

日本通運健康保険組合

設問27 平日のかなり汗をかくくらいの作業の時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	-	1	-	5	-
	100.0	-	-	-	-	16.7	-	83.3	-
30代	51	-	-	-	-	2	11	38	-
	100.0	-	-	-	-	3.9	21.6	74.5	-
40代	77	-	-	-	-	1	19	56	1
	100.0	-	-	-	-	1.3	24.7	72.7	1.3
50代以上	83	-	-	-	-	3	20	59	1
	100.0	-	-	-	-	3.6	24.1	71.1	1.2
計	217	0	0	0	0	7	50	158	2
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.2	23.0	72.8	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	-	-	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	15	-	-	-	-	-	-	15	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
40代	7	-	-	-	-	-	1	6	-
	100.0	-	-	-	-	-	14.3	85.7	-
50代以上	16	-	-	-	-	1	2	13	-
	100.0	-	-	-	-	6.3	12.5	81.3	-
計	47	0	0	0	0	1	3	43	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	6.4	91.5	0.0

日本通運健康保険組合

設問28 平日の筋肉労働の時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	4	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	56	-	-	-	-	1	3	52	-
	100.0	-	-	-	-	1.8	5.4	92.9	-
40代	66	-	-	-	-	1	4	61	-
	100.0	-	-	-	-	1.5	6.1	92.4	-
50代以上	95	-	-	-	-	-	2	92	1
	100.0	-	-	-	-	-	2.1	96.8	1.1
計	221	0	0	0	0	2	9	209	1
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	4.1	94.6	0.5

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	1	3	-
	100.0	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
30代	20	-	-	-	-	-	-	20	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
40代	10	-	-	-	-	-	1	9	-
	100.0	-	-	-	-	-	10.0	90.0	-
50代以上	11	-	-	-	-	2	1	7	1
	100.0	-	-	-	-	18.2	9.1	63.6	9.1
計	45	0	0	0	0	2	3	39	1
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.4	6.7	86.7	2.2

日本通運健康保険組合

設問28 平日の筋肉労働の時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	-	-	-	6	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	51	-	-	-	-	-	4	47	-
	100.0	-	-	-	-	-	7.8	92.2	-
40代	77	-	-	-	-	1	5	70	1
	100.0	-	-	-	-	1.3	6.5	90.9	1.3
50代以上	83	-	-	-	-	-	1	81	1
	100.0	-	-	-	-	-	1.2	97.6	1.2
計	217	0	0	0	0	1	10	204	2
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	4.6	94.0	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	-	-	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	15	-	-	-	-	1	-	14	-
	100.0	-	-	-	-	6.7	-	93.3	-
40代	7	-	-	-	-	-	-	7	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
50代以上	16	-	-	-	-	-	2	14	-
	100.0	-	-	-	-	-	12.5	87.5	-
計	47	0	0	0	0	1	2	44	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	4.3	93.6	0.0

日本通運健康保険組合

設問29 休日の立っていた時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	1 25.0	-	-	2 50.0	-	1 25.0	-	-
30代	56 100.0	-	1 1.8	8 14.3	13 23.2	14 25.0	9 16.1	11 19.6	-
40代	66 100.0	-	4 6.1	10 15.2	13 19.7	14 21.2	8 12.1	12 18.2	-
50代以上	95 100.0	6 6.3	5 5.3	10 10.5	16 16.8	33 34.7	12 12.6	12 12.6	1 1.1
計	221 100.0	12 5.4	10 4.5	28 12.7	44 19.9	61 27.6	30 13.6	35 15.8	1 0.5

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	1 25.0	2 50.0	-	-	1 25.0	-
30代	20 100.0	-	4 20.0	1 5.0	4 20.0	6 30.0	4 20.0	1 5.0	-
40代	10 100.0	-	-	4 40.0	1 10.0	2 20.0	1 10.0	2 20.0	-
50代以上	11 100.0	-	2 18.2	2 18.2	4 36.4	1 9.1	-	-	2 18.2
計	45 100.0	0 0.0	6 13.3	8 17.8	11 24.4	9 20.0	5 11.1	4 8.9	2 4.4

