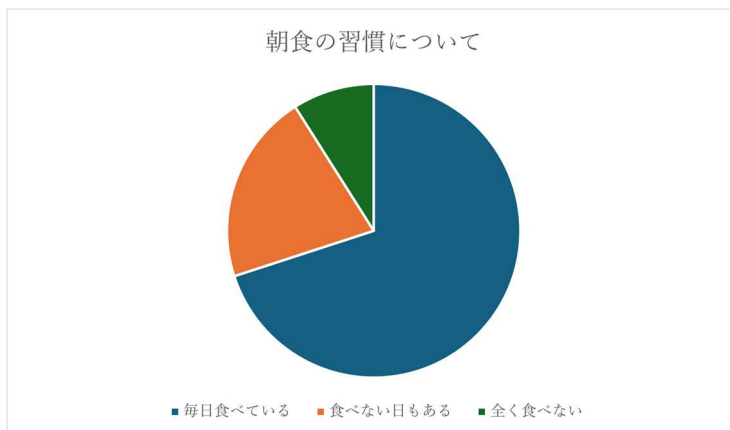


健康習慣・健康経営に関するアンケート 2024

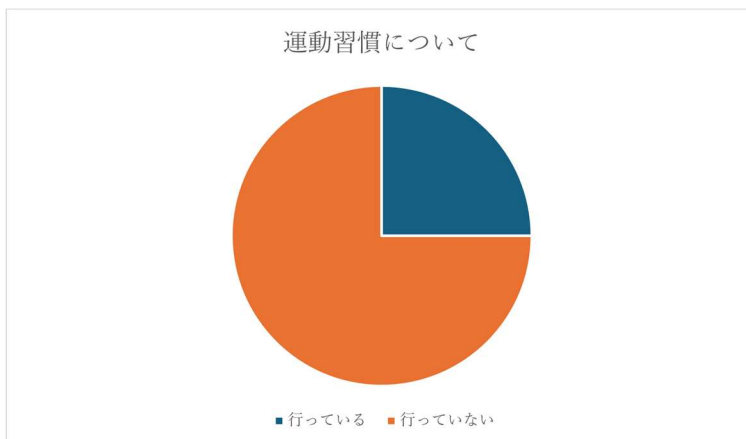
①朝食の習慣について

- ・毎日食べている 70%
- ・食べない日もある 21%
- ・全く食べない 9%



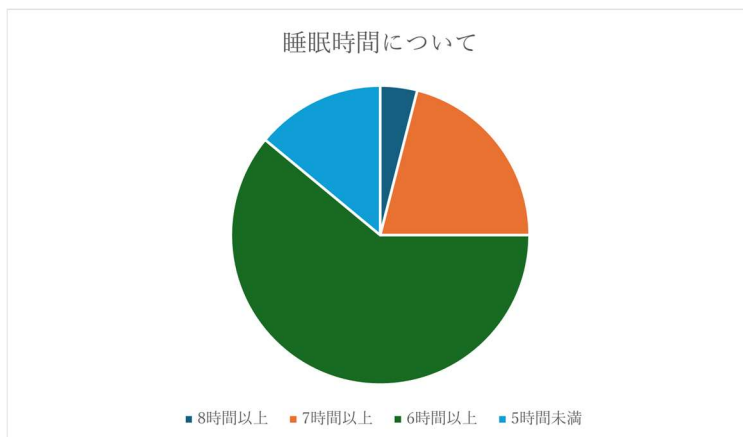
②運動習慣（1回30分以上・週2日以上・1年間以上継続）について

- ・行っている 25%
- ・行っていない 75%



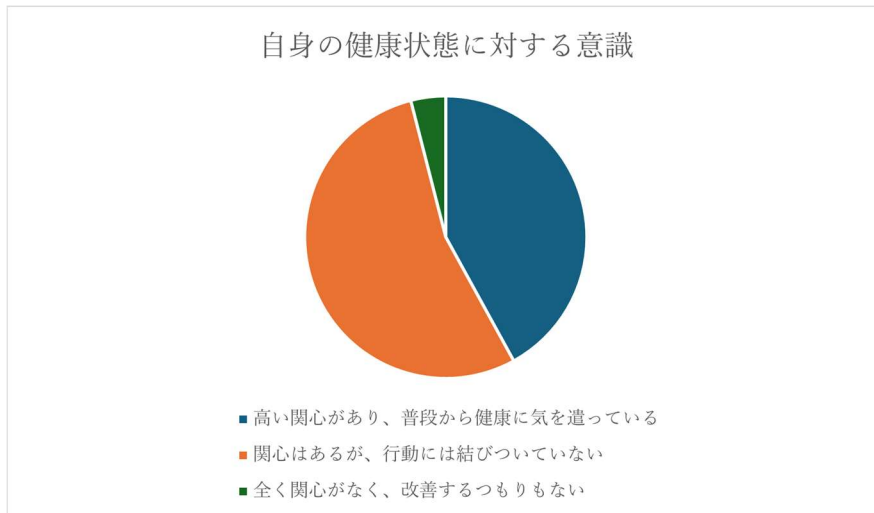
③普段の睡眠時間について

- ・8時間以上 4%
- ・7時間以上 21%
- ・6時間以上 61%
- ・5時間未満 14%



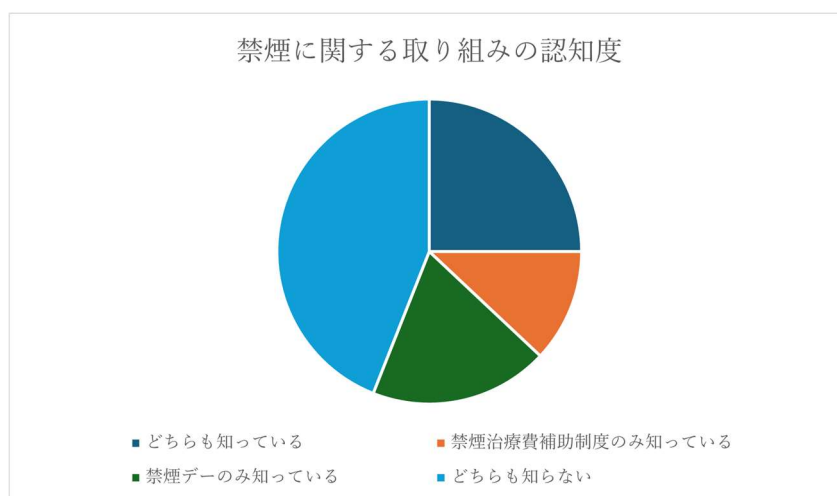
