

設問41. この研究の前から歩数計をつけて歩いていましたか。

	調査数	はい	いいえ	無回答
1回目	259	109	149	1
	100.0	42.1	57.5	0.4
2回目	269	113	150	6
	100.0	42.0	55.8	2.2

上段：人 下段：%

設問42. (動機付けがないとき) 普段より歩数が増えると思いますか。
(Bグループ) 普段より歩数が増えましたか。

	調査数	とても増えると思 う	やや増えると思 う	変わらないと思 う	やや減ると思 う	とても減ると思 う	無回答
1回目	259	8	73	147	18	5	8
	100.0	3.1	28.2	56.8	6.9	1.9	3.1
2回目	134	30	57	31	4	-	12
	100.0	22.4	42.5	23.1	3.0	-	9.0

上段：人 下段：%

設問41. 何ヶ月間位前から歩数計をつけていましたか。

	調査数	1年未満	1~3年未満	3~5年未満	5年以上	無回答
1回目	109	39	56	5	5	4
	100.0	35.8	51.4	4.6	4.6	3.7
2回目	113	34	66	4	7	2
	100.0	30.1	58.4	3.5	6.2	1.8

上段：人 下段：%

設問43. (動機付けがないとき) 今回の試験で歩数計を付け忘れないように気をつ
けると思えますか。
(Bグループ) 今回の試験で歩数計を付け忘れないように気をつけましたか。

	調査数	とても増えると思 う	やや増えると思 う	変わらないと思 う	やや減ると思 う	とても減ると思 う	無回答
1回目	259	35	85	88	35	8	8
	100.0	13.5	32.8	34.0	13.5	3.1	3.1
2回目	134	75	38	6	2	1	12
	100.0	56.0	28.4	4.5	1.5	0.7	9.0

上段：人 下段：%

設問44. (動機付けがないとき) 今回の試験で歩数データを忘れずに送信するように気をつけると思いませんか。
(Bグループ) 今回の試験で歩数データを忘れずに送信するように気をつけましたか。

調査数	上段:人 下段:%						
	とても増えると思 う	やや増えると思 う	変わらないと思 う	やや減ると思 う	とても減ると思 う		
1回目	259	35	94	82	35	5	8
	1000	13.5	36.3	31.7	13.5	1.9	3.1
2回目	134	53	51	9	8	1	12
	1000	39.6	38.1	6.7	6.0	0.7	9.0

設問45. (動機付けがないとき) あなた自身は最後まで継続することができると思いませんか。
(Bグループ) あなた自身は最後まで継続することができましたか。

調査数	上段:人 下段:%							
	絶対に出来ると思 う	出来ると思 う	出来ると思 う	出来ると思 う	出来ると思 う	出来ない	絶対に出来 ない	
1回目	259	18	114	84	22	7	5	9
	1000	6.9	44.0	32.4	8.5	2.7	1.9	3.5
2回目	134	33	59	26	1	-	3	12
	1000	24.6	44.0	19.4	0.7	-	2.2	9.0

設問46. (動機付けがあるとき) 普段より歩数が増えると思いませんか。
(Aグループ) 普段より歩数が増えましたか。

調査数	上段:人 下段:%					
	とても増えると思 う	やや増えると思 う	変わらないと思 う	やや減ると思 う	とても減ると思 う	
1回目	259	35	156	67	-	1
	1000	13.5	60.2	25.9	-	0.4
2回目	133	29	55	34	3	12
	1000	21.8	41.4	25.6	2.3	9.0

設問47. (動機付けがあるとき) 今回の試験で歩数計を付け忘れないように気を付けると思いませんか。
(Aグループ) 今回の試験で歩数計を付け忘れないように気をつけましたか。

調査数	上段:人 下段:%					
	とても増えると思 う	やや増えると思 う	変わらないと思 う	やや減ると思 う	とても減ると思 う	
1回目	259	82	125	51	1	-
	1000	31.7	48.3	19.7	0.4	-
2回目	133	76	40	4	1	12
	1000	57.1	30.1	3.0	0.8	9.0

設問48. (動機付けがあるとき) 今回の試験で歩数データを忘れずに送信するように気をつけると思いますが、(Aグループ) 今回の試験で歩数データを忘れずに送信するように気をつけましたか。

上段:人 下段:%

	調査数	とても増えると思う	やや増えると思う	変わらないと思う	やや減ると思う	とても減ると思う	無回答
10日	259	91	119	49	-	-	-
	100.0	35.1	45.9	18.9	-	-	-
20日	133	51	62	5	3	-	12
	100.0	38.3	46.6	3.8	2.3	-	9.0

設問49. (動機付けがあるとき) あなた自身は最後まで継続することができますか。(Aグループ) あなた自身は最後まで継続することができましたか。

上段:人 下段:%

	調査数	絶対に出来ると思う	出来ると思う	ある程度までは出来ると思う	少し無理だと思う	絶対に無理だと思う	どちらとも思わない	無回答
10日	259	34	165	53	2	1	4	-
	100.0	13.1	63.7	20.5	0.8	0.4	1.5	-
20日	133	28	67	23	2	-	1	12
	100.0	21.1	50.4	17.3	1.5	-	0.8	9.0