

令和7年度 事業所における「身体を動かす習慣づくり」への支援に関するアンケート調査

貴事業所名			従業員数 ※令和7年4月1日現在 該当するものに○をして ください	ア : 1~4人
所在地				イ : 5~9人
業種 該当する番号に○ をしてください	1 建設業	6 生活関連サービス業、娯楽業	ウ : 10~19人	エ : 20~29人
	2 製造業	7 医療・福祉	オ : 30~49人	カ : 50~99人
3 運輸業、郵便業	8 公務	9 その他	キ : 100~199人	ク : 200~299人
4 卸売業、小売業	以下に記入してください		ケ : 300人以上	
5 宿泊業、飲食サービス業	( )			
担当者	御所属 :	職名 :	氏名 :	
電話番号	メールアドレス			

市川浦安 地域・職域連携推進協議会（事務局：市川保健所）では、「働く世代のからだと心の健康づくり」として、「いつもの毎日  
にちょいプラ運動」を推進しています。

このたび、貴事業所における「身体を動かす習慣づくり」への支援状況を把握することを目的にアンケート調査を実施すること  
となりました。お忙しいところ恐縮ですが御協力くださるようお願いいたします。

貴事業所従業員を対象とした身体を動かす習慣づくりの取組について、該当する番号を口内に御記入ください。

問1 2024年4月以降に従業員の身体を動かす習慣づくり\*に取り組んでいますか。

- 定期的（年に3回以上）に取り組んでいる（問2へ）
- 年に1回以上取り組んでいる（問2へ）
- 今後、取組を検討している 令和 年 月頃～（問2へ）
- 以前は取り組んでいたが、現在は取り組んでいない（問2へ）
- 特に取組は行っていない（問3へ）

※身体を動かすとは？  
エネルギーを消費するすべての動作のこと  
<ex>ウォーキング、ラジオ体操、ヨガ、ストレッチ、  
筋トレ等

※身体を動かす習慣づくりをした場合  
▶問1の「定期的に取り組んでいる」を選択してください。  
<ex>ウォーキングコースを作る、空き会議室を身体を動かせる  
部屋とする等

問2 問1で「1, 2, 3, 4」を選んだ場合には、下記を御回答ください。

「1 している（していた）」を選んだ場合はどのようなことをしている（していた）か、または検討しているか教えてください。

1) 身体を動かす時間を確保していますか。

- 1 している（していた） 2 検討中 3 していない  
↳（例：ラジオ体操（3分））

2) 身体を動かす場所を確保していますか。

- 1 している（していた） 2 検討中 3 していない  
↳（例：会議室の開放、健康器具の設置）

3) 身体を動かすことに関するポスターの掲示やリーフレットを配布する等の情報提供をしていますか。

- 1 している（していた） 2 検討中 3 していない  
↳（例：ウォーキングのすすめ）

4) 従業員向けに健康に関するイベントを実施していますか。

- 1 している（していた） 2 検討中 3 していない  
↳（例：スポーツ大会の実施）

5) 問1で「4」を選んだ場合はその理由について教えてください。

例：取り組んだことで、従業員に運動習慣が十分に身に付いたから

問3 問1で「5」を選んだ場合は御回答ください。

- 既に運動習慣が身についている従業員が多いため、特に行う必要がない
- 取組の重要性は感じているが、何から行えばよいかわからない
- 従業員の自己管理に任せているため、特に行う予定はない
- 今まで検討したことがない
- 業務が多忙で取り組むことができない

問4 従業員の身体を動かすための習慣づくりで工夫している点があれば、教えてください。

例：毎日、就業前に全員でラジオ体操を実施している

健康に関して御意見や御要望がありましたら御記入ください。

スマホでの回答はこちら



御協力ありがとうございました。

市川浦安 地域・職域連携推進協議会（事務局 市川保健所）

FAX送付先：047-379-6623