

身体活動指針の認知度と国民の行動変容：(6)医師における身体活動指針の認知・活用実態

研究分担者 小熊祐子（慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・教授）
研究協力者 齋藤義信（日本体育大学スポーツマネジメント学部・教授）
研究協力者 武田典子（工学院大学教育推進機構・准教授）
研究協力者 田島敬之（東京都立大学大学院人間健康科学研究科・准教授）
研究分担者 原田和弘（神戸大学大学院人間発達環境学研究科・教授）

研究要旨

本分担班では、身体活動指針の認知が国民の行動変容に及ぼす影響の解明を目的とし、専門職として医師における身体活動指針の認知・活用実態について、調査を行った。今回回答のあった医師 1323 名において、運動・身体活動が効果のある疾患・状態について、専門分野に応じて認知していた。回答の正答率も高かった。しかしながら、アクティブガイドなどの国の身体活動推進ガイドの認知度は高くなく、一部の医師が診療の場等で使用していた。わかりやすいツールの提供や、活用するための講習会など、今後、ステークホルダーが連携して行うとともに、その後の認知度や活用度の変化を追跡していく必要がある。

A. 研究目的

「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」(1)が 2024 年 1 月に、「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」(成人版、高齢者版、こども版) (2)が 2024 年 12 月に厚生労働省から公表された。前者は身体活動・運動推進に関わる専門家向けに作られ、後者は国民の身体活動の実践を支援するための、行動変容を促す情報を含めてわかりやすく作成されている。

「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」においては、成人版、こども版、高齢者版と推奨が示されただけでなく、身体活動・運動に関する参考情報として様々な INFORMATION シートが作成・発信されたことも特徴である。その中には、INFORMATION 3 慢性疾患を有する人の身体活動のポイント（高血圧、2 型糖尿病、脂質異常症、変形性膝関節症）、INFORMATION 4 身体活動・運動を安全に行うためのポイントもまとめられているのも特徴である。すなわち、前回の基準、指針で

は、範疇に入っていなかった“疾患を有する人”もガイドの範疇に入ってきているといえる。

国際的にも、2020 年の世界保健機関（WHO）のガイドライン(3)や 2018 年の米国のガイドライン(4)においても、慢性疾患を有する人については、レビューしたうえで、状況に応じて、範疇とすることを示している。

超高齢社会、通院者率は 65 歳以上の高齢者で 690.6 人（千人当たり）、疾患として多いのは、男性で高血圧症、糖尿病、脂質異常症、女性で高血圧症、脂質異常症、目の病気となっている(5)。さらに、診断はされているのに通院していない人や、未診断な人も合わせると、疾患を有する人はさらに多いことが予想される。身体活動不足の人は、潜在的にこれら疾患を有する人や、疾患を有する人に多いことが予想され、健康診断の場や、医療機関において、身体活動推進を進めることは重要なチャネルである。かつ、治療の一貫としても有効である。患者にとって、一般の方にガイドの内容を届けるチャネルとして、医師からの一言は重要であり、医

療機関は関連する専門家として、重要なステークホルダーである。スポーツ・運動・身体活動を専門とする医師だけでなく、かかりつけ医など多くの診療科やクリニックで推奨できるとよい。かつ、学校医、産業医など、健康診断などで特定の世代や集団にリーチできる仕組みもある。

Milton らは身体活動推進のガイドラインを作っただけでは集団の身体活動促進にはつながらず、ターゲットに合わせたコミュニケーション戦略が重要であることを述べている(6)。医療従事者については、教育が重要で、コミュニケーションの目的は、①身体活動ガイドラインの認知や知識を増やすこと、②身体活動促進の知識、スキル、自信をつけること、③身体活動促進を日々の業務に組み込むことを推進することであり、患者や対象者、あるいは広く一般にガイドラインを伝え、身体活動を推進するのにどんなトレーニング、ツール、資源が必要かを検討する必要がある。

医師あるいは医療職の身体活動の知識やガイドラインの認知や知識について英国の総合診療医に調査した Chatterjee らの研究では、8割の医師は国の身体活動ガイドラインを知らなかった(7)。日本の辻らの研究でも、全国の一般集団を調査した中で医療・健康職を抽出した調査でアクティブガイドの認知度は15-20%程度であった(8)。そこで、今回、我々は、医師による身体活動・運動・スポーツ実施支援について、身体活動ガイドラインの認知度・活用度を含めた現状を把握し、今後の対策を立てる上でのヒントとするために、医師向けに、ウェブアンケートを実施した。

B. 研究方法

1. 対象者と手続き

本研究の対象者は、広く日本で働く医師とした。回答の依頼方法として、①日本医師会に協力を依頼し、都道府県医師会を介し、郡市医師会の会員の医師に回答を依頼した。②運動療法に関連すると思われる主要な学会にお願いし、学会員(医師)に

回答を依頼した。具体的には、日本糖尿病学会、日本高血圧学会、日本動脈硬化学会、日本肥満学会、日本臨床スポーツ医学会、日本体力医学会、日本整形外科学会、日本プライマリ・ケア連合学会に伝手を介して依頼し、了承が得られた場合に、学会ホームページでの周知、あるいは、該当する会員にメーリングリストで情報を周知した。

調査は2025年2月からオンラインで実施し、無記名で回答を得た。各依頼先から、回答の医師への依頼文書にて調査の目的と意義を説明、依頼文書の文末にオンラインアンケートのURLとそのQRコードを記載した。オンラインアンケートへの回答をもって研究参加に同意したものとした。なお、本調査におけるオンラインアンケートの作成、回答の収集は株式会社山手情報処理センターに委託した

2. 主な調査項目

身体活動指針の認知度は、Tajima らの先行研究を参考に(9)調査した。具体的には、純粹想起法(手がかりの無い場合での認知度を捉える方法)と助成想起法(手がかりのある場合での認知度を捉える方法)を併用して調査した。助成想起法は、文字(アクティブガイド、プラス・テン、スイッチ・テン)を手掛かりとする方法(文字想起法)を採用した。

身体活動促進や運動療法の知識として、主な疾患・病態をリストアップし、科学的エビデンスに基づいて、医師が身体活動・運動を勧めるべき疾患・状態と思うものを選択回答するよう求めた。そのうち、この2年間に接したことのある疾患・状態をすべて選択、そのうちの最も多く接した疾患・状態を1つのみ選択してもらった。その疾患・状態について、運動指導を普段どの程度行っているか、具体的な方法を提示しているかどうか、医療施設内で運動指導を実施しているかどうか、運動施設以外の運動施設や運動指導者などと連携して運動指導を実施しているかどうかについて質問した。また、糖尿病、高血圧、脂質異常症について、2024年6月の診療報酬改定後、身体活動・運動指導に変化が

あったかどうかを尋ねた。

その他に、基本属性（性別、年代、主の診療科、医師としての経験年数、所属学会、関連資格取得の有無、主の勤務先、主の業務など）に関する項目などを質問した。勤務先の地域については、郵便番号（3桁ないし7桁）の回答から、都道府県に区分し記述した。

3. 解析方法

本方向では、主に記述統計の結果を示した。また、必要に応じて、回答者の属性として、主たる診療科（内科、整形外科、その他）に層別した結果、並びに、勤務先（診療所、病院、大学、その他）で層別した結果を合わせて示した。

健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023の認知度については、従属変数を、知っている・内容は知らないがきいたことがあるを1、きいたことがないを0として、関連する要因として、独立変数に年齢、性別、主たる診療科、勤務先、勤務先の運動指導スタッフの有無を投入し、多変量ロジスティック回帰分析を試みた。解析には、Excel（日本マイクロソフト社、東京）並びにSPSS（日本IBM株式会社、東京）を用いた。

3. 倫理的配慮

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター研究倫理審査委員会の承認を得た（承認番号：2024-02）上で、本研究を実施した。

C. 研究結果

1. 回答者の特徴

回答者は1323名（男性1071名、女性231名、未回答21名）、平均年齢（標準偏差）55.3(10.7)歳、医師としての経験年数は29.4(10.8)年、主に専門としている科については内科が586名(44.3%)、整形外科が539名(40.7%)でほとんどを占めた。その他が198名（リハビリテーション科37、小児科29、産科婦人科17、脳外科15、外科14ほか）だった。

所属学会は、日本内科学会と日本整形外科学会が多く、主たる診療科が内科、整形外科ではそれぞれほとんどの者が所属していた（表1）。

関連の資格については、日本医師会認定産業医を持つ者が372名と最も多く、スポーツ関連では、日本スポーツ協会公認スポーツドクターが217名、日本整形外科学会認定スポーツ医が181名、日本医師会健康スポーツ医が157名であった。前2者は整形外科系に多く、健康スポーツ医は内科系に多かった（図1）。

主の勤務先は、診療所、病院が各4割、大学が2割程度であった。業務のエフォートとして、最も時間を割いていることは、外来が6割強と高かった。

勤務先に付属・連携する運動・スポーツ施設がある者は、医療法42条施設（疾病予防運動施設）70名、運動型健康増進施設（指定運動療法施設を含む）64名、その他68名とごくわずかであった。

一方、5割程度（646名）は勤務先に運動指導のスタッフがおり、その9割以上（599名、93%）が理学療法士であった。

地域については、都道府県別では、東京都が222名（17.4%）と最多で、神奈川県、大阪府、兵庫県、福岡県と続き、医師数の分布と概ね近い状況であった。

2. 身体活動・運動実施の知識

エビデンスに基づき医師が身体活動・運動を勧めるべき疾患・状態については、図2のように、診療科による特徴はあるものの、それぞれの科の主要疾患については、ほとんどの医師が、勧めたいと返答していた。

上記疾患のうち、最も多く接した疾患は、内科では、多い順に、糖尿病（48.5%）、高血圧（23.2%）、外科では、腰痛症（40.4%）、変形性膝関節症（27.1%）、骨粗しょう症（15.2%）であり、全体でもこれらの疾患が多くを占めた。実際選択した疾患について、身体活動・運動を勧めているかを質問したところ、「いつも勧めている」が7割程度、「場合によっては勧めている」をあわせると、ほぼすべてとなった。運動の具体的な方法の提示つい

ては、内科で 76%、整形外科で 88%が提示していた。一方、医療施設内で運動指導を実施している割合は整形外科で約 8 割と高く、自分もかかわっている者が 6 割以上であったのに対し、内科では半数以下であり、特に診療所では 8 割が実施していなかった。整形外科では診療所の 7 割は自分もかかわっており、特徴的である。自分以外の関与も含めると 8 割超であった。

医療施設外の運動施設や運動指導者との連携については、7 割が実施していない、ということであった。

なお、2024 年 6 月の診療報酬改定後の身体活動・運動指導の変化については、内科で 6 割、整形外科で 7 割が「変化なし」を選択している。それ以外の回答としては、「生活習慣病療養計画書に運動の内容を記載するようになった」が 267 名、「医師が行う運動指導が増えた」が 114 名であり、特に内科系でポイントが高かった。

3. ガイドライン類の認知度について

厚生労働省が公表した身体活動に関するガイドライン類について、聞いたことがあるのは、内科で 4 割、整形外科で 2 割弱であった。

健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023 並びにアクティブガイド—健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023、健康づくりのための身体活動基準 2013 はほぼ同様の傾向であったが、2023 年のものの方が、若干認知度は高い傾向だった。(表 2)

詳細は添付資料にまとめた。

4. 健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023 の認知度に関連する因子の検討 (多変量ロジスティック回帰分析)

多変量ロジスティック回帰分析の結果を表 4 に示した。内科に比し、整形外科は、認知ありのオッズ比 (OR, 95%身体区間) が 0.40 (0.31-0.52), -と有意に低かった。診療所勤務に比し病院勤務の方が OR 0.73 (0.55-0.96)と有意に低かった。年齢は高い

方がオッズが高く、男女差は認めなかった。勤務先に運動指導スタッフがいない方が OR 0.53 (0.41-0.68)と有意に低かった。

D. 考察

回答のあった医師 1323 名において、運動・身体活動が効果のある疾患・状態について、専門分野に依拠して認知していた。回答の正答率も高かった。しかしながら、アクティブガイドなどの国の身体活動推進ガイドの認知度は高くなく、一部の医師が診療の場等で使用していた。

アクティブガイドを知っている医師は、診療の参考や健診後の指導、講習会などで活用していることがわかった。現在使用していない医師も含め、今後必要な支援として講習会 (医師向け > コメディカル向け > 運動指導者向け) が挙げられた。

今回慢性疾患を有する人についての INFORMATION や安全安心に行うための INFORMATION も提示されるなか、それだけでは、専門家が活用し、市民 (患者や健診受診者なども含め) に伝えていくには難しい。より分かりやすく伝えていけるよう、講習会の設定や、ツール (リーフレットや動画、マスメディアを活用したコミュニケーションなど、戦略的に進めていく必要がある。

今回の調査の特徴として、日本医師会から会員に連絡をいただくことで、開業医の先生にも多く回答いただけたこと、一方で、内科系・整形外科系など運動が効果的な疾患を扱う学会に声がけし会員医師に回答を求めることで、短期間ながら、1300 名以上の回答があり、運動を専門とする医師のみならず、年齢層を含め、広く回答を得ることができたのは、強みである。一方で、日本全体の医師数を母数と考えると、全国届け出医師は 343275 人 (医師・歯科医師・薬剤師統計。令和 4 年 12 月 31 日現在) 医師全体を代表するサンプルとは考えにくく、普段より運動が効果的な疾患を扱う医師から多く回答が得られたことが推察される。にもかかわらず、ガイドの認知度は、聞いたことがある者を含めても半数程度であり、今後、認知・知識を高め

