクトスクエア(タカシマヤファッションスクエア)(東京都)

歩きやすさにこだわったオシャレなスニーカーファッションをピックアップし、大人のためのスニーカーコーディネートを提案。また、きれいめファッションの大人にもおすすめしたいシューズを大特集。

➤ 株式会社第一興商(東京都)

カラオケのビッグエコー店頭において「FUN+WALK アプリ」を紹介したタペストリー

と、デジタルサイネージの掲示を実施。また、歩いて貯めたポイントを、ビッグエコー、IRISH PUB CELTS、楽蔵で使えるお得なクーポンも提供。

- 株式会社 Daido ソリューションズ(東京都)
グループ会社である特殊履物メーカーで、ソールに実績の多い大同石油の機能性ソール（靴底）を元に、ファッションでも使えるソールを開発。どんなコーディネートがすれば良いか？などの疑問に対して、健康とファッションの両面から、社内と外部へ推奨。靴から具体的なコーディネートを紹介。
- 中部国際空港株式会社(愛知県)
社員の健康増進、生産性向上のため、オフィスカジュアルをトライアル期間で実施。今までにない取り組みのため、空港内にあるアパレルショップと連携をして動きやすい靴やそれに合うコーディネートを社内展開することで、オフィスカジュアルの推奨を強化。
- 株式会社ドクターズディモコ(東京都)
足の専門家【フットケアトレーナー】による足の無料測定と健康相談を実施。足の様々な悩みやトラブルについて医療従事者であるフットケアトレーナーが相談に応じた。
- 日鉄物流鹿島株式会社(茨城県)
「WELLNESS UP KASHIMA 2019」と名付けた半年間の運動促進活動期間を定め、社員の週 1 回以上運動実施率向上に取り組んだ。鹿島アントラーズ本拠地の「カシマサッカースタジアム」を発着地点とし、「鹿島神宮」を巡るウォーキングイベントを実施した。
- フェアストーン株式会社(神奈川県)
FUN+WALK PROJECT を応援する商材をホームページで展開。
- 有限会社フットクリエイト(京都府)
「FUN+WALK de 下京発見」と題した、ウォーキングイベントを実施。指定する 20 のポイントから、各自で選んだ 5 か所以上 10 か所以下のポイントで写真を撮って、ラインやメールで送り、各ポイントに設定された得点によってプレゼントを提供。
- ボディメンテナンスサロン「ユーラシィー」(滋賀県)
骨格メンテナンス（整体）40 分通常価格 4,300 円のところ、3,200 円で提供。
- 株式会社メディカサトウ（さとう式リンパケア）(愛知県)
FUN+WALK PROJECT に賛同し、体育大学と共同研究で腿上げ時の膝関節屈曲角度に有意差を確認したオリジナルソックスを使った【疲れない・益々楽になる歩き方講座】を実施。
- ヤフー株式会社／YG 健康保険組合(東京都)
2 ヶ月に 1 度、体組成計を利用した健康イベントを開催。「FUN+WALK 月間」に合わせ、1 日男性 9000 歩、女性 8500 歩を推奨。健保提供の健康アプリ提示で、前日 8000 歩達成の人に社内カフェのドリンクが 100 円引きになるイベント「歩割」も開催。
- ヤマトロジスティクス株式会社(東京都)
「楽しく健康になろう！」をコンセプトに、社員の健康増進に寄与することを目的としたプロジェクトを立上げ、運動企画や食事改善企画等の社員向けイベント実施。
- 株式会社ヤングドライ(富山県)
従業員のスニーカー出勤をうながし「歩く」を促進。活動をさらに強化するために、当社の包装資材、ポスター、のぼり旗、チラシ等にも FUN+WALK PROJECT のロゴを積極的

活用。

➤ 株式会社楽歩堂(群馬県)

「快適で楽しい歩行生活」を応援するため、専門スタッフが店内にて歩行のチェックを行いながら、動作の解説と体に合った歩き方をレクチャー。

➤ 株式会社リフト(東京都)

クラウドファンディング「CAMPFIRE」にて、履き心地にこだわり開発した独自製法で作られた革靴、バレエシューズを開発するプロジェクトを立ち上げた。

◆ 「FUN+WALK MORNING」

“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマに「FUN+WALK MORNING」キャンペーンを展開し、「朝食」と「歩く」を掛け合わせ“脳と体の活性化”を促すイベント及び、歩くことで得られるクーポンの提供、SNS施策を実施した。

➤ 日時：2019年10月1日（火）～10月31日（木）

➤ 主催：スポーツ庁

➤ 後援：渋谷区

➤ 協賛：アサヒ飲料株式会社、株式会社アシックス、東急株式会社

A：「FUN+WALK MORNING」クーポン

「FUN+WALK アプリ」を使用して歩くと貯まるポイントで、渋谷・池尻大橋・中目黒周辺の飲食店で使えるクーポンとアサヒ飲料のドリンクがもらえるキャンペーンを展開した。なお、先述の通り、“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマとしているため、朝の通勤時間～ランチタイムの時間帯限定で実施した。

➤ 日時：2019年10月1日（火）～10月31日（木）

➤ 参加店舗一覧：



No.	エリア	店舗名	ジャンル	クーポン内容
1	渋谷	g TOKYO (グレートウキョウ)	バル・バー	お会計から10%OFF
2	渋谷	7 clover	ビストロ	鴨のコンフィランチ500円OFF
3	渋谷	café & Bar VANDALISM 渋谷店	ハンバーガー	お飲み物1杯プレゼント
4	渋谷	Modern Mexican MAYA Luz	メキシコ料理	ワンドリンクサービス
5	渋谷	BOOK LAB TOKYO	カフェ	30%OFF
6	渋谷	自然派ワインとフランス郷土料理 シュシュ	ビストロ	ワンドリンクサービス
7	渋谷	肉バル SHOUTAIAN 渋谷店	ハンバーガー	ドリンクメニュー半額
8	渋谷	レストラン ZUCCA	イタリアン	ワンドリンクサービス
9	渋谷	鉄板焼 澄み庵	鉄板焼	鉄板焼きハンバーグランチ 200円OFF
10	渋谷	ウシハチ渋谷店	焼肉屋	ハラミ1皿プレゼント
11	渋谷	ビノサリチエ	イタリアン	ワンドリンク (赤、白、赤白ブレンド)
12	渋谷	Fields	スローバー	ワンドリンクサービス
13	渋谷	trias DINING	ビストロ	ワンドリンクサービス
14	中目黒	Mark Matsuoka Grill	ステーキ	ワンドリンクサービス
15	中目黒	WANTS	カフェ	3点セットサービス (サラダ、スープ、ドリンク)
16	中目黒	パッチョーネ	イタリアンバー	ワンドリンクサービス
17	中目黒	中目黒グランド SLOW TABLE	ビアガーデン	自家製ケーキ1個サービス
18	中目黒	LONCAFE STAND NAKAMEGURO	カフェ	フレンチトースト1枚サービス
19	代官山	ロティシェ・リュイ	カフェ	お会計時10%OFF
20	代官山	VegeHolic	ダイニングバー	ソフトドリンク1杯サービス
21	代官山	ドクターズテーブル	カフェ	300円OFFクーポン
22	代官山	東京おにぎり	おにぎり	お会計から10%OFF
23	代官山	SIGN ALLDAY	カフェ	お会計から10%OFF
24	代官山	シェ・リュイ 代官山店	パン	お会計から10%OFF
25	代官山	モトヤ エクスプレス	コーヒー専門店	ドリンク100円OFF
26	代官山	フリューレス 代官山	メキシコ料理	ワンドリンクサービス
27	代官山	Comeyu Kitchen	カフェ	ワンドリンクサービス
28	池尻大橋	東山茶房	カフェ	ソフトクリームサービス
29	池尻大橋	CAYUZO池尻大橋	中華粥	ワンドリンクサービス
30	池尻大橋	La Bitta	イタリアン	お好きなドリンク一杯サービス

◆ B：「FUN+WALK MORNING」 SNS キャンペーン

全国のビジネスパーソンが気軽に参加できる SNS キャンペーンを展開。参加者自らがそれぞれの通勤スタイルを投稿することで、本プロジェクトのキーアクションの広がりを顕在化した。

➤ 「#〇〇通勤」キャンペーン

「#スニーカー通勤」「#リュック通勤」など、〇〇に通勤スタイルを表す言葉を、参加者が自由に設定したハッシュタグ「#〇〇通勤」を付けて SNS 投稿し、抽選で商品をプレゼントした。

✓ 期間：2019 年 10 月 1 日（火）～10 月 31 日（木）

✓ 応募条件：下記の内容を投稿したユーザーが対象
歩きやすいスタイルで通勤する様子の画像（1 点）

「#funpluswalk」（もしくは「#ファンプラスウォーク」）と「#〇〇通勤」

→〇〇は自由（内容は自由。歩きやすさに関しては問わない）

※投稿内容に問題がある場合は対象とせず。（公序良俗に反する画像やコメント）

※1 ユーザーからの複数投稿可

✓ 対象 SNS：Twitter、Instagram

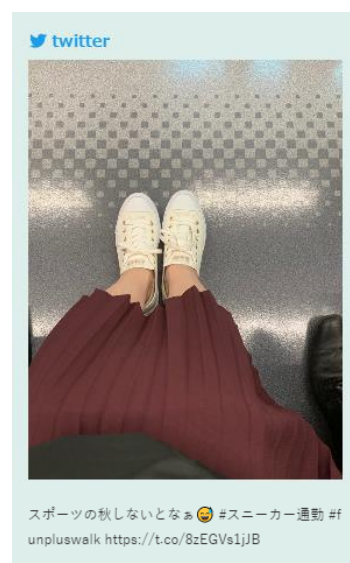
✓ プレゼント：

A 賞＝アサヒ飲料「はたらくアタマに／サポートカルピス」1 ケース 20 名様

B 賞＝アシックスの人気スニーカー20 名様

✓ 総投稿数：529 件

✓ 投稿内容一部抜粋：



➤ ご当地キャラ FUN+WALK 通勤大賞

全国のご当地キャラが楽しく歩いて通勤する様子を SNS に投稿し、その投稿に対するユーザーからの「いいね！」数で No.1 を決定するキャンペーンを実施。多くのフォロワーを持つご当地キャラに SNS キャンペーン参加してもらうこと、また、ユーザーが自分の好きなキャラ、投稿がおもしろいと思ったらキャラに「いいね！」することで、「FUN+WALK 月間」の全国への周知拡大を図った。

なお、No.1 キャラには特製の FUN+WALK トートバックをプレゼントし、ご当地キャラ

を通じた事業の認知拡大を図った。

✓ 期間：2019年10月1日（火）～10月31日（木）

✓ 応募条件：下記の内容を投稿したご当地キャラが対象

① 独自スタイルで歩く画像（1点）

② 「#funpluswalk」（もしくは「#ファンプラスウォーク」）と

「#〇〇通勤」→〇〇は自由。（内容は自由。歩きやすさに関しては問わない）と

「#ご当地キャラ通勤大賞」

※投稿内容に問題がある場合は対象とせず。（公序良俗に反する画像やコメント）

✓ 対象 SNS：Twitter、Instagram

✓ 参加キャラ数：17 キャラ

✓ 総投稿数：55 件

✓ 投稿内容一部抜粋：



✓ 投票結果：

1位：7,072 いいね！獲得 ふっかちゃん（深谷市イメージキャラクター）

2位：1,614 いいね！獲得 しんじょう君（(C)須崎市 2013 承認番号 1060）

3位：1,116 いいね！獲得 和み柴っこ（(C)2018 WANKODO）

※期間中に上記の条件で投稿し、各ご当地キャラが獲得した総「いいね！」数でランキング

C : 「FUN+WALK MORNING」スペシャルデー

「朝から歩けば、頭スッキリ。」をテーマに、10月15日～17日の3日間限定で、田園都市線「池尻大橋」駅-「渋谷」駅間を、楽しく歩いて美味しい朝食を食べるスペシャルイベントを開催。脳と体を活性化するために必要なドリンクやフルーツに加え、ウォーキング後の朝食、限定ノベルティを配布するなど、より楽しんで参加できる仕組を用意し、多くのビジネスパーソンに“通勤時の楽しく歩く”朝習慣のきっかけを提供した。

- 日時：2019年10月15日（火）～10月17日（木）
7：00～10：00（ゴールスポットは10：30まで）
- 場所：スタートスポット＝目黒天空庭園前
ゴールスポット＝渋谷区立桜丘公園



- 主催：スポーツ庁
- 後援：渋谷区
- 協賛：アサヒ飲料株式会社、株式会社アシックス、東急株式会社
- 参加者数：

<スタートスポット>

3日間累計：2,990名

時間	参加者数		
	10月15日	10月16日	10月17日
7:00 - 7:15	93名	150名	155名
7:15 - 7:30	100名	65名	95名
7:30 - 7:45	40名	85名	120名
7:45 - 8:00	37名	80名	75名
8:00 - 8:15	40名	70名	95名
8:15 - 8:30	50名	100名	120名
8:30 - 8:45	50名	130名	170名
8:45 - 9:00	75名	70名	90名
9:00 - 9:15	45名	80名	120名
9:15 - 9:30	71名	60名	75名
9:30 - 9:45	50名	60名	100名
9:45 - 10:00	37名	95名	42名
合計	688名	1,045名	1,257名
	2,990名		

<ゴールスポット>

3日間累計：1,788名／うち3日間毎日参加した人数：240名

※スタートスポットからゴールスポットまで約1.5kmであり、歩数は計測の結果およそ2,400歩であったため、本イベントにおける参加者の目標歩数を3,000歩と設定した。

初日（10月15日（日））

時間	10月15日	
	歩数が3000歩以上の方	歩数が3000歩未満の方
7:00 - 7:15	49名	0名
7:15 - 7:30	53名	0名
7:30 - 7:45	72名	1名
7:45 - 8:00	35名	2名
8:00 - 8:15	34名	0名
8:15 - 8:30	21名	2名
8:30 - 8:45	28名	4名
8:45 - 9:00	23名	7名
9:00 - 9:15	24名	1名
9:15 - 9:30	27名	0名
9:30 - 9:45	22名	0名
9:45 - 10:00	15名	0名
10:00 - 10:15	P R イベントの実施	
10:15 - 10:30		
合計	403名	17名
	420名	

2日目（10月16日（水））

時間	10月16日	
	歩数が3000歩以上の方	歩数が3000歩未満の方
7:00 - 7:15	37名	0名
7:15 - 7:30	121名	0名
7:30 - 7:45	83名	0名
7:45 - 8:00	85名	0名
8:00 - 8:15	39名	1名
8:15 - 8:30	37名	1名
8:30 - 8:45	61名	2名
8:45 - 9:00	25名	3名
9:00 - 9:15	33名	2名
9:15 - 9:30	36名	3名
9:30 - 9:45	22名	1名
9:45 - 10:00	19名	1名
10:00 - 10:15	6名	0名
10:15 - 10:30	1名	0名
合計	605名	14名
	619名	

最終日（10月17日（木））

時間	10月17日		
	歩数が3000歩以上の方	歩数が3000歩未満の方	うち3日間 毎日参加した人
7:00 - 7:15	50名	0名	17名
7:15 - 7:30	102名	0名	51名
7:30 - 7:45	84名	2名	33名
7:45 - 8:00	84名	0名	40名
8:00 - 8:15	63名	0名	24名
8:15 - 8:30	56名	1名	12名
8:30 - 8:45	57名	4名	16名
8:45 - 9:00	51名	2名	8名
9:00 - 9:15	46名	3名	8名
9:15 - 9:30	44名	2名	15名
9:30 - 9:45	37名	2名	9名
9:45 - 10:00	23名	3名	5名
10:00 - 10:15	14名	3名	1名
10:15 - 10:30	15名	1名	1名
合計	726名	23名	240名
	749名		240名

➤ 歩行者数調査：

スペシャルデーの本番日前後に、スタート/ゴールの両スポット付近で歩行者数調査を実施。スペシャルデー実施期間中は、その前後と比べて歩行者数が増加しており、通勤時の「楽しく歩く」朝習慣のきっかけを提供できたことがうかがえた。

※なお、スペシャルデーで設定したスタート/ゴールの両スポット付近を通過した全歩行者数を調査しているため、先述した両スポットの参加者数とは異なる。

日程		9月10日	10月1日	10月8日	10月15日	10月16日	10月17日	10月23日	10月29日	平均
天候		晴れ	晴れ	曇り	晴れ/曇り	雨/曇り	曇り	晴れ	曇り/雨	
スタートスポット 付近	7:00 - 7:15	17名	22名	18名	114名	138名	137名	16名	24名	61名
	7:15 - 7:30	38名	46名	44名	101名	94名	100名	37名	30名	61名
	7:30 - 7:45	41名	38名	54名	123名	109名	119名	47名	43名	72名
	7:45 - 8:00	58名	52名	60名	104名	104名	105名	58名	62名	75名
	8:00 - 8:15	57名	73名	37名	111名	114名	136名	58名	68名	82名
	8:15 - 8:30	83名	88名	98名	91名	139名	146名	100名	96名	105名
	8:30 - 8:45	115名	173名	152名	105名	204名	167名	130名	135名	148名
	8:45 - 9:00	190名	183名	162名	162名	197名	228名	172名	172名	183名
	9:00 - 9:15	139名	191名	184名	134名	211名	221名	161名	157名	175名
	9:15 - 9:30	196名	157名	171名	197名	184名	188名	165名	158名	177名
	9:30 - 9:45	290名	228名	226名	151名	253名	248名	256名	236名	236名
	9:45 - 10:00	168名	179名	157名	115名	197名	204名	180名	192名	174名
	合計	1,392名	1,430名	1,363名	1,508名	1,944名	1,999名	1,380名	1,373名	1,549名
ゴールスポット 付近	7:00 - 7:15	9名	14名	9名	58名	72名	87名	9名	6名	33名
	7:15 - 7:30	27名	22名	19名	52名	99名	88名	16名	18名	43名
	7:30 - 7:45	23名	25名	21名	71名	60名	69名	16名	21名	38名
	7:45 - 8:00	37名	30名	28名	55名	101名	102名	32名	19名	51名
	8:00 - 8:15	41名	34名	32名	41名	70名	49名	22名	19名	39名
	8:15 - 8:30	31名	51名	41名	49名	59名	62名	42名	32名	46名
	8:30 - 8:45	33名	30名	33名	31名	65名	102名	47名	31名	47名
	8:45 - 9:00	46名	50名	27名	37名	58名	75名	26名	32名	44名
	9:00 - 9:15	49名	61名	42名	63名	83名	83名	42名	22名	56名
	9:15 - 9:30	55名	36名	42名	49名	87名	94名	67名	23名	57名
	9:30 - 9:45	62名	62名	30名	46名	64名	73名	46名	27名	51名
	9:45 - 10:00	50名	68名	56名	47名	67名	58名	42名	20名	51名
	合計	463名	483名	380名	599名	885名	942名	407名	270名	554名

- 記録写真：
 <スタートスポット>



<コース上>



< ゴールスポット >



D : 「FUN+WALK MORNING」 PR イベント

「FUN+WALK MORNING」スペシャルデーの初日である 2019 年 10 月 15 日（火）に PR イベントを開催。鈴木大地スポーツ庁長官による本年度の施策説明や、本プロジェクトに賛同している企業担当者より取組説明を行ったほか、「FUN+WALK PROJECT アンバサダー」の EXILE ÜSA さん、EXILE TETSUYA さん、ゲストとしてタレントの高橋みなみさんが登壇し、“頭がスッキリする朝の習慣”をテーマにトークを交わし、「FUN+WALK MORNING」スペシャルデーのキックオフを行った。

- 日時：2019 年 10 月 15 日（火） 8：50～10：30
- 会場：セルリアンタワー東急ホテル／渋谷区立桜丘公園
- 主催：スポーツ庁
- 後援：渋谷区
- 協賛：アサヒ飲料株式会社、株式会社アシックス、東急株式会社
- 内容：