日本通運健康保険組合

設問29 休日の立っていた時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6 100.0	1 16.7	2 33.3	-	-	1 16.7	1 16.7	1 16.7	-
30代	51 100.0	6 11.8	4 7.8	6 11.8	8 15.7	18 35.3	5 9.8	4 7.8	-
40代	77 100.0	2 2.6	4 5.2	4 5.2	22 28.6	23 29.9	6 7.8	15 19.5	1 1.3
50代以上	83 100.0	4 4.8	8 9.6	10 12.0	22 26.5	18 21.7	8 9.6	12 14.5	1 1.2
計	217 100.0	13 6.0	18 8.3	20 9.2	53 24.4	60 27.6	20 9.2	31 14.3	2 0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9 100.0	1 11.1	1 11.1	-	-	4 44.4	2 22.2	1 11.1	-
30代	15 100.0	2 13.3	3 20.0	1 6.7	4 26.7	2 13.3	2 13.3	1 6.7	-
40代	7 100.0	-	-	1 14.3	1 28.6	2 28.6	-	2 28.6	-
50代以上	16 100.0	1 6.3	2 12.5	1 6.3	1 6.3	8 50.0	2 12.5	1 6.3	-
計	47 100.0	4 8.5	6 12.8	3 6.4	7 14.9	16 34.0	6 12.8	5 10.6	0 0.0

日本通運健康保険組合

設問30 休日の歩いていた時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	1	-	-	2	1	-	-	-
	100.0	25.0	-	-	50.0	25.0	-	-	-
30代	56	-	-	8	10	23	9	6	-
	100.0	-	-	14.3	17.9	41.1	16.1	10.7	-
40代	66	3	3	6	11	28	12	3	-
	100.0	4.5	4.5	9.1	16.7	42.4	18.2	4.5	-
50代以上	95	2	1	9	18	36	24	5	-
	100.0	2.1	1.1	9.5	18.9	37.9	25.3	5.3	-
計	221	6	4	23	41	88	45	14	0
	100.0	2.7	1.8	10.4	18.6	39.8	20.4	6.3	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	3	-	1	-	-	-
	100.0	-	-	75.0	-	25.0	-	-	-
30代	20	-	3	4	3	8	2	-	-
	100.0	-	15.0	20.0	15.0	40.0	10.0	-	-
40代	10	-	-	2	2	2	4	-	-
	100.0	-	-	20.0	20.0	20.0	40.0	-	-
50代以上	11	1	1	1	3	1	1	-	3
	100.0	9.1	9.1	9.1	27.3	9.1	9.1	-	27.3
計	45	1	4	10	8	12	7	0	3
	100.0	2.2	8.9	22.2	17.8	26.7	15.6	0.0	6.7

日本通運健康保険組合

設問30 休日の歩いていた時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	1	-	2	2	1	-	-
	100.0	-	16.7	-	33.3	33.3	16.7	-	-
30代	51	3	1	5	14	17	6	5	-
	100.0	5.9	2.0	9.8	27.5	33.3	11.8	9.8	-
40代	77	2	-	3	22	26	14	9	1
	100.0	2.6	-	3.9	28.6	33.8	18.2	11.7	1.3
50代以上	83	3	4	6	20	30	14	5	1
	100.0	3.6	4.8	7.2	24.1	36.1	16.9	6.0	1.2
計	217	8	6	14	58	75	35	19	2
	100.0	3.7	2.8	6.5	26.7	34.6	16.1	8.8	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	1	1	2	1	1	2	1	-
	100.0	11.1	11.1	22.2	11.1	11.1	22.2	11.1	-
30代	15	1	3	2	5	3	1	-	-
	100.0	6.7	20.0	13.3	33.3	20.0	6.7	-	-
40代	7	-	-	-	1	4	-	2	-
	100.0	-	-	-	14.3	57.1	-	28.6	-
50代以上	16	-	-	3	6	5	2	-	-
	100.0	-	-	18.8	37.5	31.3	12.5	-	-
計	47	2	4	7	13	13	5	3	0
	100.0	4.3	8.5	14.9	27.7	27.7	10.6	6.4	0.0

