

ポケットヘルスケア利用者アンケート集計結果

令和4年7月 高知県日高村役場

アンケート実施の概要

目的

令和4年6月のポケットヘルスケアサービス終了に伴い、利用実態や利用者からの意見を把握し、今後の健康事業の展開に向けた施策検討の参考にする。

実施概要

1. 期間

令和4年6月7日（火）から6月15日（水）

2. アンケート方法

Googleフォーム回答、郵送での紙アンケート

3. 調査対象

ポケヘル利用者605名

4. 回答者数

290名

5. 回答率

48.3%

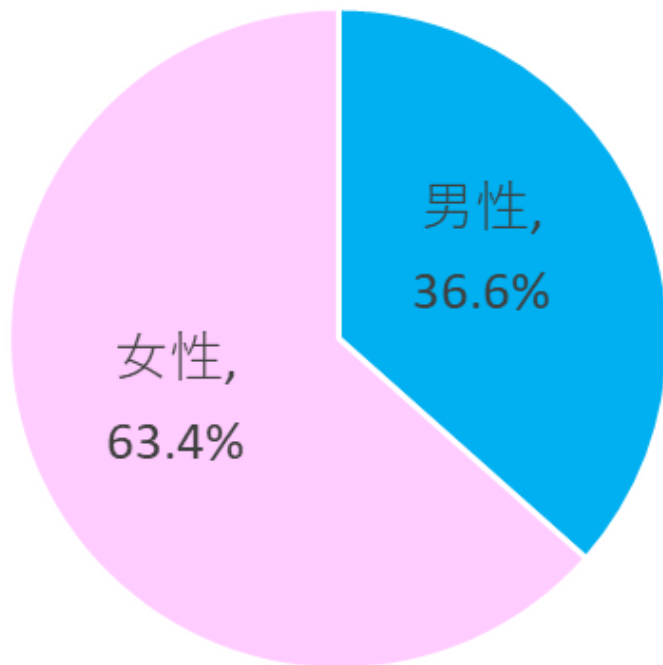
※当資料では、構成比の数値は小数点以下第2位を四捨五入しているため、個々の集計値の合計は必ずしも100%にならない場合がある。

アンケート設問一覧

設問	設問内容	回答方式
1	性別	単一回答
2	年齢	単一回答
3	日頃の健康意識	単一回答
4	ポケヘル利用による自身の健康意識の変化	単一回答
5	コロナ禍においてポケヘルが健康管理に役立ったか	単一回答
6	ポケヘル利用による健康活動の変化	単一回答
7	今後も使いたいポケヘルサービス機能	複数回答
8	今後、改善したい生活習慣	複数回答
9	今後の健康事業の継続希望の有無	単一回答
10	健康事業、ポケヘル利用に関するご意見、不明点	自由記述

