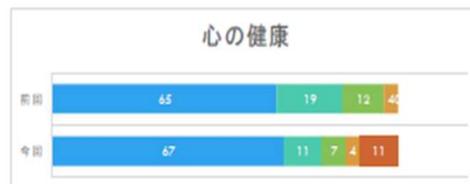
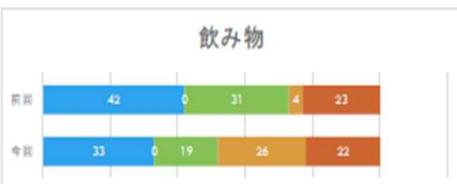


2024年 健康経営の取組みに関する効果検証

	飲み物		食べ物		運動		喫煙		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	33	42	44	42	37	27	15	15	67	65	37	42	33	38
行動期	0	0	7	4	19	15	4	0	11	19	15	12	4	15
準備期	19	31	11	19	4	23	0	4	7	12	22	12	7	15
関心期	26	4	22	8	30	4	7	8	4	4	19	12	19	8
無関心期	22	23	15	27	11	31	33	38	11	0	7	23	15	23
非該当							41	35					22	-

● 喫煙(もともと吸ったことがない) ● 適正飲酒(もともと飲まない)



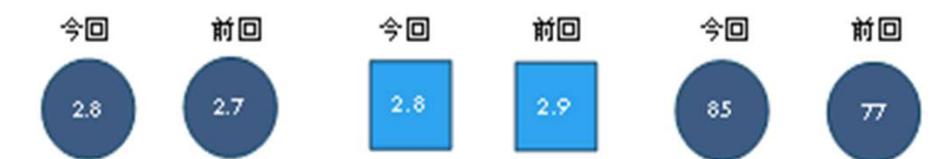
● 維持期 ● 行動期 ● 準備期 ● 関心期 ● 無関心期 ● 非該当

- 6か月以上前から健康づくりを始めています
- 6か月以内に健康づくりを始めています
- 1か月以内に健康づくりを始めたい
- 6か月以内に健康づくりを始めたい
- 6か月以内には健康づくりを始めたい
- 喫煙吸ったことがない適正飲酒

あなたの会社の経営者は従業員の健康づくりに関して熱心だと思いますか
あなたの勤務先では、健康づくりを目的とした情報提供や研修会などがありますか
勤務先の取組を活用して、あなたも健康になれると思いますか



仕事満足度 職場の一体感 家庭満足度



仕事に主体的に取り組んでいる
仕事に自ら判断できる領域がある
仕事は自分が少し挑戦すれば達成できる内容である

