

令和5年度加西市・多可町ポイント事業アンケート結果

問1 あなたの仕事について回答してください。（必須）

1 フルタイム	394
2 パートタイム	353
3 自営業	108
4 無職	958
5 学生	7

問2 外出時の主な移動手段を回答してください。（複数選択可）（必須）

1 徒歩	268
2 自転車	104
3 自家用車（バイク含む）	1,731
4 バスや電車等の公共機関	65

問3 スマートフォンの携帯頻度について回答してください。（必須）

1 いつも持ち歩いている。	1,398
2 仕事中には、持ち歩かない時間がある。	176
3 家では、持ち歩かない。	233
4 ほぼ、持ち歩かない。	13

問4 アプリを使ったポイント事業の参加歴について回答してください。（必須）

1 1年目（初めて参加）	304
2 2年目	378
3 3年目	437
4 4年目	288
5 5年目	413

問5 令和5年度のポイント事業参加前の、健康づくり(運動)の取り組みについて回答してください。（必須）

1 運動するつもりは全く無く、運動を行っていなかった	106
2 運動をするつもりはあったが行っていなかった	394
3 時々、運動を行っていた	542
4 運動を続けて6ヵ月未満だった	34

問6 上記質問5で「時々、運動を行っていた」、「運動を続けて6ヵ月未満だった」、「運動を続けて6か月以上が経過していた」の方は、行っていた運動についてお答えください。（複数回答可）
（任意）

1 ウォーキング	1,133	
2 ラジオ体操	261	
3 ストレッチ体操	372	
4 筋力トレーニング	183	
5 ジョギング	70	
6 その他	30	
・ ゴルフ		4
・ サイクリング		4
・ スポーツクラブ、水泳		3
・ バレー、ソフトバレー		4
・ テニス、バウンドテニス、卓球		6
・ ヨガ、バランスボール		3
・ フットサル		1
・ 登山		5

問7 令和5年度のポイント事業参加前と比較して運動回数は増えましたか？（必須）

1 はい	1,376
2 いいえ	444

問8 令和5年度のポイント事業参加前と比較して1日の歩数は増えましたか？（必須）

1 はい	1,201
2 いいえ	332
3 わからない	287

問9 令和4年度のポイント事業参加前と比べて外出機会に変化はありますか？（必須）

1 かなり減った	14
2 減った	42
3 変わらない	919
4 増えた	762
5 かなり増えた	83

問10 アプリ利用をきっかけに、新たに始めた運動はありますか？（複数回答可）（任意）

1 ウォーキング	894	
2 ラジオ体操	272	
3 ストレッチ体操	383	
4 筋力トレーニング	162	
5 ジョギング	52	
6 その他	91	
・ ゴルフ、グランドゴルフ		19
・ 自転車、サイクリング		4
・ スポーツクラブ、スイミング		12
・ いきいき体操、エクササイズ		33
・ 登山、ハイキング		8
・ バドミントン、卓球、ソフトテニス		4
・ ダンス、ピラティス、ヨガ		11

問11 アプリに設定している目標歩数について回答してください（必須）

1 毎日意識している	1,191
2 ときどき意識する	521
3 意識していない	108

問12 現在、あなたは週にどの程度運動（ウォーキングを含む）しますか？（必須）

1 ほぼ毎日	914
2 週4～5回	311
3 週2～3日	317
4 週1回	172
5 しない	106

問13 「ウォーキング」を行う主な場所についてお答えください。（複数回答可）（任意）

1 自宅の周辺	1,431	
2 公園	486	
3 山道	128	
4 市町内に設置されたウォーキングコース	164	
5 商業施設	415	
6 その他	65	
・ グランド、体育館、スポーツクラブ		21
・ サイクリングロード		2