る方策をとっていくこととともに、ステークホルダーが連携して、必要なことを実施していく必要がある。

WHO が 2018 年に発出した身体活動に関する世界行動計画 2018-2030 (GAPPA) (10)や、関連の国際学会 International Society of Physical Activity and Health (ISPAH) が発出した身体活動に関する 8 つの投資(11)においても、ヘルスケアセティングにおける身体活動推進は大事なチャネルであるし、エビデンスも認められている。医師が日常診療や、健診受診者への推進や、学校医や産業医としての役割の中での推進、一般市民への推奨、など様々な形でかかわっていきけるよう、かつそれが医師にとってもメリットになるよう、進めていく必要がある。

英国では、2022 年に慢性疾患を有する人にとって、身体活動は、リスクより利益が上回ることにについて、コンセンサスステートメントが出されている(12)。身体活動不足の患者や市民に、定期的な身体活動の実施を勧めないことの方が問題であり、かつ、一人ひとりのリスクを最小限にするためには個別の注意ポイントを状況に応じて言及すること、長軸での変化(いつもと違うかどうか)について、本人も周囲も注意を払うことが、重要である。

整形外科系では、一般的に運動を勧める機会が多かった。整形外科では、医療行為として、医師の指示に基づき理学療法士などがリハビリテーションを行い診療報酬がとれるようになっている。そのため、医師も直接かかわっているものと思われた。内科系では、運動が効果的な疾患は少なくなく、また医師はそれを認識している。特に内科系では、院外のリソースと連携していくことが重要と思われる。そのためには、各地域において、医療・運動分野の連携や関連施設の見える化、(運動関連資源マップの作製など)は重要なポイントである。

E. 結論

今回回答のあった医師において、運動・身体活動が効果のある疾患・状態について、専門分野に応じて認知していた。回答の正答率も高かった。しかし

ながら、アクティブガイドなどの国の身体活動推進ガイドの認知度は高くなく、一部の医師が診療の場等で使用していた。わかりやすいツールの提供や、活用するための講習会など、今後、ステークホルダーが連携して行うとともに、その後の認知度や活用度の変化を追跡していく必要がある。

F. 健康危険情報

なし。

G. 研究発表

1. 論文発表

- 1) 小熊祐子. (2024). 慢性疾患を有する人向けの身体活動ガイドライン 総論. 日本臨床スポーツ医学会誌, 32(2). (印刷中)
- 2) 小熊祐子. (2024). 健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023 参考情報を読み解く慢性疾患を有する人の身体活動のポイント臨床栄養 144(5) 646-651.

2. 学会発表

- 原田和弘. ガイドライン認知と身体活動. 日本体力医学会特別大会—2023 東京シンポジウム—. 一般公募シンポジウム 4 (新たに公表される「健康づくりのための身体活動・座位行動指針」に関するインフォメーションシート). 2023 年 9 月.
- 小熊祐子. シンポジウム 内科 1「アクティブガイド改訂案」慢性疾患を有する人向けの身体活動ガイドライン総論. 第 34 回 日本臨床スポーツ医学会学術総会, 2023 年 11 月, 日本臨床スポーツ医学会誌 31(4) S143, 2023
- 小熊祐子. ジョイントシンポジウム JAETP, 日本メディカルフィットネス研究会 JMFS『医療と運動施設の連携』医療と運動施設の連携 ~医師の立場から~. 第 42 回 日本臨床運動療法学会学術集会, 2023 年 9 月
- 小熊祐子. シンポジウム 行動変容による疾病の予防と健康寿命の延伸 —改めて国民の心を動か

すためには「社会全体の行動変容をシステムズ
アプローチで考える」。第31回日本医学会総会,
2023年4月

小熊祐子. シンポジウム30 運動療法のサイエンス
運動ガイドラインと医療連携. 第66回日本糖尿
病学会年次学術集会, 2023年5月

小熊祐子. 教育講演 I 身体活動・運動を安全に行
うためのポイント. 第2回厚生労働大臣認定健
康増進施設学術大会, 2024年3月

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

引用文献

1. 厚生労働省. 健康づくりのための身体活動・
運動ガイド2023. 東京 2024.
2. 厚生労働省. アクティブガイドー健康づくり
のための身体活動・運動ガイド2023ー 成人版・高
齢者版・こども版. 2024.
3. World Health Organization. Guidelines on
physical activity and sedentary behaviour. Geneva:
World Health Organization; 2020.
4. Piercy KL, Troiano RP, Ballard RM,
Carlson SA, Fulton JE, Galuska DA, et al. The
Physical Activity Guidelines for Americans. *Jama*.
2018;320(19):2020-8.
5. 厚生労働省. 国民生活基礎調査. 2019.
6. Milton K, Bauman AE, Faulkner G,
Hastings G, Bellew W, Williamson C, et al.
Maximising the impact of global and national
physical activity guidelines: the critical role of
communication strategies. *Br J Sports Med*.
2020;54(24):1463-7.
7. Chatterjee R, Chapman T, Brannan MG,
Varney J. GPs' knowledge, use, and confidence in
national physical activity and health guidelines
and tools: a questionnaire-based survey of general

practice in England. *Br J Gen Pract*.
2017;67(663):e668-e75.

8. 辻一郎. 健康日本21(第二次)に関する健康
意識・認知度調査とその推移. 東京: 厚生労働科学研
究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総
合研究事業)

分担研究報告書; 2017.

9. Tajima T, Harada K, Oguma Y, Sawada SS.
Does health literacy moderate the psychological
pathways of physical activity from guideline
awareness to behavior? A multi-group structural
equation modeling. *BMC Public Health*.
2023;23(1):106.

10. World Health Organization. Global Action
Plan on physical activity 2018-2030. 2018
[Available from:
[https://www.who.int/ncds/prevention/physical-
activity/global-action-plan-2018-2030/en/](https://www.who.int/ncds/prevention/physical-activity/global-action-plan-2018-2030/en/).

11. 天笠 志保, 松下 宗洋, 田島 敬之, 香村 恵
介, 中田 由夫, 小熊 祐子, et al. 「身体活動を支える
8つの投資」日本語版の紹介. *運動疫学研究:
Research in Exercise Epidemiology*. 2021;23(2):183-
9.

12. Reid H, Ridout AJ, Tomaz SA, Kelly P,
Jones N. Benefits outweigh the risks: a consensus
statement on the risks of physical activity for
people living with long-term conditions. *Br J Sports
Med*. 2022;56(8):427-38.

表1 回答者の主たる診療科

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内科	586	44.3%	586	100.0%		0.0%		0.0%
2	整形外科	539	40.7%		0.0%	539	100.0%		0.0%
3	リハビリテーション科	37	2.8%		0.0%		0.0%	37	18.7%
4	外科	14	1.1%		0.0%		0.0%	14	7.1%
5	小児科	29	2.2%		0.0%		0.0%	29	14.6%
6	麻酔科	3	0.2%		0.0%		0.0%	3	1.5%
7	精神科	6	0.5%		0.0%		0.0%	6	3.0%
8	産科婦人科	17	1.3%		0.0%		0.0%	17	8.6%
9	脳外科	15	1.1%		0.0%		0.0%	15	7.6%
10	その他	77	5.8%		0.0%		0.0%	77	38.9%
		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

グラフ9：複数回答（選択肢別×グループ別）

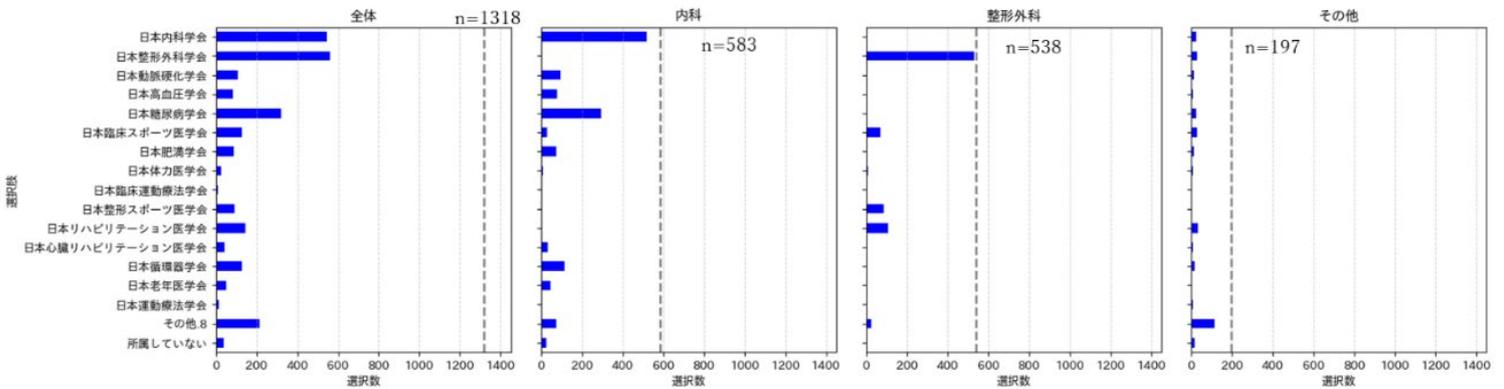


図1 所属学会

グラフ1：複数回答（選択肢別×グループ別）

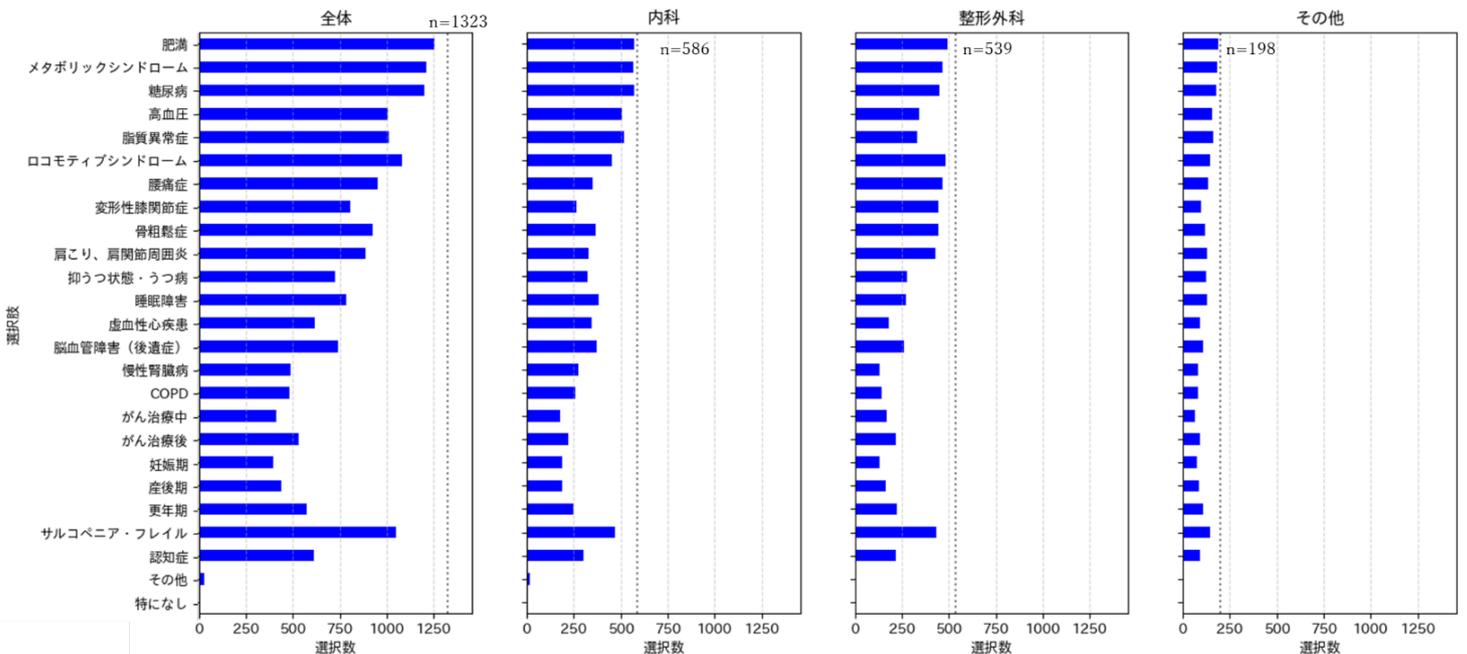


図2 身体活動・運動を勧めたいと思う疾患・状態

表2 身体活動ガイドライン類やキーメッセージの認知度（回答者全体の％）

	内容を知っている	きいたことはある	きいたことがない
アクティブガイド（2013）	16.3	34.8	48.8
健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023	19	29.1	51.9
アクティブガイド（2023）	13.1	27	59.9
プラス・テン（+10）	16	17.4	66.6
スイッチ・テン（SW10）	7.3	15.5	77.2

表3 純粋想起法で調べた身体活動ガイドライン類のキーメッセージの正答率（回答者全体の％）

	正答率
いまより（10）分（記入）	38.1
成人は1日（60）分以上（記入）	50.6
高齢者は1にt医（40）分以上（記入）	24.3
筋力トレーニングは（週2-3回）行う（選択）	82.3
座っている時間を減らす（選択）	79.9

表4 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023の認知度と関連する因子についての多変量ロジスティック回帰分析

		回帰係数	標準誤差	Wald	自由度	有意確率	Exp(B)	EXP(B)の95%信頼	
								下限	上限
専門科	専門科			51.795	2	0.000			
	整形外科（vs 内科）	-0.909	0.130	48.545	1	0.000	0.403	0.312	0.520
	その他（vs 内科）	-0.084	0.168	0.248	1	0.619	0.920	0.661	1.279
勤務先	勤務先			8.124	2	0.017			
	病院（vs 診療所）	-0.319	0.140	5.202	1	0.023	0.727	0.552	0.956
	大学（vs 診療所）	0.074	0.164	0.204	1	0.652	1.077	0.781	1.484
勤務先に運動指導のスタッフ有無	いない（vs いる）	-0.641	0.128	24.962	1	0.000	0.527	0.409	0.677
年齢	年齢	0.015	0.006	7.204	1	0.007	1.015	1.004	1.027
性別	性別			2.076	2	0.354			
	女（vs 男）	0.044	0.154	0.080	1	0.777	1.045	0.772	1.413
	その他（vs 男）	-0.695	0.499	1.938	1	0.164	0.499	0.188	1.328
	定数	-0.110	0.359	0.095	1	0.758	0.896		