日本通運健康保険組合

設問31 休日の速歩、自転車の時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	1	-	-	-	-	2	1	-
	100.0	25.0	-	-	-	-	50.0	25.0	-
30代	56	-	-	-	4	13	12	27	-
	100.0	-	-	-	7.1	23.2	21.4	48.2	-
40代	66	-	2	3	2	9	15	35	-
	100.0	-	3.0	4.5	3.0	13.6	22.7	53.0	-
50代以上	95	-	-	2	7	19	25	42	-
	100.0	-	-	2.1	7.4	20.0	26.3	44.2	-
計	221	1	2	5	13	41	54	105	0
	100.0	0.5	0.9	2.3	5.9	18.6	24.4	47.5	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	1	3	-
	100.0	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
30代	20	-	-	-	1	2	6	11	-
	100.0	-	-	-	5.0	10.0	30.0	55.0	-
40代	10	-	-	-	-	-	3	7	-
	100.0	-	-	-	-	-	30.0	70.0	-
50代以上	11	-	-	1	1	2	-	5	2
	100.0	-	-	9.1	9.1	18.2	-	45.5	18.2
計	45	0	0	1	2	4	10	26	2
	100.0	0.0	0.0	2.2	4.4	8.9	22.2	57.8	4.4

日本通運健康保険組合

設問31 休日の速歩、自転車の時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6 100.0	-	-	-	-	2 33.3	1 16.7	3 50.0	-
30代	51 100.0	-	-	1 2.0	3 5.9	9 17.6	13 25.5	24 47.1	1 2.0
40代	77 100.0	-	-	2 2.6	-	18 28.6	34 44.2	1 1.3	1 1.3
50代以上	83 100.0	-	1 1.2	3 3.6	4 4.8	17 31.3	31 37.3	1 1.2	1 1.2
計	217 100.0	0 0.0	1 0.5	6 2.8	7 3.2	59 27.2	49 22.6	92 42.4	3 1.4

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9 100.0	-	-	1 11.1	-	-	2 22.2	6 66.7	-
30代	15 100.0	-	-	-	2 13.3	1 6.7	4 26.7	7 46.7	1 6.7
40代	7 100.0	-	-	-	-	3 42.9	1 14.3	3 42.9	-
50代以上	16 100.0	-	-	-	1 6.3	4 25.0	3 18.8	8 50.0	-
計	47 100.0	0 0.0	0 0.0	1 2.1	3 6.4	8 17.0	10 21.3	24 51.1	1 2.1

日本通運健康保険組合

設問32 休日のかなり汗をかいた作業の時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	1	-	-	-	-	-	3	-
	100.0	25.0	-	-	-	-	-	75.0	-
30代	56	-	-	-	3	5	6	42	-
	100.0	-	-	-	5.4	8.9	10.7	75.0	-
40代	66	-	1	-	2	2	12	49	-
	100.0	-	1.5	-	3.0	3.0	18.2	74.2	-
50代以上	95	-	-	3	2	6	11	73	-
	100.0	-	-	3.2	2.1	6.3	11.6	76.8	-
計	221	1	1	3	7	13	29	167	0
	100.0	0.5	0.5	1.4	3.2	5.9	13.1	75.6	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	4	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	20	-	-	-	1	1	3	16	-
	100.0	-	-	-	5.0	5.0	15.0	80.0	-
40代	10	-	-	-	-	1	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	10.0	-	90.0	-
50代以上	11	-	-	-	-	2	1	6	2
	100.0	-	-	-	-	18.2	9.1	54.5	18.2
計	45	0	0	0	1	3	4	35	2
	100.0	0.0	0.0	0.0	2.2	6.7	8.9	77.8	4.4

日本通運健康保険組合

設問32 休日のかなり汗をかくくらいの作業の時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	-	-	1	5	-
	100.0	-	-	-	-	-	16.7	83.3	-
30代	51	-	-	1	1	5	6	38	-
	100.0	-	-	2.0	2.0	9.8	11.8	74.5	-
40代	77	-	-	-	-	4	13	59	1
	100.0	-	-	-	-	5.2	16.9	76.6	1.3
50代以上	83	-	-	1	1	4	16	61	1
	100.0	-	-	1.2	1.2	4.8	19.3	73.5	1.2
計	217	0	0	2	2	13	36	163	2
	100.0	0.0	0.0	0.9	0.9	6.0	16.6	75.1	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	-	-	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	15	-	1	-	-	-	3	11	-
	100.0	-	6.7	-	-	-	20.0	73.3	-
40代	7	-	-	-	-	1	1	5	-
	100.0	-	-	-	-	14.3	14.3	71.4	-
50代以上	16	-	-	-	-	-	4	12	-
	100.0	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
計	47	0	1	0	0	1	8	37	0
	100.0	0.0	2.1	0.0	0.0	2.1	17.0	78.7	0.0