- ・ 職場、職場周辺
- ・ フラワーセンター

23

19

問14 少し疲れているときでも、運動する自信がありますか？（肉体的疲労）（必須）

1 全くそう思わない	96
2 そう思わない	392
3 どちらとも言えない	757
4 そう思う	514
5 かなりそう思う	61

問15 あまり気分がのらないときでも、運動する自信がありますか？（精神的ストレス）（必須）

1 全くそう思わない	100
2 そう思わない	413
3 どちらとも言えない	725
4 そう思う	525
5 かなりそう思う	57

問16 忙しくて時間がないときでも、運動する自信がありますか？（時間のなさ）（必須）

1 全くそう思わない	134
2 そう思わない	513
3 どちらとも言えない	706
4 そう思う	423
5 かなりそう思う	44

問17 あまり天気がよくないときでも、運動する自信がありますか？（悪天候）（必須）

1 全くそう思わない	155
2 そう思わない	550
3 どちらとも言えない	607
4 そう思う	453
5 かなりそう思う	55

問18 健康に関する情報について該当するもの全てを選んでください。（複数選択可）（任意）

1 新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる	934
2 たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる	774
3 情報がどの程度信頼できるかを判断できる	335
4 情報を理解し、人に伝えている	179
5 情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めている	256

●ポイント事業について

問19 「行きましたポイント」獲得のためにイベントや運動教室等に参加しましたか？（必須）

1 はい	1,151
2 いいえ	669

問20 上記質問19で「いいえ」の方は参加しなかった理由をお答えください（複数回答可）

1 イベント等の情報がわからなかった	98
2 興味関心のあるイベントが無かった	175
3 日程が合わなかった	479
4 その他	33
・ 移動手段がない	3
・ 日頃の運動で十分	4
・ 付与ポイントが低い	1
・ 面倒、関心がない	5
・ 一緒に行く人がいない、集団行動が苦手	5
・ 時間がない（仕事、育児、介護など）	11
・ 身体的理由	4

問21 知っているポイント設定を選んでください。（任意）複数回答可

1 イオンモール加西北条店薬局、多可町健康福祉センター（アスパル）等の体組成測定器を利用することで月1回ポイントが獲得できる「 測定ポイント 」	1,467
2 体組成測定器で測定した結果を比較（初回と最終測定）して良い変化が確認できるとポイントが獲得できる「 結果にコミットポイント 」	993
3 加西市または多可町の指定のスポットを訪れることでポイントが獲得できる「 名所にチェックインポイント 」	1,571
4 特定健診結果、がん検診結果等を提出することでポイントが獲得できる「 健診受けたよポイント 」	1,283

問22 あなたは現在、健康であると思いますか？（必須）

1 健康である	430
2 どちらかといえば健康である	983
3 どちらともいえない	295
4 どちらかといえば健康ではない	85
5 健康でない	27

問23 あなたの幸福感を10段階で表してください。(必須)

1 想像できる最悪	3
2	13
3	42
4	57
5	280
6	204
7	397
8	539
9	158
10 この上ない最高	127

問24 ポイント事業に参加することで健康について知識を得ることができましたか？

1 はい	1,554
2 いいえ	266

問25 ポイント事業に参加したことで身体や心に変化、生活習慣などに変化はありましたか？(必須) ☑

1 はい	1,455
2 いいえ	365

問26 上記質問25で「はい」の方は変化についてお答えください(複数回答可) (任意)

1 歩く習慣がついた	1,118	
2 外出の機会が増えた	607	
3 体重が減った	219	
4 体が動かしやすくなった	409	
5 疲れにくくなった	174	
6 ストレスが解消された	307	
7 何事にも前向きになった	204	
8 健康に関心を持つようになった	723	
9 足腰を痛めた	27	
10 かえって体調を崩した	2	
11 その他	7	
・スマホを持ち歩くようになった		1
・体質改善した		4
・楽しみが増えた		1
・交流が増えた		1

問27 令和5年度参加当初のポイント事業への参加意欲を5段階で表してください。(必須)

1 参加意欲がまったくない	23
2	77
3	583
4	568
5 とても参加したい	569

問28 令和6年度(次年度)のポイント事業への参加意欲を5段階で表してください。(必須)