2024 年度分担報告書_原田班（6）添付資料

医師による身体活動・運動実施支援に関するアンケート 設問内容と結果概要（速報値）

*記述統計は全体および、設問の種類に応じ、主の診療科（内科・整形外科・その他）別、主の勤務先（診療所・病院・大学・その他）別に記載した。

I. 診療科・職種に関係なくお尋ねします。

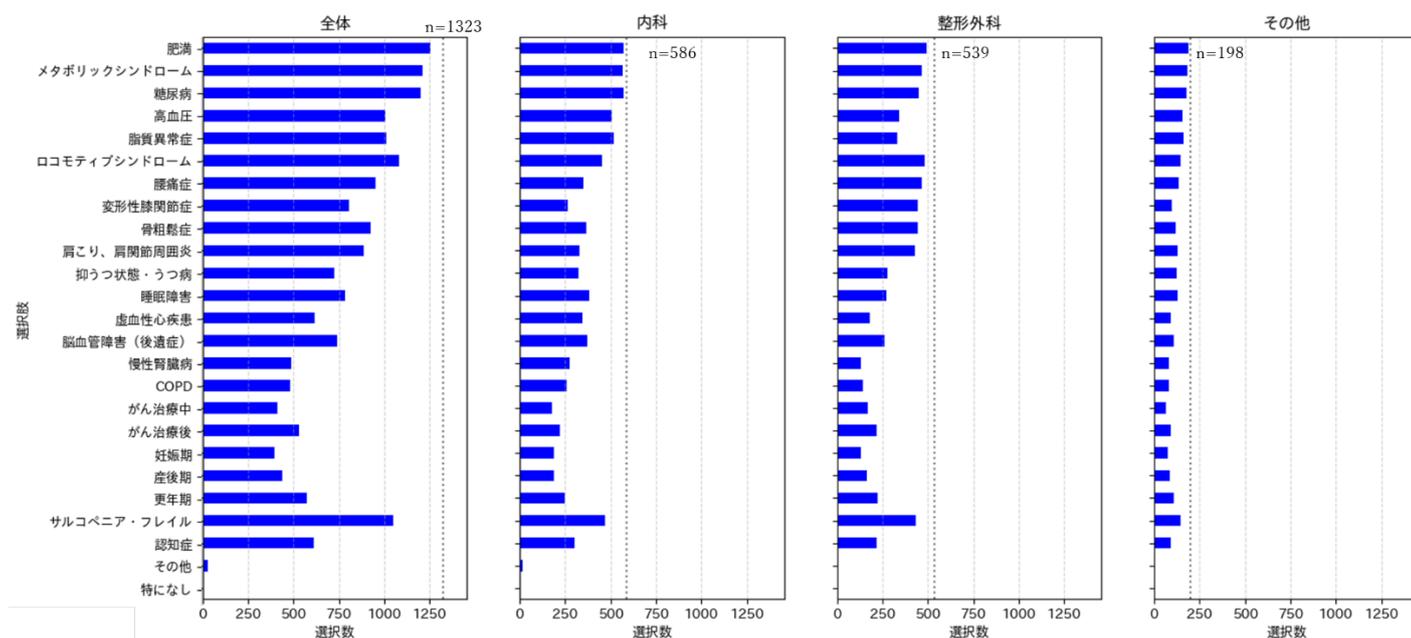
次の疾患や状態の人に、医師として身体活動・運動の実施を勧めたいと思いますか。

科学的エビデンスに基づいて、医師が身体活動・運動を勧めるべき対象と思う疾患・状態を選択してください。

（複数回答可）

- ① 肥満 ② メタボリックシンドローム ③ 糖尿病 ④ 高血圧 ⑤ 脂質異常症 ⑥ ロコモティブシンドローム
 ⑦ 腰痛症 ⑧ 変形性膝関節症 ⑨ 骨粗鬆症 ⑩ 肩こり、肩関節周囲炎 ⑪ 抑うつ状態・うつ病 ⑫ 睡眠障害
 ⑬ 虚血性心疾患 ⑭ 脳血管障害（後遺症） ⑮ 慢性腎臓病 ⑯ COPD ⑰ がん治療中 ⑱ がん治療後 ⑲ 妊娠期
 ⑳ 産後期 ㉑ 更年期 ㉒ サルコペニア・フレイル ㉓ 認知症 ㉔ その他（ ） ㉕ 特になし

グラフ1：複数回答（選択肢別×グループ別）

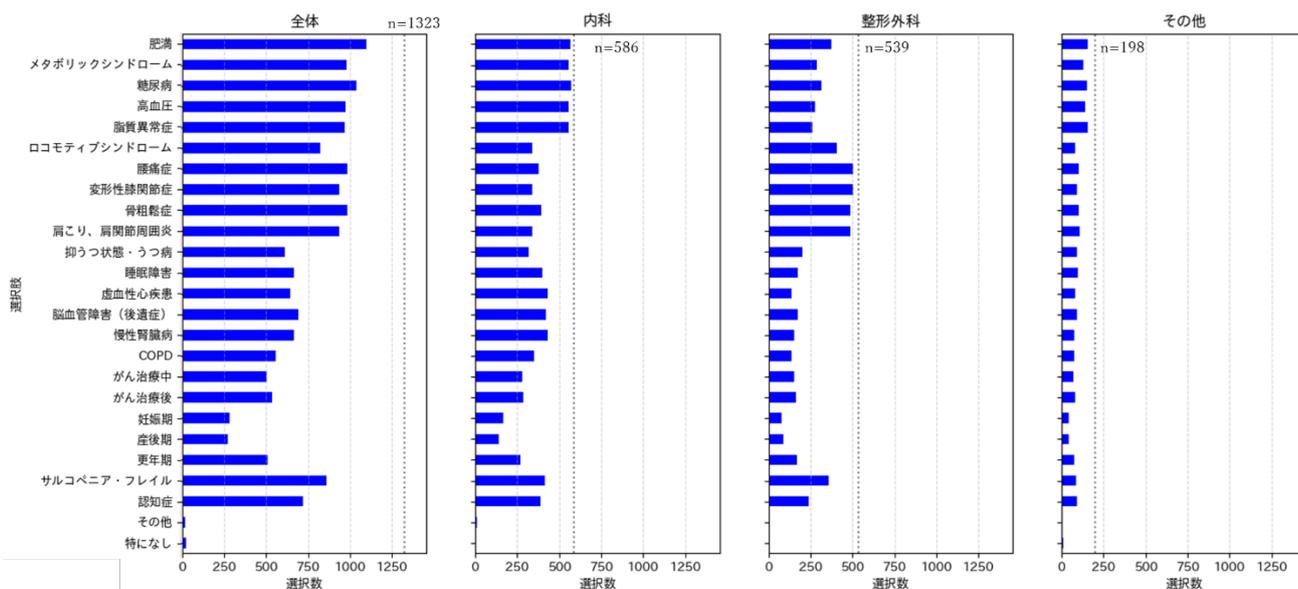


【I. その他記載内容】(全29件)回答整理一覧
どんな疾患でも
気管支喘息
頭痛
緑内障
産業医面談時の高ストレス者
肥満症、高尿酸血症、脂肪肝、月経不順・女性不妊、閉塞性睡眠時無呼吸症候群、肥満低換気症候群、肥満関連皮膚疾患、動脈硬化症、やせ症、高齢者
基本的には疾患の有無にかかわらず全ての人に身体活動・運動の実施を勧めたいです。
関節リウマチ
気管支喘息
独居
妊娠は前期から中期までならいい
心臓術後、慢性心不全
小児
側弯症 外反母趾 頰椎症 内外上顆炎 股関節症
成人脊柱変形
関節リウマチ
脂肪肝
慢性疼痛
頸肩腕症候群
精神疾患(特にうつ状態、うつ病)
てんかん
多発性骨髄腫
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

II. 患者さんに対する身体活動・運動指導の現状をご記入ください。

- 1 この2年間に接したことがある疾患・状態を上記1のリストより選択し、番号を記入してください。(複数回答可)「㊟特になし」が選択された際はIIIへ飛ぶように作成

グラフ2：複数回答（選択肢別×グループ別）



【Ⅱ-(1)その他記載内容】(全20件)回答整理一覧
気管支喘息
頭痛
緑内障
肥満症、高尿酸血症、脂肪肝、月経異常、女性不妊、男性不妊、閉塞性睡眠時無呼吸症候群、肥満低換気症候群、肥満関連皮膚疾患、やせ症、高齢者
膠原病など
めまい
リウマチ
不登校
引きこもりによる廃用性筋力低下
呼吸器疾患
ASO
下肢静脈瘤
慢性心不全、心臓術後
側弯症 外反母趾 内外上顎炎 捻挫ほか
脳性麻痺
関節リウマチ
脂肪肝
慢性疼痛 摂食障害
てんかん

※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

2 そのうち最も多く接した疾患・状態はどちらになりますか。番号を記入してください。(択一)

2 に回答のあった方のみ

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	肥満	71	5.5%	26	4.5%	20	3.8%	25	13.3%
2	メタボリックシンドローム	64	4.9%	49	8.4%	2	0.4%	13	6.9%
3	糖尿病	307	23.6%	282	48.5%	2	0.4%	23	12.2%
4	高血圧	173	13.3%	135	23.2%	8	1.5%	30	16.0%
5	脂質異常症	40	3.1%	29	5.0%		0.0%	11	5.9%
6	ロコモティブシンドローム	25	1.9%	3	0.5%	15	2.8%	7	3.7%
7	腰痛症	223	17.1%	2	0.3%	215	40.4%	6	3.2%
8	変形性膝関節症	150	11.5%	1	0.2%	144	27.1%	5	2.7%
9	骨粗鬆症	88	6.8%		0.0%	81	15.2%	7	3.7%
10	肩こり、肩関節周囲炎	40	3.1%	1	0.2%	35	6.6%	4	2.1%
11	抑うつ状態・うつ病	7	0.5%		0.0%	1	0.2%	6	3.2%
12	睡眠障害	5	0.4%	1	0.2%		0.0%	4	2.1%
13	虚血性心疾患	18	1.4%	16	2.7%		0.0%	2	1.1%
14	脳血管障害(後遺症)	8	0.6%	1	0.2%		0.0%	7	3.7%
15	慢性腎臓病	15	1.2%	12	2.1%	1	0.2%	2	1.1%
16	COPD	3	0.2%	3	0.5%		0.0%		0.0%
17	がん治療中	5	0.4%		0.0%	2	0.4%	3	1.6%
18	がん治療後	7	0.5%	2	0.3%	1	0.2%	4	2.1%
19	妊娠期	7	0.5%		0.0%		0.0%	7	3.7%
20	産後期	1	0.1%		0.0%		0.0%	1	0.5%
21	更年期	9	0.7%		0.0%		0.0%	9	4.8%
22	サルコペニア・フレイル	16	1.2%	7	1.2%	5	0.9%	4	2.1%
23	認知症	16	1.2%	11	1.9%		0.0%	5	2.7%
24	その他	4	0.3%	1	0.2%		0.0%	3	1.6%
計		1302	100.0%	582	100.0%	532	100.0%	188	100.0%

【Ⅱ-(2)その他記載内容】(全4件)
めまい
下肢静脈瘤
慢性心不全、心臓術後
診療していない

3 ②に挙げた患者に対し、実際に身体活動・運動実施を勧めていますか？

- 1) いつも勧めている 2) 場合によっては勧めている
 3) ほとんど勧めていない 4) 運動を話題にしたことはない

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	いつも勧めている	875	67.2%	410	70.4%	350	65.8%	115	61.2%
2	場合によっては勧めている	404	31.0%	165	28.4%	177	33.3%	62	33.0%
3	ほとんど勧めていない	18	1.4%	4	0.7%	4	0.8%	10	5.3%
4	運動を話題にしたことはない	5	0.4%	3	0.5%	1	0.2%	1	0.5%
計		1302	100.0%	582	100.0%	532	100.0%	188	100.0%

4 運動の具体的な方法（運動処方、実施場所推奨等）を提示していますか？

- 1) はい 2) いいえ

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい	1029	79.0%	441	75.8%	466	87.6%	122	64.9%
2	いいえ	273	21.0%	141	24.2%	66	12.4%	66	35.1%
計		1302	100.0%	582	100.0%	532	100.0%	188	100.0%

5 医療施設内で運動指導を実施していますか？（リハビリテーション、運動療法指導、医療法 42 条施設、その他）

- 1) はい、自分も関わっている 2) はい、しかし自分は関わっていない
 3) いいえ 4) わからない

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	489	37.6%	110	18.9%	328	61.7%	51	27.1%
2	はい、しかし自分は関わっていない	310	23.8%	171	29.4%	105	19.7%	34	18.1%
3	いいえ	495	38.0%	295	50.7%	98	18.4%	102	54.3%
4	わからない	8	0.6%	6	1.0%	1	0.2%	1	0.5%
計		1302	100.0%	582	100.0%	532	100.0%	188	100.0%

全体																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	173	33.7%	244	47.9%	65	26.3%	2	20.0%	1	25.0%		0.0%	4	23.5%	489	37.6%
2	はい、しかし自分は関わっていない	44	8.6%	148	29.1%	108	43.7%	5	50.0%		0.0%	2	100.0%	3	17.6%	310	23.8%
3	いいえ	293	57.1%	115	22.6%	71	28.7%	3	30.0%	3	75.0%		0.0%	10	58.8%	495	38.0%
4	わからない	3	0.6%	2	0.4%	3	1.2%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	8	0.6%
計		513	100.0%	509	100.0%	247	100.0%	10	100.0%	4	100.0%	2	100.0%	17	100.0%	1302	100.0%