＜1 部＞ スポーツ庁鈴木長官挨拶・イベント概要説明

協賛企業挨拶

アンバサダー・ゲストによるトークセッション

フォトセッション

＜2 部＞ 長官・アンバサダー・ゲストによる参加特典配布取材

フォトセッションおよび個別取材

- 登壇者：（敬称略）

スポーツ庁長官 鈴木 大地

アサヒ飲料株式会社 常務執行役員 健康チャレンジ!プロジェクトリーダー 大越洋二

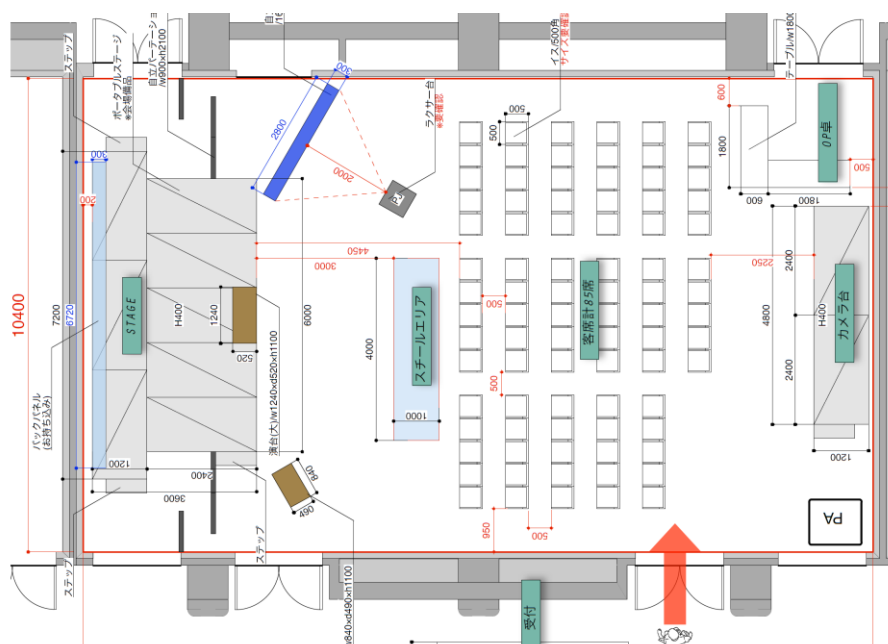
株式会社アシックス 執行役員 小林淳二

東急株式会社 代表取締役 副社長執行役員 巴政

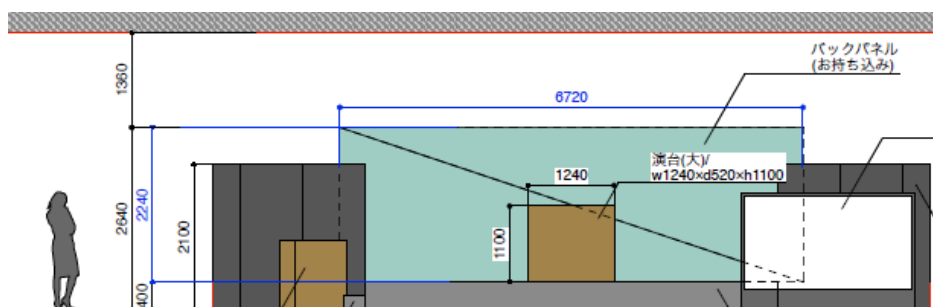
EXILE ÜSA/EXILE TETSUYA

高橋みなみ

- 会場図面平面図：



➤ 会場立面図：



➤ 記録写真



➤ メディア露出（一部抜粋）：

ビジネスパーソンを中心に世の中に広く本イベントの情報を届けるにあたり、芸能文脈での情報“量”獲得と、経済・生活文脈での本イベントの趣旨の情報化による“質”の良い情報獲得を図った。テレビ・新聞・WEBを中心に200件以上の露出を獲得したが、多くが芸能文脈での露出となった。一方で、芸能文脈を入口に本イベントの趣旨を伝える露出を獲得することもできた。

✓ TBS「はやドキ！」10月16日オンエア

女性ゲストの高橋みなみさんの「週末散歩デート」という芸能文脈を入口に、PRイベントの様子を全国ネット番組で露出獲得。



✓ TOKYO HEADLINE (<https://www.tokyoheadline.com/468919/>) 10月15日掲載
アンバサダーの登壇を入口に、「朝歩くを楽しく！」という本イベントの趣旨および、イベント名を見出しで獲得。

EXILE ÜSAとTETSUYAらが朝歩くを楽しく！スポーツ庁などの「FUN+WALK MORNING」

2019.10.15 Vol.Web Original エンタメ



楽しく歩いて通勤する朝習慣を作ろうという取り組み「FUN+WALK MORNING」のPRイベントが13日、都内で行われ、鈴木大地スポーツ庁長官、アンバサダーを務めるEXILEのÜSAとTETSUYAが登壇した。

② その他の官民連携施策

◆ スマートライフフェスタ in 横浜スタジアム

厚生労働省とスポーツ庁の連携イベント「スマートライフフェスタ in 横浜スタジアム」において、横浜スタジアムで行われるヨガイベントの参加者に対して、会場周辺のウォーキングマップを配布し、ヨガと合わせて「歩く」ことを促すとともに「FUN+WALK PROJECT」の認知拡大を図った。

- 日時：2019年9月2日（月） 19：30～20：30
- 会場：横浜スタジアム
- 主催：厚生労働省／スポーツ庁
- 共催：横浜市
- 協力：健康経営会議実行委員会事務局／株式会社ディー・エヌ・エー
- 株式会社 横浜スタジアム
- 参加者数：約 1,000 名
- 記録写真：



◆ 令和元年度「体育の日」中央記念行事 スポーツ祭 2019

スポーツ祭りのイベント会場においてブースを設置し、チラシ配布用による本プロジェクトの認知拡大を図った。

- 日時：2019年10月14日（月・祝）8：30～15：30
- 会場：味の素ナショナルトレーニングセンター
- 記録写真：



◆ FUTOMOMO すっきりウォーク

年末年始に開催される西新宿のイルミネーションイベント「西の陣」とのコラボレーションによる、「歩いてイルミを巡って綺麗になろう」をテーマに「FUTOMOMO すっきりウォーク」が開催され、鈴木大地スポーツ庁長官も一般の参加者とともに、西新宿のイルミネーションを楽しみながら歩いた。新たに設置したフットマークを目安に大股で歩くことにより、ヒップがあがり太ももから足首にかけてスッパリした美しいスタイルを目指すことを目的とした。本プロジェクトのホームページでの告知および、実施レポート記事を掲載することにより、「イルミネーション」や「美しいスタイル」と「歩く」ことの掛け合わせを訴求した。

（本イベントはスポーツ庁が実施した第2回パブコンで長官賞を受賞した「ふとももすっきりプロジェクト」のアイデアを実現する第一弾企画。）

- 日時：2019年12月20日（金）16:30～18:30
- 会場：サザンテラス広場～新宿中央公園
- 主催：FUTOMOMO 実行委員会
- 記録写真：



3. 事業成果に関する検証

(1) 調査の目的

FUN+WALK PROJECT の自走化、認知、普及を推し進めるため、また、プロジェクトを通じた国民の意識変容等を把握するためにアンケート調査・分析を実施した。

(2) 調査の実施方法

強化月間「FUN+WALK 月間」後において調査を行い成果と課題を可視化した。

- ◆ 方法 : インターネット調査
- ◆ 対象者 : 20～50 代のパート・アルバイトを含む有職者の男女
(メインターゲットは 20～40 代だが差を見るため 50 代も含む)
- ◆ 割付 : 824ss (20～50 代男女、各年代 103ss)

	20代	30代	40代	50代
男性	103	103	103	103
女性	103	103	103	103

- ◆ 実施日時 : 2019 年 12 月調査 = 2019 年 12 月 13、14 日
＜参考＞
2018 年 事前調査 = 2018 年 2 月 14、15 日
※本プロジェクトの強化週間「FUN+WALK WEEK」実施前
2018 年 事後調査 = 2018 年 3 月 17、18 日
※本プロジェクトの強化週間「FUN+WALK WEEK」実施後
2019 年 1 月調査 = 2019 年 1 月 25、26 日
- ◆ 主な質問項目と言葉の定義
 - ・本プロジェクトの認知度 (このプロジェクトを知っているか)
 - ・本プロジェクトの参加意向 (プロジェクトの説明を見て、歩きたいと思ったか)
 - ・「歩きやすい服装での通勤」の浸透度
(通勤時間等を利用して「歩く」ことを促進するため「歩きやすい服装」が推奨されていることを知っているか)
 - ・本プロジェクトの認知をきっかけとしたよる行動変化 (認知者対象)
(新たに「ウォーキング」を趣味として始めた／以前よりも「歩く」量が増えたなど)
 - ・本プロジェクトの認知をきっかけとした意識変化 (認知者対象)
(「歩く」ことを意識するようになった、「歩数」を気にするようになった等)

(3) 調査集計結果

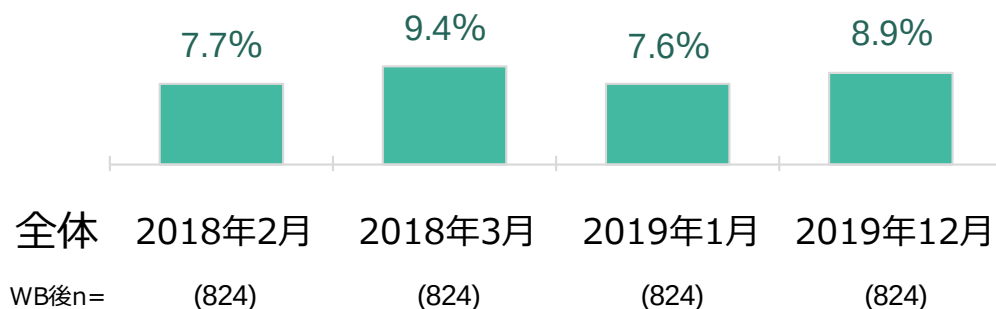
◆ 調査対象者の属性

- 本調査では、20～50 代男女の各性・年代について均等に 103 サンプルずつ、計 824 サンプルの回答を回収した。その後、『平成 27 年国勢調査就業状態等基本集計』(総務省統計局)による有職者の各性・年代の構成比を用いて補正を行った。これにより、算出された対象者の人数は男性 517 名、女性 307 名となった。
- 人数については、整数になるよう小数点以下の数字を四捨五入等で一部調整している。

	20代	30代	40代	50代	合計
男性	82	135	164	137	517
女性	68	77	88	73	307
合計	150	212	252	210	824

1. 「FUN+WALK PROJECT」の認知【Q9】

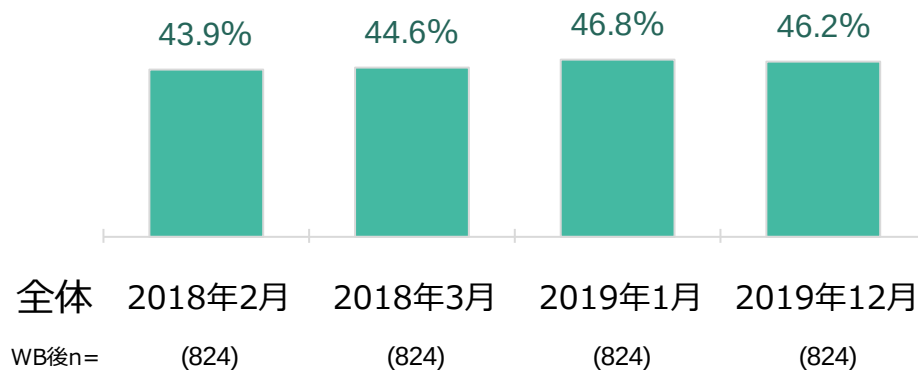
あなたは、「FUN+WALK PROJECT」をご存知ですかという質問について、「内容まで知っている」「名前は聞いたことがある」と回答した者（認知者）は8.9%であった。
前回2019年1月調査（7.6%）とほぼ同程度の認知率となっている。



※WB後：ウェイトバック後（以下同様）

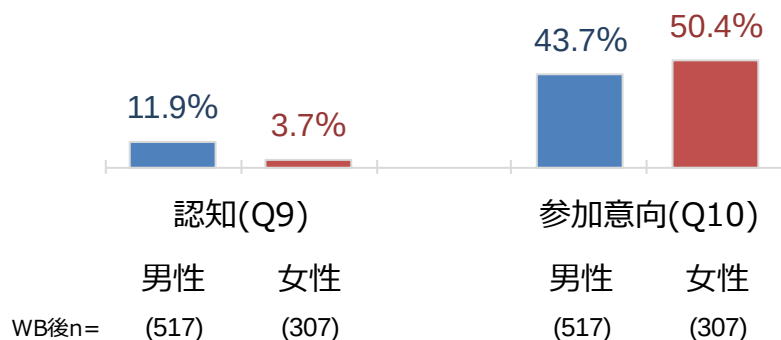
2. 「FUN+WALK PROJECT」の参加意向【Q10】

「FUN+WALK PROJECT」の趣旨を説明した文章の提示後に「説明をご覧になって、あなたはもっと歩きたいと思いましたか」と質問したところ、「歩きたい」「やや歩きたい」と回答した者（意向者）は46.2%で、2019年1月調査の46.8%と同程度であった。



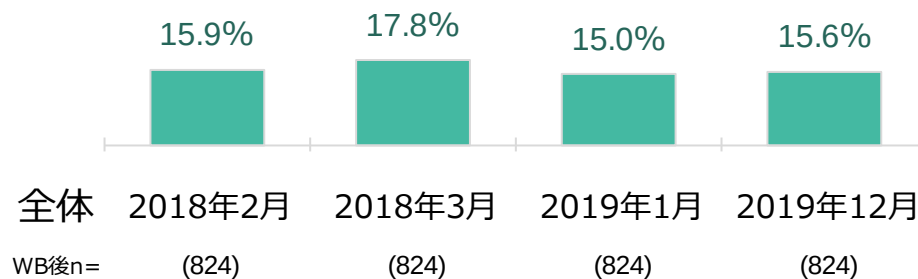
※認知×参加意向（性別）

認知（Q9）と参加意向（Q10）について、男女間で比較したところ、認知では男性の方が高く、参加意向では女性の方が高くなっている。女性については、参加意向が高いため、認知されれば、参加してくれる可能性があることがうかがえる。



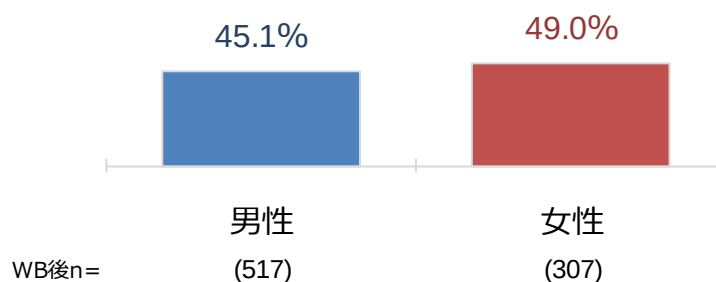
3. 「歩きやすい服装での通勤」浸透度【Q11】

「FUN+WALK PROJECT」では、通勤時間等を利用して「歩く」ことを促進するため「歩きやすい服装（服や靴、鞆なども含む）での通勤」を提案しています。あなたはこの取組をご存知ですか、との質問に対し、「知っていて働いている会社でも推奨している」「ニュースなどで取り上げられているのを見聞きしたことがある」「聞いたことはある気がする」と回答した人の割合は15.6%で、2019年1月調査の15.0%と比較すると同程度のスコアである。



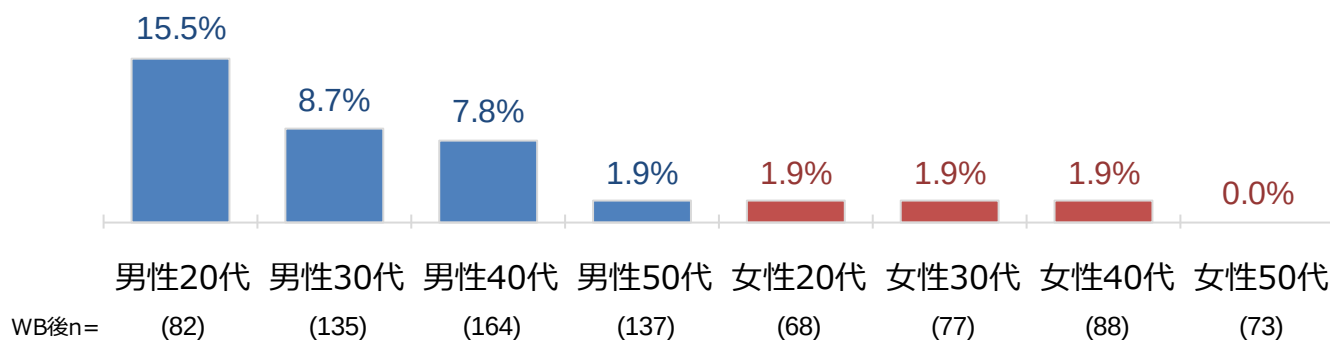
4. 「歩きやすい服装での通勤」の実施状況【Q12】

あなたは、「歩きやすい服装（服や靴、鞆なども含む）での通勤」を行っていますか、と質問したところ、「毎日行っている」「その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある」と回答した人の割合を男女間で比較すると、男性が45.1%、女性が49.0%。女性の方が歩きやすい服装での通勤を行っている。



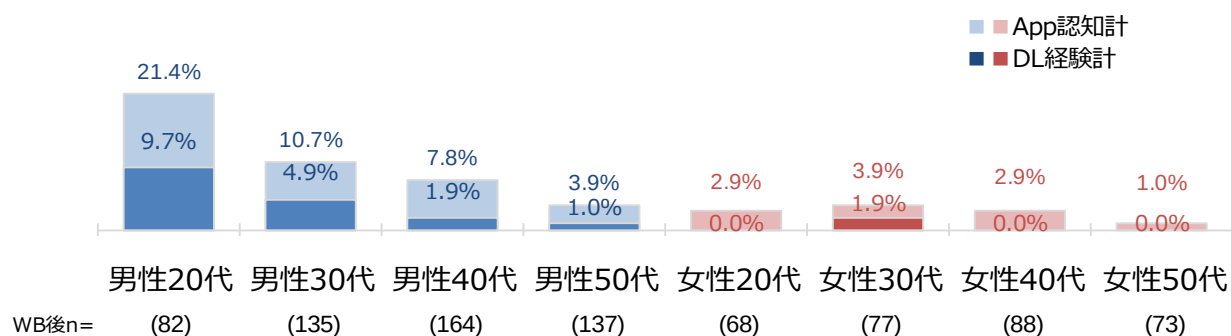
5. 公式サイト浸透度【Q13】

「FUN+WALK PROJECT」のホームページをご覧になったことがありますか、という質問について「見たことがある」と回答した人を性年代別でみると、男性20代が15.5%と、他層に比べて高い。



6. FUN+WALK アプリ浸透度【Q14】

F+W アプリをご存知ですか、という質問に対し、「このアプリをダウンロードをしており、現在使用している」「このアプリをダウンロードをして使用していたが、現在は使用していない」「このアプリの存在は知っているが、ダウンロードはしていない」と回答した人（アプリ認知者）及び、アプリのダウンロード経験者について、性年代別に見ていくと、アプリ認知、ダウンロード経験、ともに男性20代のスコアが他層に比べ高くなっているのが特徴的である。



※DL 経験計＝「このアプリをダウンロードをしており、現在使用している」

「このアプリをダウンロードをして使用していたが、現在は使用していない」の回答者

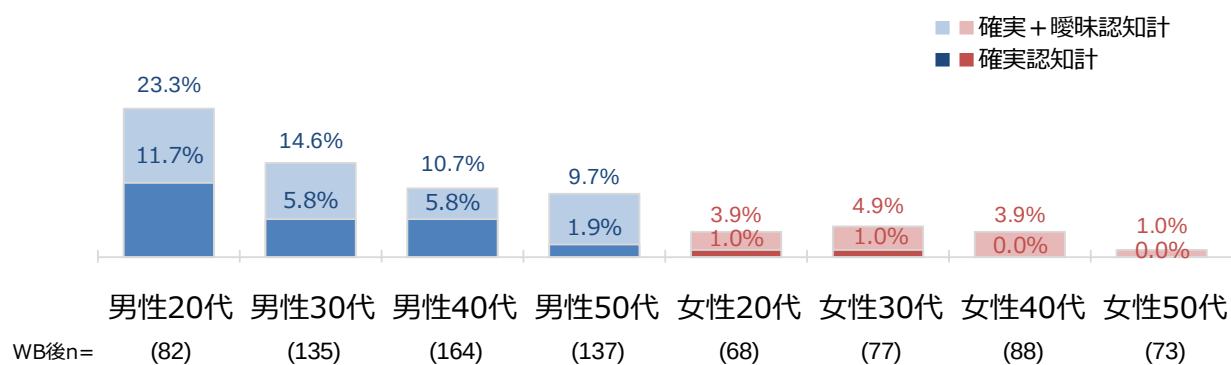
※App 認知計＝「このアプリをダウンロードをしており、現在使用している」

「このアプリをダウンロードをして使用していたが、現在は使用していない」

「このアプリの存在は知っているが、ダウンロードはしていない」の回答者

7. 「FUN+WALK 月間」認知【Q15】

「FUN+WALK PROJECT」では、国民全体で「歩く」ことを促進する「強化期間」として、2019年10月1日～31日の1ヶ月間を「FUN+WALK 月間」とし、様々なシーンで「歩く」ことを推奨するキャンペーンを実施しました。あなたは、この「FUN+WALK 月間」のことをご存知ですか、という質問の結果を性年代別に見ていくと、男性20代のスコアが高く、确实認知計で11.7%。确实+曖昧認知計で23.3%となっており、他層に比べ高くなっている。



