

2023年 健康経営の取り組みに関する効果検証

■ 従業員の生活習慣における行動傾向

	飲み物		食べ物		運動		禁煙		心の健康		睡眠		適正飲酒	
	今回	前回	今回	前回	今回	前回	今回	前回	今回	前回	今回	前回	今回	前回
維持期	42%	52%	42%	29%	27%	29%	15%	10%	65%	62%	42%	38%	38%	43%
行動期			4%	10%	15%	5%			19%	10%	12%	14%	15%	14%
準備期	31%	14%	19%	14%	23%	19%	4%	5%	12%	10%	12%	29%	15%	5%
関心期	4%	19%	8%	19%	4%	19%	8%		4%	14%	12%	5%	8%	14%
無関心期	23%	14%	27%	29%	31%	29%	38%	52%		5%	23%	14%	23%	24%
無関心期 出現継続なし							35%	33%						