内科																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	33	13.4%	55	29.4%	21	16.4%	1	12.5%		0.0%		0.0%		0.0%	110	18.9%
2	はい、しかし自分は関わっていない	18	7.3%	79	42.2%	67	52.3%	4	50.0%		0.0%	2	100.0%	1	12.5%	171	29.4%
3	いいえ	194	78.5%	52	27.8%	37	28.9%	3	37.5%	2	100.0%		0.0%	7	87.5%	295	50.7%
4	わからない	2	0.8%	1	0.5%	3	2.3%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	6	1.0%
計		247	100.0%	187	100.0%	128	100.0%	8	100.0%	2	100.0%	2	100.0%	8	100.0%	582	100.0%

整形外科																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	127	69.8%	160	60.8%	38	46.9%	1	50.0%	1	100.0%		0.0%	1	33.3%	328	61.7%
2	はい、しかし自分は関わっていない	22	12.1%	53	20.2%	28	34.6%	1	50.0%		0.0%		0.0%	1	33.3%	105	19.7%
3	いいえ	33	18.1%	49	18.6%	15	18.5%		0.0%		0.0%		0.0%	1	33.3%	98	18.4%
4	わからない		0.0%	1	0.4%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	1	0.2%
計		182	100.0%	263	100.0%	81	100.0%	2	100.0%	1	100.0%		0.0%	3	100.0%	532	100.0%

その他															
#	選択肢	診療所		病院		大学		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	13	15.5%	29	49.2%	6	15.8%		0.0%		0.0%	3	50.0%	51	27.1%
2	はい、しかし自分は関わっていない	4	4.8%	16	27.1%	13	34.2%		0.0%		0.0%	1	16.7%	34	18.1%
3	いいえ	66	78.6%	14	23.7%	19	50.0%	1	100.0%		0.0%	2	33.3%	102	54.3%
4	わからない	1	1.2%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	1	0.5%
計		84	100.0%	59	100.0%	38	100.0%	1	100.0%		0.0%	6	100.0%	188	100.0%

6 医療施設外の運動施設や運動指導者等と連携して運動指導を実施していますか？

- 1) はい、自分も関わっている
- 2) はい、しかし自分は関わっていない
- 3) いいえ
- 4) わからない

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	176	13.5%	58	10.0%	92	17.3%	26	13.8%
2	はい、しかし自分は関わっていない	178	13.7%	76	13.1%	81	15.2%	21	11.2%
3	いいえ	927	71.2%	438	75.3%	353	66.4%	136	72.3%
4	わからない	21	1.6%	10	1.7%	6	1.1%	5	2.7%
計		1302	100.0%	582	100.0%	532	100.0%	188	100.0%

全体																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	63	12.3%	81	15.9%	29	11.7%		0.0%		0.0%		0.0%	3	17.6%	176	13.5%
2	はい、しかし自分は関わっていない	49	9.6%	69	13.6%	56	22.7%	1	10.0%		0.0%	2	100.0%	1	5.9%	178	13.7%
3	いいえ	398	77.6%	348	68.4%	155	62.8%	9	90.0%	4	100.0%		0.0%	13	76.5%	927	71.2%
4	わからない	3	0.6%	11	2.2%	7	2.8%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	21	1.6%
計		513	100.0%	509	100.0%	247	100.0%	10	100.0%	4	100.0%	2	100.0%	17	100.0%	1302	100.0%

内科																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	27	10.9%	23	12.3%	7	5.5%		0.0%		0.0%		0.0%	1	12.5%	58	10.0%
2	はい、しかし自分は関わっていない	26	10.5%	24	12.8%	22	17.2%	1	12.5%		0.0%	2	100.0%	1	12.5%	76	13.1%
3	いいえ	192	77.7%	135	72.2%	96	75.0%	7	87.5%	2	100.0%		0.0%	6	75.0%	438	75.3%
4	わからない	2	0.8%	5	2.7%	3	2.3%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	10	1.7%
計		247	100.0%	187	100.0%	128	100.0%	8	100.0%	2	100.0%	2	100.0%	8	100.0%	582	100.0%

整形外科																	
#	選択肢	診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	28	15.4%	46	17.8%	18	22.5%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	92	17.5%
2	はい、しかし自分は関わっていない	19	10.4%	39	15.1%	23	28.8%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	81	15.4%
3	いいえ	135	74.2%	173	66.8%	39	48.8%	2	100.0%		0.0%		0.0%	3	100.0%	352	66.9%
4	わからない		0.0%	1	0.4%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%		0.0%	1	0.2%
計		182	100.0%	259	100.0%	80	100.0%	2	100.0%		0.0%		0.0%	3	100.0%	526	100.0%

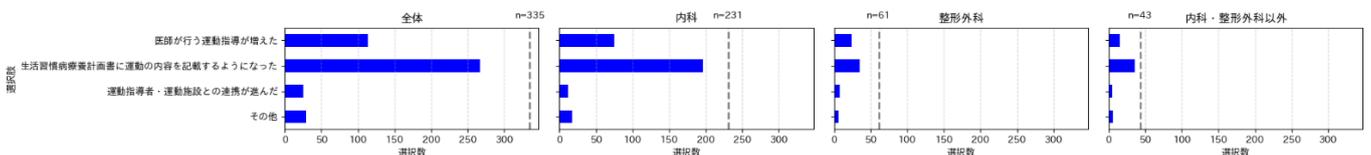
その他															
#	選択肢	診療所		病院		大学		行政機関		運動施設		その他		計	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい、自分も関わっている	8	9.5%	12	20.3%	4	10.5%		0.0%		0.0%	2	33.3%	26	13.8%
2	はい、しかし自分は関わっていない	4	4.8%	6	10.2%	11	28.9%		0.0%		0.0%		0.0%	21	11.2%
3	いいえ	71	84.5%	40	67.8%	20	52.6%	1	100.0%		0.0%	4	66.7%	136	72.3%
4	わからない	1	1.2%	1	1.7%	3	7.9%		0.0%		0.0%		0.0%	5	2.7%
計		84	100.0%	59	100.0%	38	100.0%	1	100.0%		0.0%	6	100.0%	188	100.0%

7 糖尿病、高血圧、脂質異常症について、2024年6月の診療報酬改定後、身体活動・運動指導に変化がありましたか。

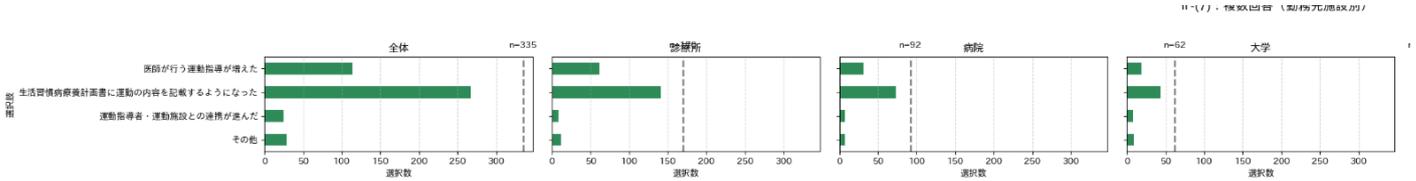
- 1) 変わらない
- 2) 医師が行う運動指導が増えた
- 3) 生活習慣病療養計画書に運動の内容を記載するようになった
- 4) 運動指導者・運動施設との連携が進んだ
- 5) その他 ()
- 6) 非該当

1) 6) は択一、それ以外は複数選択可

II-(7)：複数回答（専門科別）



	全体(n=1302)		内科(n=582)		整形外科(n=532)		その他(n=188)	
	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
単一選択肢	848	65.1%	349	60.0%	376	70.7%	123	65.4%
変化なし選択者数	114	8.8%	5	0.9%	91	17.1%	18	9.6%



* 研究機関 n=7,行政機関 n=2,運動施設 n=2, その他 n=7 のグラフは省略

	全体(n=1302)		診療所(n=513)		病院(n=509)		大学(n=247)		研究機関(n=10)		行政機関(n=4)		運動施設(n=1302)		その他(n=17)	
	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
単一選択肢	848	65.1%	285	55.6%	371	72.9%	173	70.0%	6	60.0%	4	100.0%	1	50.0%	8	47.1%
変化なし選択者数	114	8.8%	58	11.3%	39	7.7%	14	5.7%	1	10.0%	NaN	—	NaN	—	2	11.8%

【Ⅱ-(7)その他記載内容】(全20件)回答整理一覧

医療法42条施設や指定運動療法施設が少なすぎて紹介できない。

以前からやっていたことを紙に書く手間が増えた。

以前から指導しているので診療報酬とは関係ない

画一的な指導が増えた

当院は病院で診療報酬対象外

内科へ紹介した

非専門

診療報酬改定を知らなかった

※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

IV. 厚生労働省が健康づくりのための身体活動ガイドライン等を発表しています。

【Q1】あなたは、身体活動（からだを動かすこと）に関する厚生労働省が策定したガイドライン（指針）について聞いたことがありますか？

- はい
- いいえ
- わからない

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい	414	31.3%	242	41.3%	101	18.7%	71	35.9%
2	いいえ	778	58.8%	294	50.2%	373	69.2%	111	56.1%
3	わからない	131	9.9%	50	8.5%	65	12.1%	16	8.1%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい	414	31.3%	244	97.2%	145	37.7%	25	3.6%
2	いいえ	778	58.8%	6	2.4%	185	48.1%	587	85.4%
3	わからない	131	9.9%	1	0.4%	55	14.3%	75	10.9%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q2】Q1で「はい」と答えた方にお伺いいたします。

あなたがいままでに聞いたことのある、身体活動（からだを動かすこと）に関する厚生労働省が策定したガイドライン（指針）の名前を下記に記入してください（複数回答可）。

ガイドライン名（ ）

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	健康づくりのための身体活動・運動ガイド（年次なし）	74	17.9%	39	16.1%	21	20.8%	14	20.0%
2	健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023	146	35.4%	95	39.3%	22	21.8%	29	41.4%
3	健康日本21	26	6.3%	15	6.2%	9	8.9%	2	2.9%
4	身体活動基準2013	4	1.0%	1	0.4%	2	2.0%	1	1.4%
5	アクティブガイド	21	5.1%	16	6.6%	2	2.0%	3	4.3%
6	その他	122	29.5%	61	25.2%	41	40.6%	20	28.6%
7	記憶なし・不明	20	4.8%	15	6.2%	4	4.0%	1	1.4%
計		413	100.0%	242	100.0%	101	100.0%	70	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	健康づくりのための身体活動・運動ガイド（年次なし）	74	17.9%	57	23.4%	16	11.1%	1	4.0%
2	健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023	146	35.4%	122	50.0%	22	15.3%	2	8.0%
3	健康日本21	26	6.3%	9	3.7%	14	9.7%	3	12.0%
4	身体活動基準2013	4	1.0%	2	0.8%	1	0.7%	1	4.0%
5	アクティブガイド	21	5.1%	15	6.1%	6	4.2%		0.0%
6	その他	122	29.5%	37	15.2%	70	48.6%	15	60.0%
7	記憶なし・不明	20	4.8%	2	0.8%	15	10.4%	3	12.0%
計		413	100.0%	244	100.0%	144	100.0%	25	100.0%

【Ⅲ-(2) その他分類内容】(全122件)回答整理一覧
AWGS2019
WHO guidelines on physical activity
プラステン運動
フレイル予防ガイドライン
ロコトレ
ロコモティブシンドローム
ロコモ体操
運動ガイド2023
運動器疾患の身体活動ガイドライン
高齢者フレイル予防ガイドライン
運動療法ガイドライン
介護予防ガイドライン
筋カトレニング
厚生 労働省 身体抑制 ガイドライン
高齢者の運動指針
高齢労働者のための運動指導
腰椎椎間板ヘルニアガイドライン OPLLガイドライン
腰痛体操
腰部脊柱管狭窄症
骨粗鬆症ガイドライン
身体作りのための身体活動
成人版、こども版、高齢者版
生活習慣病管理ガイドライン
体カテスト
変形性膝関節症ガイドライン
糖尿病診療ガイドライン
働く人が職場で活動的に過ごすためのポイント
肥満症診療ガイドライン
慢性疼痛治療ガイドライン
糖尿病診療ガイドライン
変形性股関節症ガイドライン
腰痛ガイドライン
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

<ページを変える・Q2には戻れない(Q3に名称が入っているため)>

【Q3】あなたは、厚生労働省が2013年に発表した「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」を知っていますか。当てはまる選択肢を1つ選んでください。

- 内容を知っている
- 聞いたことはあるが内容は知らない
- 聞いたことがない・今回の調査で初めて知った

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	216	16.3%	125	21.3%	48	8.9%	43	21.7%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	461	34.8%	219	37.4%	175	32.5%	67	33.8%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	646	48.8%	242	41.3%	316	58.6%	88	44.4%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	216	16.3%	187	74.5%	18	4.7%	11	1.6%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	461	34.8%	50	19.9%	347	90.1%	64	9.3%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	646	48.8%	14	5.6%	20	5.2%	612	89.1%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q4】あなたは、厚生労働省が2024年1月に発表した「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」を知っていますか。当てはまる選択肢を1つ選んでください。

- 内容を知っている
- 聞いたことはあるが内容は知らない
- 聞いたことがない・今回の調査で初めて知った

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	251	19.0%	147	25.1%	54	10.0%	50	25.3%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	385	29.1%	185	31.6%	143	26.5%	57	28.8%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	687	51.9%	254	43.3%	342	63.5%	91	46.0%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	251	19.0%	251	100.0%		0.0%		0.0%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	385	29.1%		0.0%	385	100.0%		0.0%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	687	51.9%		0.0%		0.0%	687	100.0%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q5】あなたは、厚生労働省が2024年12月に発表した「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023ー」を知っていますか。当てはまる選択肢を1つ選んでください。