※确实認知計＝「知っていて、この期間に積極的に「歩く」ことを心がけた」

「ニュースやイベント会場周辺（田園都市線など）、クーポン提携店舗で見聞きしたことがある」の回答者

※确实+曖昧認知計＝「知っていて、この期間に積極的に「歩く」ことを心がけた」

「ニュースやイベント会場周辺（田園都市線など）、クーポン提携店舗で見聞きしたことがある」

「聞いたことはある気がする」の回答者

8. プロジェクト実施による意識変化・行動変化（複数回答）【Q16】

※プロジェクト認知者ベース

「FUN+WALK PROJECT」の様々な取組（HP やアプリ、月間、キャンペーン等）を見聞きすることで、あなたの日常に何か変化がありましたか。あてはまるものをすべてお選びください、という質問に対し、FUN+WALK PROJECT 認知者で、「新たに「ウォーキング」を趣味として始めた／以前よりも「歩く」量が増えた」と回答した人の割合は、男性で 9.1%、女性で 3.7%となっており、男性の方が高い。

また、「以前よりも「歩く」ことを意識するようになった」「以前よりも「歩数」を気にするようになった」と回答した人の割合は、男性で 29.4%、女性で 24.2%となっており、男性の方が高い。

上記内容より、女性よりも男性の方が行動や意識に変化が表れている。



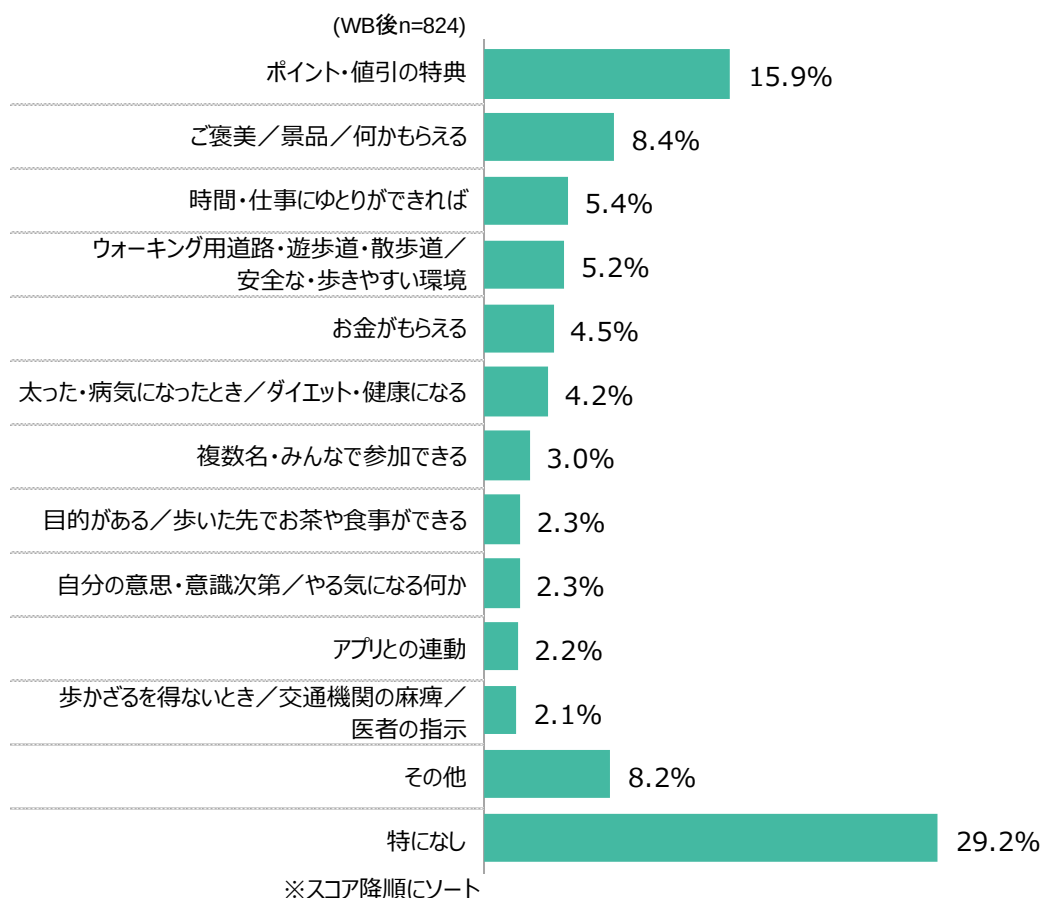
※行動変化＝「新たに「ウォーキング」を趣味として始めた」「以前よりも「歩く」量が増えた」回答者

※意識変化＝「以前よりも「歩く」ことを意識するようになった」「以前よりも「歩数」を気にするようになった」

「以前よりも「歩きやすい服装」を意識するようになった」「以前よりも「健康」を気にするようになった」回答者

9. ウォーキング促進施策案の検討（自由回答）【Q17】

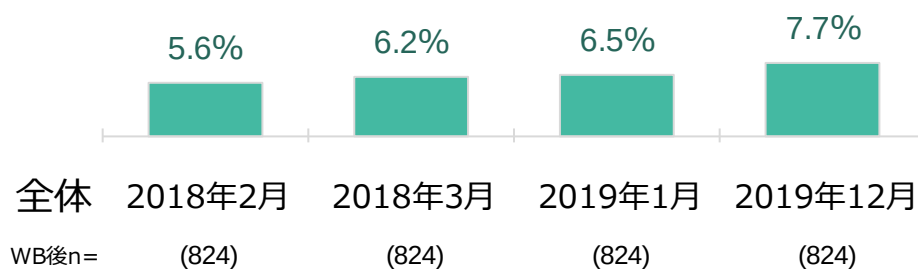
どのような取組や環境があれば、継続して歩きたくなると思いますか、という質問に対する回答では、「ポイント・値引の特典」「ご褒美／景品／何かもらえる」「時間・仕事にゆとりができれば」が上位であった。（前回の2019年1月調査と同傾向。）



※スコアは2%以上の項目を掲載

10. 職場における、運動・スポーツに関する取組の実施有無【Q18】

あなたの働いている会社では、従業員の運動・スポーツ実施を促進するための取組を行っていますか。実施している会社にお勤めの方は、具体的な内容もあわせてお答えください、という質問に対し、「実施している」と回答した人の割合は7.7%で、2019年1月調査の6.5%と同程度であった。



11. 職場における、運動・スポーツに関する取組の実施内容【Q18】

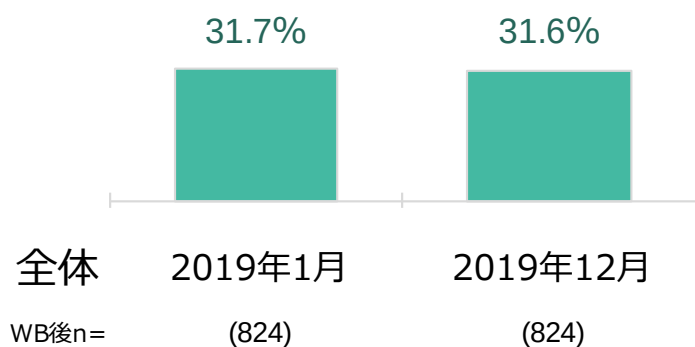
10.で「実施している」と回答した人に、働いている会社での具体的な健康増進イベントについて尋ねたところ、ラジオ体操やスポーツ大会、スポーツジムの優待などが多くみられた。また、会社として「歩くこと」「ウォーキング」をイベントとして取り組んでいるケースも散見された。

※以下、回答内容一部抜粋

回答内容	性年代
万歩計機能などがついた健康増進アプリが無料で利用できる。	女性/30代
万歩計を配って、目標歩数に達したら景品プレゼント	男性/30代
毎年駅伝大会に協賛しており、多くの社員が参加している。	女性/50代
保健指導が入る	女性/30代
福利厚生でヘルスクエアが無料	男性/40代
同好会があり、個人に補助金がでる	女性/50代
組織単位で歩数を競う	女性/40代
従業員にウォーキングなど日常生活の中でできる運動を推進する呼びかけや推奨	女性/20代
始業前にラジオ体操を実施している	女性/20代
皇居ラン	女性/20代
野球部がある	男性/20代
部活動の実施	女性/20代
構内の昼休みウォーキング	男性/30代
レクリエーションによる球技大会	男性/20代
ラジオ体操	男性/20代
メタボ診断が出ると、スポーツクラブ費補助	女性/40代
マラソン等のスポンサーになったり、会社が主催する体育大会がある	男性/30代
マラソン	女性/40代
ボーリング大会	男性/40代
フットサル大会	男性/20代
フットサルなどのコート代補助金で、社員のコミュニケーションアップなどの意図	女性/30代
バレーボール大会など交流の意味合いも含めた活動	男性/30代
トレーニングジムの割引券	男性/30代
ダイエット企画で期限を決めて目標体重を達成すれば社長から金一封が出る	女性/20代
ソフトボール大会	男性/40代
スポーツ大会	男性/20代
スポーツ施設の無料利用券の配布	女性/30代
スポーツ施設の機器インストラクター指導	男性/40代
スポーツジムの優待	女性/30代
スポーツクラブ補助	男性/50代

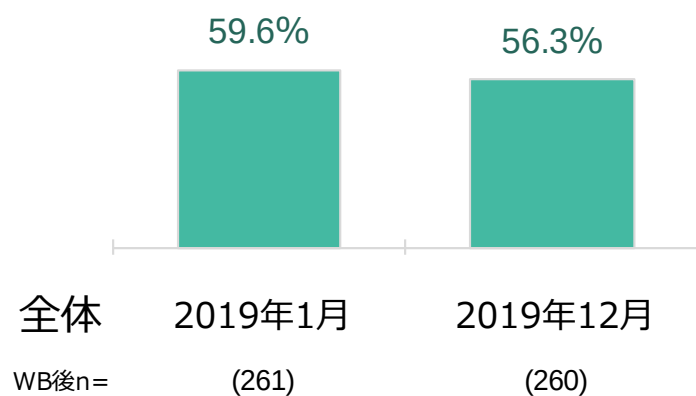
12. 「スニーカー通勤」の認知【Q19】

あなたは、「スニーカー通勤」という言葉を見聞きしたことがありますか、との質問について、「知っている、聞いたことがある」と回答した人は、全体の 31.6%。前回の 2019 年 1 月調査と同程度の認知率であった。



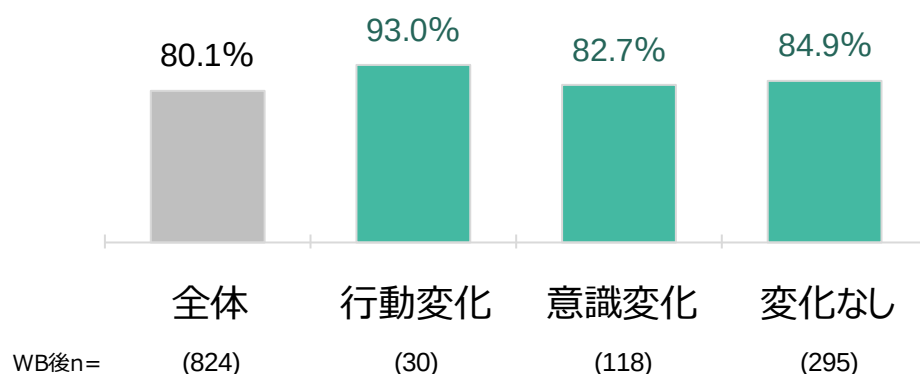
13. 「スニーカー通勤」の実施状況 ※「スニーカー通勤」認知者ベース【Q20】

あなたは、「スニーカー通勤」を行っていますか、との質問について、「毎日行っている」「その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある」と回答した人は、全体の 56.3%。前回の 2019 年 1 月調査と同程度の実施状況であった。



14. 健康状態の実感【Q1】

あなたは、このところ健康だと思いますか、という質問に対して、「健康である」「どちらかといえば健康である」と回答した人は全体で 80.1%。また、FUN+WALK PROJECT による行動変化層においても、93.0%が「健康である」と回答。変化なし層と比べ行動変化層の方が、健康であると回答している。

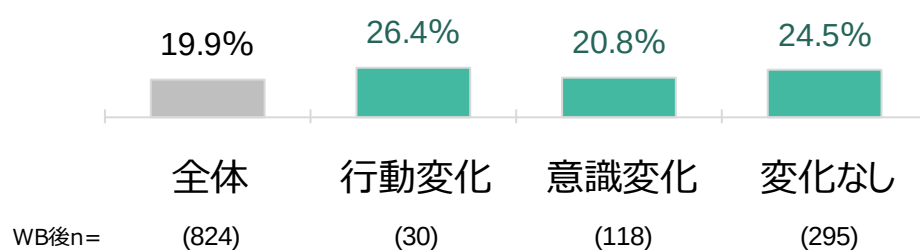


※行動変化＝「8. プロジェクト実施による意識変化・行動変化【Q16】」で FUN+WALK PROJECT の取組により、行動変化を起こしたと回答した人（以下同じ）

※意識変化＝「8. プロジェクト実施による意識変化・行動変化【Q16】」で FUN+WALK PROJECT の取組により、意識変化を起こしたとお回答した人（以下同じ）

15. 普段の歩数【Q2】

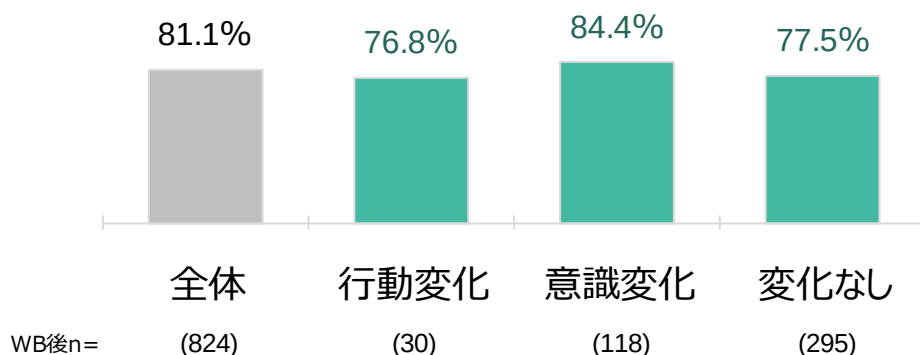
あなたは普段、1日あたり平均してどのくらい歩いていますか（1,000 歩＝10 分としてお考えください）、という質問に対し、1 日の平均歩数が「8,000 歩以上」と回答した人は 19.9%であった。FUN+WALK PROJECT による行動変化層では、「8,000 歩以上」と回答した人の割合が 26.4%で、全体よりも高くなっている。



※スコアは 8,000 歩以上＝「8,000 歩～10,000 歩未満」「10,000 歩～12,000 歩未満」「12,000 歩以上」の回答者

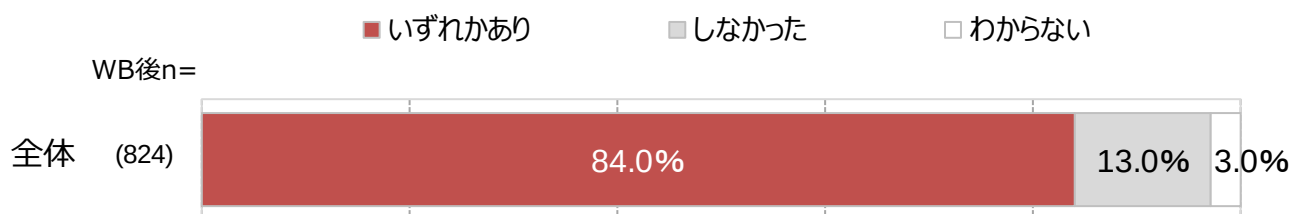
16. 運動不足の実感【Q3】

あなたは普段、運動不足を感じますか、という質問に対し、「大いに感じる」「ある程度感じる」と回答した人の割合は、全体で 81.1%。FUN+WALK PROJECT による行動変化層では 76.8%、意識変化層で 84.4%。意識変化層よりも行動変化層の方が、スコアが低い。行動が変化することで、運動不足が解消されていることがうかがえる。



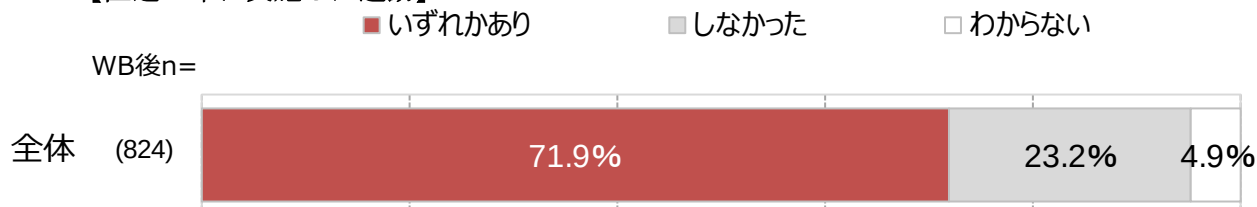
17. これまでに / 直近 1 年に実施した運動・スポーツ【Q4】

あなたがこれまでに実施した運動・スポーツをすべてお答えください（職業として実施したものは除いてお考えください）、という質問に対し、いずれかの運動・スポーツを選択した人の割合は 84.0%。また、直近 1 年間でみると 71.9%となっている。



【これまでに実施した運動】

【直近 1 年に実施した運動】

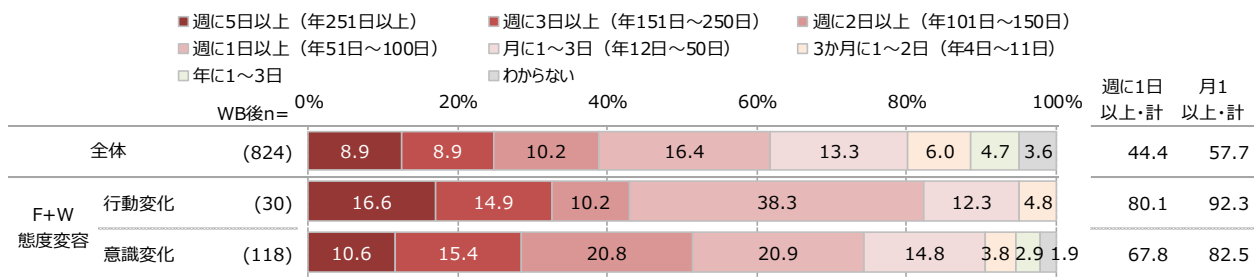


18. 直近 1 年間の運動・スポーツ実施頻度 ※全ベース【Q5】

この 1 年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか、という質問に対し、週 1 回以上計が 44.4%、月 1 回以上計が 57.7%であった。

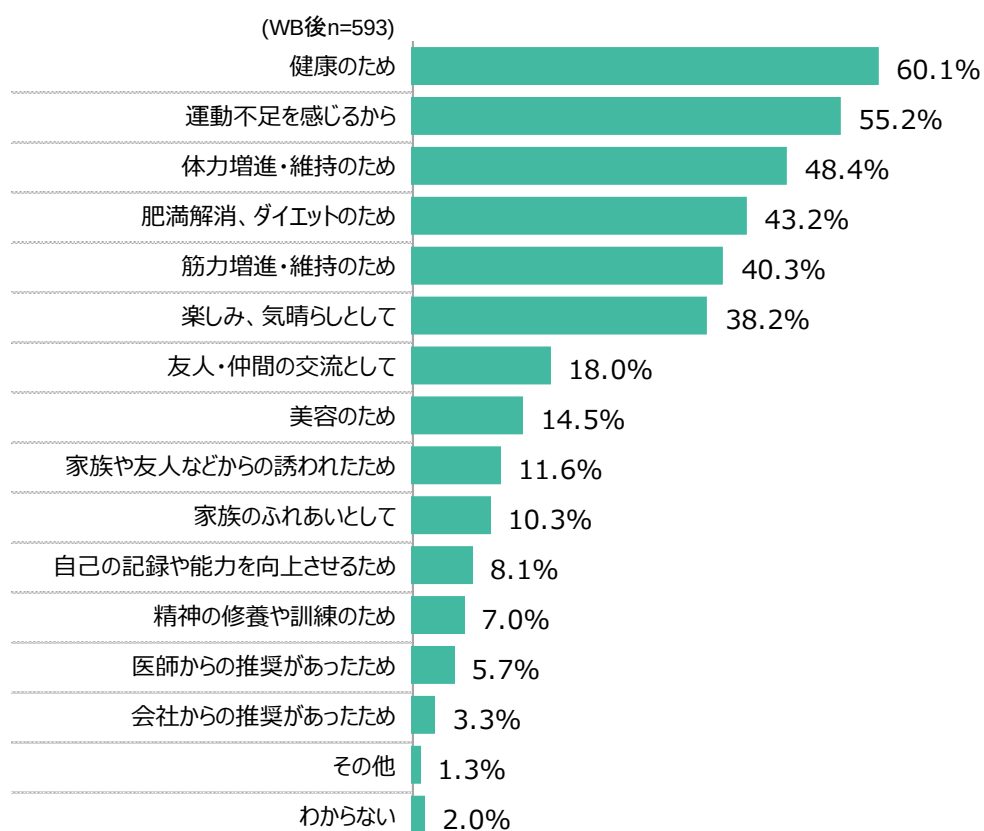
また、FUN+WALK PROJECT による行動変化層では、週 1 回以上計が 80.1%、月 1 回以上計が 92.3%。

