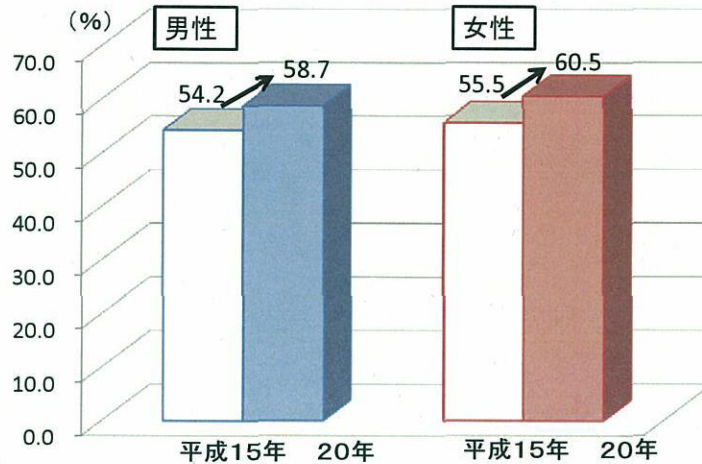


意識的な身体活動の状況(20歳以上)

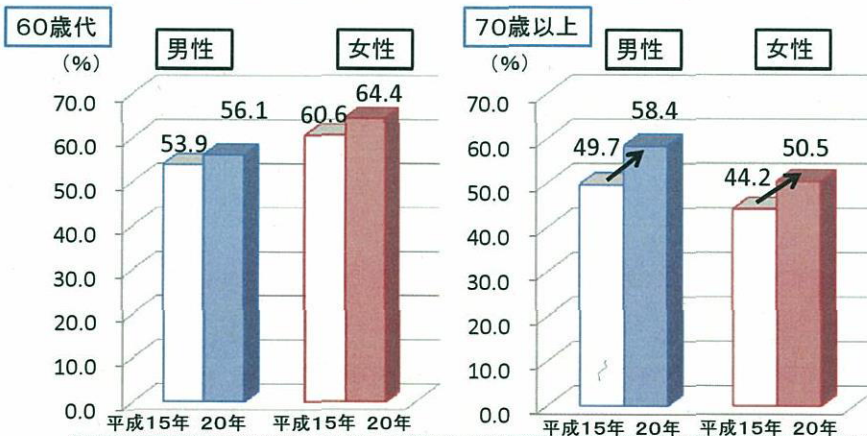
意識的に身体を動かすなどの運動について、「いつもしている」、「時々している」と回答した者の割合は、男女とも増加。



(参考) 「健康日本21」の目標
身体活動・運動(成人) 意識的に運動をしている人の割合の増加 目標値：男性・女性とも63%

外出の積極性の状況

身体活動・運動の高齢者の指標である「日常の生活の中で積極的に外出する者の割合」は、70歳以上の男女で増加。



(参考) 「健康日本21」の目標
身体活動・運動(高齢者) 外出に積極的な態度をもつ人の増加
目標値：60歳以上 男性70%・女性 70%、80歳以上(全体) 56%以上