④自身の健康状態に対する意識

- ・ 普段から健康に気を遣っている 42%
- ・ 関心はあるが、行動には表れていない 54%
- ・ 無関心かつ改善の意思なし 4%



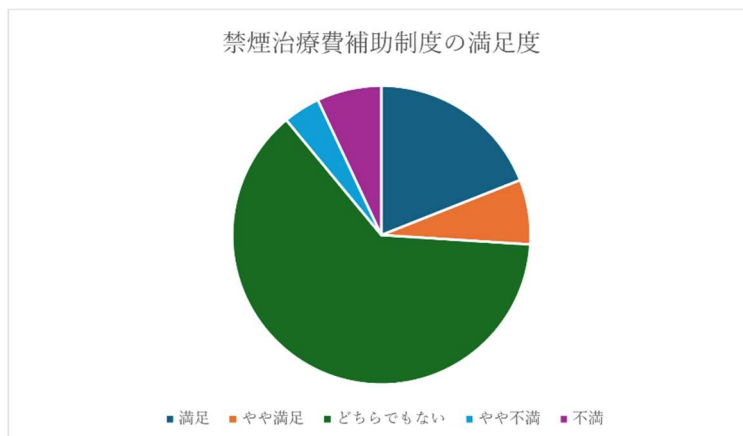
⑤当社の禁煙に関する取り組み（禁煙治療費補助制度・禁煙デー）の認知度

- ・ どちらも知っている 25%
- ・ 禁煙治療費補助制度のみ知っている 12%
- ・ 禁煙デーのみ知っている 19%
- ・ どちらも知らない 44%
- ・ どちらも知っている 25%



⑥禁煙治療費補助制度の満足度

- ・満足 19%
- ・やや満足 7%
- ・どちらでもない 63%
- ・やや不満 4%



⑦禁煙デーの満足度

- ・満足 20%
- ・やや満足 0%
- ・どちらでもない 64%
- ・やや不満 0%