全体と比べ、行動に変化がある人の方が運動やスポーツの頻度が高い。



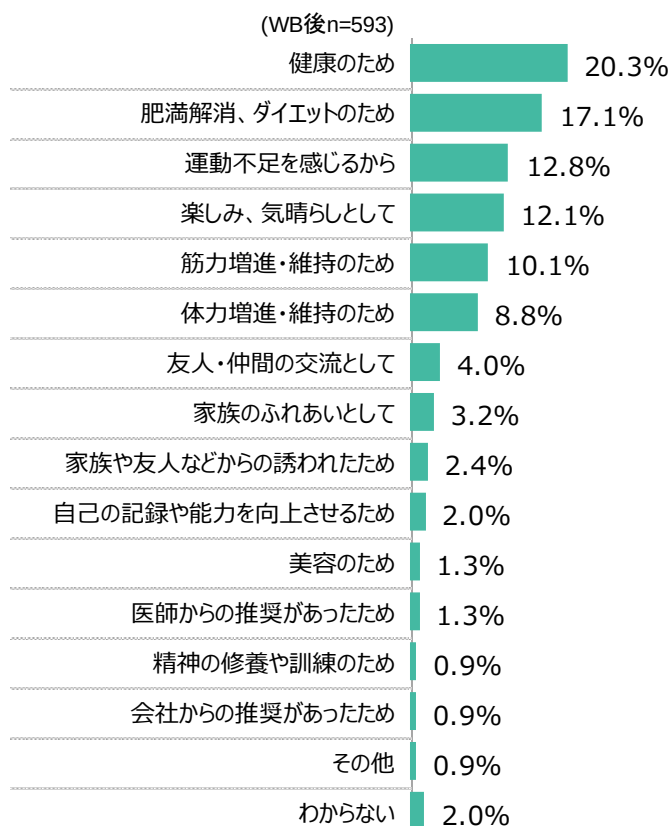
19. 直近1年間の運動・スポーツ実施目的（複数回答） ※1年以内運動ありベース【Q6S1】

この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか、という質問に対し、この1年間に運動やスポーツを実施した人の運動実施の目的は、全体で「健康のため」「運動不足を感じるから」が5割を超え、上位であった。



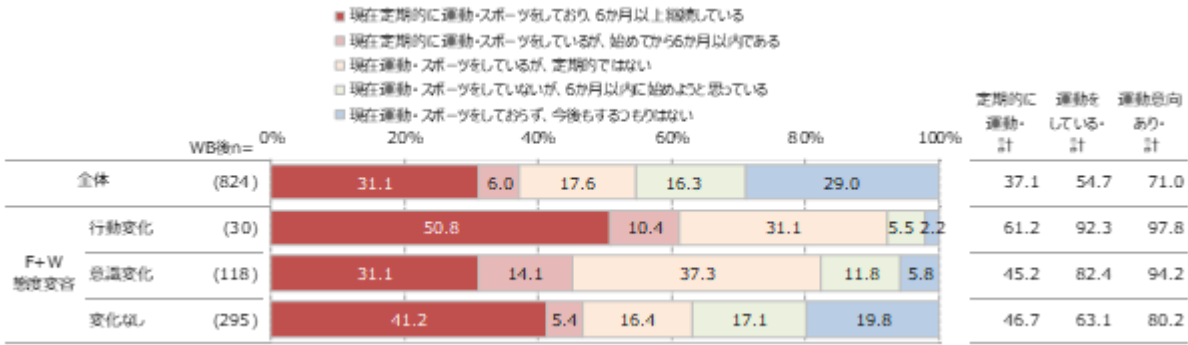
20. 直近1年運動実施目的（最も大きな理由） ※1年以内運動ありベース【Q6S2】

運動やスポーツを実施した理由の中で、最も大きな理由では「健康のため」が全体でトップにあがった。次いで「肥満解消、ダイエットのため」「運動不足を感じるから」「楽しみ、気晴らしとして」「筋力増進・維持のため」が続いた。



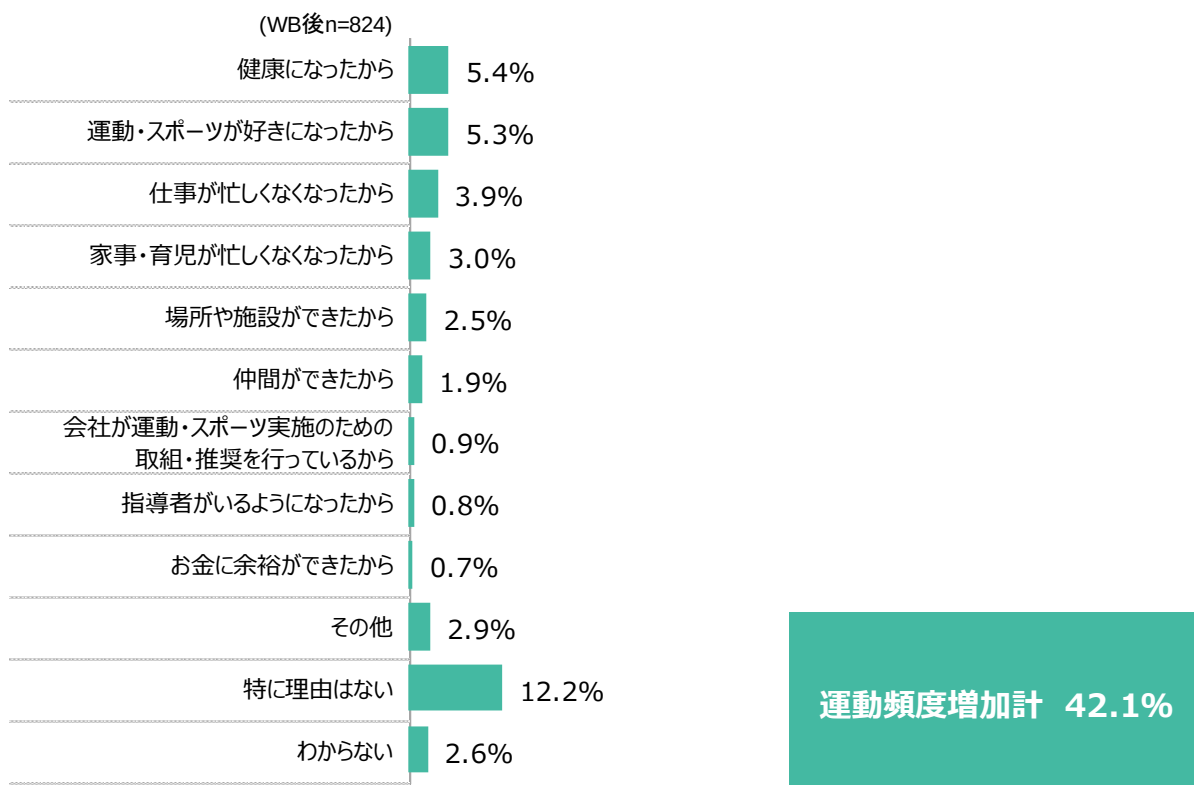
21. 運動・スポーツの実施状況と今後の予定【Q7】

運動・スポーツについて、現在の実施状況と今後の予定についてお答えください、という質問では、「現在定期的に運動・スポーツをしており、6か月以上継続している」「現在定期的に運動・スポーツをしているが、始めてから6か月以内である」と回答した人(定期的に運動計)のうち、FUN+WALK PROJECTによる行動変化層では61.2%と他層に比べ高く、定期的な運動やスポーツ実施率が高い。



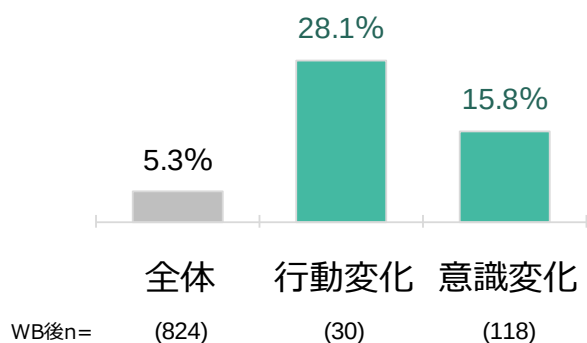
22. 運動・スポーツ増加理由（単一回答）【Q8S2】

1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えましたか。増えた方は、この中からすべてお答えください、という質問に対し、1年前と比べて運動頻度が「増加」した人は42.1%。運動増加の理由としては「健康になったから」「運動・スポーツが好きになったから」が上位であった。



※運動頻度増加計＝100－「1年前と比べて運動・スポーツの頻度は増えていない」

また、本プロジェクトの目的の一つでもある「運動・スポーツが好きになったから」について見ていくと、全体では5.3%に対し、FUN+WALK PROJECTによる行動変化層が28.1%、意識変化層は15.8%と全体に比べてスコアが高くなっている。



(4) 調査結果サマリー

- ✓ 「FUN+WALK PROJECT」の認知度は過去の調査と比べて大きな伸長は見られず1割弱。また、「歩きやすい服装での通勤」の浸透度は「聞いたことはある気がする」という人まで含めても約15%にとどまり、こちらも昨年からの伸長が見られず、一般的な認知は得られていない状況である。(P25、26参照)
- ✓ 各種広報物の認知率も1割弱であり「FUN+WALK PROJECT」の認知や「歩きやすい服装での通勤」の浸透度も横ばいであることから、大きな話題化まではできていない。(P25～27参照)
- ✓ ただし、「FUN+WALK PROJECT」の認知や「歩きやすい服装での通勤」の認知は低くとも、「歩きやすい服装での通勤」を実施している人は4割以上存在し、認知の低い女性の方が実施者はむしろ男性よりも多い。言葉として見聞きはせずとも、「歩きやすい服装での通勤」ができる環境が浸透していることが窺える。(P26参照)
- ✓ プロジェクト内容の説明を聞いた後で「歩きたい」「やや歩きたい」と回答した人は4割以上存在し、プロジェクトの認知拡大によって「歩く」ことが広がる可能性は高い。(P25参照)
- ✓ また、「スニーカー通勤」の認知は3割強、また実際に「スニーカー通勤」を実施している人は6割程度存在しており、昨年度の調査と同程度となっている。世の中では「スニーカー通勤」というアクションが定着しつつあることがうかがえる。(P32参照)
- ✓ この1年間に運動やスポーツを週に1日以上実施した人は全体で約4割であったのに対し、FUN+WALK PROJECT認知者では約8割であった。プロジェクト認知者の方が運動やスポーツの実施率が高いことが確認できた。(P35参照)

(5) 調査結果から得られた課題、取り組むべき事項

- ✓ 「歩きやすい服装での通勤」や「スニーカー通勤」などの実施者が一定数確認され、アクションが定着されつつあるにもかかわらず、プロジェクト認知が低いことは課題。プロジェクト認知拡大がアクションの拡大にも寄与する可能性もうかがえたため、今後はこの実態をSNSやホームページ、メディア取材等を通じて可視化し、さらに盛り上げる工夫が必要である。
- ✓ 女性20代や50代はプロジェクト認知が低いものの「歩きやすい服装での通勤」や「スニーカー通勤」の実施率は高く、アクションが定着しつつあることがうかがえた。今後は、実施率の低い男性の30～40代や、女性の中でも実施率が低い30～40代に対するアプローチの検討が必要である。

4. 全体の考察、まとめ

本事業では、平成 29 年度より継続し、「歩く」に「楽しい」をプラスするというコンセプトのもとキーアクションの設定を行い、ビジネスパーソン参加型のイベント等を実施した。“FUN+WALK STYLE (歩きやすい服装)での通勤”というキーアクションは、個人、企業、地方自治体等でも共感を得ることができ、企業連携施策、官民連携施策、省庁連携施策と本事業の普及に資する様々な取組も展開した。

また、昨年度より継続して EXILE ÜSA 氏、EXILE TETSUYA 氏をアンバサダーに任命し、著名人を活用し本プロジェクトの普及を図った。ご当地キャラクターとも継続して連携し、各キャラクターから各地での情報発信も促した。

過去 2 年間の取組から、“歩きやすい服装での通勤”というキーアクションの広がりおよび定着しつつあることがうかがえた一方で、その実態が世の中に知られていないことが本プロジェクトの課題であると考えた。ターゲットであるビジネスパーソン参加型イベントの実施、ターゲット自らが情報発信することを促す SNS 施策などを通して、キーアクションの広がりおよび定着しつつある実態を顕在化することを図った。

「FUN+WALK 月間」では、全国の企業・団体の取組事例を紹介するほか、東京では“楽しく歩いて通勤する朝習慣をつくる”をテーマに、「FUN+WALK MORNING」キャンペーンとして、ビジネスパーソン参加型イベントを実施した。楽しみながら一駅歩いて通勤するという体験を通して、多くの参加者に“歩く習慣づくり”のきっかけを提供できたと思われる。また、東京だけでなく、全国のビジネスパーソンやご当地キャラクターが気軽に参加できる SNS キャンペーンも同時に展開することで、「FUN+WALK 月間」およびアクションの広がりを顕在化することに寄与した。

キーアクションの広がり・定着実態の顕在化、“歩く習慣づくり”のきっかけ提供においては一定の成果を得られたが、一方で、「FUN+WALK PROJECT」の認知拡大には大きな課題が残る。ウェブアンケート調査の結果から、プロジェクトの認知拡大が運動・スポーツの実施率向上に寄与する可能性がうかがえ、全体的な本プロジェクト周知の底上げが、本事業の普及において重要だと思われる。

今後、本事業をさらに普及するためには、ビジネスパーソン参加型のイベントを継続実施するほか、「歩きやすい服装での通勤」や「スニーカー通勤」といったアクションの実施率が比較的高い実態を、SNS やホームページ、メディア取材等を通じて顕在化する必要があると考える。また、既にビジネスパーソンやメディアに定着しつつある「スニーカー通勤」というワードも、スポーツ庁として積極的に活用することで、さらなるキーアクションの普及も図ることや、さらに、“健康経営”など企業における健康機運の高まりも活用し、企業経営層向けのセミナーやイベントなどを実施することで、企業経営層からの本事業の普及およびアクションの拡大を図ることも有効であると考ええる。

5. 巻末資料

5. 1 調査票

運動に関するアンケート

下記アンケートにご協力お願いいたします。

当アンケートの回答者の皆様へお願い

マクロミルモニタの皆様にはモニタ規約にて「調査についての守秘義務」の徹底をお願いしています。

当アンケートの内容および当アンケートで知り得た情報については、決して第三者に口外しないよう(掲示板やホームページへの書き込みを含む)、ご協力お願いします。

- ①必須入力

Q1 あなたは、このところ健康だと思いますか。この中から1つだけお答えください。
【必須入力】

- ☐ 1. 健康である
- ☐ 2. どちらかといえば健康である
- ☐ 3. どちらかといえば健康でない
- ☐ 4. 健康でない
- ☐ 5. わからない

- ①必須入力

Q2 あなたは普段、1日あたり平均してどのくらい歩いていますか。この中から1つだけお答えください。
※1,000歩＝10分としてお考えください。
【必須入力】

- ☐ 1. 2,000歩未満
- ☐ 2. 2,000歩～4,000歩未満
- ☐ 3. 4,000歩～6,000歩未満
- ☐ 4. 6,000歩～8,000歩未満
- ☐ 5. 8,000歩～10,000歩未満
- ☐ 6. 10,000歩～12,000歩未満
- ☐ 7. 12,000歩以上
- ☐ 8. わからない

- ①必須入力

Q3 あなたは普段、運動不足を感じますか。この中から1つだけお答えください。
【必須入力】

- ☐ 1. 大いに感じる
- ☐ 2. ある程度感じる
- ☐ 3. あまり感じない
- ☐ 4. ほとんど全く感じない
- ☐ 5. わからない

- ①必須入力(全項目)
- ①項目【1】 26_FA: 必須入力
- ①項目【2】 26_FA: 必須入力
- 排他選択肢: 27. 運動やスポーツはしなかった
- 排他選択肢: 28. わからない
- 包含チェック: 項目【1】×項目【2】
- 包含チェックする選択肢: 1-26
- 縦方向回答

- Q4** あなたがこれまでに実施した運動・スポーツがあればすべてお答えください。
また、その中で、この1年間に実施した運動・スポーツをすべてお答えください。
※職業として実施したものは除いてお答えください。
※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↓)方向にそれぞれ選択してください。
【必須入力】

	1 これまで に実施した 運動・ スポーツ	2 1年間に 実施した 運動・ スポーツ
	↓	↓
1. ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)	☐	☐
2. 階段昇降(2アップ3ダウン等)	☐	☐
3. エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	☐	☐
4. 体操(ラジオ体操、職場体操、美容体操、縄跳びを含む)	☐	☐
5. ダンス(フォークダンス、ジャズダンス、社交ダンス、民謡踊りを含む)	☐	☐
6. ボウリング	☐	☐
7. ランニング(ジョギング)、マラソン、駅伝	☐	☐
8. 水泳(競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミングを含む)	☐	☐
9. トレーニング(筋力トレーニング、ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動	☐	☐
10. スキー、スノーボード、スケート	☐	☐
11. アクアエクササイズ、水中ウォーキング	☐	☐
12. キャンプ、オートキャンプ	☐	☐
13. ハイキング、ワンダーフォーゲル、オリエンテーリング、登山(クライミングを含む)	☐	☐
14. ボート、ヨット、ボードセーリング、スキndaイビング、スクーバダイビング、カヌー、水上バイク、サーフィン、釣り	☐	☐
15. ゴルフ	☐	☐
16. ゲートボール、グラウンドゴルフ	☐	☐
17. グライダー、ハンググライダー、スカイダイビング、パラグライダー	☐	☐
18. サイクリング、モーター(サイクル)スポーツ	☐	☐
19. 陸上競技	☐	☐
20. 柔道、剣道、空手、すもう、ボクシング、レスリング	☐	☐
21. 弓道、アーチェリー	☐	☐
22. 野球、ソフトボール、キャッチボール	☐	☐
23. サッカー、フットサル	☐	☐
24. バレーボール、バスケットボール	☐	☐
25. テニス、ソフトテニス、バドミントン、卓球	☐	☐
26. その他	☐	☐
27. 運動やスポーツはしなかった	☐	☐
28. わからない	☐	☐

- セレクト条件：【Q4項目2】で1-26と答えた方
- ①必須入力

Q5 この1年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか。
この中から1つだけお答えください。

【必須入力】

- ☐ 1. 週に5日以上(年251日以上)
- ☐ 2. 週に3日以上(年151日～250日)
- ☐ 3. 週に2日以上(年101日～150日)
- ☐ 4. 週に1日以上(年51日～100日)
- ☐ 5. 月に1～3日(年12日～50日)
- ☐ 6. 3か月以内に1～2日(年4日～11日)
- ☐ 7. 年に1～3日
- ☐ 8. わからない

- セレクト条件：【Q4項目2】で1-26と答えた方
- ①必須入力(全項目)
- ①項目【1】 15_FA: 必須入力
- ①項目【2】 15_FA: 必須入力
- 排他選択肢: 16. わからない
- 選択肢ランダムイズ: 選択肢1-14
- 包含チェック: 項目【1】×項目【2】
包含チェックする選択肢: 1-16
- SA 項目【2】
- 縦方向回答

Q6 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。この中からすべてお答えください。
また、その中で最も大きな理由を1つだけお答えください。
※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↓)方向にそれぞれ選択してください。
【必須入力】