- 内容を知っている
- 聞いたことはあるが内容は知らない
- 聞いたことがない・今回の調査で初めて知った

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	173	13.1%	100	17.1%	40	7.4%	33	16.7%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	357	27.0%	179	30.5%	130	24.1%	48	24.2%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	793	59.9%	307	52.4%	369	68.5%	117	59.1%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	173	13.1%	168	66.9%	5	1.3%		0.0%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	357	27.0%	52	20.7%	293	76.1%	12	1.7%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	793	59.9%	31	12.4%	87	22.6%	675	98.3%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q6】下記に記した文章は、「アクティブガイド」や「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」において推奨されている内容です。(A)から(C)のカッコ内に当てはまると思う数字をそれぞれ入力してください。また、(D)と(E)のカッコ内には、当てはまると思う選択肢を1つ選択してください。

「アクティブガイド」と「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」は、厚生労働省が策定した、健康づくりと身体活動（からだを動かすこと）についての指針です。これらの指針を通じて厚生労働省は、今よりも（ A ）分、身体活動を行う時間を増やすことを推奨しています。また、身体活動を行う時間の目安として、18歳から64歳までの人は1日（ B ）分以上、65歳以上の人は、1日（ C ）分以上を推奨しています。加えて、2023年度の改訂では、筋力トレーニングを（ D ）行うことや、（ E ）ことの推奨も追加されました。

A（ ）分 10分

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	517	39.1%	279	47.6%	170	31.5%	68	34.3%
2	不正解	806	60.9%	307	52.4%	369	68.5%	130	65.7%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが 内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	517	39.1%	157	62.5%	157	40.8%	203	29.5%
2	不正解	806	60.9%	94	37.5%	228	59.2%	484	70.5%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

==== 【A】の10刻みビンごとの件数テーブル ====

階層	全体	内科	整形外科	その他	階層	全体	内容を知っている	聞いたことはあるが 内容は知らない	聞いたことがない
[0, 10)	39	16	16	7	[0, 10)	39	4	12	23
[10, 20)	627	324	212	91	[10, 20)	627	164	189	274
[20, 30)	110	35	58	17	[20, 30)	110	20	31	59
[30, 40)	430	164	203	63	[30, 40)	430	36	116	278
[40, 50)	10	3	6	1	[40, 50)	10	2	3	5
[50, 60)	0	0	0	0	[50, 60)	0	0	0	0
[60, 70)	93	35	41	17	[60, 70)	93	25	30	38
[70, 80)	0	0	0	0	[70, 80)	0	0	0	0
[80, 90)	0	0	0	0	[80, 90)	0	0	0	0
[90, 100)	2	2	0	0	[90, 100)	2	0	1	1
[100, 110)	1	1	0	0	[100, 110)	1	0	0	1
[110, 120)	0	0	0	0	[110, 120)	0	0	0	0
[120, 130)	4	1	2	1	[120, 130)	4	0	1	3
[130, 140)	0	0	0	0	[130, 140)	0	0	0	0
[140, 150)	0	0	0	0	[140, 150)	0	0	0	0
[150, 160)	3	2	0	1	[150, 160)	3	0	1	2
[160, 170)	0	0	0	0	[160, 170)	0	0	0	0
[170, 180)	0	0	0	0	[170, 180)	0	0	0	0
[180, 190)	2	2	0	0	[180, 190)	2	0	1	1
[190, 200)	0	0	0	0	[190, 200)	0	0	0	0
[200, 210)	0	0	0	0	[200, 210)	0	0	0	0
[210, 220)	1	1	0	0	[210, 220)	1	0	0	1
...
[360, 370)	1	0	1	0	[360, 370)	1	0	0	1
計	1323	586	539	198	計	1323	251	385	687

B () 分 60分

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	669	50.6%	315	53.8%	248	46.0%	106	53.5%
2	不正解	654	49.4%	271	46.2%	291	54.0%	92	46.5%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが 内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	669	50.6%	205	81.7%	194	50.4%	270	39.3%
2	不正解	654	49.4%	46	18.3%	191	49.6%	417	60.7%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

==== 【B】の10刻みビンごとの件数テーブル ====									
階層	全体	内科	整形外科	その他	階層	全体	内容を知っている	聞いたことはあるが内容は知らない	聞いたことがない
[0, 10)	4	2	1	1	[0, 10)	4	1	1	2
[10, 20)	53	22	25	6	[10, 20)	53	5	18	30
[20, 30)	57	18	36	3	[20, 30)	57	0	15	42
[30, 40)	437	186	186	65	[30, 40)	437	28	127	282
[40, 50)	58	26	25	7	[40, 50)	58	10	19	29
[50, 60)	8	4	3	1	[50, 60)	8	1	2	5
[60, 70)	669	315	248	106	[60, 70)	669	205	194	270
[70, 80)	2	1	1	0	[70, 80)	2	0	1	1
[80, 90)	2	1	0	1	[80, 90)	2	1	0	1
[90, 100)	16	3	8	5	[90, 100)	16	0	4	12
[100, 110)	3	1	0	2	[100, 110)	3	0	2	1
[110, 120)	0	0	0	0	[110, 120)	0	0	0	0
[120, 130)	10	5	5	0	[120, 130)	10	0	1	9
[130, 140)	0	0	0	0	[130, 140)	0	0	0	0
[140, 150)	0	0	0	0	[140, 150)	0	0	0	0
[150, 160)	1	1	0	0	[150, 160)	1	0	1	0
[160, 170)	0	0	0	0	[160, 170)	0	0	0	0
[170, 180)	0	0	0	0	[170, 180)	0	0	0	0
[180, 190)	2	1	1	0	[180, 190)	2	0	0	2
...	[190, 200)	0	0	0	0
[30, 3040)	1	0	0	1
計	1323	586	539	198	[3030, 3040)	1	0	0	1
					計	1323	251	385	687

C () 分 40分

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	321	24.3%	174	29.7%	90	16.7%	57	28.8%
2	不正解	1002	75.7%	412	70.3%	449	83.3%	141	71.2%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	正解	321	24.3%	184	73.3%	81	21.0%	56	8.2%
2	不正解	1002	75.7%	67	26.7%	304	79.0%	631	91.8%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

==== 【C】の10刻みビンごとの件数テーブル ====									
階層	全体	内科	整形外科	その他	階層	全体	内容を知っている	聞いたことはあるが内容は知らない	聞いたことがない
[0, 10)	20	9	8	3	[0, 10)	20	1	6	13
[10, 20)	209	80	103	26	[10, 20)	209	16	64	129
[20, 30)	220	94	92	34	[20, 30)	220	12	66	142
[30, 40)	425	188	181	56	[30, 40)	425	26	130	269
[40, 50)	337	178	99	60	[40, 50)	337	186	85	66
[50, 60)	3	2	1	0	[50, 60)	3	0	0	3
[60, 70)	100	33	48	19	[60, 70)	100	10	30	60
[70, 80)	0	0	0	0	[70, 80)	0	0	0	0
[80, 90)	1	0	1	0	[80, 90)	1	0	0	1
[90, 100)	4	1	3	0	[90, 100)	4	0	2	2
[100, 110)	0	0	0	0	[100, 110)	0	0	0	0
[110, 120)	0	0	0	0	[110, 120)	0	0	0	0
[120, 130)	4	1	3	0	[120, 130)	4	0	2	2
計	1323	586	539	198	計	1323	251	385	687

- D
- 週 1 日
 - 週 2~3 日
 - 週 4~5 日
 - 週 6~7 日

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	1日	118	8.9%	37	6.3%	58	10.8%	23	11.6%
2	2～3日	1089	82.3%	505	86.2%	426	79.0%	158	79.8%
3	4～5日	97	7.3%	42	7.2%	42	7.8%	13	6.6%
4	6～7日	19	1.4%	2	0.3%	13	2.4%	4	2.0%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが 内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	週1日	118	8.9%	6	2.4%	38	9.9%	74	10.8%
2	週2～3日	1089	82.3%	237	94.4%	317	82.3%	535	77.9%
3	週4～5日	97	7.3%	7	2.8%	26	6.8%	64	9.3%
4	週6～7日	19	1.4%	1	0.4%	4	1.0%	14	2.0%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

E □座っている時間を減らす

□同じ姿勢でいる時間を減らす

□背すじが曲がった姿勢（前かがみな姿勢、反り返った姿勢、左右どちらかに傾いた姿勢など）でいる時間を減らす

□身体活動を行いながらの飲酒や、身体活動を行った直後の飲酒を避ける

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	座っている時間を減らす	1057	79.9%	521	88.9%	381	70.7%	155	78.3%
2	同じ姿勢でいる時間を減らす	201	15.2%	48	8.2%	122	22.6%	31	15.7%
3	背すじが曲がった姿勢（前かがみな姿勢、反り返った姿勢、左右どちらかに傾いた姿勢など）でいる時間を減らす	45	3.4%	12	2.0%	24	4.5%	9	4.5%
4	身体活動を行いながらの飲酒や、身体活動を行った直後の飲酒を避ける	20	1.5%	5	0.9%	12	2.2%	3	1.5%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが 内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	座っている時間を減らす	1057	79.9%	246	98.0%	296	76.9%	515	75.0%
2	同じ姿勢でいる時間を減らす	201	15.2%	4	1.6%	66	17.1%	131	19.1%
3	背すじが曲がった姿勢（前かがみな姿勢、反り返った姿勢、左右どちらかに傾いた姿勢など）でいる時間を減らす	45	3.4%	0	0.0%	13	3.4%	32	4.7%
4	身体活動を行いながらの飲酒や、身体活動を行った直後の飲酒を避ける	20	1.5%	1	0.4%	10	2.6%	9	1.3%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q7】あなたは、「アクティブガイド」の中で掲げられている「プラス・テン（+10）」という言葉を知っていますか？

□内容を知っている

□聞いたことはあるが内容は知らない

□聞いたことがない・今回の調査で初めて知った

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	212	16.0%	127	21.7%	47	8.7%	38	19.2%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	230	17.4%	116	19.8%	75	13.9%	39	19.7%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	881	66.6%	343	58.5%	417	77.4%	121	61.1%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	212	16.0%	146	58.2%	42	10.9%	24	3.5%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	230	17.4%	60	23.9%	142	36.9%	28	4.1%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	881	66.6%	45	17.9%	201	52.2%	635	92.4%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【Q8】あなたは、「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023ー」の中で掲げられている「スイッチ・テン (SW10)」という言葉を知っていますか？

- 内容を知っている
- 聞いたことはあるが内容は知らない
- 聞いたことがない・今回の調査で初めて知った

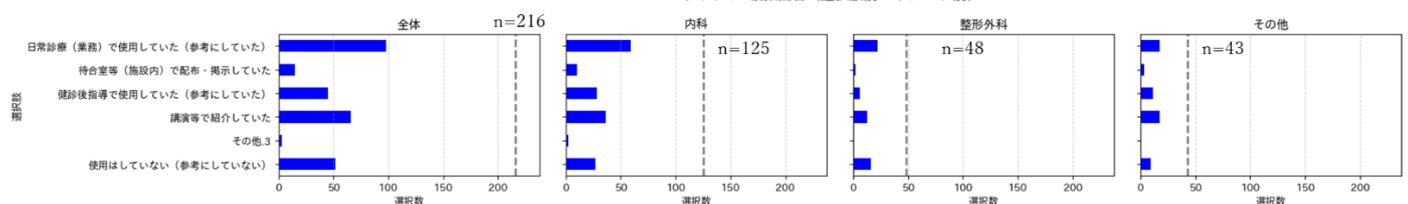
#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	97	7.3%	62	10.6%	20	3.7%	15	7.6%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	205	15.5%	103	17.6%	68	12.6%	34	17.2%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	1021	77.2%	421	71.8%	451	83.7%	149	75.3%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	内容を知っている	97	7.3%	91	36.3%	4	1.0%	2	0.3%
2	聞いたことはあるが内容は知らない	205	15.5%	73	29.1%	121	31.4%	11	1.6%
3	聞いたことがない・今回の調査で初めて知った	1021	77.2%	87	34.7%	260	67.5%	674	98.1%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

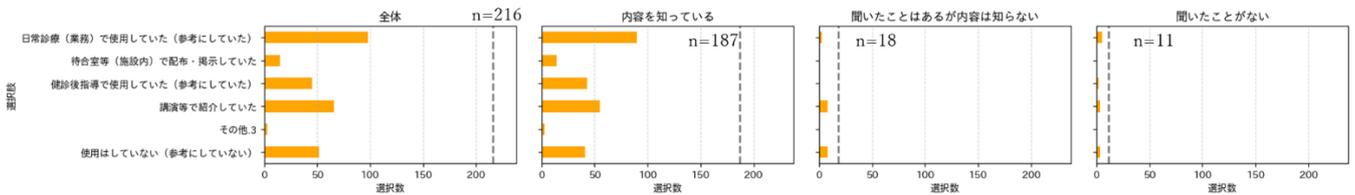
【Q9】Q3で「内容を知っている」と答えた方にお伺いいたします。厚生労働省が2013年に発表した「健康づくりのための身体活動指針 (アクティブガイド) を活用していましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

- 日常診療 (業務) で使用していた (参考にしていた)
- 待合室等 (施設内) で配布・掲示していた
- 健診後指導で使用していた (参考にしていた)
- 講演等で紹介していた
- その他 ()
- 使用はしていない (参考にしていない)

グラフ4：複数回答 (選択肢別 × グループ別)