1.性別

- Q1.「あなたの性別を選択してください」
- 回答者のうち男性が4割弱、女性が6割強。



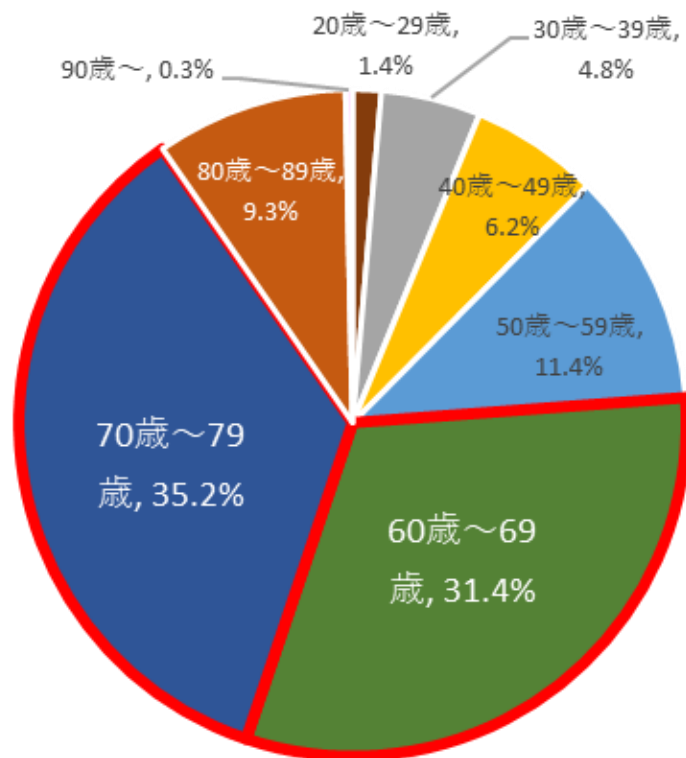
※単一回答

性別	回答率	回答数
男性	36.6%	106
女性	63.4%	184

2.年齢

□ Q2.「あなたの年齢を選択してください」

□ 年齢は60代と70代の回答者の合計が7割近くを占めた。



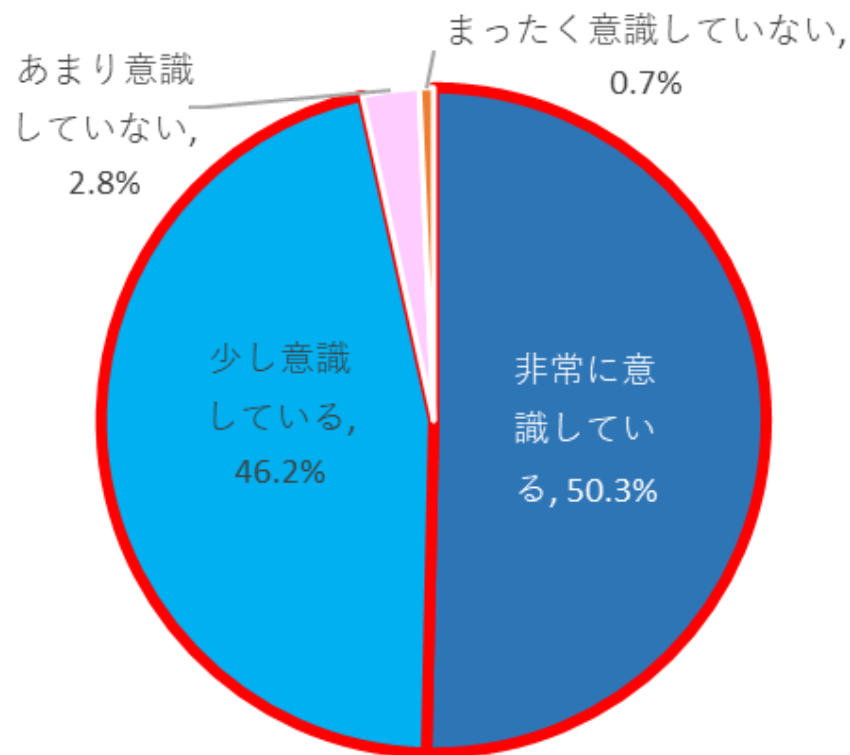
※単一回答

年齢	回答率	回答数
10歳～19歳	0.0%	0
20歳～29歳	1.4%	4
30歳～39歳	4.8%	14
40歳～49歳	6.2%	18
50歳～59歳	11.4%	33
60歳～69歳	31.4%	91
70歳～79歳	35.2%	102
80歳～89歳	9.3%	27
90歳～	0.3%	1