	1 運動やスポーツを実施した理由 (いくつでも)	2 最も大きな理由 (ひとつだけ)
1. 健康のため	☐	☐
2. 体力増進・維持のため	☐	☐
3. 筋力増進・維持のため	☐	☐
4. 楽しみ、気晴らしとして	☐	☐
5. 運動不足を感じるから	☐	☐
6. 精神の修養や訓練のため	☐	☐
7. 自己の記録や能力を向上させるため	☐	☐
8. 家族のふれあいとして	☐	☐
9. 友人・仲間との交流として	☐	☐
10. 美容のため	☐	☐
11. 肥満解消、ダイエットのため	☐	☐
12. 会社からの推奨があったため	☐	☐
13. 家族や友人などからの誘われたため	☐	☐
14. 医師からの推奨があったため	☐	☐
15. その他	☐	☐
16. わからない	☐	☐

- 選択肢セレクト条件
選択肢【1】: any(Q4S2, "1-26")
選択肢【2】: any(Q4S2, "1-26")
選択肢【3】: any(Q4S2, "1-26")
- ①必須入力

Q7 運動・スポーツについて、現在の実施状況と今後の予定についてお答えください。
【必須入力】

- ☐ 1. 現在定期的に運動・スポーツしており、6か月以上継続している
- ☐ 2. 現在定期的に運動・スポーツをしているが、始めてから6か月以内である
- ☐ 3. 現在運動・スポーツをしているが、定期的ではない
- ☐ 4. 現在運動・スポーツをしていないが、6か月以内に始めようと思っている
- ☐ 5. 現在運動・スポーツをしておらず、今後もするつもりはない

- ①必須入力(全項目)
- ①項目【1】 10_FA: 必須入力
- ①項目【2】 10_FA: 必須入力
- 排他選択肢: 11. 特に理由はない
- 排他選択肢: 12. わからない
- 排他選択肢: 13. 1年前と比べて運動・スポーツの頻度は増えていない
- 選択肢ランダムイズ: 選択肢 1-9
- 包含チェック: 項目【1】×項目【2】
- 包含チェックする選択肢: 1-13
- SA 項目【2】
- 縦方向回答

Q8 1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えましたか。増えた方は、この中からすべてお答えください。
また、その中で最も大きな理由を1つだけお答えください。
※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↓)方向にそれぞれ選択してください。
【必須入力】

	1 増えた理由 (いくつでも)	2 最も大きな理由 (ひとつだけ)
1. 仕事が忙しくなくなったから	☐	☐
2. 家事・育児が忙しくなくなったから	☐	☐
3. 健康になったから	☐	☐
4. 場所や施設ができたから	☐	☐
5. 仲間ができたから	☐	☐
6. 指導者がいるようになったから	☐	☐
7. お金に余裕ができたから	☐	☐
8. 運動・スポーツが好きになったから	☐	☐
9. 会社が運動・スポーツ実施のための取組・推奨を行っているから	☐	☐
10. その他	☐	☐
11. 特に理由はない	☐	☐
12. わからない	☐	☐
13. 1年前と比べて運動・スポーツの頻度は増えていない	☐	☐
	1 増えた理由 (いくつでも)	2 最も大きな理由 (ひとつだけ)

- ①必須入力

ここからは、「FUN+WALK PROJECT(ファンプラスウォーク プロジェクト)」について伺います。
ロゴマークは以下のとおりです。



Q9 あなたは、「FUN+WALK PROJECT」をご存知ですか。

【必須入力】

- ☐ 1. 内容まで知っている
- ☐ 2. 名前は聞いたことがある
- ☐ 3. 知らない

- ①必須入力

「FUN+WALK PROJECT」は、日常生活において身近な行動である「歩く」に「楽しい」を組み合わせ、
自然と歩くことを促進するプロジェクトです。

『グルメ+WALK』歩いた分だけ、ごはんもお酒もおいしくなる。

『仕事+WALK』歩くほど、脳に酸素が回って、頭の回転が早くなる。

『ファッション+WALK』歩きやすい格好なら、顔つき明るく、仕事もはかどる。

『写真+WALK』歩いた分だけ、シャッターチャンスはやってくる。

などなど、

スポーツが好きな方やそうでない方でも、まず体を動かすきっかけづくりのために、

「楽しい」と「歩く」ことをつなげる提案をしていくことで、楽しいことをもっと健康的なものに変えていきます。

Q10 「FUN+WALK PROJECT」の説明をご覧になって、あなたはもっと歩きたいと思いましたか？

【必須入力】

1

歩きたい

2

やや歩きたい

3

どちらともいえない

4

あまり歩きたくない

5

歩きたくない

- ①必須入力

Q11 「FUN+WALK PROJECT」では、
通勤時間等を利用して「歩く」ことを促進するため「歩きやすい服装(服や靴、靴なども含む)での通勤」を提案しています。

あなたはこの取組をご存知ですか。

【必須入力】

- ☐ 1. 知っていて、働いている会社でも推奨している
- ☐ 2. ニュースなどで取り上げられているのを見聞きしたことがある
- ☐ 3. 聞いたことはある気がする
- ☐ 4. 知らない

- ①必須入力

Q12 あなたは、「歩きやすい服装(服や靴、鞆なども含む)での通勤」を行っていますか。
【必須入力】

- ☐ 1. 毎日行っている
- ☐ 2. その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある
- ☐ 3. 行っていない

- ①必須入力
- 画像必須

Q13 あなたは、「FUN+WALK PROJECT」のホームページをご覧になったことがありますか。
【必須入力】

▼ 画像をクリックして、別画面で表示される画像をご覧ください。 ▼
※クリック必須



- ☐ 1. 見たことがある
- ☐ 2. 見たことはない

- ①必須入力
- 画像必須

Q14 「FUN+WALK PROJECT」では、「歩く」を促進するため、オリジナルアプリを用意しています。
あなたは下記に紹介するアプリをご存知ですか。

【必須入力】

歩けば歩くほどたまるポイントで、街のお店で使えるクーポンをGET！
歩数にあわせて好きなご当地キャラを变身させることもできて、歩くことが楽しくなります。
「歩く」をもっと楽しくするしかけを沢山用意した歩数計アプリです。

▼ 画像をクリックして、別画面で表示される画像をご覧ください。 ▼

※クリック必須



- ☐ 1. このアプリをダウンロードしており、現在使用している
- ☐ 2. このアプリをダウンロードをして使用していたが、現在は使用していない
- ☐ 3. このアプリの存在は知っているが、ダウンロードしていない
- ☐ 4. このアプリの存在は知らない

- ①必須入力

Q15 「FUN+WALK PROJECT」では、国民全体で「歩く」ことを促進する「強化期間」として、2019年10月1日～31日の1ヶ月間を「FUN+WALK月間」とし、様々なシーンで「歩く」ことを推奨するキャンペーンを実施しました。あなたは、この「FUN+WALK月間」のことをご存知ですか。

【必須入力】

▼ 以下の画像をご覧ください。 ▼



FUN+WALK月間で実施されたキャンペーン「FUN+WALK MORNING」

※「FUN+WALK MORNING」とは朝の通勤時間帯に歩くことで飲み物や朝食がもらえるイベントや、朝食・ランチで使えるクーポンがもらえるキャンペーンのこと。

- ☐ 1. 知っていて、この期間に積極的に「歩く」ことを心がけた
- ☐ 2. ニュースやイベント会場周辺(田園都市線など)、クーポン提携店舗で見聞きしたことがある
- ☐ 3. 聞いたことはある気がする
- ☐ 4. 知らない

- セレクト条件：【Q9】で1,2と答えた方、または【Q11】で1-3と答えた方、または【Q12】で1,2と答えた方、または【Q13】で1と答えた方、または【Q14】で1-3と答えた方、または【Q15】で1-3と答えた方
- ①必須入力
- 排他選択肢: 7. 以前とは何も変わらない

Q16 前問までの「FUN+WALK PROJECT」の様々な取組(HPやアプリ、月間、キャンペーン等)を見聞きすることで、あなたの日常に何か変化がありましたか。あてはまるものをすべてお選びください。

【必須入力】

- ☐ 1. 新たに「ウォーキング」を趣味として始めた
- ☐ 2. 以前よりも「歩く」量が増えた
- ☐ 3. 以前よりも「歩く」ことを意識するようになった
- ☐ 4. 以前よりも「歩数」を気にするようになった
- ☐ 5. 以前よりも「歩きやすい服装」を意識するようになった
- ☐ 6. 以前よりも「健康」を気にするようになった
- ☐ 7. 以前とは何も変わらない

- セレクト条件：【Q19】で1と答えた方
- ①必須入力

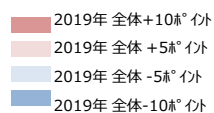
Q20 あなたは、「スニーカー通勤」を行っていますか。
【必須入力】

- ☐ 1. 毎日行っている
- ☐ 2. その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある
- ☐ 3. 行っていない

5. 2 調査集計データ

n=30以上の場合

[比率の差]



1. 「FUN+WALK PROJECT」の認知

あなたは、「FUN+WALK PROJECT」をご存知ですか。

				内容まで 知っている	名前は聞 いたこと がある	知らない	認知・計
				WB前	横%		
時系列比 較	全体	3296	3296	1.8	6.6	91.6	8.4
	2018年事前 全体	824	824	1.2	6.5	92.3	7.7
	2018年事後 全体	824	824	1.9	7.5	90.6	9.4
	2019年1月 全体	824	824	2.0	5.6	92.4	7.6
	2019年12月 全体	824	824	1.9	6.9	91.1	8.9
全体		824	824	1.9	6.9	91.1	8.9
運動・ス ポーツ実 施	いずれか1年以内実施あり	585	593	2.7	8.9	88.4	11.6
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	3.1	10.3	86.6	13.4
F+W 活動	いずれか認知	435	429	3.7	13.3	83.0	17.0
	いずれも非認知	389	395	0.0	0.0	100.0	0.0
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	5.3	8.1	86.6	13.4
	実施・計	390	384	4.2	11.3	84.5	15.5
	非実施	434	440	0.0	3.1	96.9	3.1
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	38.1	36.9	25.1	74.9
	意識変化	117	118	7.2	24.0	68.8	31.2
	変化なし	301	295	0.7	8.2	91.1	8.9
性別	男性	412	517	3.0	8.9	88.1	11.9
	女性	412	307	0.2	3.5	96.3	3.7
性年代別	男性20代	103	82	6.8	14.6	78.6	21.4
	男性30代	103	135	4.9	7.8	87.4	12.6
	男性40代	103	164	1.9	9.7	88.3	11.7
	男性50代	103	137	0.0	5.8	94.2	5.8
	女性20代	103	68	1.0	2.9	96.1	3.9
	女性30代	103	77	0.0	4.9	95.1	4.9
	女性40代	103	88	0.0	4.9	95.1	4.9
	女性50代	103	73	0.0	1.0	99.0	1.0
	その他	456	438	1.2	5.9	92.9	7.1

2. 「FUN+WALK PROJECT」の参加意向

「FUN+WALK PROJECT」の説明をご覧になって、あなたはもっと歩きたいと思いましたか？

				歩きたい	やや歩きたい	どちらともいえない	あまり歩きたくない	歩きたくない	TOP2	BOTTOM 2
		WB前	横%							
全体		3296	3296	11.8	33.6	37.6	10.4	6.7	45.4	17.0
時系列比較	2018年事前 全体	824	824	10.6	33.4	38.1	11.9	6.1	43.9	18.0
	2018年事後 全体	824	824	11.7	32.8	39.9	9.9	5.7	44.6	15.6
	2019年1月 全体	824	824	12.5	34.3	36.4	9.8	7.0	46.8	16.8
	2019年12月 全体	824	824	12.4	33.8	36.0	9.9	7.9	46.2	17.8
全体		824	824	12.4	33.8	36.0	9.9	7.9	46.2	17.8
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	15.0	39.0	32.5	8.5	5.1	53.9	13.6
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	18.0	44.0	29.1	5.9	3.0	62.0	9.0
F+W 活動	いずれか認知	435	429	17.2	38.3	32.0	8.4	4.1	55.5	12.5
	いずれも非認知	389	395	7.2	28.9	40.2	11.6	12.0	36.1	23.6
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	15.6	35.6	33.0	10.0	5.8	51.2	15.9
	実施・計	390	384	16.8	38.5	32.6	7.7	4.3	55.3	12.1
	非実施	434	440	8.6	29.7	38.9	11.9	10.9	38.3	22.8
F+W 態度変容	行動変化	29	30	49.0	45.9	5.1	0.0	0.0	94.9	0.0
	意識変化	117	118	31.0	46.0	16.5	6.5	0.0	77.0	6.5
	変化なし	301	295	10.9	34.2	39.4	9.6	5.9	45.1	15.5
性別	男性	412	517	10.7	33.0	37.6	9.9	8.8	43.7	18.7
	女性	412	307	15.3	35.1	33.3	10.1	6.2	50.4	16.3
性年代別	男性20代	103	82	4.9	32.0	37.9	12.6	12.6	36.9	25.2
	男性30代	103	135	9.7	35.0	34.0	11.7	9.7	44.7	21.4
	男性40代	103	164	9.7	31.1	41.7	8.7	8.7	40.8	17.5
	男性50代	103	137	16.5	34.0	35.9	7.8	5.8	50.5	13.6
	女性20代	103	68	13.6	40.8	30.1	12.6	2.9	54.4	15.5
	女性30代	103	77	13.6	38.8	35.0	7.8	4.9	52.4	12.6
	女性40代	103	88	15.5	34.0	32.0	9.7	8.7	49.5	18.4
	女性50代	103	73	18.4	27.2	35.9	10.7	7.8	45.6	18.4
居住地	首都圏・関西圏	368	386	13.6	31.5	35.0	9.4	10.4	45.2	19.9
	その他	456	438	11.4	35.7	36.8	10.4	5.6	47.1	16.0

3. 「歩きやすい服装での通勤」浸透度

「FUN+WALK PROJECT」では、通勤時間等を利用して「歩く」ことを促進するため「歩きやすい服装(服や靴、鞆なども含む)での通勤」を提案しています。
あなたはこの取組をご存知ですか。

		WB前	横%	知っていて、働いている会社でも推奨している	ニュースなどで取り上げられているのを見聞きしたことがある	聞いたことはある気がする	知らない	TOP2	TOP3
全体		3296	3296	1.3	5.0	9.7	83.9	6.4	16.1
時系列比較	2018年事前 全体	824	824	1.1	4.1	10.7	84.1	5.2	15.9
	2018年事後 全体	824	824	1.8	5.1	10.9	82.2	6.9	17.8
	2019年1月 全体	824	824	1.3	5.1	8.6	85.0	6.4	15.0
	2019年12月 全体	824	824	1.2	5.7	8.7	84.4	6.9	15.6
全体		824	824	1.2	5.7	8.7	84.4	6.9	15.6
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	1.5	7.3	10.3	80.8	8.9	19.2
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	2.0	8.2	12.1	77.7	10.2	22.3
F+W 活動	いずれか認知	435	429	2.3	11.0	16.7	70.0	13.3	30.0
	いずれも非認知	389	395	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	3.3	6.3	11.4	79.0	9.6	21.0
	実施・計	390	384	2.6	10.0	12.2	75.2	12.6	24.8
	非実施	434	440	0.0	2.0	5.6	92.4	2.0	7.6
F+W 態度変容	行動変化	29	30	30.3	47.5	6.9	15.3	77.8	84.7
	意識変化	117	118	4.7	24.1	22.1	49.1	28.8	50.9
	変化なし	301	295	0.2	4.3	14.7	80.7	4.5	19.3
性別	男性	412	517	1.6	7.6	8.4	82.4	9.2	17.6
	女性	412	307	0.4	2.7	9.2	87.7	3.1	12.3
性年代別	男性20代	103	82	4.9	10.7	9.7	74.8	15.5	25.2
	男性30代	103	135	1.0	9.7	10.7	78.6	10.7	21.4
	男性40代	103	164	1.9	4.9	3.9	89.3	6.8	10.7
	男性50代	103	137	0.0	6.8	10.7	82.5	6.8	17.5
	女性20代	103	68	1.0	2.9	14.6	81.6	3.9	18.4
	女性30代	103	77	0.0	2.9	7.8	89.3	2.9	10.7
	女性40代	103	88	0.0	2.9	5.8	91.3	2.9	8.7
	女性50代	103	73	1.0	1.9	9.7	87.4	2.9	12.6
	居住地	368	386	1.4	6.2	9.1	83.3	7.6	16.7
首都圏・関西圏 その他		456	438	1.0	5.3	8.3	85.3	6.3	14.7

4. 「歩きやすい服装での通勤」の実施状況

あなたは、「歩きやすい服装(服や靴、鞄なども含む)での通勤」を行っていますか。

				毎日行っている	その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある	行っていない	TOP2
		WB前	横%				
時系列比較	全体	1648	1648	21.5	23.9	54.6	45.4
	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2018年事後 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2019年1月 全体	824	824	20.8	23.4	55.8	44.2
	2019年12月 全体	824	824	22.1	24.5	53.4	46.6
全体		824	824	22.1	24.5	53.4	46.6
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	25.0	29.5	45.5	54.5
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	27.8	32.2	39.9	60.1
F+W 活動	いずれか認知	435	429	42.5	47.1	10.5	89.5
	いずれも非認知	389	395	0.0	0.0	100.0	0.0
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	100.0	0.0	0.0	100.0
	実施・計	390	384	47.4	52.6	0.0	100.0
	非実施	434	440	0.0	0.0	100.0	0.0
F+W 態度変容	行動変化	29	30	34.3	51.5	14.3	85.7
	意識変化	117	118	26.9	58.6	14.5	85.5
	変化なし	301	295	49.0	42.2	8.7	91.3
性別	男性	412	517	21.5	23.6	54.9	45.1
	女性	412	307	23.2	25.9	51.0	49.0
性年代別	男性20代	103	82	25.2	20.4	54.4	45.6
	男性30代	103	135	19.4	28.2	52.4	47.6
	男性40代	103	164	16.5	24.3	59.2	40.8
	男性50代	103	137	27.2	20.4	52.4	47.6
	女性20代	103	68	24.3	35.0	40.8	59.2
	女性30代	103	77	24.3	21.4	54.4	45.6
	女性40代	103	88	20.4	28.2	51.5	48.5
	女性50代	103	73	24.3	19.4	56.3	43.7
居住地	首都圏・関西圏	368	386	25.0	25.4	49.6	50.4
	その他	456	438	19.6	23.6	56.8	43.2

5. 公式サイト浸透度

あなたは、「FUN+WALK PROJECT」のホームページをご覧になったことがありますか。

				見たこと がある	見たこと はない
				横%	
全体		2472	2472	5.1	94.9
時系列比較	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0
	2018年事後 全体	824	824	5.3	94.7
	2019年1月 全体	824	824	4.5	95.5
	2019年12月 全体	824	824	5.4	94.6
全体		824	824	5.4	94.6
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	7.4	92.6
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	8.7	91.3
F+W 活動	いずれか認知	435	429	10.4	89.6
	いずれも非認知	389	395	0.0	100.0
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	9.2	90.8
	実施・計	390	384	10.5	89.5
	非実施	434	440	0.9	99.1
F+W 態度変容	行動変化	29	30	65.3	34.7
	意識変化	117	118	24.0	76.0
	変化なし	301	295	2.7	97.3
性別	男性	412	517	7.7	92.3
	女性	412	307	1.5	98.5
性年代別	男性20代	103	82	15.5	84.5
	男性30代	103	135	8.7	91.3
	男性40代	103	164	7.8	92.2
	男性50代	103	137	1.9	98.1
	女性20代	103	68	1.9	98.1
	女性30代	103	77	1.9	98.1
	女性40代	103	88	1.9	98.1
	女性50代	103	73	0.0	100.0
居住地	首都圏・関西圏	368	386	6.3	93.7
	その他	456	438	4.6	95.4