グラフ4：複数回答（選択肢別×グループ別）

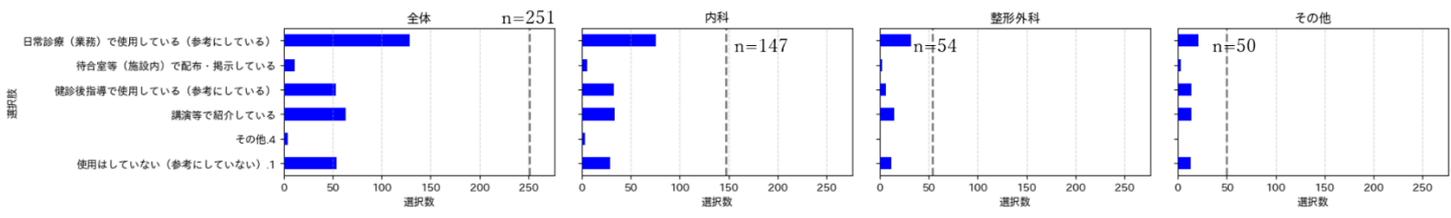


【Ⅲ-(9)その他記載内容】(全3件)
学生の授業で紹介、学習
参考にはしているが、違う言葉で伝えている。
大学の講義で学生に伝えている

【Q10】 Q4 で「内容を知っている」と答えた方にお伺いいたします。「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」を活用していますか。あてはまるものをすべて選んでください。

- 日常診療（業務）で使用している（参考にしてている）
- 待合室等（施設内）で配布・掲示している
- 健診後指導で使用している（参考にしてている）
- 講演等で紹介している
- その他（ ）
- 使用はしていない（参考にしていない）

グラフ5：複数回答（選択肢別×グループ別）

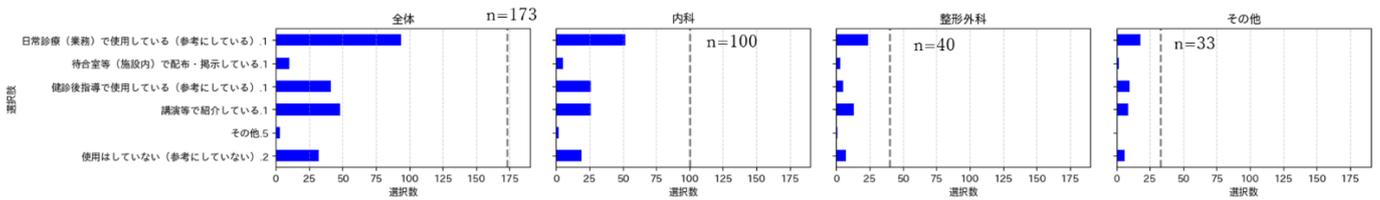


【Ⅲ-(10)その他記載内容】のフリー回答(全4件):
外来診療で簡単に説明している
内容は同じことだが、このガイドラインの言葉を使っていない。
大学の講義で学生に伝えている。
運動処方時に使用

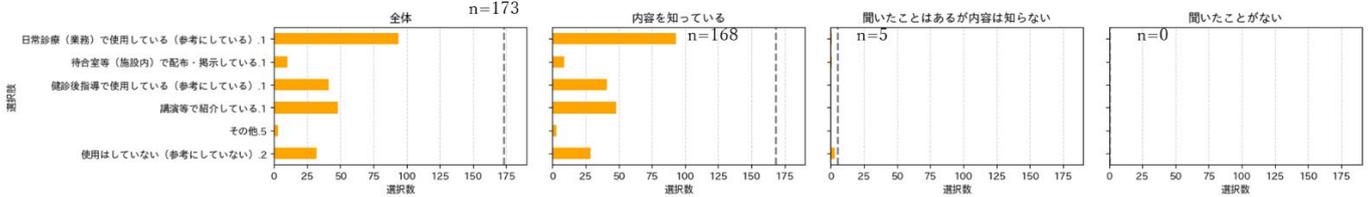
【Q11】 Q5 で「内容を知っている」と答えた方にお伺いいたします。厚生労働省が2024年12月に発表した「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」を活用していますか。あてはまるものをすべて選んでください。

- 日常診療（業務）で使用している（参考にしてている）
- 待合室等（施設内）で配布・掲示している
- 健診後指導で使用している（参考にしてている）
- 講演等で紹介している
- その他（ ）
- 使用はしていない（参考にしていない）

グラフ6：複数回答（選択肢別×グループ別）



グラフ6：複数回答（選択肢別×グループ別）



【Ⅲ-(11)その他記載内容】のフリー回答(全3件):
使用しているがしばしば忘れる。
今後、上記の項目などで活用していく
大学の講義で学生に伝えている。

※「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」は、2013年に発表された、身体活動を増やし運動習慣を確立するための気付きの工夫や情報提供ツールとしての要素を強調した指針です。一人ひとりの身体活動状況や運動習慣に応じて、「1. 気づく」「2. 始める」「3. 達成する」「4. つながる」という取り組みの段階を示し、専門的知識を持たなくても内容を容易に理解できる工夫と、身体活動や運動を増やすための気付きと行動変容ための工夫がされています。

URL: <https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002xple.html>

※「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」は、「健康づくりのための身体活動基準 2013」や「アクティブガイド」を更新する形で、厚生労働省から 2024 年 1 月に公表された、健康づくりのための身体活動・運動についての推奨や関連事項をまとめたガイドです。

URL: https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index.html

※「アクティブガイド—健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023—」は「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」に基づき、国民向けにわかりやすくまとめた指針です。成人版、高齢者版、こども版が 2024 年 12 月に公表されました。



URL を画像にリンク：

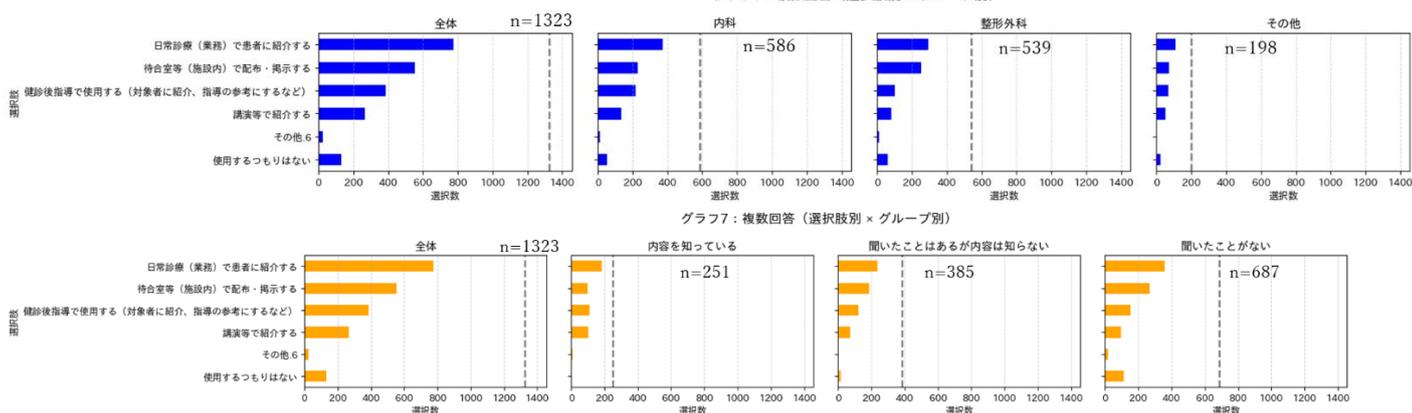
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index.html

【Q12】 全員の方にお伺いします。

「アクティブガイド」ならびに「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」を今後どんなことに活用していきたいと思いますか。あてはまるものをすべて選んでください。

- 日常診療（業務）で患者に紹介する
- 待合室等（施設内）で配布・掲示する
- 健診後指導で使用する（対象者に紹介、指導の参考にするなど）
- 講演等で紹介する
- その他（ ）
- 使用するつもりはない

グラフ7：複数回答（選択肢別×グループ別）



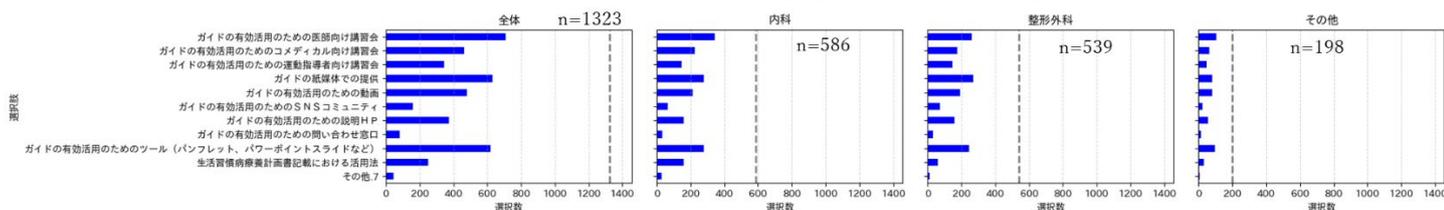
【Ⅲ-(12) その他分類内容】（全26件）回答整理一覧
検討中
学生に対して授業内で用いる
生活習慣病療養計画書と一緒に渡したい。市町村の保健師さんたちと使用状況を確認。すべての職種がすべての人へ「同じ言葉で伝える」ようにしているつもりであるが、医師会、歯科医師会、栄養士会などと再度、このガイドについて情報交換し利用を進めていきたい。
参考程度に紹介する
自分の健康に役立てたい
膝の悪い人、腰の悪い人足関節の悪い人に対する考慮無しに、ジュップヒトカラゲの運動推奨は間違いである
産業医先で掲示する
大学の講義でももう少しわかりやすく学生に伝えていく
個人的に紹介する
運動処方時に使用
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

【Q13】 「アクティブガイド」ならびに「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」を使用するにあたり、必要な支援を教えてください

- ガイドの有効活用のための医師向け講習会
- ガイドの有効活用のためのコメディカル向け講習会
- ガイドの有効活用のための運動指導者向け講習会
- ガイドの紙媒体での提供
- ガイドの有効活用のための動画
- ガイドの有効活用のためのSNSコミュニティ
- ガイドの有効活用のための説明HP
- ガイドの有効活用のための問い合わせ窓口
- ガイドの有効活用のためのツール（パンフレット、パワーポイントスライドなど）
- 生活習慣病療養計画書記載における活用方法

□その他 ()

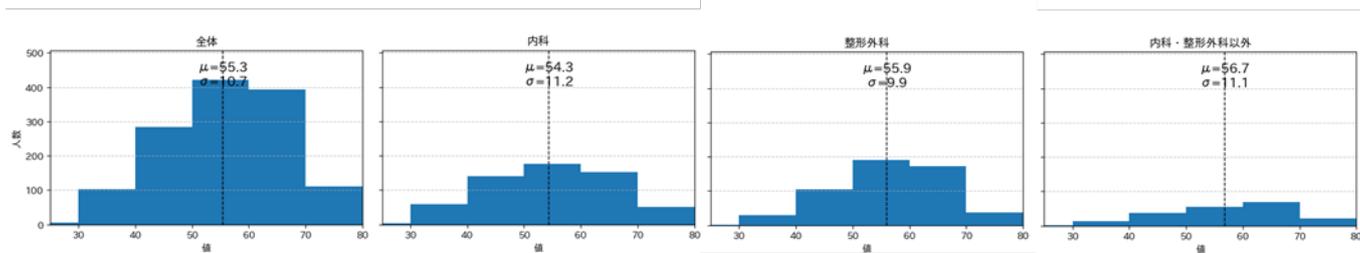
グラフ8：複数回答（選択肢別×グループ別）



【Ⅲ-(13) その他分類内容】（全46件）回答整理一覧
病院の待合で流せるような動画
適応症例像
存在の周知
診療報酬への点数化
診療報酬によるインセンティブ
診療しながらというのは難しいかと思われます
食事療法同様に、保険点数がつく。また、運動内容として、エビデンスから出てくる目標と実現可能なレベルのギャップを埋めること。
実際に患者さんに活用してもらうには、もっと文字が少なく分かりやすい資料が必要ではないでしょうか
視覚に訴えていただいた方が飲み込みが早いです。
紙媒体ではなくqrコードの提供
支援不要
指導などに対する診療報酬
産業保健に携わっている、産業医や人事担当者などに周知・啓蒙することが必要な支援だと考える。
口頭での運動指導は保険診療点数に反映
啓蒙・普及の機会
患者の病態に応じた運動を推奨すべき
活動量計と運動したスマートフォンアプリ(ガイドに示された身体活動の達成状況が分かる)
学校教育(義務教育)で教材として活用する
運動療法を指導しても、育児や仕事や介護で忙しく、運動の時間をとれない方がほとんどです。定年後の方々は積極的に取り組んでくださる傾向にあります。まずはガイドの受け手の環境改善が先にあるように感じます。
安全な実施に関する体制
メディアを利用して国民に周知すべき。医療者側に、診療報酬の削減をして要求するのは、筋が違う。
まずは医療従事者、一般の方ともに広く周知・啓蒙するための支援
まずはこういったものを導入できるだけ数の医師、医療スタッフを集めること。そのためには、費用面、働き方の改善が強く求められる。
マスコミ、自治体からの紹介が必要でしょう。
ほとんどの高齢者が動けない、ふらつく、痛いと言っていて運動を忌避していることへの対応が分からない。
テレビCM
デジタルサイネージで使えるデータ
スポーツ団体への周知
ガイドを用いた指導が総死亡や心血管イベント抑制をもたらすかどうかのエビデンス構築
ガイドの有効性検証データ
アクティブガイドを利用した時の有益性を示すデータ
アクティブガイドを使用するための支援より聴衆の身体活動を増やすことに必要な支援を包括的に検討すべき
population studyの平均的成果を個別の患者に当てはめて強要しようとは思わない。
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

V. 回答者についてお伺いします。

1) 年齢: () 歳



全体 n=1323、内科 n=586、整形外科 n=539、その他 n=198

2) 性別: 男性、女性、答えたくない

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
1	男性	1071	81.0%	439	74.9%	482	89.4%	150	75.8%
2	女性	231	17.5%	139	23.7%	47	8.7%	45	22.7%
3	答えたくない	21	1.6%	8	1.4%	10	1.9%	3	1.5%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