3.日頃の健康意識

□ Q3.「日頃、ご自身の健康を意識されていますか」

□ 日頃の健康意識調査で「非常に意識している」と「少し意識している」の合計が、回答者の約9割以上を占めており、総じて健康に対する意識が高い。



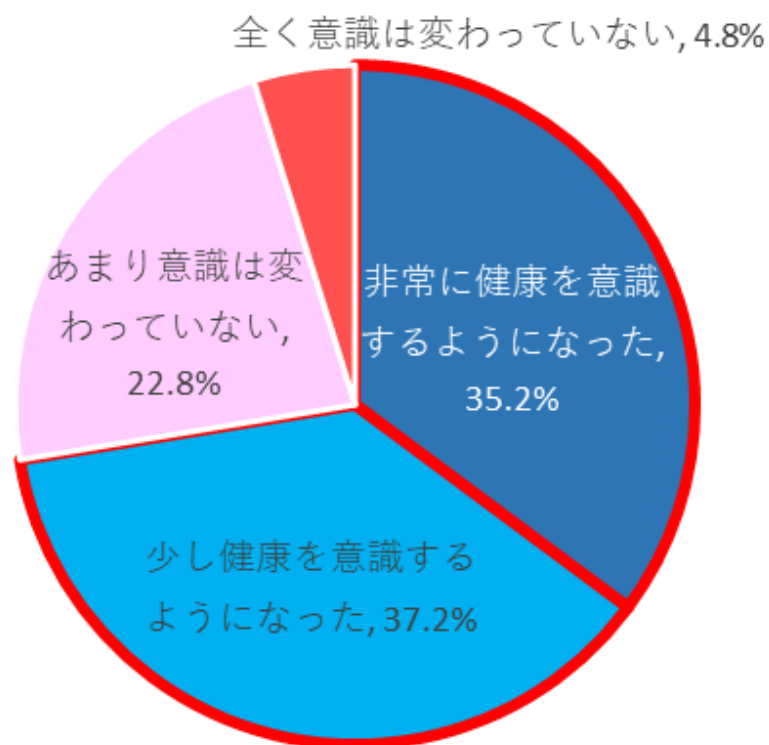
※単一回答

日頃の健康意識	回答率	回答数
非常に意識している	50.3%	146
少し意識している	46.2%	134
あまり意識していない	2.8%	8
まったく意識していない	0.7%	2

4.ポケヘル利用による自身の健康意識の変化

□ Q4.「ポケットヘルスケアの利用により、ご自身の健康に対して、意識が変わりましたか？」

□ 7割以上の回答者に健康意識の高まりがみられ、ポケヘル利用による健康意識の醸成効果がうかがわれる。

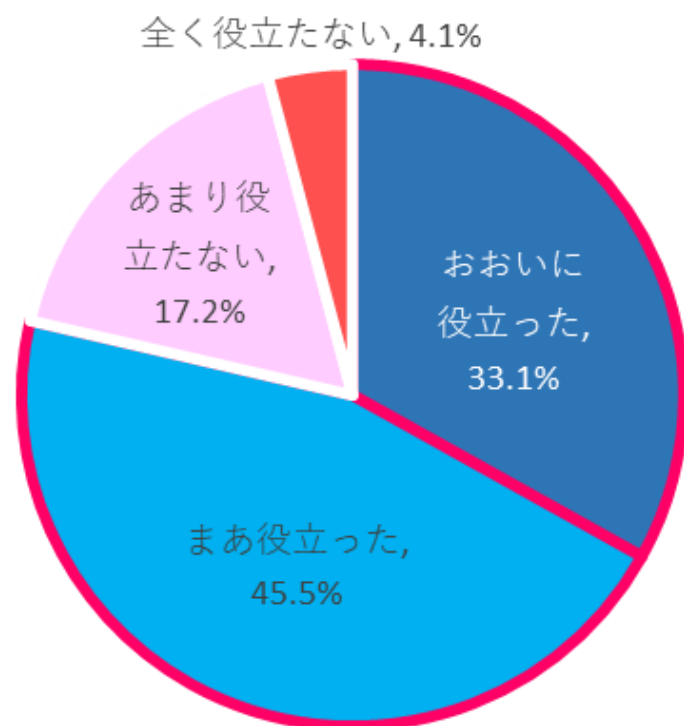


※単一回答

ポケヘル利用による自身の健康意識の変化	回答率	回答数
非常に健康を意識するようになった	35.2%	102
少し健康を意識するようになった	37.2%	108
あまり意識は変わっていない	22.8%	66
全く意識は変わっていない	4.8%	14

5.コロナ禍においてポケヘルが健康管理に役立ったか

- Q5.「コロナ禍において、ポケットヘルスケアがご自身の健康管理に役立ったと思われますか？」
- 回答者の約8割が「役立った」と回答し、ポケヘルが健康管理に大きく寄与していることが分かる。



