

調査レポート

ウォーキングに ついてのアンケート

今回はウォーキングに ついてお聞きしました。

調査結果

あなたはウォーキングをしますか?

17.0%

しない

年に数回

月に1~2回程度 13.2%

週に5~6回程度

ほぼ毎日

16.9%

7.5% 週に3~4回程度

12.1% 週に1~2回程度 23.7%

歩数計・万歩計もしくは携帯電話やスマートフォン

※小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計値は100%となりません。

その場合、主に利用しているものをお選びください。

のアプリを使用して歩数計測しますか?



58.7% 歩数は計測しない **25.3**%

携帯電話やスマートフォンの

アプリを使用する



8.8%

歩数計・万歩計を

使用する

1日あたりで目標としている歩数はどれくらいですか?

15,000歩以上

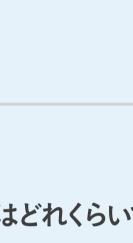
5,000歩未満

7.0%

歩数計測機能付き

ウォッチを使用する

6.9%

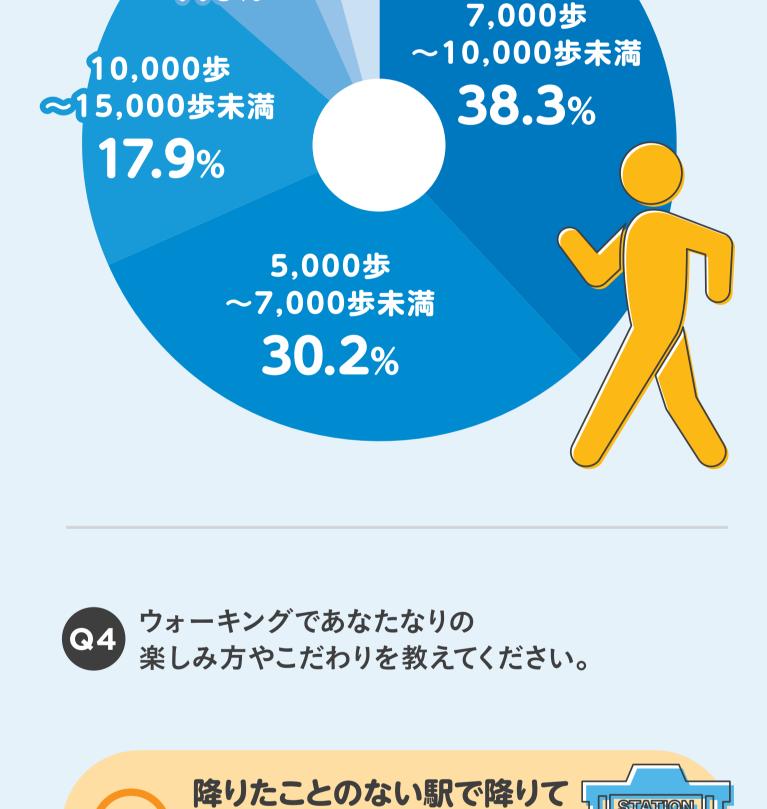


とくに目標としている歩数はない

4.0%

999999999

2.6%



近くの別の駅まで歩く

(20代以下男性)

英会話のシャドーイング

季節の花々と

ペットの写真を撮る

(50代女性)

歌の練習をしている

(60代以上女性)

聞いている曲の

(20代以下女性)

(30代男性)

ームアプリのスポット巡り

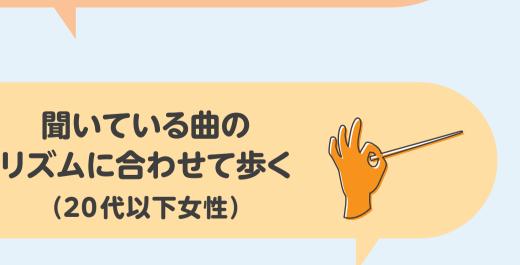
(50代女性)

(50代男性)

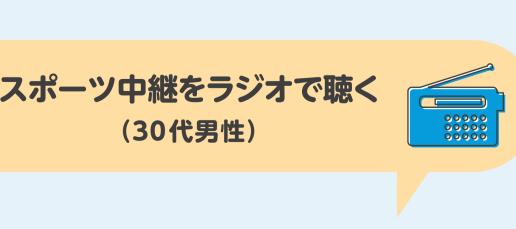


Hello

合唱をやっているので、 歩きながら小さな声で



デスクワーク中心の 仕事なので、姿勢よく (背中を伸ばして)歩く (20代以下男性)



美味しそうなカフェやスイーツ



「ウォーキングについてのアンケート」

のお店を見つけ、入ってみる

(50代女性)

2024年3月21日(木)~2024年4月4日(木) ● 調査時期 ○ 回答者数 6,345人

○ 調査名