3) 主に専門としている科 (最も時間を費やしている診療科) を1つ選んでください。; 内科、整形外科、リハビリテーション科、外科、小児科、麻酔科、精神科、産科婦人科、脳外科、その他 ()

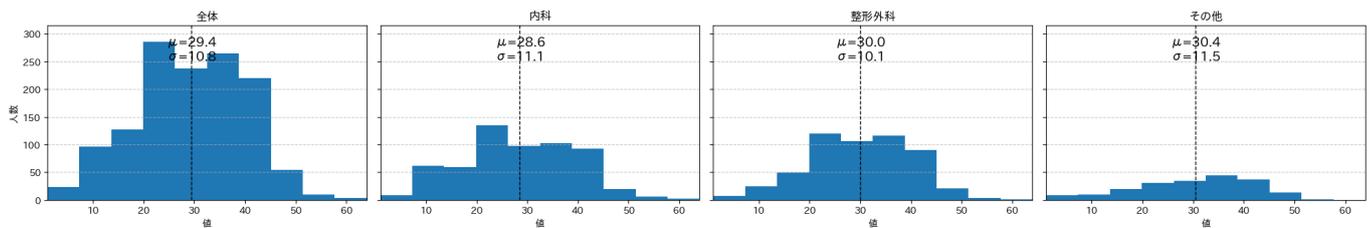
#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
1	内科	586	44.3%	586	100.0%		0.0%		0.0%
2	整形外科	539	40.7%		0.0%	539	100.0%		0.0%
3	リハビリテーション科	37	2.8%		0.0%		0.0%	37	18.7%
4	外科	14	1.1%		0.0%		0.0%	14	7.1%
5	小児科	29	2.2%		0.0%		0.0%	29	14.6%
6	麻酔科	3	0.2%		0.0%		0.0%	3	1.5%
7	精神科	6	0.5%		0.0%		0.0%	6	3.0%
8	産科婦人科	17	1.3%		0.0%		0.0%	17	8.6%
9	脳外科	15	1.1%		0.0%		0.0%	15	7.6%
10	その他	77	5.8%		0.0%		0.0%	77	38.9%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)	件数	割合 (%)
1	内科	586	44.3%	147	58.6%	185	48.1%	254	37.0%
2	整形外科	539	40.7%	54	21.5%	143	37.1%	342	49.8%
3	リハビリテーション科	37	2.8%	13	5.2%	7	1.8%	17	2.5%
4	外科	14	1.1%	2	0.8%	3	0.8%	9	1.3%
5	小児科	29	2.2%	4	1.6%	8	2.1%	17	2.5%
6	麻酔科	3	0.2%		0.0%	2	0.5%	1	0.1%
7	精神科	6	0.5%	1	0.4%	2	0.5%	3	0.4%
8	産科婦人科	17	1.3%	4	1.6%	5	1.3%	8	1.2%
9	脳外科	15	1.1%	5	2.0%	4	1.0%	6	0.9%
10	その他	77	5.8%	21	8.4%	26	6.8%	30	4.4%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

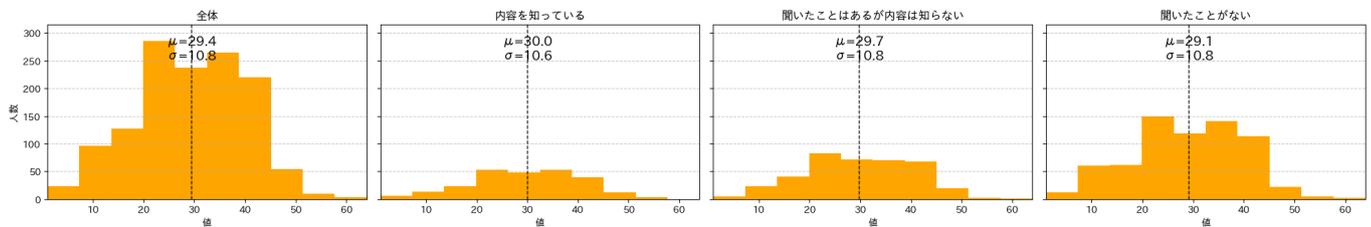
IV-(3)その他記載内容	回答数
総合診療	13
耳鼻咽喉科	12
皮膚科	7
産業医	5
眼科	4
形成外科	3
泌尿器科	3
健診医	2
循環器内科	2
糖尿病内科	2
病理	2
放射線科	2
健康度測定	1
救急科	1
基礎医学	1
プライマリケア	1
ドック	1
スポーツ医学	1
研修医	1
呼吸器外科	1
産業保健、公衆衛生	1
歯科	1
耳鼻咽喉科・頭頸部外科	1
社会医学(衛生学)	1
心療内科	1
生化学	1
糖尿病・内分泌内科	1
透析	1
乳腺科	1
保健所	1
予防医学	1
臨床検査部	1

4) 医師としての経験年数をお答えください： 年

IV-(4) 医師としての経験年数をお答えくださいのヒストグラム

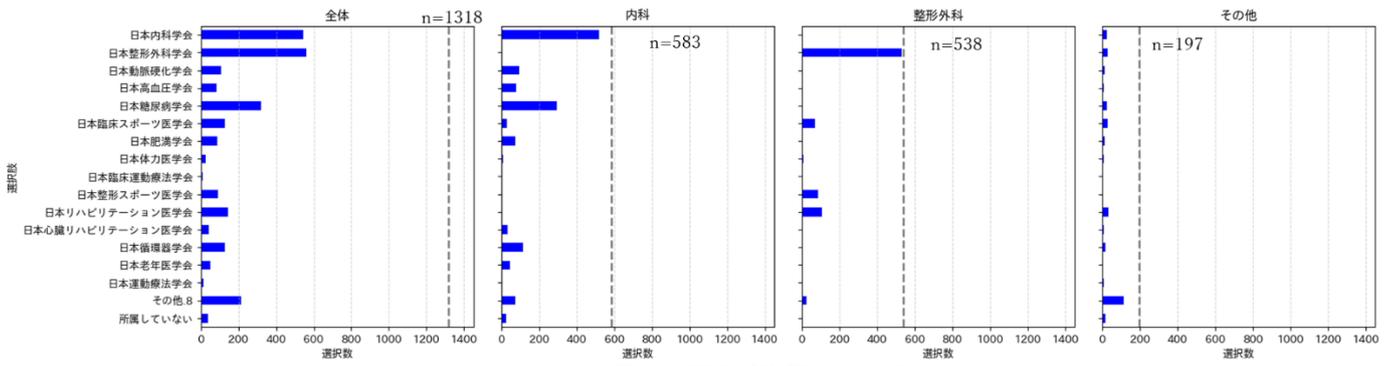


IV-(4) 医師としての経験年数をお答えくださいのヒストグラム

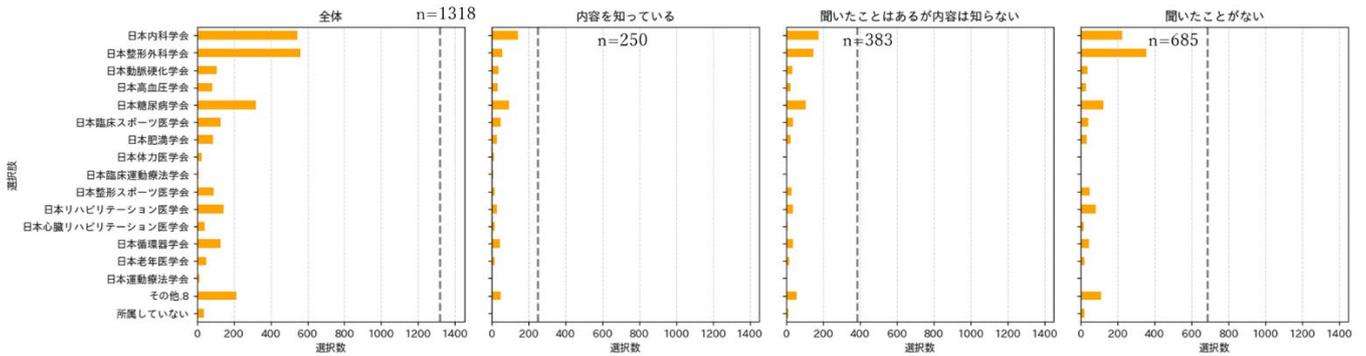


5) ご所属の学会：

グラフ9：複数回答（選択肢別×グループ別）



グラフ9：複数回答（選択肢別×グループ別）



その他学会	回答数	その他学会	回答数
日本プライマリ・ケア連合学会	27	間脳下垂体腫瘍学会	1
日本外科学会	21	救命救急学会	1
日本内分泌学会	15	筋学会	1
日本脳神経外科学会	12	形成外科	1
日本小児科学会	11	効加齢医学会	1
日本産科婦人科学会	7	在宅医療連合学会	1
日本耳鼻咽喉科・頭頸部外科学会	7	産婦人科学会	1
日本抗加齢医学会	6	耳鼻咽喉科・頭頸部外科	1
日本骨粗鬆症学会	6	小児外科学会	1
日本産業衛生学会	6	消化器病	1
日本腎臓学会	6	腎臓学会	1
日本皮膚科学会	6	生化学会	1
日本公衆衛生学会	5	精神神経学会	1
日本耳鼻咽喉科学会	5	他多数	1
日本精神神経学会	5	転倒予防学会	1
日本リウマチ学会	4	透析学会	1
日本眼科学会	4	日本アレルギー学会	1
日本産婦人科学会	4	日本サルコペニア・フレイル学会	1
日本臨床内科医会	4	日本タバコフリー学会	1
東洋医学会	3	日本ペインクリニック学会	1
日本医学放射線学会	3	日本ロービジョン学会	1
日本運動器科学会	3	日本運動器学会	1
日本救急医学会	3	日本栄養食糧学会	1
日本形成外科学会	3	日本衛生学会	1
日本消化器外科学会	3	日本疫学会	1
日本消化器病学会	3	日本教育医学会	1
日本透析医学会	3	日本呼吸器外科学会	1
日本泌尿器科学会	3	日本呼吸器学会	1
日本病理学会	3	日本甲状腺学会	1
日本麻酔科学会	3	日本腰痛学会	1
日本臨床検査医学会	3	日本手外科学会	1
小児科学会	2	日本循環器病予防学会	1
消化器内視鏡学会	2	日本消化器内視鏡学会	1
消化器病学会	2	日本心臓血管外科学会	1
日本運動疫学会	2	日本心臓病学会	1
日本義肢装具学会	2	日本神経学会	1
日本血液学会	2	日本神経内分泌学会	1
日本人間ドック・予防医療学会	2	日本人工関節学会	1
日本総合健診医学会	2	日本腎臓リハビリテーション学会	1
日本東洋医学会	2	日本生理学会	1
日本糖尿病学会	2	日本脊椎脊髄病学会	1
日本乳癌学会	2	日本大腸肛門病学会	1
日本肥満症治療学会	2	日本内視鏡外科学会	1
		日本乳がん学会	1
		日本乳癌検診学会	1
		日本認知症予防学会	1
		日本熱傷学会	1
		日本脳卒中学会	1
		日本肘関節学会	1
		日本病院総合診療医学会	1
		日本病態栄養学会	1
		日本腹部救急医学会	1
		日本分子生物学会	1
		日本放射線学会	1
		日本未病学会	1
		日本臨床リウマチ学会	1
		日本臨床栄養学会	1
		日本臨床細胞学会	1
		日本臨床整形外科学会	1
		日本労働安全衛生コンサルタント会	1
		脳神経外科	1
		病院総合診療医学会	1
		老年精神学会	1

6) 次の資格をお持ちですか。取得年も教えてください

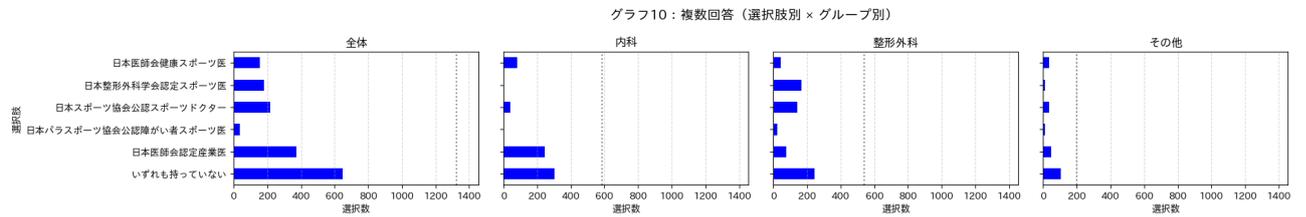
日本医師会健康スポーツ医

日本整形外科学会認定スポーツ医

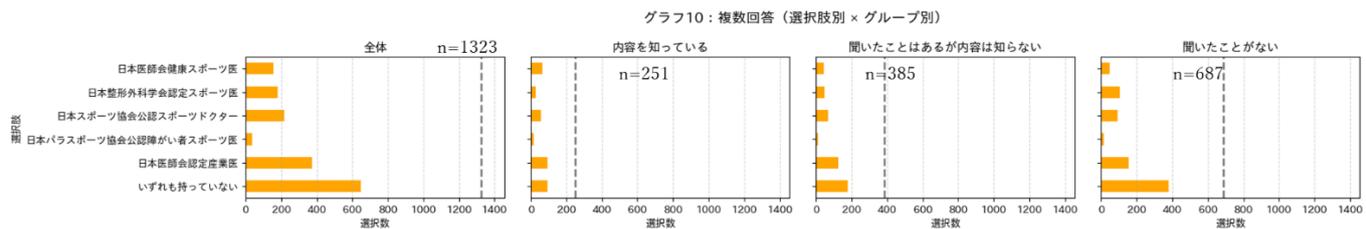
日本スポーツ協会公認スポーツドクター

日本パラスポーツ協会公認障がい者スポーツ医

日本医師会認定産業医



全体 n=1323, 内科 n=586, 整形外科 n=539, その他 n=198



7) 主の勤務先：①診療所 ②病院 ③大学 ④研究機関 ⑤行政機関 ⑥運動施設 ⑦その他 ()

