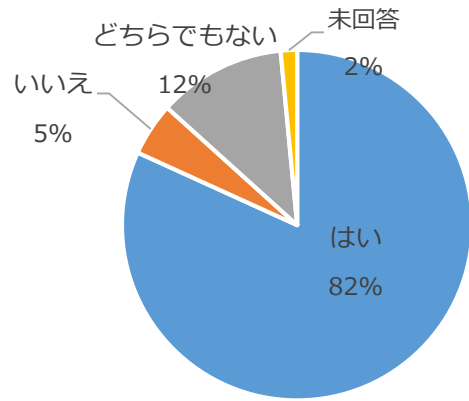


令和6年度 健康に関するアンケート 調査結果



① 普段の生活の中で健康に気を付けていますか
82%が「はい」

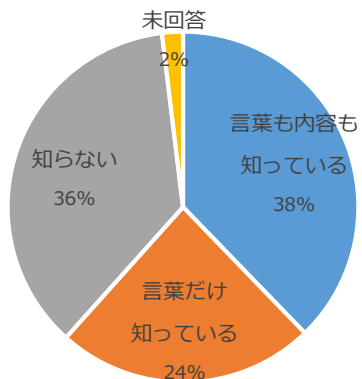
※1 健康な状態と介護が必要になる状態の中間のことを意味します。

※2 聴覚機能の衰えのことで、人との交流や会話の機会の減少につながり、ひいては認知症やうつ病のリスクを高めます。難聴は中年期からの認知症のリスク因子です。

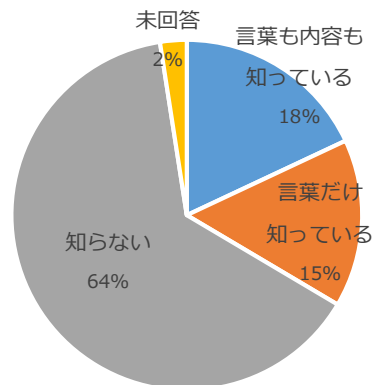
※3 自分で改善できるものとして、主に運動不足・不健康な食事・日常的な過剰飲酒・喫煙・生活習慣病・社会的孤立などがあげられます。

※4 運動・知的活動・コミュニケーションを指します。また、「予防」とは「認知症にならない」という意味ではなく、認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにするという意味です。

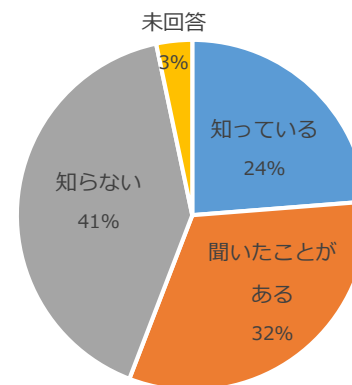
② フレイル※1の認知度
38%が「言葉も内容も知っている」



③ ヒアリングフレイル※2の認知度
18%が「言葉も内容も知っている」



④ 認知症リスク因子※3の認知度
24%が「知っている」



⑤ 認知症の3つの予防行動※4の認知度
36%が「知っている」