日本通運健康保険組合

設問33 休日の筋肉労働の時間

Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	1	-	-	-	-	-	3	-
	100.0	25.0	-	-	-	-	-	75.0	-
30代	56	-	-	-	-	1	5	50	-
	100.0	-	-	-	-	1.8	8.9	89.3	-
40代	66	-	-	-	1	-	6	59	-
	100.0	-	-	-	1.5	-	9.1	89.4	-
50代以上	95	-	-	-	-	1	7	87	-
	100.0	-	-	-	-	1.1	7.4	91.6	-
計	221	1	0	0	1	2	18	199	0
	100.0	0.5	0.0	0.0	0.5	0.9	8.1	90.0	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	1	3	-
	100.0	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
30代	20	-	-	-	-	1	1	18	-
	100.0	-	-	-	-	5.0	5.0	90.0	-
40代	10	-	-	-	-	1	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	10.0	-	90.0	-
50代以上	11	-	-	-	-	-	3	6	2
	100.0	-	-	-	-	-	27.3	54.5	18.2
計	45	0	0	0	0	2	5	36	2
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.4	11.1	80.0	4.4

日本通運健康保険組合

設問33 休日の筋肉労働の時間

Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	-	-	-	6	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	51	-	-	-	-	2	3	46	-
	100.0	-	-	-	-	3.9	5.9	90.2	-
40代	77	-	-	1	-	3	6	66	1
	100.0	-	-	1.3	-	3.9	7.8	85.7	1.3
50代以上	83	-	-	1	1	1	6	73	1
	100.0	-	-	1.2	1.2	1.2	7.2	88.0	1.2
計	217	0	0	2	1	6	15	191	2
	100.0	0.0	0.0	0.9	0.5	2.8	6.9	88.0	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	-	-	-	9	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	15	-	-	-	-	1	-	14	-
	100.0	-	-	-	-	6.7	-	93.3	-
40代	7	-	-	-	-	-	-	7	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
50代以上	16	-	-	-	-	-	3	13	-
	100.0	-	-	-	-	-	18.8	81.3	-
計	47	0	0	0	0	1	3	43	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	6.4	91.5	0.0

日本通運健康保険組合

設問34 普段の歩く速さは同年代の人と比べてどれくらいですか。

Aグループ

	調査数	かなり速い	やや速い	普通	やや遅い	かなり遅い	無回答
20代	4	1	2	1	-	-	-
	100.0	25.0	50.0	25.0	-	-	-
30代	56	5	25	16	10	-	-
	100.0	8.9	44.6	28.6	17.9	-	-
40代	66	4	38	22	2	-	-
	100.0	6.1	57.6	33.3	3.0	-	-
50代以上	95	5	27	49	12	2	-
	100.0	5.3	28.4	51.6	12.6	2.1	-
計	221	15	92	88	24	2	0
	100.0	6.8	41.6	39.8	10.9	0.9	0.0

	調査数	かなり速い	やや速い	普通	やや遅い	かなり遅い	無回答
20代	6	-	-	5	1	-	-
	100.0	-	-	83.3	16.7	-	-
30代	51	4	20	24	1	2	-
	100.0	7.8	39.2	47.1	2.0	3.9	-
40代	77	6	31	37	2	-	1
	100.0	7.8	40.3	48.1	2.6	-	1.3
50代以上	83	3	37	35	6	1	1
	100.0	3.6	44.6	42.2	7.2	1.2	1.2
計	217	13	88	101	10	3	2
	100.0	6.0	40.6	46.5	4.6	1.4	0.9

Bグループ

	調査数	かなり速い	やや速い	普通	やや遅い	かなり遅い	無回答
20代	4	-	-	2	2	-	-
	100.0	-	-	50.0	50.0	-	-
30代	20	1	8	8	3	-	-
	100.0	5.0	40.0	40.0	15.0	-	-
40代	10	1	3	5	-	1	-
	100.0	10.0	30.0	50.0	-	10.0	-
50代以上	11	-	5	4	-	-	2
	100.0	-	45.5	36.4	-	-	18.2
計	45	2	16	19	5	1	2
	100.0	4.4	35.6	42.2	11.1	2.2	4.4

	調査数	かなり速い	やや速い	普通	やや遅い	かなり遅い	無回答
20代	9	-	2	3	3	1	-
	100.0	-	22.2	33.3	33.3	11.1	-
30代	15	-	6	8	1	-	-
	100.0	-	40.0	53.3	6.7	-	-
40代	7	-	4	2	1	-	-
	100.0	-	57.1	28.6	14.3	-	-
50代以上	16	1	5	10	-	-	-
	100.0	6.3	31.3	62.5	-	-	-
計	47	1	17	23	5	1	0
	100.0	2.1	36.2	48.9	10.6	2.1	0.0