6. FUN+WALK アプリ浸透度

「FUN+WALK PROJECT」では、「歩く」を促進するため、オリジナルアプリを用意しています。
あなたは下記に紹介するアプリをご存知ですか。

		WB前	横%	このアプリをダウンロードしており、現在使用している	このアプリをダウンロードして使用していたが、現在は使用していない	このアプリの存在は知っているが、ダウンロードはしていない	このアプリの存在は知らない	TOP2	TOP3
全体		2472	2472	1.0	1.3	4.5	93.1	2.4	6.9
時系列比較	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2018年事後 全体	824	824	1.0	1.4	4.4	93.2	2.4	6.8
	2019年1月 全体	824	824	1.2	1.0	4.5	93.3	2.2	6.7
	2019年12月 全体	824	824	0.8	1.7	4.6	92.9	2.5	7.1
全体		824	824	0.8	1.7	4.6	92.9	2.5	7.1
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	1.2	2.1	6.0	90.8	3.2	9.2
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	1.6	2.0	7.2	89.2	3.6	10.8
F+W 活動	いずれか認知	435	429	1.6	3.2	8.8	86.4	4.8	13.6
	いずれも非認知	389	395	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	2.6	1.6	4.4	91.4	4.2	8.6
	実施・計	390	384	1.8	3.6	7.3	87.4	5.3	12.6
	非実施	434	440	0.0	0.0	2.2	97.8	0.0	2.2
F+W 態度変容	行動変化	29	30	14.9	15.8	41.4	28.0	30.6	72.0
	意識変化	117	118	5.1	6.5	16.6	71.8	11.6	28.2
	変化なし	301	295	0.3	0.4	4.4	94.8	0.7	5.2
性別	男性	412	517	1.2	2.5	6.0	90.3	3.7	9.7
	女性	412	307	0.2	0.2	2.2	97.3	0.5	2.7
性年代別	男性20代	103	82	3.9	5.8	11.7	78.6	9.7	21.4
	男性30代	103	135	1.0	3.9	5.8	89.3	4.9	10.7
	男性40代	103	164	1.0	1.0	5.8	92.2	1.9	7.8
	男性50代	103	137	0.0	1.0	2.9	96.1	1.0	3.9
	女性20代	103	68	0.0	0.0	2.9	97.1	0.0	2.9
	女性30代	103	77	1.0	1.0	1.9	96.1	1.9	3.9
	女性40代	103	88	0.0	0.0	2.9	97.1	0.0	2.9
	女性50代	103	73	0.0	0.0	1.0	99.0	0.0	1.0
居住地	首都圏・関西圏	368	386	1.4	1.8	5.7	91.2	3.1	8.8
	その他	456	438	0.4	1.6	3.6	94.5	1.9	5.5

7. 「FUN+WALK 月間」の認知

「FUN+WALK PROJECT」では、国民全体で「歩く」ことを促進する「強化期間」として、2019年10月1日～31日の1ヶ月間を「FUN+WALK月間」とし、様々なシーンで「歩く」ことを推奨するキャンペーンを実施しました。あなたは、この「FUN+WALK月間」のことをご存知ですか。

			WB前	横%	知っていて、この期間に積極的に「歩く」ことを心がけた	ニュースやイベント会場周辺（田園都市線など）、クーポン提携	聞いたことはある気がする	知らない	TOP2	TOP3
時系列比較	全体		2472	2472	1.3	3.0	5.9	89.8	4.3	10.2
	2018年事前 全体		0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2018年事後 全体		824	824	1.4	3.9	6.8	88.0	5.3	12.0
	2019年1月 全体		824	824	1.3	2.6	4.9	91.3	3.9	8.7
	2019年12月 全体		824	824	1.3	2.5	5.9	90.3	3.8	9.7
全体			824	824	1.3	2.5	5.9	90.3	3.8	9.7
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり		585	593	1.8	3.2	7.3	87.7	5.0	12.3
	ウォーキング1年以内実施あり		424	423	2.1	3.6	8.8	85.5	5.8	14.5
F+W 活動	いずれか認知		435	429	2.5	4.8	11.4	81.3	7.2	18.7
	いずれも非認知		389	395	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
F+W 実施状況	毎日実施		187	182	1.7	2.8	7.2	88.3	4.5	11.7
	実施・計		390	384	2.8	4.4	9.6	83.3	7.1	16.7
	非実施		434	440	0.0	0.8	2.8	96.4	0.8	3.6
F+W 態度変容	行動変化		29	30	32.4	23.7	23.2	20.7	56.1	79.3
	意識変化		117	118	5.8	10.9	25.5	57.8	16.7	42.2
	変化なし		301	295	0.0	1.4	5.1	93.5	1.4	6.5
性別	男性		412	517	2.0	3.7	7.7	86.6	5.7	13.4
	女性		412	307	0.0	0.5	3.0	96.6	0.5	3.4
性年代別	男性20代		103	82	5.8	5.8	11.7	76.7	11.7	23.3
	男性30代		103	135	1.9	3.9	8.7	85.4	5.8	14.6
	男性40代		103	164	1.9	3.9	4.9	89.3	5.8	10.7
	男性50代		103	137	0.0	1.9	7.8	90.3	1.9	9.7
	女性20代		103	68	0.0	1.0	2.9	96.1	1.0	3.9
	女性30代		103	77	0.0	1.0	3.9	95.1	1.0	4.9
	女性40代		103	88	0.0	0.0	3.9	96.1	0.0	3.9
	女性50代		103	73	0.0	0.0	1.0	99.0	0.0	1.0
居住地	首都圏・関西圏		368	386	2.1	3.3	6.4	88.1	5.5	11.9
	その他		456	438	0.5	1.7	5.5	92.2	2.3	7.8

8. プロジェクト実施による意識変化・行動変化（複数回答）

前問までの「FUN+WALK PROJECT」の様々な取組（HPやアプリ、月間、キャンペーン等）を見聞きすることで、あなたの日常に何か変化がありましたか。
あてはまるものをすべてお選びください。

				新たに 「ウォーキン グ」を趣味として 始めた	以前より も「歩く」 量が増えた	以前より も「歩く」こ とを意識 するようにな った	以前より も「歩数」 を気にする ようになった	以前より も「歩きや すい服 装」を意 識するよ うになった	以前より も「健康」 を気にする ようになった	以前とは 何も変わ らない	行動変化	意識変化
		WB前	横%									
時系列比較	全体	1103	1073	4.4	5.2	14.0	7.5	4.8	13.8	65.8	8.2	30.4
	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2018年事後 全体	237	237	5.1	6.2	15.8	7.5	4.9	15.2	62.8	9.8	31.8
	2019年1月 全体	431	408	4.5	5.4	15.5	8.6	5.4	13.9	64.4	8.4	32.6
	2019年12月 全体	435	429	3.9	4.5	11.8	6.5	4.3	12.8	68.9	7.0	27.4
全体		435	429	3.9	4.5	11.8	6.5	4.3	12.8	68.9	7.0	27.4
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	355	357	4.4	5.5	13.5	7.4	4.8	13.4	65.7	8.2	30.1
	ウォーキング1年以内実施あり	281	281	5.3	6.7	14.4	7.3	5.6	13.2	65.3	9.9	29.9
F+W 活動	いずれか認知	435	429	3.9	4.5	11.8	6.5	4.3	12.8	68.9	7.0	27.4
	いずれも非認知	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	3.6	3.6	6.7	3.8	1.6	8.7	79.5	5.7	17.4
	実施・計	390	384	3.6	4.5	11.9	6.5	4.1	11.9	70.2	6.7	26.2
	非実施	45	45	6.6	4.9	10.3	6.4	5.9	20.1	57.4	9.6	37.9
F+W 態度変容	行動変化	29	30	55.3	64.7	34.0	15.8	12.3	14.9	0.0	100.0	47.1
	意識変化	117	118	6.7	8.7	42.9	23.6	15.6	46.6	0.0	12.1	100.0
	変化なし	301	295	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
性別	男性	213	264	4.6	6.2	12.5	8.5	5.6	13.2	66.3	9.1	29.4
	女性	222	165	2.7	1.9	10.5	3.2	2.1	12.1	73.0	3.7	24.2
性年代別	男性20代	55	44	10.9	9.1	16.4	14.5	5.5	14.5	50.9	16.4	38.2
	男性30代	55	72	1.8	9.1	14.5	7.3	7.3	16.4	58.2	9.1	36.4
	男性40代	44	70	6.8	4.5	18.2	13.6	4.5	18.2	63.6	9.1	36.4
	男性50代	59	78	1.7	3.4	3.4	1.7	5.1	5.1	84.7	5.1	11.9
	女性20代	66	44	3.0	1.5	9.1	1.5	3.0	3.0	83.3	3.0	15.2
	女性30代	50	37	2.0	2.0	16.0	4.0	2.0	12.0	66.0	4.0	30.0
	女性40代	56	48	3.6	3.6	12.5	3.6	0.0	16.1	69.6	5.4	26.8
	女性50代	50	36	2.0	0.0	4.0	4.0	4.0	18.0	72.0	2.0	26.0
居住地	首都圏・関西圏	211	218	5.2	5.2	13.1	2.5	2.6	11.1	71.2	9.1	24.0
	その他	224	211	2.6	3.8	10.4	10.6	6.0	14.6	66.5	4.9	31.0

9. ウォーキング促進施策案の検討（自由回答）

どのような取組や環境があれば、継続して歩きたくなると思いますか。

		WB前	横%	ポイント・ 値引の特 典	ご褒美／ 景品／何 かもらえ る	時間・仕 事にゆと りができ れば	ウォーキ ング用道 路・遊歩 道・散歩 道／安全 な・歩きや すい環境	お金がも らえる	太った・病 気になっ たとき／ ダイエット・健康に なる	複数名・ みんなで 参加でき る	目的があ る／歩い た先でお 茶や食事 ができる	自分の意 思・意識 次第／や る気にな る何か	アプリと の連動	歩かざる を得ない とき／交 通機関の 麻痺／医 者の指示	その他	特になし
全体		3296	3296	11.9	8.3	7.6	7.0	4.4	2.5	3.3	2.0	2.2	1.7	1.6	9.8	27.0
時系列比 較	2018年事前 全体	824	824	8.2	7.0	7.9	7.1	4.4	2.2	3.4	1.6	1.6	0.9	1.4	12.5	24.4
	2018年事後 全体	824	824	11.7	8.5	7.6	7.4	3.7	2.0	3.8	2.6	2.8	1.3	1.6	8.3	28.4
	2019年1月 全体	824	824	11.7	9.1	9.7	8.4	4.9	1.8	2.9	1.4	2.1	2.6	1.4	10.1	26.0
	2019年12月 全体	824	824	15.9	8.4	5.4	5.2	4.5	4.2	3.0	2.3	2.3	2.2	2.1	8.2	29.2
全体		824	824	15.9	8.4	5.4	5.2	4.5	4.2	3.0	2.3	2.3	2.2	2.1	8.2	29.2
運動・ス ポーツ実 F+W 活動	いずれか1年以内実施あり	585	593	18.7	9.4	5.4	5.0	3.5	4.0	3.0	3.1	2.7	2.4	1.8	9.4	24.9
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	20.9	9.5	6.0	5.2	3.3	4.1	3.4	3.3	2.2	2.9	1.3	10.3	19.3
F+W 活動	いずれか認知	435	429	19.2	10.9	5.4	5.5	4.1	3.7	2.9	2.9	2.5	2.1	1.9	10.1	24.2
	いずれも非認知	389	395	12.3	5.8	5.5	4.8	5.0	4.7	3.0	1.7	2.1	2.3	2.4	6.1	34.7
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	18.6	7.4	5.2	4.2	3.9	1.4	2.8	0.9	1.1	2.4	1.2	9.4	32.3
	実施・計	390	384	18.9	9.5	5.8	5.8	4.1	3.2	3.1	2.7	2.4	2.1	1.8	9.8	25.3
	非実施	434	440	13.3	7.5	5.1	4.6	4.8	5.0	2.9	2.0	2.2	2.3	2.4	6.8	32.6
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	32.1	19.3	0.0	5.3	5.3	2.8	0.0	0.0	0.0	5.0	0.0	23.7	9.6
	意識変化	117	118	22.6	11.2	4.6	6.2	5.2	3.0	4.5	3.6	0.0	2.5	1.1	15.0	15.2
	変化なし	301	295	17.4	9.9	6.0	5.3	3.3	4.1	2.5	2.8	3.7	1.8	2.4	7.8	28.8
性別	男性	412	517	14.6	6.7	3.9	4.6	5.2	4.9	2.0	1.8	2.4	2.0	2.6	8.7	34.2
	女性	412	307	18.1	11.4	8.0	6.2	3.4	3.0	4.6	3.2	2.2	2.4	1.5	7.3	20.7
性年代別	男性20代	103	82	15.5	9.7	1.0	5.8	8.7	1.9	1.9	1.0	1.0	1.9	2.9	4.9	35.9
	男性30代	103	135	15.5	5.8	5.8	2.9	8.7	6.8	1.0	0.0	1.9	1.0	3.9	8.7	32.0
	男性40代	103	164	11.7	5.8	3.9	6.8	3.9	3.9	2.9	2.9	2.9	3.9	1.0	10.7	33.0
	男性50代	103	137	16.5	6.8	3.9	2.9	1.0	5.8	1.9	2.9	2.9	1.0	2.9	8.7	36.9
	女性20代	103	68	23.3	15.5	3.9	1.9	2.9	1.9	5.8	3.9	1.0	1.9	1.0	9.7	20.4
	女性30代	103	77	13.6	8.7	5.8	9.7	6.8	1.9	4.9	1.9	1.9	3.9	3.9	8.7	17.5
	女性40代	103	88	24.3	12.6	10.7	5.8	2.9	4.9	4.9	3.9	2.9	1.9	1.0	2.9	18.4
	女性50代	103	73	10.7	8.7	10.7	6.8	1.0	2.9	2.9	2.9	2.9	1.9	0.0	8.7	27.2
	首都圏・関西圏	368	386	16.2	8.4	5.5	3.8	4.4	4.7	2.0	2.2	2.6	3.1	2.5	7.0	33.0
居住地 その他		456	438	15.6	8.5	5.3	6.4	4.6	3.7	3.8	2.5	2.1	1.3	1.9	9.3	25.9

10. 職場における、運動・スポーツに関する取組の実施有無

あなたの働いている会社では、従業員の運動・スポーツ実施を促進するための取組を行っていますか。
実施している会社にお勤めの方は、具体的な内容もあわせてお答えください。

				実施して いる	実施して いない
WB前 横%					
全体		3296	3296	6.5	93.5
時系列比較	2018年事前 全体	824	824	5.6	94.4
	2018年事後 全体	824	824	6.2	93.8
	2019年1月 全体	824	824	6.5	93.5
	2019年12月 全体	824	824	7.7	92.3
	全体	824	824	7.7	92.3
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	9.6	90.4
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	10.5	89.5
F+W 活動	いずれか認知	435	429	9.3	90.7
	いずれも非認知	389	395	5.9	94.1
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	9.2	90.8
	実施・計	390	384	9.8	90.2
	非実施	434	440	5.8	94.2
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	22.8	77.2
	意識変化	117	118	13.7	86.3
	変化なし	301	295	7.3	92.7
性別	男性	412	517	9.0	91.0
	女性	412	307	5.5	94.5
性年代別	男性20代	103	82	11.7	88.3
	男性30代	103	135	9.7	90.3
	男性40代	103	164	9.7	90.3
	男性50代	103	137	5.8	94.2
	女性20代	103	68	6.8	93.2
	女性30代	103	77	7.8	92.2
	女性40代	103	88	2.9	97.1
	女性50代	103	73	4.9	95.1
居住地	首都圏・関西圏	368	386	7.2	92.8
	その他	456	438	8.1	91.9

11. 職場における、運動・スポーツに関する取組の実施内容

回答内容	性年代
万歩計機能などがついた健康増進アプリが無料で利用できる。	女性/30代
万歩計を配って、目標歩数に達したら景品プレゼント	男性/30代
毎年駅伝大会に協賛しており、多くの社員が参加している。	女性/50代
保健指導が入る	女性/30代
福利厚生でdヘルスケアが無料	男性/40代
同好会があり、個人に補助金ができる	女性/50代
組織単位で歩数を競う	女性/40代
従業員にウォーキングなど日常生活の中でできる運動を推進する呼びかけや推奨	女性/20代
始業前にラジオ体操を実施している	女性/20代
皇居ラン	女性/20代
野球部がある	男性/20代
部活動の実施	女性/20代
構内の昼休みウォーキング	男性/30代
レクリエーションによる球技大会	男性/20代
ラジオ体操	男性/20代
ラジオ体操	男性/20代
ラジオ体操	男性/20代
ラジオ体操	男性/20代
メタボ診断が出ると、スポーツクラブ費補助	女性/40代
マラソン等のスポンサーになったり、会社が主催する体育大会がある	男性/30代
マラソン	女性/40代
ボーリング大会	男性/40代
フットサル大会	男性/20代
フットサルなどのコート代補助金で、社員のコミュニケーションアップなどの意図	女性/30代
バレーボール大会など交流の意味合いも含めた活動	男性/30代
トレーニングジムの割引券	男性/30代
ダイエット企画で期限を決めて目標体重を達成すれば社長から金一封が出る	女性/20代
ソフトボール大会	男性/40代
スポーツ大会	男性/20代
スポーツ施設の無料利用券の配布	女性/30代
スポーツ施設の機器インストラクター指導	男性/40代
スポーツジムの優待	女性/30代
スポーツクラブ補助	男性/50代
スポーツクラブの代金補助	男性/50代
ジム年会費の補助	女性/20代
ジムを無料で使えるようになっている	女性/30代
ジムと提携し利用料が安い	女性/40代
ゴルフコンペ	女性/20代
エレベーターの使用制限	女性/20代
ウォーキング歩数競争大会月間	男性/30代
ウォーキング大会	男性/50代
ウォーキング月間の設定	男性/50代
ウォーキングキャンペーンを年2回している	女性/40代
Pep upアプリ導入	男性/20代
KENPOS	男性/20代

12. 「スニーカー通勤」の認知

あなたは、「スニーカー通勤」という言葉を見聞きしたことがありますか。

				知っている、聞いたことがある	知らない、聞いたことはない
				横%	
全体		1648	1648	31.6	68.4
時系列比較	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0
	2018年事後 全体	0	0	0.0	0.0
	2019年1月 全体	824	824	31.7	68.3
	2019年12月 全体	824	824	31.6	68.4
全体		824	824	31.6	68.4
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	37.9	62.1
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	39.9	60.1
F+W 活動	いずれか認知	435	429	41.1	58.9
	いずれも非認知	389	395	21.3	78.7
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	42.0	58.0
	実施・計	390	384	40.7	59.3
	非実施	434	440	23.7	76.3
F+W 態度変容	行動変化	29	30	73.6	26.4
	意識変化	117	118	59.6	40.4
	変化なし	301	295	32.5	67.5
性別	男性	412	517	31.1	68.9
	女性	412	307	32.4	67.6
性年代別	男性20代	103	82	31.1	68.9
	男性30代	103	135	29.1	70.9
	男性40代	103	164	32.0	68.0
	男性50代	103	137	32.0	68.0
	女性20代	103	68	28.2	71.8
	女性30代	103	77	32.0	68.0
	女性40代	103	88	38.8	61.2
	女性50代	103	73	29.1	70.9
居住地	首都圏・関西圏	368	386	35.4	64.6
	その他	456	438	28.3	71.7

13. 「スニーカー通勤」の実施状況 ※「スニーカー通勤」認知者ベース

あなたは、「スニーカー通勤」を行っていますか。

				毎日行っている	その日の仕事、会う相手に合わせて行う日とそうでない日がある	行っていない	TOP2		
WB前 横%									
全体				523	521	30.3	27.7	42.1	57.9
時系列比較	2018年事前 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	2018年事後 全体	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	2019年1月 全体	263	261	30.4	29.1	40.4	59.6		
	2019年12月 全体	260	260	30.1	26.2	43.7	56.3		
全体				260	260	30.1	26.2	43.7	56.3
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	221	225	29.5	26.6	43.9	56.1		
	ウォーキング1年以内実施あり	168	169	30.9	27.0	42.1	57.9		
F+W 活動	いずれか認知	178	176	37.3	35.6	27.2	72.8		
	いずれも非認知	82	84	15.0	6.6	78.3	21.7		
F+W 実施状況	毎日実施	81	77	65.9	20.2	13.9	86.1		
	実施・計	157	156	40.1	36.9	23.0	77.0		
	非実施	103	104	15.1	10.2	74.7	25.3		
F+W 態度変容	行動変化	20	22	39.9	41.3	18.8	81.2		
	意識変化	68	70	29.1	41.0	29.9	70.1		
	変化なし	100	96	43.7	30.3	26.0	74.0		
性別	男性	128	161	30.2	20.2	49.6	50.4		
	女性	132	99	29.8	36.0	34.2	65.8		
性年代別	男性20代	32	25	40.6	15.6	43.8	56.3		
	男性30代	30	39	30.0	36.7	33.3	66.7		
	男性40代	33	52	30.3	9.1	60.6	39.4		
	男性50代	33	44	24.2	21.2	54.5	45.5		
	女性20代	29	19	17.2	41.4	41.4	58.6		
	女性30代	33	25	39.4	42.4	18.2	81.8		
	女性40代	40	34	30.0	30.0	40.0	60.0		
	女性50代	30	21	30.0	33.3	36.7	63.3		
居住地	首都圏・関西圏	132	137	32.6	29.0	38.5	61.5		
	その他	128	124	27.3	23.1	49.5	50.5		