1 参加意欲がまったくない	16
2	47
3	421
4	533
5 とても参加したい	803

問29 ポイント交換がなくなってもアプリを使用しますか?(必須)

1 アプリを継続して使用し、日々の歩数を確認して健康管理を行いたい	1,080
2 アプリを使用しないが、歩いて健康管理を行いたい	432
3 アプリも使用しないし、歩くこともやめたい	87
4 わからない	221

問30 貯めたポイント(交換した商品券やねっぴ〜Payポイント)の主な使い道は何ですか?(必須)

・買い物	482	・理美容費	14
・食料品	339	・農作業・大工用品	4
・日用生活雑貨消耗品	212	・医療・衛生用品	1
・健診・検診費用	21	・事務用品、文房具	6
・衣料品	27	・記念品	2
・生活費	85	・ペット用品	1
・燃料費	21	・外食	330
・スポーツ用品	67	・ご褒美	31
・趣味・娯楽費	34	・旅行	1
・本	18	・未定	104
・学校用品	2		
・酒、たばこ	16		
・健康食品、グッズ	2		

問31 【多可町民の方に伺います】電子マネーを利用したことがありますか？（任意）

1 はい	744
2 いいえ	405
3 わからない	44
4 未回答	3

問32 ポイント事業を家族や友人に勧めましたか？（複数回答可）（任意）

1 健康に役立つと思ったので勧めた	795
2 ポイントがもらえてお得なので勧めた	956
3 関連イベント等が楽しいので勧めた	156
4 その他の理由で勧めた	35
5 勧めていない	429

問33 「加西・多可健幸アプリ」の使い勝手はいかがですか？（必須）

1 非常に便利	184
2 便利	819
3 普通	771
4 使いにくい	43
5 非常に使いにくい	3

問34 「加西・多可健幸アプリ」でお気に入りの機能はありますか？（必須）

1 ランキング表示	223
2 消費カロリー表示	137
3 目標達成率	381
4 体重記録機能	171
5 血圧記録機能	81
6 グラフ表示機能	117
7 モールウォーキング機能	139
8 名所にチェックイン機能	439
9 特になし	132

問35 ポイント事業に参加してのご感想やご意見、「加西・多可健幸アプリ」の機能などに関するご要望をお聞かせ下さい。（任意）

・事業の継続を希望。ポイントが励みになる。	232
・楽しい、満足。	162
・運動、ウォーキングの習慣がついた。	55
・健康意識が高くなった、体力に自信がついた、体力が向上した。	41
・人的交流、外出機会が増えた。行動範囲が広がった。	47
・名所にチェックインが楽しみ。(知らない場所を知れた、多可町へ行く機会ができた)	74
・名所にチェックインを行きやすいにしてほしい。	37
・名所にチェックインの場所が駐車場から近い。もっと歩いた距離にすべき。	4
・ポイントの増額、付与機会、交換対象を増やしてほしい。	63
・行きましたP、名所にチェックインPの場所を増やしてほしい。	13
・イベントの増加、週末や休日、北条地区以外のポイント獲得機会の増加。	15
・運動教室やイベントなどにも参加しようと思う。	6
・上位ランキングの歩数に驚き。	16
・ランキング機能は不要。または本人の順位だけ表示。	13
・ランキング機能は交流やモチベーションアップに役立っている。	5
・アプリの動作についての報告。(表示、応答等速度など)	31
・スマホ、アプリの操作が難しい。わからない。	9
・アプリの機能を増やしてほしい。	13
・アプリの機能に満足している。使いやすい。	7
・スマホの歩数計とアプリの歩数が違う。	3
・事業期間を拡大してほしい。	9
・スマホを持ち歩くことが負担、難しい時がある。	2
・事業の広報に力をいれてください	4
・人にすすめたい。	2
・イオンモールウォーキングの仕組みやチェックポイント関係。	4
・昼夜治安が良く、駐車場があるウォーキングコースがほしい。	2
・その他	42