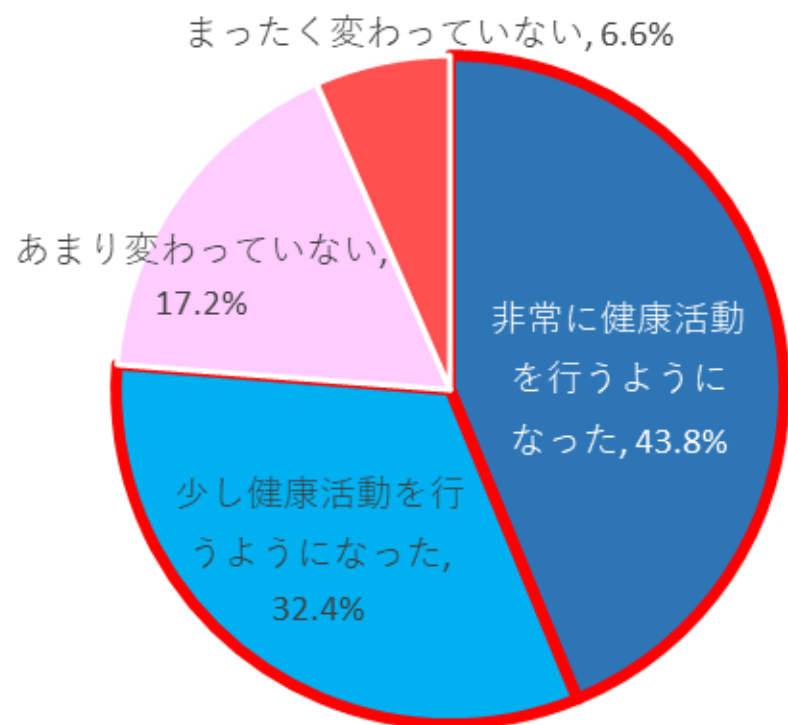
※単一回答

コロナ禍においてポケヘルが健康管理に役立ったか	回答率	回答数
おおいに役立った	33.1%	96
まあ役立った	45.5%	132
あまり役立たない	17.2%	50
全く役立たない	4.1%	12

6.ポケヘル利用による健康活動の変化

□ Q6.「ポケットヘルスケアの利用により、今までよりも健康活動（歩く、体重を記録する等）を行うようになりましたか？」

□ 回答者の4人に3人が「今までよりも健康活動を行うようになった」と回答し、ポケヘルが利用者の健康活動を促進していると言える。



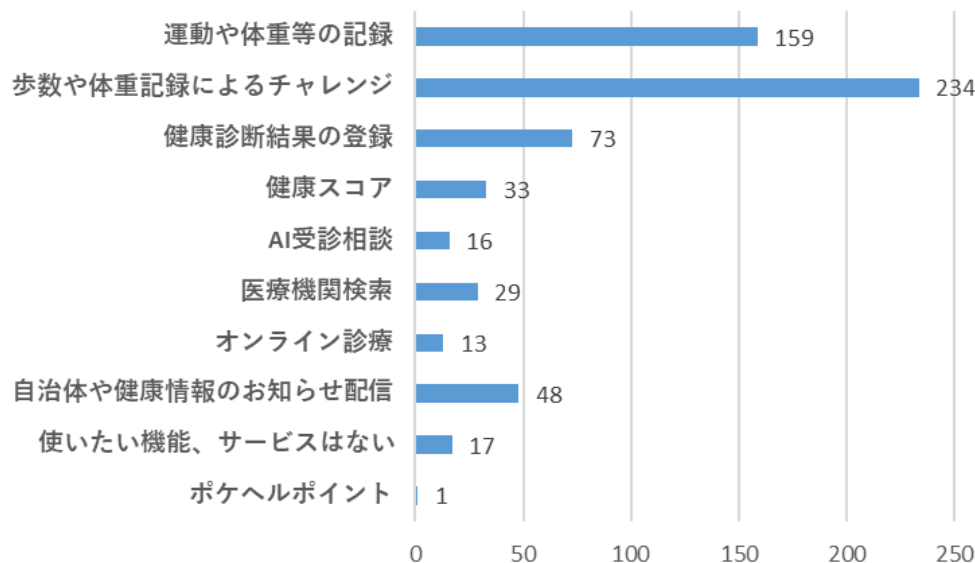
※単一回答

ポケヘル利用による健康活動の変化	回答率	回答数
非常に健康活動を行うようになった	43.8%	127
少し健康活動を行うようになった	32.4%	94
あまり変わっていない	17.2%	50
まったく変わっていない	6.6%	19