日本通運健康保険組合

設問35 ウォーキングや軽い筋カトレーニング等の合計時間

Aグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4	1	-	-	-	-	1	1	1	-
	100.0	25.0	-	-	-	-	25.0	25.0	25.0	-
30代	56	3	5	1	4	4	6	13	19	1
	100.0	5.4	8.9	1.8	7.1	7.1	10.7	23.2	33.9	1.8
40代	66	12	3	5	8	6	7	8	16	1
	100.0	18.2	4.5	7.6	12.1	9.1	10.6	12.1	24.2	1.5
50代以上	95	27	5	7	5	10	8	16	17	-
	100.0	28.4	5.3	7.4	5.3	10.5	8.4	16.8	17.9	-
計	221	43	13	13	17	20	22	38	53	2
	100.0	19.5	5.9	5.9	7.7	9.0	10.0	17.2	24.0	0.9

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	1	3	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
30代	20	1	1	-	-	3	2	7	6	-
	100.0	5.0	5.0	-	-	15.0	10.0	35.0	30.0	-
40代	10	-	-	1	1	1	1	1	4	1
	100.0	-	-	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	40.0	10.0
50代以上	11	-	1	-	-	3	-	6	1	-
	100.0	-	9.1	-	-	27.3	-	54.5	9.1	-
計	45	1	2	1	1	7	3	15	14	1
	100.0	2.2	4.4	2.2	2.2	15.6	6.7	33.3	31.1	2.2

日本通運健康保険組合

設問35 ウォーキングや軽い筋カトレーニング等の合計時間

Bグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	6	1	1	-	-	2	-	2	-	-
	100.0	16.7	16.7	-	-	33.3	-	33.3	-	-
30代	51	5	1	2	2	5	6	11	19	-
	100.0	9.8	2.0	3.9	3.9	9.8	11.8	21.6	37.3	-
40代	77	8	4	8	6	6	9	22	14	-
	100.0	10.4	5.2	10.4	7.8	7.8	11.7	28.6	18.2	-
50代以上	83	23	6	9	6	3	7	13	16	-
	100.0	27.7	7.2	10.8	7.2	3.6	8.4	15.7	19.3	-
計	217	37	12	19	14	16	22	48	49	0
	100.0	17.1	5.5	8.8	6.5	7.4	10.1	22.1	22.6	0.0

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	-	1	-	4	4	-
	100.0	-	-	-	-	11.1	-	44.4	44.4	-
30代	15	-	-	-	-	-	-	4	11	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	26.7	73.3	-
40代	7	-	-	-	1	-	-	3	2	1
	100.0	-	-	-	14.3	-	-	42.9	28.6	14.3
50代以上	16	1	1	-	-	3	1	3	6	1
	100.0	6.3	6.3	-	-	18.8	6.3	18.8	37.5	6.3
計	47	1	1	0	1	4	1	14	23	2
	100.0	2.1	2.1	0.0	2.1	8.5	2.1	29.8	48.9	4.3

日本通運健康保険組合

設問36 速歩、自転車等の合計時間

Aグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	2 50.0	-	-	-	-	-	1	1	-
30代	56 100.0	1 1.8	5 8.9	3 5.4	1 1.8	3 5.4	9 16.1	18 32.1	15 26.8	1 1.8
40代	66 100.0	9 13.6	1 1.5	2 3.0	3 4.5	10 15.2	5 7.6	14 21.2	20 30.3	2 3.0
50代以上	95 100.0	11 11.6	2 2.1	4 4.2	5 5.3	6 6.3	8 8.4	24 25.3	33 34.7	2 2.1
計	221 100.0	23 10.4	8 3.6	9 4.1	9 4.1	19 8.6	22 10.0	57 25.8	69 31.2	5 2.3

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	-	-	-	-	-	2	1
30代	20 100.0	-	-	1 5.0	1 5.0	-	2 10.0	5 25.0	11 55.0	-
40代	10 100.0	-	-	-	1 10.0	2 20.0	2 20.0	1 10.0	3 30.0	1 10.0
50代以上	11 100.0	-	-	-	1 9.1	1 9.1	-	2 18.2	7 63.6	-
計	45 100.0	0 0.0	0 0.0	1 2.2	4 8.9	3 6.7	4 8.9	8 17.8	23 51.1	2 4.4