#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	診療所	521	39.4%	248	42.3%	185	34.3%	88	44.4%
2	病院	516	39.0%	187	31.9%	267	49.5%	62	31.3%
3	大学	250	18.9%	130	22.2%	81	15.0%	39	19.7%
4	研究機関	11	0.8%	8	1.4%	2	0.4%	1	0.5%
5	行政機関	5	0.4%	3	0.5%	1	0.2%	1	0.5%
6	運動施設	2	0.2%	2	0.3%		0.0%		0.0%
7	その他	18	1.4%	8	1.4%	3	0.6%	7	3.5%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	診療所	521	39.4%	87	34.7%	169	43.9%	265	38.6%
2	病院	516	39.0%	82	32.7%	143	37.1%	291	42.4%
3	大学	250	18.9%	70	27.9%	62	16.1%	118	17.2%
4	研究機関	11	0.8%	4	1.6%	3	0.8%	4	0.6%
5	行政機関	5	0.4%	1	0.4%	2	0.5%	2	0.3%
6	運動施設	2	0.2%	2	0.8%		0.0%		0.0%
7	その他	18	1.4%	5	2.0%	6	1.6%	7	1.0%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

8) あなたがもっとも時間を割いていることは何ですか (エフォート)

- ①外来 ②手術 ③入院患者治療 ④産業医・産業看護師 ⑤研究 ⑥教育 ⑦マネジメント
⑧健診・保健指導 ⑨その他 ()

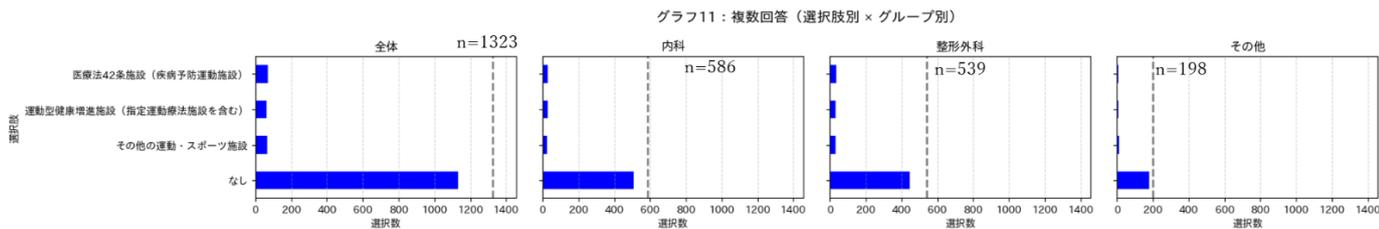
#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	外来	846	63.9%	393	67.1%	338	62.7%	115	58.1%
2	手術	124	9.4%	1	0.2%	115	21.3%	8	4.0%
3	入院患者治療	125	9.4%	62	10.6%	38	7.1%	25	12.6%
4	産業医・産業看護師	17	1.3%	11	1.9%	1	0.2%	5	2.5%
5	研究	65	4.9%	43	7.3%	12	2.2%	10	5.1%
6	教育	43	3.3%	20	3.4%	14	2.6%	9	4.5%
7	マネジメント	64	4.8%	32	5.5%	17	3.2%	15	7.6%
8	健診・保健指導	15	1.1%	10	1.7%		0.0%	5	2.5%
9	その他	24	1.8%	14	2.4%	4	0.7%	6	3.0%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		内容を知っている		聞いたことはあるが内容は知らない		聞いたことがない	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	外来	846	63.9%	142	56.6%	265	68.8%	439	63.9%
2	手術	124	9.4%	8	3.2%	29	7.5%	87	12.7%
3	入院患者治療	125	9.4%	16	6.4%	32	8.3%	77	11.2%
4	産業医・産業看護師	17	1.3%	7	2.8%	4	1.0%	6	0.9%
5	研究	65	4.9%	24	9.6%	13	3.4%	28	4.1%
6	教育	43	3.3%	20	8.0%	11	2.9%	12	1.7%
7	マネジメント	64	4.8%	21	8.4%	19	4.9%	24	3.5%
8	健診・保健指導	15	1.1%	8	3.2%	4	1.0%	3	0.4%
9	その他	24	1.8%	5	2.0%	8	2.1%	11	1.6%
計		1323	100.0%	251	100.0%	385	100.0%	687	100.0%

【IV-(8) その他記載内容】(全24件):	回答数
データのチェック	1
医師会活動	2
運営 経営	1
救急外来	1
教育	1
経営	1
検査	1
県からの受託事業(医療連携およびヘルスアップ関連)	1
行政業務	1
在宅医療	2
施設内の仕事	1
心身医療カウンセリング	1
半年療養中	1
病院経営	1
病理診断	1
訪問診療	6
臨床検査に関連する業務	1

9) 勤務先に付属又は連携する運動・スポーツ施設はありますか

- ① 医療法 42 条施設（疾病予防運動施設） ② 運動型健康増進施設（指定運動療法施設を含む）
- ③ その他の運動・スポーツ施設（ ）なし



【IV-(9) その他記載内容】(全68件)回答整理一覧
THPルーム
アスリート向け
クリニック2階に運動ルーム設置している
スポーツジム
スポーツ科学センター
スポーツ科学部
スポーツ健康科学科を有しており、各種スポーツ施設が充実しているが、患者や一般人のための施設ではない。
デイケア
トレーニング施設
ピラティススタジオ
フィットネスクラブ
フィットネスジムや体育館、プール
ボルダリングウォール
リハビリテーション
運動器リハビリ
運動器具を置いた部屋がある
運動教室会場
外勤先
簡易ジム
企業内ジム
教育機関
自施設
自費診療での指導施設
自由診療の運動場所
心臓リハビリテーション施設
接骨院
多目的ルーム
体育館、大学付属スポーツセンター
体操クラブ
大学内のトレーニング室
大学内の運動施設
通所リハビリテーション(介護施設)
民間のフィットネス施設
理学療法室
陸上競技場
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

10) 勤務先に運動指導のスタッフはいますか

①いる ②いない

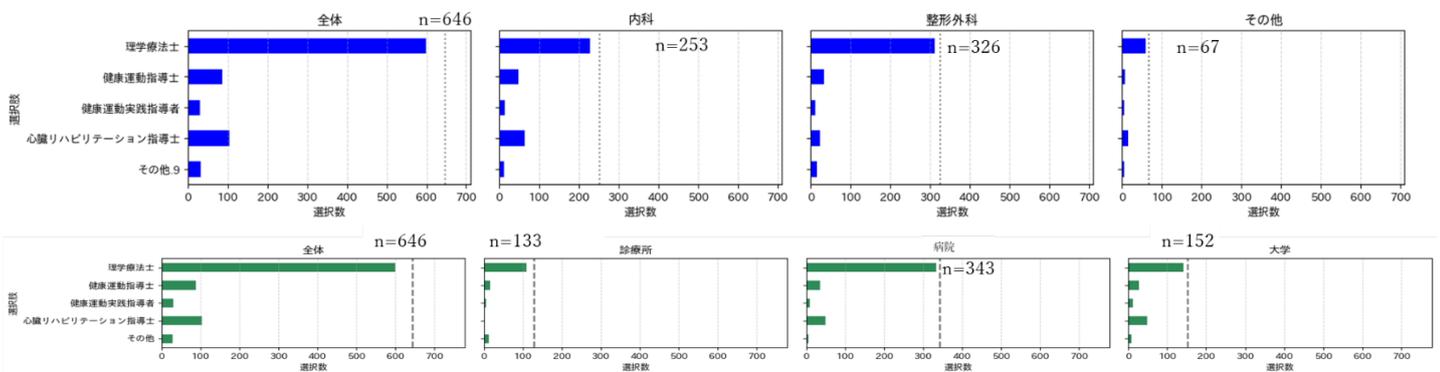
#	選択肢	全体		内科		整形外科		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	いる	646	48.8%	253	43.2%	326	60.5%	67	33.8%
2	いない	677	51.2%	333	56.8%	213	39.5%	131	66.2%
計		1323	100.0%	586	100.0%	539	100.0%	198	100.0%

#	選択肢	全体		診療所		病院		大学		研究機関		行政機関		運動施設		その他	
		件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
1	はい	646	48.8%	133	25.5%	343	66.5%	152	60.8%	7	63.6%	2	40.0%	2	100.0%	7	38.9%
2	いいえ	677	51.2%	388	74.5%	173	33.5%	98	39.2%	4	36.4%	3	60.0%	0	0.0%	11	61.1%
計		1323	100.0%	521	100.0%	516	100.0%	250	100.0%	11	100.0%	5	100.0%	2	100.0%	18	100.0%

(1 いる場合) 運動スタッフはどのような方ですか

理学療法士、健康運動指導士、健康運動実践指導者、心臓リハビリテーション指導士、その他 ()

グラフ12: 複数回答(選択肢別×グループ別)



* 研究機関 n=7,行政機関 n=2,運動施設 n=2, その他 n=7 のグラフは省略

【IV-(10) その他記載内容】(全33件)回答整理一覧
アスレティックトレーナー
サルコペニアフレイル指導士
スポーツ医学
スポーツ関連の大学教員(一部が健康運動指導士の資格を持っている)
セラピスト
トレーナー
みなしPT
医師
運動器学会セラピスト
看護師
管理栄養士
作業療法士
柔道整復師
障害者スポーツ指導者
体育指導者
日本スポーツ協会トレーナー
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
鍼灸師
※自由記述のうち、内容が重複するものは代表的な表現にまとめ、意味の判別が困難なものについては除外。

11) 主の勤務先の郵便番号（最低3桁、差し支えなければ7桁）

都道府県	全体		内科		整形外科		その他	
	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)	件数	割合(%)
北海道	20	1.6%	7	1.2%	12	2.3%	1	0.6%
青森県	6	0.5%	2	0.3%	4	0.8%	0	0.0%
岩手県	5	0.4%	3	0.5%	2	0.4%	0	0.0%
宮城県	15	1.2%	9	1.5%	6	1.1%	0	0.0%
秋田県	5	0.4%	3	0.5%	2	0.4%	0	0.0%
山形県	5	0.4%	1	0.2%	4	0.8%	0	0.0%
福島県	10	0.8%	6	1.0%	2	0.4%	2	1.3%
茨城県	34	2.7%	18	3.1%	12	2.3%	4	2.5%
栃木県	20	1.6%	10	1.7%	8	1.5%	2	1.3%
群馬県	23	1.8%	10	1.7%	11	2.1%	2	1.3%
埼玉県	39	3.1%	22	3.8%	13	2.4%	4	2.5%
千葉県	48	3.8%	11	1.9%	30	5.6%	7	4.4%
東京都	222	17.4%	108	18.5%	72	13.5%	42	26.4%
神奈川県	102	8.0%	39	6.7%	45	8.5%	18	11.3%
新潟県	14	1.1%	4	0.7%	10	1.9%	0	0.0%
富山県	11	0.9%	6	1.0%	5	0.9%	0	0.0%
石川県	13	1.0%	5	0.9%	8	1.5%	0	0.0%
福井県	6	0.5%	3	0.5%	3	0.6%	0	0.0%
山梨県	21	1.6%	8	1.4%	5	0.9%	8	5.0%
長野県	19	1.5%	4	0.7%	13	2.4%	2	1.3%
岐阜県	15	1.2%	8	1.4%	4	0.8%	3	1.9%
静岡県	35	2.7%	11	1.9%	19	3.6%	5	3.1%
愛知県	61	4.8%	25	4.3%	31	5.8%	5	3.1%
三重県	14	1.1%	7	1.2%	6	1.1%	1	0.6%
滋賀県	15	1.2%	6	1.0%	6	1.1%	3	1.9%
京都府	23	1.8%	9	1.5%	12	2.3%	2	1.3%
大阪府	93	7.3%	56	9.6%	29	5.5%	8	5.0%
兵庫県	62	4.9%	27	4.6%	30	5.6%	5	3.1%
奈良県	13	1.0%	5	0.9%	7	1.3%	1	0.6%
和歌山県	13	1.0%	6	1.0%	4	0.8%	3	1.9%
鳥取県	7	0.5%	2	0.3%	5	0.9%	0	0.0%
島根県	11	0.9%	6	1.0%	5	0.9%	0	0.0%
岡山県	31	2.4%	20	3.4%	9	1.7%	2	1.3%
広島県	19	1.5%	10	1.7%	8	1.5%	1	0.6%
山口県	17	1.3%	9	1.5%	6	1.1%	2	1.3%
徳島県	20	1.6%	8	1.4%	8	1.5%	4	2.5%
香川県	9	0.7%	3	0.5%	5	0.9%	1	0.6%
愛媛県	33	2.6%	17	2.9%	10	1.9%	6	3.8%
高知県	7	0.5%	3	0.5%	3	0.6%	1	0.6%
福岡県	51	4.0%	22	3.8%	25	4.7%	4	2.5%
佐賀県	7	0.5%	4	0.7%	2	0.4%	1	0.6%
長崎県	14	1.1%	8	1.4%	6	1.1%	0	0.0%
熊本県	11	0.9%	5	0.9%	6	1.1%	0	0.0%
大分県	20	1.6%	13	2.2%	4	0.8%	3	1.9%
宮崎県	10	0.8%	4	0.7%	4	0.8%	2	1.3%
鹿児島県	12	0.9%	5	0.9%	6	1.1%	1	0.6%
沖縄県	14	1.1%	6	1.0%	5	0.9%	3	1.9%
計	1275	100.0%	584	100.0%	532	100.0%	159	100.0%