7. 今後も使いたいポケヘルサービス機能

□ Q7.「今回ポケットヘルスケアに搭載した機能、サービスのうち、今後も使いたいと思うものを選んで下さい」

□ 「歩数や体重記録によるチャレンジ」(80.7%)、「運動や体重等の記録」(54.8%)が上位となっており、以下「健康診断結果の登録」(25.2%)、「自治体や健康情報のお知らせ配信」(16.6%)などが続いている。



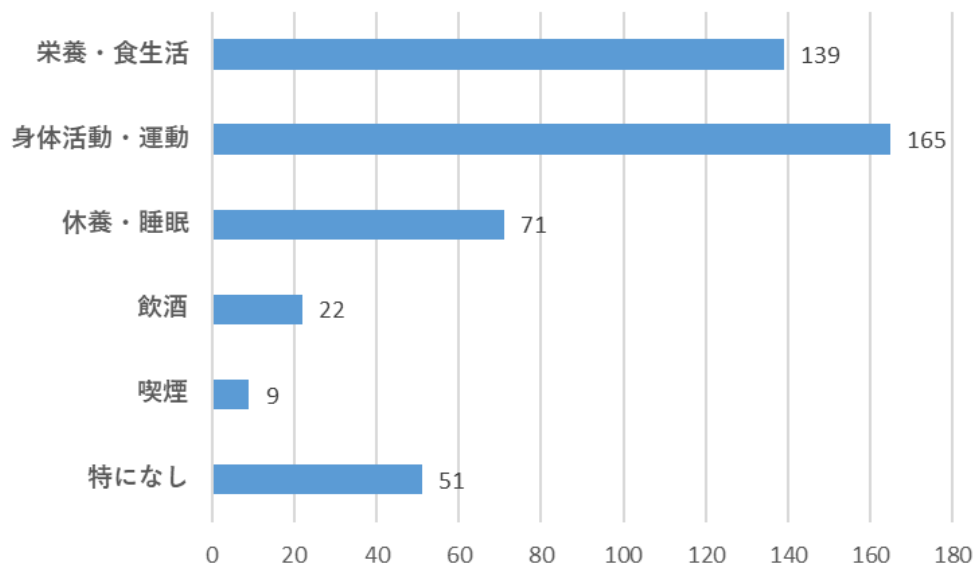
※複数回答

今後も使いたいポケヘルサービス機能	回答率	回答数
運動や体重等の記録	54.8%	159
歩数や体重記録によるチャレンジ	80.7%	234
健康診断結果の登録	25.2%	73
健康スコア	11.4%	33
AI受診相談	5.5%	16
医療機関検索	10.0%	29
オンライン診療	4.5%	13
自治体や健康情報のお知らせ配信	16.6%	48
使いたい機能、サービスはない	5.9%	17
ポケヘルポイント	0.3%	1