日本通運健康保険組合

設問36 速歩、自転車等の合計時間

Bグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	6 100.0	1 16.7	-	-	-	1 16.7	-	2 33.3	2 33.3	-
30代	51 100.0	2 3.9	2 3.9	3 5.9	2 3.9	2 3.9	8 15.7	16 31.4	16 31.4	-
40代	77 100.0	2 2.6	3 3.9	6 7.8	5 6.5	7 9.1	7 9.1	21 27.3	26 33.8	-
50代以上	83 100.0	11 13.3	5 6.0	6 7.2	3 3.6	7 8.4	9 10.8	16 19.3	26 31.3	-
計	217 100.0	16 7.4	10 4.6	15 6.9	10 4.6	17 7.8	24 11.1	55 25.3	70 32.3	0 0.0

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	9 100.0	-	-	-	-	-	-	3 33.3	6 66.7	-
30代	15 100.0	1 6.7	-	-	-	-	1 6.7	4 26.7	9 60.0	-
40代	7 100.0	-	-	-	-	-	1 14.3	1 14.3	4 57.1	1 14.3
50代以上	16 100.0	1 6.3	-	1 6.3	1 6.3	2 12.5	-	1 6.3	10 62.5	-
計	47 100.0	2 4.3	0 0.0	1 2.1	1 2.1	2 4.3	2 4.3	9 19.1	29 61.7	1 2.1

日本通運健康保険組合

設問37 ジョギング、エアロビクス等の合計時間

Aグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	1 25.0	-	-	-	-	1 25.0	1 25.0	1 25.0	-
30代	56 100.0	-	-	-	1 1.8	1 1.8	1 1.8	5 8.9	47 83.9	1 1.8
40代	66 100.0	4 6.1	-	-	1 1.5	2 3.0	5 7.6	5 7.6	48 72.7	1 1.5
50代以上	95 100.0	1 1.1	-	2 2.1	1 1.1	4 4.2	2 2.1	6 6.3	78 82.1	1 1.1
計	221 100.0	6 2.7	0 0.0	2 0.9	3 1.4	7 3.2	9 4.1	17 7.7	174 78.7	3 1.4

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	-	-	1 25.0	-	-	3 75.0	-
30代	20 100.0	2 10.0	-	-	1 5.0	-	-	4 20.0	13 65.0	-
40代	10 100.0	1 10.0	-	-	-	-	-	-	8 80.0	1 10.0
50代以上	11 100.0	1 9.1	-	-	-	-	-	-	10 90.9	-
計	45 100.0	4 8.9	0 0.0	0 0.0	1 2.2	1 2.2	0 0.0	4 8.9	34 75.6	1 2.2

日本通運健康保険組合

設問37 ジョギング、エアロビクス等の合計時間

Bグループ

男性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	-	1	1	-	4	-
	100.0	-	-	-	-	16.7	16.7	-	66.7	-
30代	51	-	1	2	-	1	2	3	42	-
	100.0	-	2.0	3.9	-	2.0	3.9	5.9	82.4	-
40代	77	-	1	-	-	2	3	5	66	-
	100.0	-	1.3	-	-	2.6	3.9	6.5	85.7	-
50代以上	83	1	-	1	1	1	3	7	69	-
	100.0	1.2	-	1.2	1.2	1.2	3.6	8.4	83.1	-
計	217	1	2	3	1	5	9	15	181	0
	100.0	0.5	0.9	1.4	0.5	2.3	4.1	6.9	83.4	0.0

女性

	調査数	12時間以上	10～12時間未満	8～10時間未満	6～8時間未満	4～6時間未満	2～4時間未満	30分～2時間未満	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	1	-	-	-	-	2	6	-
	100.0	-	11.1	-	-	-	-	22.2	66.7	-
30代	15	1	1	-	1	-	-	2	10	-
	100.0	6.7	6.7	-	6.7	-	-	13.3	66.7	-
40代	7	-	-	-	-	-	-	-	6	1
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	85.7	14.3
50代以上	16	-	-	-	-	2	-	-	13	1
	100.0	-	-	-	-	12.5	-	-	81.3	6.3
計	47	1	2	0	1	2	0	4	35	2
	100.0	2.1	4.3	0.0	2.1	4.3	0.0	8.5	74.5	4.3