14. 懸鼓状態の実感

あなたは、このところ健康だと思いますか。この中から1つだけお答えください。

				健康である	どちらか といえば 健康である	どちらか といえば 健康でない	健康でない	わからない	健康である・計	健康でない・計		
WB前				横%								
全体				3296	3296	28.8	51.1	14.5	3.6	2.1	79.9	18.0
時系列比較	2018年事前	全体	824	824	26.7	52.9	14.3	4.5	1.6	79.6	18.7	
	2018年事後	全体	824	824	28.9	51.6	14.5	3.2	1.8	80.5	17.7	
	2019年1月	全体	824	824	30.2	49.1	14.8	3.3	2.7	79.2	18.1	
	2019年12月	全体	824	824	29.2	50.8	14.3	3.3	2.3	80.1	17.6	
全体				824	824	29.2	50.8	14.3	3.3	2.3	80.1	17.6
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり		585	593	32.3	49.8	14.6	2.4	0.9	82.1	17.0	
	ウォーキング1年以内実施あり		424	423	30.4	50.5	16.1	2.1	0.9	80.9	18.2	
F+W 活動	いずれか認知		435	429	31.4	53.0	12.7	1.6	1.2	84.4	14.4	
	いずれも非認知		389	395	26.9	48.5	16.0	5.2	3.4	75.4	21.2	
F+W 実施状況	毎日実施		187	182	34.9	50.7	10.2	3.4	0.8	85.6	13.6	
	実施・計		390	384	31.8	53.6	11.8	1.6	1.2	85.4	13.4	
	非実施		434	440	27.0	48.4	16.6	4.8	3.2	75.4	21.4	
F+W 態度変容	行動変化		29	30	28.5	64.5	7.0	0.0	0.0	93.0	7.0	
	意識変化		117	118	27.6	55.1	17.3	0.0	0.0	82.7	17.3	
	変化なし		301	295	33.3	51.6	10.9	2.4	1.8	84.9	13.2	
性別	男性		412	517	29.8	50.4	14.5	3.1	2.2	80.2	17.6	
	女性		412	307	28.3	51.6	14.0	3.8	2.4	79.9	17.8	
性年代別	男性20代		103	82	36.9	37.9	15.5	1.0	8.7	74.8	16.5	
	男性30代		103	135	25.2	54.4	15.5	2.9	1.9	79.6	18.4	
	男性40代		103	164	33.0	53.4	10.7	1.9	1.0	86.4	12.6	
	男性50代		103	137	26.2	50.5	17.5	5.8	0.0	76.7	23.3	
	女性20代		103	68	43.7	40.8	11.7	1.0	2.9	84.5	12.6	
	女性30代		103	77	30.1	49.5	18.4	0.0	1.9	79.6	18.4	
	女性40代		103	88	26.2	50.5	15.5	5.8	1.9	76.7	21.4	
	女性50代		103	73	14.6	65.0	9.7	7.8	2.9	79.6	17.5	
居住地	首都圏・関西圏		368	386	30.3	49.0	15.7	2.2	2.7	79.3	18.0	
	その他		456	438	28.3	52.5	13.1	4.3	1.9	80.8	17.3	

15. 普段の歩数

あなたは普段、1日あたり平均してどのくらい歩いていますか。この中から1つだけお答えください。図1. 000歩＝10分としてお考えください。

				2,000歩未 満	2,000歩～ 4,000歩未 満	4,000歩～ 6,000歩未 満	6,000歩～ 8,000歩未 満	8,000歩～ 10,000歩未 満	10,000歩～ 12,000歩未 満	12,000歩以 上	わからない	ウエイト有効 ケース数	ウエイト平均	8,000歩未 満計	8,000歩以 上計		
WB前				横%	(+2000.00)	(+3000.00)	(+5000.00)	(+7000.00)	(+9000.00)	(+11000.00)	(+12000.00)						
全体				3296	3296	18.9	19.2	16.9	12.8	9.0	4.8	4.4	14.1	2833	5301.79	67.8	18.2
時系列比 較	2018年事前 全体	824	824	20.6	20.9	16.5	11.7	10.2	5.0	2.9	12.3	722	5114.91	69.7	18.0		
	2018年事後 全体	824	824	18.7	19.5	16.6	13.3	8.3	4.2	5.2	14.2	707	5304.03	68.1	17.7		
	2019年1月 全体	824	824	17.7	20.8	16.2	12.9	8.3	4.3	4.4	15.4	697	5251.32	67.5	17.0		
	2019年12月 全体	824	824	18.7	15.5	18.1	13.5	9.1	5.6	5.1	14.3	706	5540.50	65.8	19.9		
	全体	824	824	18.7	15.5	18.1	13.5	9.1	5.6	5.1	14.3	706	5540.50	65.8	19.9		
運動・ス ポーツ実 F+W 活動	いずれか1年以内実施あり	585	593	14.7	16.7	20.4	15.9	9.6	6.6	5.9	10.3	532	5820.07	67.6	22.1		
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	12.7	16.6	22.1	18.0	10.9	6.8	5.5	7.4	392	5943.42	69.4	23.1		
F+W 実施 状況	いずれか認知	435	429	12.9	16.5	20.2	17.0	9.8	7.2	6.6	9.8	387	6005.89	66.6	23.6		
	いずれも非認知	389	395	24.9	14.4	15.8	9.8	8.4	4.0	3.6	19.2	319	4977.03	64.9	15.9		
	毎日実施	187	182	10.2	15.1	16.5	16.3	11.5	8.1	10.7	11.7	161	6599.57	58.0	30.3		
	実施・計	390	384	11.9	16.5	19.8	18.3	9.3	7.3	7.0	10.0	346	6084.11	66.5	23.6		
	非実施	434	440	24.6	14.6	16.6	9.4	9.0	4.2	3.5	18.1	361	5019.72	65.2	16.7		
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	5.5	20.7	21.2	26.3	14.9	8.8	2.6	0.0	30	6255.60	73.6	26.4		
	意識変化	117	118	9.0	20.0	28.3	18.7	11.1	5.1	4.5	3.3	114	5798.90	75.9	20.8		
	変化なし	301	295	14.7	14.9	17.2	15.8	9.5	7.5	7.5	12.9	257	6074.78	62.6	24.5		
性別	男性	412	517	15.5	13.4	17.5	15.6	10.9	6.9	7.6	12.7	452	6096.06	62.0	25.3		
	女性	412	307	24.0	19.0	19.1	10.1	6.2	3.6	0.9	17.0	254	4553.27	72.2	10.7		
性年代別	男性20代	103	82	9.7	13.6	19.4	12.6	9.7	5.8	6.8	22.3	64	6162.50	55.3	22.3		
	男性30代	103	135	15.5	11.7	15.5	19.4	13.6	3.9	6.8	13.6	117	6089.89	62.1	24.3		
	男性40代	103	164	18.4	14.6	21.4	10.7	12.6	5.8	7.8	8.7	149	5840.43	65.0	26.2		
	男性50代	103	137	15.5	13.6	13.6	19.4	6.8	11.7	8.7	10.7	122	6380.43	62.1	27.2		
	女性20代	103	68	27.2	20.4	22.3	9.7	3.9	3.9	1.9	10.7	61	4434.78	79.6	9.7		
	女性30代	103	77	18.4	20.4	19.4	9.7	7.8	4.9	0.0	19.4	62	4795.18	68.0	12.6		
	女性40代	103	88	26.2	16.5	18.4	12.6	6.8	2.9	1.0	15.5	75	4586.21	73.8	10.7		
	女性50代	103	73	24.3	19.4	16.5	7.8	5.8	2.9	1.0	22.3	57	4375.00	68.0	9.7		
	居住地	368	386	13.2	12.8	18.1	16.6	12.5	7.3	4.7	14.8	329	6115.48	60.7	24.6		
居住地	首都圏・関西圏	368	386	13.2	12.8	18.1	16.6	12.5	7.3	4.7	14.8	329	6115.48	60.7	24.6		
	その他	456	438	23.6	17.8	18.1	10.8	6.1	4.2	5.5	13.9	377	5039.53	70.3	15.8		

16. 運動不足の実感

あなたは普段、運動不足を感じますか。この中から1つだけお答えください。

				大いに感 じる	ある程度 感じる	あまり感 じない	ほとんど (全く)感 じない	わからな い	TOP2
WB前 横%									
時系列比 較	全体	3296	3296	44.2	39.6	10.1	4.7	1.5	83.8
	2018年事前 全体	824	824	47.4	36.6	10.8	3.9	1.2	84.1
	2018年事後 全体	824	824	44.2	41.1	9.8	3.9	0.9	85.3
	2019年1月 全体	824	824	42.6	41.9	8.9	5.0	1.6	84.5
	2019年12月 全体	824	824	42.4	38.7	10.7	6.0	2.1	81.1
全体		824	824	42.4	38.7	10.7	6.0	2.1	81.1
運動・ス ポーツ実 施	いずれか1年以内実施あり	585	593	38.4	42.3	11.4	7.4	0.6	80.7
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	38.0	43.0	12.2	6.5	0.3	81.0
F+W 活動	いずれか認知	435	429	35.6	43.3	13.4	6.7	1.0	78.9
	いずれも非認知	389	395	49.8	33.6	7.8	5.4	3.4	83.4
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	29.7	42.9	19.8	7.6	0.0	72.6
	実施・計	390	384	34.3	44.4	14.0	6.6	0.7	78.7
	非実施	434	440	49.5	33.7	7.8	5.6	3.4	83.2
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	38.6	38.1	18.9	4.4	0.0	76.8
	意識変化	117	118	37.5	46.9	11.2	4.4	0.0	84.4
	変化なし	301	295	35.1	42.4	13.5	7.5	1.5	77.5
性別	男性	412	517	35.8	41.3	12.8	8.1	2.0	77.1
	女性	412	307	53.6	34.2	7.2	2.5	2.4	87.9
性年代別	男性20代	103	82	26.2	45.6	16.5	5.8	5.8	71.8
	男性30代	103	135	36.9	40.8	12.6	7.8	1.9	77.7
	男性40代	103	164	37.9	40.8	9.7	10.7	1.0	78.6
	男性50代	103	137	37.9	39.8	14.6	6.8	1.0	77.7
	女性20代	103	68	51.5	37.9	6.8	1.0	2.9	89.3
	女性30代	103	77	50.5	37.9	4.9	2.9	3.9	88.3
	女性40代	103	88	58.3	30.1	5.8	3.9	1.9	88.3
	女性50代	103	73	53.4	32.0	11.7	1.9	1.0	85.4
居住地	首都圏・関西圏	368	386	38.9	41.0	11.6	6.0	2.5	79.9
	その他	456	438	45.5	36.6	10.0	6.0	1.8	82.1

17. これまでに/直近1年に実施した運動・スポーツ

あなたがこれまでに実施した運動・スポーツがあればすべてお答えください。また、
 その中で、この1年間に実施した運動・スポーツをすべてお答えください。
 これまでに実施した運動・スポーツ

		WB前	横%	ウォーキング (散歩・ぶら ぶら歩き・一 駅歩きなどを 含む)	いずれか運 動スポーツあ り	運動やス ポーツはしな かった	わからない	回答個数有 効ケース数	回答個数平 均
時系列比 較	全体	3296	3296	70.3	86.9	10.5	2.6	3296	4.93
	2018年事前 全体	824	824	70.9	87.1	11.1	1.8	824	5.08
	2018年事後 全体	824	824	72.0	88.9	8.4	2.7	824	5.17
	2019年1月 全体	824	824	69.8	87.5	9.6	2.9	824	4.76
	2019年12月 全体	824	824	68.6	84.0	13.0	3.0	824	4.71
全体		824	824	68.6	84.0	13.0	3.0	824	4.71
運動・ス ポーツ実 施状況	いずれか1年以内実施あり	585	593	84.9	100.0	0.0	0.0	593	5.88
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	100.0	100.0	0.0	0.0	423	6.15
F+W 活動	いずれか認知	435	429	80.2	91.2	7.9	1.0	429	5.67
	いずれも非認知	389	395	55.9	76.3	18.6	5.2	395	3.68
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	80.4	88.7	10.6	0.8	182	5.77
	実施・計	390	384	81.1	91.3	8.2	0.5	384	5.81
	非実施	434	440	57.6	77.7	17.2	5.1	440	3.75
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	97.2	97.2	2.8	0.0	30	8.27
	意識変化	117	118	88.0	98.0	2.0	0.0	118	5.91
	変化なし	301	295	76.3	88.3	10.3	1.4	295	5.38
性別	男性	412	517	68.9	85.0	12.2	2.8	517	5.09
	女性	412	307	67.9	82.4	14.3	3.3	307	4.07
性年代別	男性20代	103	82	68.0	85.4	9.7	4.9	82	5.75
	男性30代	103	135	63.1	77.7	16.5	5.8	135	4.92
	男性40代	103	164	71.8	91.3	8.7	0.0	164	4.72
	男性50代	103	137	71.8	84.5	13.6	1.9	137	5.31
	女性20代	103	68	77.7	88.3	7.8	3.9	68	5.09
	女性30代	103	77	67.0	79.6	18.4	1.9	77	3.58
	女性40代	103	88	66.0	81.6	16.5	1.9	88	3.83
	女性50代	103	73	62.1	80.6	13.6	5.8	73	3.93
居住地	首都圏・関西圏	368	386	69.6	85.1	11.3	3.6	386	4.97
	その他	456	438	67.7	83.1	14.5	2.5	438	4.49

あなたがこれまでに実施した運動・スポーツがあればすべてお答えください。また、
 その中で、この1年間に実施した運動・スポーツをすべてお答えください。
 1年間に実施した運動・スポーツ

			WB前	横%	ウォーキング (散歩・ぶら ぶら歩き・一 駅歩きなどを 含む)	いずれか運 動スポーツあ り	運動やス ポーツはしな かった	わからない	回答個数有 効ケース数	回答個数平 均
全体			3296	3296	52.0	73.8	21.1	5.1	3296	1.82
時系列比 較	2018年事前 全体		824	824	50.3	72.7	23.3	4.0	824	1.72
	2018年事後 全体		824	824	55.0	76.8	17.8	5.5	824	1.84
	2019年1月 全体		824	824	51.2	73.9	20.3	5.8	824	1.87
	2019年12月 全体		824	824	51.4	71.9	23.2	4.9	824	1.84
全体			824	824	51.4	71.9	23.2	4.9	824	1.84
運動・ス ポーツ実 施状況	いずれか1年以内実施あり		585	593	71.4	100.0	0.0	0.0	593	2.56
	ウォーキング1年以内実施あり		424	423	100.0	100.0	0.0	0.0	423	2.84
F+W 活動	いずれか認知		435	429	65.6	83.2	14.3	2.4	429	2.32
	いずれも非認知		389	395	35.9	59.7	32.8	7.5	395	1.31
F+W 実施 状況	毎日実施		187	182	64.7	81.3	17.5	1.1	182	2.43
	実施・計		390	384	66.2	84.1	13.7	2.2	384	2.36
	非実施		434	440	38.4	61.3	31.5	7.2	440	1.39
F+W 態度 変容	行動変化		29	30	91.9	97.2	2.8	0.0	30	4.40
	意識変化		117	118	71.4	91.2	6.7	2.1	118	2.59
	変化なし		301	295	62.2	79.4	17.9	2.7	295	2.11
性別	男性		412	517	51.3	74.6	21.1	4.3	517	2.04
	女性		412	307	51.5	67.5	26.7	5.8	307	1.50
性年代別	男性20代		103	82	51.5	75.7	16.5	7.8	82	2.47
	男性30代		103	135	46.6	68.0	25.2	6.8	135	2.34
	男性40代		103	164	52.4	82.5	16.5	1.0	164	1.87
	男性50代		103	137	54.4	70.9	25.2	3.9	137	1.69
	女性20代		103	68	61.2	78.6	17.5	3.9	68	2.00
	女性30代		103	77	44.7	63.1	31.1	5.8	77	1.44
	女性40代		103	88	52.4	68.0	27.2	4.9	88	1.29
	女性50代		103	73	48.5	61.2	30.1	8.7	73	1.34
居住地	首都圏・関西圏		368	386	54.2	76.1	19.2	4.7	386	2.06
	その他		456	438	48.8	68.2	26.7	5.1	438	1.65

18. 直近1年間の運動・スポーツ実施頻度

この1年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか。この中から1つだけお答えください。

				週に5日 以上(年 251日 以上)	週に3日 以上(年 151日～ 250日)	週に2日 以上(年 101日～ 150日)	週に1日 以上(年 51日～ 100日)	月に1～3 日(年12 日～50 日)	3か月に1 ～2日(年 4日～11 日)	年に1～3 日	わからな い	週に1日 以上・計	月1以上・ 計
		WB前	横%										
時系列比較	全体	2413	2433	9.8	11.2	12.7	20.9	21.4	11.7	6.9	5.5	54.5	75.9
	2018年事前 全体	595	599	7.4	11.5	11.5	18.0	23.4	15.4	7.6	5.3	48.3	71.7
	2018年事後 全体	629	632	10.0	9.4	14.0	18.7	21.0	14.0	7.4	5.6	52.1	73.1
	2019年1月 全体	604	609	9.4	11.6	11.1	24.1	22.6	8.9	6.2	6.1	56.2	78.8
	2019年12月 全体	585	593	12.4	12.4	14.1	22.9	18.5	8.3	6.5	5.0	61.8	80.2
運動・スポーツ実 F+W 活動	全体	585	593	12.4	12.4	14.1	22.9	18.5	8.3	6.5	5.0	61.8	80.2
	いずれか1年以内実施あり	585	593	12.4	12.4	14.1	22.9	18.5	8.3	6.5	5.0	61.8	80.2
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	14.1	13.3	12.4	23.6	18.9	8.7	4.1	4.8	63.4	82.3
	いずれか認知	355	357	14.1	13.6	15.0	24.3	16.0	7.6	4.5	4.8	67.1	83.1
	いずれも非認知	230	236	9.8	10.5	12.9	20.6	22.2	9.3	9.5	5.2	53.7	76.0
F+W 実施 状況	毎日実施	149	148	20.8	12.2	14.9	23.5	13.5	7.9	2.0	5.2	71.4	85.0
	実施・計	321	323	14.2	12.4	15.9	24.8	15.5	7.8	4.6	4.9	67.3	82.8
	非実施	264	270	10.2	12.3	12.1	20.5	22.1	8.9	8.8	5.1	55.1	77.2
F+W 態度 変容	行動変化	28	29	17.1	15.4	10.5	39.4	12.6	5.0	0.0	0.0	82.4	95.0
	意識変化	106	107	11.6	16.9	22.9	22.9	16.2	4.2	3.2	2.1	74.3	90.5
	変化なし	233	234	15.6	12.3	11.7	23.5	16.0	9.1	5.4	6.4	63.2	79.2
性別	男性	306	386	14.9	12.7	16.2	24.0	16.7	7.0	4.2	4.3	67.9	84.6
	女性	279	207	7.6	11.6	10.3	20.8	21.8	10.7	10.8	6.3	50.4	72.2
性年代別	男性20代	78	62	15.4	12.8	15.4	20.5	19.2	11.5	3.8	1.3	64.1	83.3
	男性30代	70	92	20.0	14.3	10.0	22.9	20.0	4.3	5.7	2.9	67.1	87.1
	男性40代	85	135	14.1	12.9	17.6	25.9	16.5	5.9	2.4	4.7	70.6	87.1
	男性50代	73	97	11.0	11.0	20.5	24.7	12.3	8.2	5.5	6.8	67.1	79.5
	女性20代	81	54	3.7	7.4	12.3	14.8	28.4	16.0	9.9	7.4	38.3	66.7
	女性30代	65	48	6.2	13.8	12.3	16.9	29.2	9.2	4.6	7.7	49.2	78.5
	女性40代	70	60	8.6	12.9	2.9	25.7	21.4	11.4	12.9	4.3	50.0	71.4
	女性50代	63	45	12.7	12.7	15.9	25.4	6.3	4.8	15.9	6.3	66.7	73.0
	居住地	276	294	12.5	11.0	15.4	26.0	16.4	6.9	6.4	5.5	64.9	81.3
	首都圏・関西圏 その他	309	299	12.3	13.7	12.9	19.7	20.6	9.6	6.6	4.5	58.7	79.2