8. 今後、改善したい生活習慣

□ Q8.「今後、改善したい生活習慣はありますか？」

□ 「身体活動・運動」(56.9%)、「栄養・食生活」(47.9%)が上位となっており、「休養・睡眠」(24.5%)、「特になし」(17.6%)がそれに続く。



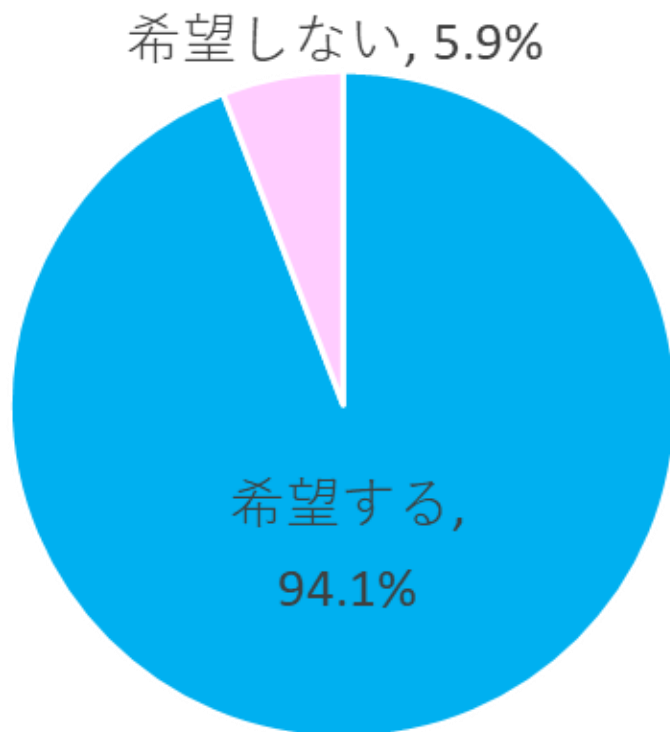
※複数回答

今後、改善したい生活習慣	回答率	回答数
栄養・食生活	47.9%	139
身体活動・運動	56.9%	165
休養・睡眠	24.5%	71
飲酒	7.6%	22
喫煙	3.1%	9
特になし	17.6%	51

9. 今後の健康事業の継続希望の有無

□ Q9.「今後も健康事業の継続を希望しますか？」

□ 9割以上の回答者が「希望する」と回答しており、健康事業継続への強い希望がうかがわれる。



※単一回答

今後の健康事業の継続希望の有無	回答率	回答数
希望する	94.1%	273
希望しない	5.9%	17

10.健康事業、ポケヘルに関する意見、不明点

- Q10.「健康事業、ポケットヘルスケアに関して、ご意見、ご不明点等ございましたらご自由に記載ください」（自由記述）
- 95件の回答のうち、高評価のご意見が63件、低評価のご意見・不明点が17件、改善を求めるご意見・ご要望が15件であった。
- 健康事業の継続を求める声が多い一方、アプリを使いこなせていないという意見があり、後継アプリ開発にあたり、高齢者に向けて使いやすいアプリ設計を心掛ける必要性が感じられる。

【高評価のご意見】

- ・チャレンジ達成してポイントが貰えるのが楽しみでしたのでぜひ継続してほしい
- ・健康についての意識向上に大変役立った。例えば「歩きに行く時間」を、意識的につくったり実際に歩きに行ったり出来た
- ・村民が健康的に活動し、税金を良い形に使う、とても良い事業
- ・終了は困るので継続を望む
- ・ポケヘルが無くなればたぶん歩く事も徐々に少なくなっていくと思う。体調管理意識も薄れていくと思うので、ポケヘルの継続を願う

【低評価のご意見・不明点】

- ・通知が多く、一括で消せない
- ・使い方が理解できていない
- ・何のことか理解出来ません
- ・一日歩数約3,500歩位でポイントが入ると言われましたが、全然ポイントが入らない
- ・使い方が理解出来ていないので、今のままなら必要無い
- ・chiicaのポイントがどうすれば付くのかわからない

【改善を求めるご意見・ご要望】

- ・毎日の記入ではなく、2週間や1か月に一回の記入でも良い
- ・設定が煩雑で初期導入のハードルが高い、不要なアプリのインストールを求められることを改善してほしい
- ・各自でとった食事や運動等記入できるメニュー、アドバイス情報が掲載されると嬉しい
- ・血圧入力ポイントを追加してほしい
- ・不要なアプリのインストールを求められることを改善してほしい
- ・iPhoneのヘルスケアとの連動をして欲しい
- ・ポケヘルにて体重を記録するとGBを使い（1回0.02GBかかる）費用が重む（筆者注：原文ママ。「かさむ」のことか）。これは健康事業としては改善し無料としてほしい
- ・ポケットヘルスケアで歩数の目標達成をしても、次の日の朝にアプリを開かないとポイントが貯まらないという仕組みを改善して欲しい