19. 直近1ヵ月間の運動・スポーツ実施目的（複数回答） ※1年以内運動ありベース

この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。この中からすべてお答えください。また、その中で最も大きな理由を1つだけお答えください。
※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↑)方向にそれぞれ選択してください。
運動やスポーツを実施した理由(いくつでも)

			健康のため	体力増進・維持のため	筋力増進・維持のため	楽しみ、気持ちいとして	運動不足を感じるから	精神の修養や訓練のため	自己の記録や能力を向上させるため	家族のふれあいとして	友人・仲間との交流として	美容のため	肥満解消、ダイエットのため	会社からの推奨があったため	家族や友人などからの誘われたため	医師からの推奨があったため	その他	わからない	
WB前			横%																
時系列比較	全体	2413	2433	58.1	47.0	35.8	40.1	54.6	7.9	9.1	10.2	18.9	13.3	42.0	3.2	11.4	4.6	1.2	1.8
	2018年事前 全体	595	599	57.4	47.1	32.0	41.8	53.1	8.7	8.6	10.2	20.7	13.6	39.6	3.0	10.8	3.2	0.5	2.5
	2018年事後 全体	629	632	56.1	45.4	32.0	41.6	54.7	6.1	10.2	10.2	17.8	12.1	42.1	2.3	13.7	4.4	1.2	0.9
	2019年1月 全体	604	609	59.0	47.4	39.0	38.7	55.4	10.0	9.5	10.0	19.1	13.1	43.1	4.3	9.6	5.2	1.6	1.7
	2019年12月 全体	585	593	60.1	48.4	40.3	38.2	55.2	7.0	8.1	10.3	18.0	14.5	43.2	3.3	11.6	5.7	1.3	2.0
運動・スポーツ活動	全体	585	593	60.1	48.4	40.3	38.2	55.2	7.0	8.1	10.3	18.0	14.5	43.2	3.3	11.6	5.7	1.3	2.0
	いずれか1年以内実施あり	585	593	60.1	48.4	40.3	38.2	55.2	7.0	8.1	10.3	18.0	14.5	43.2	3.3	11.6	5.7	1.3	2.0
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	64.8	50.8	40.9	37.9	57.9	7.4	7.1	11.5	18.0	14.8	45.9	3.2	10.4	7.5	1.0	2.1
	いずれかも認知	355	357	64.5	52.5	42.9	40.5	57.9	9.3	9.3	13.1	20.3	14.9		4.4	12.1	6.9	1.4	0.8
	いずれも非認知	230	236	53.5	42.2	36.3	34.6	51.2	3.4	6.2	6.0	14.6	14.0	39.7	1.7	10.9	3.8	1.2	3.8
F+W 実施状況	毎日実施	149	148	64.9	49.6	42.2	39.9	55.6	9.3	9.0	14.7	19.7	13.8	42.5	4.3	13.8	6.3	1.9	1.3
	実施・計	321	323	65.5	52.5	43.5	42.0	57.3	9.4	10.0	13.8	20.5	14.8	46.1	4.6	12.6	7.2	1.6	0.6
	非実施	264	270	53.7	43.5	36.4	33.6	52.8	4.1	5.7	6.1	15.1	14.1	39.8	1.7	10.5	3.9	1.0	3.6
F+W 態度変容	行動変化	28	29	66.7	66.8	56.4	39.0	72.4	25.0	23.5	14.9	33.6	30.5	38.3	14.4	17.5	4.5	4.5	0.0
	意識変化	106	107	64.2	60.0	47.2	38.9	67.9	13.9	12.5	13.0	19.8	20.6	47.7	3.4	10.4	7.0	0.0	0.0
	変化なし	233	234	64.5	48.2	40.1	41.4	53.7	6.6	7.2	13.2	20.3	11.3	44.7	3.6	12.8	6.8	1.6	1.2
性別	男性	306	386	59.8	51.5	43.4	38.1	51.3	7.7	11.0	8.4	19.9	7.5	40.8	4.1	10.5	6.6	1.0	2.3
	女性	279	207	60.6	42.5	34.3	38.3	62.6	5.7	2.5	14.0	14.5	27.7	47.8	1.8	13.7	4.0	1.9	1.4
性年代別	男性20代	78	62	50.0	48.7	39.7	46.2	42.3	11.5	15.4	6.4	33.3	7.7	37.2	7.7	20.5	1.3	0.0	2.6
	男性30代	70	92	61.4	52.9	48.6	41.4	47.1	8.6	5.7	10.0	21.4	7.1	42.9	5.7	14.3	5.7	2.9	0.0
	男性40代	85	135	54.1	44.7	42.4	32.9	51.8	5.9	11.8	8.2	15.3	7.1	38.8	2.4	7.1	9.4	0.0	2.4
	男性50代	73	97	72.6	61.6	42.5	37.0	60.3	6.8	12.3	8.2	16.4	8.2	43.8	2.7	5.5	6.8	1.4	4.1
	女性20代	81	54	61.7	40.7	23.5	45.7	65.4	6.2	1.2	14.8	16.0	34.6	56.8	1.2	16.0	3.7	1.2	1.2
	女性30代	65	48	63.1	44.6	38.5	40.0	61.5	6.2	4.6	12.3	13.8	30.8	55.4	3.1	15.4	1.5	1.5	1.5
	女性40代	70	60	54.3	45.7	34.3	32.9	68.6	4.3	1.4	14.3	18.6	24.3	44.3	1.4	15.7	5.7	2.9	1.4
	女性50代	63	45	65.1	38.1	42.9	34.9	52.4	6.3	3.2	14.3	7.9	20.6	33.3	1.6	6.3	4.8	1.6	1.6
居住地	首都圏・関西圏	276	294	61.7	52.4	43.1	38.7	54.0	8.5	9.0	8.7	15.9	13.8	42.3	3.4	10.6	4.6	1.8	1.8
	その他	309	299	58.6	44.5	37.4	37.7	56.5	5.5	7.2	11.9	20.1	15.2	44.1	3.2	12.7	6.7	0.8	2.2

20. 直近1年運動実施目的（最も大きな理由） ※1年以内運動ありベース

この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。この中からすべてお答えください。また、その中で最も大きな理由を1つだけお答えください。

※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↓)方向にそれぞれ選択してください。

最も大きな理由(ひとつだけ)

		WB前	横%	健康のため	体力増進・維持のため	筋力増進・維持のため	楽しみ、気持ちいとして	運動不足を感じるから	精神の修養や訓練のため	自己の記録や能力を向上させるため	家族のふれあいとして	友人・仲間との交流として	美容のため	肥満解消、ダイエットのため	会社からの推奨があったため	家族や友人などからの誘われたため	医師からの推奨があったため	その他	わからない
時系列比較	全体	2413	2433	209	10.0	6.7	12.5	13.6	0.9	2.2	3.3	4.4	1.3	16.8	1.0	2.8	0.9	1.0	1.8
	2018年事前 全体	595	599	21.7	10.6	5.6	14.7	14.8	0.4	0.9	3.5	5.4	0.6	15.3	0.7	2.2	0.8	0.4	2.5
	2018年事後 全体	629	632	21.2	9.6	5.7	11.3	14.8	0.9	4.2	3.5	3.5	1.5	15.6	1.2	4.4	0.6	1.0	0.9
	2019年1月 全体	604	609	20.5	11.0	5.5	12.0	12.0	1.2	1.7	2.9	4.6	1.6	19.2	1.3	1.9	1.1	1.6	1.7
	2019年12月 全体	585	593	20.3	8.8	10.1	12.1	12.8	0.9	2.0	3.2	4.0	1.3	17.1	0.9	2.4	1.3	0.9	2.0
	全体	585	593	20.3	8.8	10.1	12.1	12.8	0.9	2.0	3.2	4.0	1.3	17.1	0.9	2.4	1.3	0.9	2.0
運動・スポーツ実	いずれか1年以内実施あり	585	593	20.3	8.8	10.1	12.1	12.8	0.9	2.0	3.2	4.0	1.3	17.1	0.9	2.4	1.3	0.9	2.0
F+W 活動	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	23.6	8.6	7.9	10.5	14.0	0.9	1.4	2.7	3.9	1.4	18.5	0.5	1.5	1.8	0.7	2.1
	いずれも非認知	355	357	23.0	10.0	10.7	11.0	11.4	1.1	3.0	3.1	3.4	1.5		0.8	1.5	1.1	1.0	0.8
	いずれも非認知	230	236	16.1	7.0	9.3	13.7	15.0	0.6	0.7	3.3	4.9	1.1	17.6	1.0	3.7	1.5	0.6	3.8
F+W 実施状況	毎日実施	149	148	24.2	9.9	10.0	11.4	8.1	1.1	3.2	3.8	5.2	1.6	14.0	0.5	2.0	1.8	1.9	1.3
	実施・計	321	323	23.8	10.5	10.2	11.8	9.7	0.7	3.3	3.4	3.3	1.2	16.7	0.9	1.6	1.2	1.1	0.6
	非実施	264	270	16.0	6.7	10.1	12.5	16.5	1.2	0.6	2.9	4.8	1.5	17.6	0.9	3.3	1.3	0.5	3.6
F+W 態度変容	行動変化	28	29	28.5	7.0	10.8	6.8	10.8	0.0	5.4	2.3	2.9	7.5	13.4	0.0	0.0	4.5	0.0	0.0
	意識変化	106	107	20.5	10.9	11.7	8.1	13.7	3.0	4.2	2.1	2.1	1.9	19.8	0.0	0.7	1.2	0.0	0.0
	変化なし	233	234	23.5	9.3	10.2	12.5	11.0	0.3	2.6	3.4	4.2	1.0	15.5	1.2	1.9	0.6	1.6	1.2
性別	男性	306	386	21.9	10.1	12.6	10.8	11.9	0.8	2.9	2.4	4.2	0.3	14.6	1.0	2.1	1.8	0.3	2.3
	女性	279	207	17.1	6.2	5.6	14.5	14.6	1.1	0.4	4.6	3.6	3.2	21.7	0.8	3.0	0.3	1.9	1.4
性年代別	男性20代	78	62	12.8	9.0	10.3	12.8	14.1	5.1	3.8	1.3	7.7	0.0	14.1	1.3	5.1	0.0	0.0	2.6
	男性30代	70	92	24.3	12.9	11.4	11.4	10.0	0.0	1.4	2.9	4.3	0.0	15.7	1.4	0.0	2.9	1.4	0.0
	男性40代	85	135	23.5	2.4	17.6	8.2	11.8	0.0	4.7	2.4	3.5	0.0	17.6	1.2	3.5	1.2	0.0	2.4
	男性50代	73	97	23.3	19.2	8.2	12.3	12.3	0.0	1.4	2.7	2.7	1.4	9.6	0.0	0.0	2.7	0.0	4.1
	女性20代	81	54	13.6	6.2	0.0	16.0	14.8	1.2	0.0	3.7	3.7	4.9	33.3	0.0	0.0	0.0	1.2	1.2
	女性30代	65	48	12.3	6.2	4.6	16.9	12.3	1.5	1.5	4.6	4.6	3.1	24.6	1.5	3.1	0.0	1.5	1.5
	女性40代	70	60	15.7	8.6	7.1	11.4	20.0	1.4	0.0	2.9	4.3	2.9	15.7	1.4	4.3	0.0	2.9	1.4
	女性50代	63	45	28.6	3.2	11.1	14.3	9.5	0.0	0.0	7.9	1.6	1.6	12.7	0.0	4.8	1.6	1.6	1.6
居住地	首都圏・関西圏	276	294	20.2	9.1	12.0	14.0	11.9	0.8	2.5	1.9	3.3	1.7	15.0	0.3	2.2	2.3	0.9	1.8
	その他	309	299	20.3	8.5	8.3	10.2	13.7	1.0	1.6	4.4	4.7	1.0	19.1	1.5	2.6	0.2	0.8	2.2

21. 運動・スポーツの実施状況と今後の予定

運動・スポーツについて、現在の実施状況と今後の予定についてお答えください。

		WB前	横%	現在定期的 に運動・ス ポーツを しており、 6か月以 上継続し	現在定期的 に運動・ス ポーツを している が、始め てから6か	現在運 動・ス ポーツを している が、定期 的ではな い	現在運 動・ス ポーツを していな いが、6か 月以内に 始めようと	現在運 動・ス ポーツを しておら ず、今後 もするつ もりはな	定期的に 運動・計	運動をし ている・計	運動意向 あり・計
全体		3296	3296	28.0	4.9	19.8	18.6	28.6	32.9	52.7	71.4
時系列比 較	2018年事前 全体	824	824	27.2	3.7	20.0	18.8	30.2	30.9	50.9	69.8
	2018年事後 全体	824	824	26.8	4.4	20.6	21.4	26.8	31.3	51.8	73.2
	2019年1月 全体	824	824	26.9	5.4	21.1	18.0	28.6	32.3	53.4	71.4
	2019年12月 全体	824	824	31.1	6.0	17.6	16.3	29.0	37.1	54.7	71.0
全体		824	824	31.1	6.0	17.6	16.3	29.0	37.1	54.7	71.0
運動・ス ポーツ実 F+W 活動	いずれか1年以内実施あり	585	593	43.3	8.3	24.5	13.6	10.3	51.6	76.1	89.7
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	41.9	8.4	26.9	12.7	10.1	50.3	77.2	89.9
	いずれか認知	435	429	38.6	7.8	22.9	15.4	15.4	46.3	69.2	84.6
	いずれも非認知	389	395	23.1	4.0	11.9	17.3	43.7	27.1	39.0	56.3
F+W 実施 状況	毎日実施	187	182	44.2	5.8	20.3	10.4	19.4	50.0	70.2	80.6
	実施・計	390	384	39.8	8.3	22.5	14.5	15.0	48.1	70.6	85.0
	非実施	434	440	23.6	3.9	13.4	17.9	41.2	27.5	40.9	58.8
F+W 態度 変容	行動変化	29	30	50.8	10.4	31.1	5.5	2.2	61.2	92.3	97.8
	意識変化	117	118	31.1	14.1	37.3	11.8	5.8	45.2	82.4	94.2
	変化なし	301	295	41.2	5.4	16.4	17.1	19.8	46.7	63.1	80.2
性別	男性	412	517	39.2	5.4	17.6	11.4	26.4	44.6	62.2	73.6
	女性	412	307	17.5	6.9	17.7	24.5	33.4	24.4	42.1	66.6
性年代別	男性20代	103	82	37.9	7.8	19.4	8.7	26.2	45.6	65.0	73.8
	男性30代	103	135	35.9	4.9	16.5	14.6	28.2	40.8	57.3	71.8
	男性40代	103	164	43.7	6.8	18.4	6.8	24.3	50.5	68.9	75.7
	男性50代	103	137	37.9	2.9	16.5	15.5	27.2	40.8	57.3	72.8
	女性20代	103	68	11.7	12.6	19.4	29.1	27.2	24.3	43.7	72.8
	女性30代	103	77	15.5	4.9	22.3	23.3	34.0	20.4	42.7	66.0
	女性40代	103	88	17.5	5.8	17.5	25.2	34.0	23.3	40.8	66.0
	女性50代	103	73	25.2	4.9	11.7	20.4	37.9	30.1	41.7	62.1
居住地	首都圏・関西圏	368	386	37.6	4.0	19.0	14.2	25.2	41.6	60.7	74.8
	その他	456	438	25.5	7.7	16.4	18.2	32.3	33.1	49.5	67.7

22. 運動・スポーツ増加理由（単一回答）

1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えましたか。増えた方は、この中からすべてお答えください。また、その中で最も大きな理由を1つだけお答えください。

※縦方向に回答してください。各項目で矢印(↑)方向にそれぞれ選択してください。

最も大きな理由(ひとつだけ)

		WB前	横%	仕事が増えなくなったから	家事・育児が忙しくなったから	健康になったから	場所や施設ができたから	仲間ができたから	指導者がいるようになったから	お金に余裕ができたから	運動・スポーツが好きになったから	会社が運動・スポーツ実施のための取組・推奨を行っている	その他	特に理由はない	わからない	1年前と比べて運動・スポーツの頻度は増えていない	運動頻度増加計
時系列比較	全体	3296	3296	4.5	2.4	4.5	2.2	3.1	0.8	1.1	4.9	1.0	2.0	11.5	2.0	60.1	39.9
	2018年事前 全体	824	824	4.6	1.7	3.6	1.9	3.8	0.9	1.3	5.1	0.7	1.7	10.3	1.2	63.3	36.7
	2018年事後 全体	824	824	5.2	2.5	4.1	2.2	2.9	0.7	1.0	4.0	0.9	1.9	12.0	2.2	60.4	39.6
	2018年1月 全体	824	824	4.3	2.3	4.9	2.1	4.0	0.9	1.6	5.2	1.4	1.3	11.6	1.9	58.6	41.4
	2019年12月 全体	824	824	3.9	3.0	5.4	2.5	1.9	0.8	0.7	5.3	0.9	2.9	12.2	2.6	57.9	42.1
運動・スポーツ実施状況	全体	824	824	3.9	3.0	5.4	2.5	1.9	0.8	0.7	5.3	0.9	2.9	12.2	2.6	57.9	42.1
	いずれか1年以内実施あり	585	593	4.3	3.3	7.3	3.3	2.6	1.2	1.0	7.3	1.1	4.0	12.9	2.0	49.5	50.5
	ウォーキング1年以内実施あり	424	423	5.2	3.3	7.2	3.0	2.7	1.1	1.3	6.3	1.3	4.5	13.5	1.9	48.7	51.3
	F+W 活動	435	429	4.5	4.0	8.0	3.3	2.7	1.5	0.7	7.6	1.3	3.1		2.3	48.6	51.4
	いずれも非認知	389	395	3.2	1.9	2.5	1.6	1.0	0.2	0.7	2.7	0.4	2.8	11.9	2.9	68.1	31.9
F+W 実施状況	毎日実施	187	182	3.6	3.8	7.4	3.7	3.2	0.8	0.4	7.4	1.2	3.3	10.2	0.0	55.0	45.0
	実施・計	390	384	4.7	4.5	8.3	3.2	2.8	1.4	0.6	8.3	1.4	2.9	11.5	2.2	47.9	52.1
	非実施	434	440	3.2	1.7	2.8	1.8	1.1	0.4	0.8	2.7	0.4	2.9	12.7	2.9	66.7	33.3
	F+W 態度	29	30	19.1	4.4	18.4	0.0	8.1	0.0	2.6	28.1	0.0	0.0	7.0	0.0	12.3	87.7
	変容	117	118	8.9	6.3	10.6	5.8	3.4	4.0	2.0	15.8	2.9	1.4	9.1	4.8	24.9	75.1
性別	変化なし	301	295	1.7	2.9	6.2	2.4	2.6	0.5	0.2	4.3	0.7	3.9	13.7	1.5	59.3	40.7
	男性	412	517	4.5	2.3	7.3	2.1	2.5	0.2	0.7	7.0	1.2	2.6	12.1	2.9	54.7	45.3
	女性	412	307	2.8	4.2	2.2	3.1	0.9	2.0	0.7	2.4	0.2	3.6	12.3	2.1	63.3	36.7
	性年代別	103	82	4.9	1.9	4.9	2.9	1.0	1.0	1.0	14.6	2.9	3.9	8.7	2.9	49.5	50.5
	男性20代	103	135	6.8	2.9	8.7	0.0	1.0	0.0	0.0	2.9	2.9	2.9	13.6	3.9	54.4	45.6
性年代別	男性30代	103	164	3.9	3.9	6.8	1.9	4.9	0.0	1.0	11.7	0.0	2.9	14.6	1.9	46.6	53.4
	男性40代	103	137	2.9	0.0	7.8	3.9	1.9	0.0	1.0	1.0	0.0	1.0	9.7	2.9	68.0	32.0
	男性50代	103	68	4.9	2.9	1.0	3.9	1.9	1.0	1.0	1.9	0.0	5.8	11.7	3.9	60.2	39.8
	女性20代	103	77	3.9	4.9	2.9	2.9	0.0	2.9	1.0	3.9	1.0	3.9	12.6	1.0	59.2	40.8
	女性30代	103	88	1.0	5.8	1.0	2.9	1.0	2.9	1.0	1.0	0.0	2.9	10.7	1.9	68.0	32.0
	女性40代	103	73	1.9	2.9	3.9	2.9	1.0	1.0	0.0	2.9	0.0	1.9	14.6	1.9	65.0	35.0
	女性50代	368	386	4.8	3.0	5.6	3.3	1.2	0.7	0.4	5.3	0.3	2.7	14.3	1.5	56.9	43.1
	居住地	456	438	3.1	3.1	5.2	1.7	2.5	1.0	1.0	5.2	1.3	3.2	10.3	3.6	58.8	41.2
	首都圏・関西圏																
	その他																