

人生100年時代のヘルスリテラシー白書

My Health, self 私の健康のために、
私ができること。

47都道府県20～60代男女11,750人の
「ヘルスリテラシーの自己評価」「情報収集・判断」「行動」
「デジタル活用」「コミュニケーション」「健康意識」
「健康診断、がん検診に対する意識」

はじめに

「人生 100 年時代のヘルスリテラシー白書」は、2023 年 10 ～ 11 月に実施した「人生 100 年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」のうち、日本国内 47 都道府県の 20 ～ 60 代男女 11,750 人の結果を都道府県別に取りまとめたものです。

「人生 100 年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」は、諸外国との比較を通じて、日本が、健康・医療分野において、情報を正しく判断し、適切な選択や行動を行い、デジタルテクノロジーを含めたさまざまなリソースをうまく活用していく「力」、すなわち、ヘルスリテラシー※¹がどの程度備わっているかを明らかにしようとしたものです。

本白書では、47 都道府県全体でのヘルスリテラシーに対する自己評価は 10 点満点で 5.0 点というスコアであったこと、また、国内では大阪府、東京都、兵庫県など大都市圏でヘルスリテラシーに対する自己評価※²が高いことがわかりましたが、居住する地域によって、医療・健康に関する「情報収集・判断」「行動」「デジタル活用」「コミュニケーション」の実態や意識に違いが見られました。

健康意識に関しては、「自分は健康だ」と思う※³人は 47 都道府県全体で 43.6%にとどまり、東京都、香川県、大阪府以外の 44 道府県で「健康だ」と思う人が半数以下であることもわかりました。

「人生 100 年時代」を迎えた現代社会では、健康・医療の重要度がこれまで以上に増していき、ヘルスリテラシーを身につけることが大切になってきます。

本白書の情報を、健康・医療分野に携わる多くの皆様にご共有いただき、今後の施策立案等にお役立ていただければ幸いです。

2024 年 8 月

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社
代表取締役社長
メディカルカンパニー プレジデント

玉井 孝直

※ 1：「ヘルスリテラシー」：健康情報を入手し、理解し、評価し、活用するための知識、意欲、能力

※ 2：「自己評価」：「できる」「少しはできる」「できない」などの回答を自己評価と解釈

※ 3：「健康だ」と思う：世界保健機関（WHO）は、健康とは「病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態であること」と定義

「人生100年時代のヘルスリテラシー調査について」

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニー（本社：東京都千代田区、代表取締役プレジデント：玉井孝直、以下「ジョンソン・エンド・ジョンソン メドテック」）は、「My Health, Myself ― 私の健康のために、私ができること。」プロジェクトを推進しています。本プロジェクトにおいて、日本の生活者に、ヘルスリテラシー、すなわち主体的に医療・健康に関わり、行動する「力」がどれほど備わっているかを明らかにすべく、「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」を2023年10～11月に実施しました。

本調査は、日本・アメリカ・イギリス・オーストラリア・中国・フィンランドの6カ国の20～60代男女3,000人を対象に行ったところ、日本の生活者のヘルスリテラシー自己評価は、6カ国中最も低い結果であることや、医療・健康に関する「情報の収集・判断」、「行動」、「デジタル活用」、「コミュニケーション」全般において、他国より低い傾向が明らかになりました。

本白書は、本調査の国内版調査※結果を、都道府県別に分析したものです。「人生100年時代のヘルスリテラシー白書」を2024年7月30日よりプロジェクトのホームページ（<https://www.jnj.co.jp/jjmkk/my-health-myself>）で公開しています。

※国内版調査 全国の20～60代男女11,750人を対象

「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」

<https://www.jnj.co.jp/media-center/press-releases/20231208>



※日本の数値は東京都と大阪府の平均値

●本白書での構成比（％）の表示について

本白書では構成比（％）は小数第2位以下を四捨五入しています。合計値が100%にならない場合があります。

● 本白書の設問番号（Q番号）の表示について
本白書の各ページで表示する設問番号（Q番号）は、「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」の設問番号を表示しており、本レポートの掲載順とは異なります。

1. ヘルスリテラシー自己評価	6
Q 1 ヘルスリテラシーの自己評価	6
2. 健康に関する情報収集	7
Q 2 健康情報の収集に対する自己評価	7
Q 4 予防接種や健康診断・検診情報の収集に対する自己評価	7
3. 健康に関する情報判断	8
Q8 健康情報の判断に対する自己評価	8
Q9 予防接種や健康診断・検診情報の判断に対する自己評価	8
Q12 健康に関する情報で困っていること	9
Q13 健康・医療情報が正しいと判断する基準	9
4. 不調を感じた時の行動	10
Q16 不調を感じた時の行動	10
Q18 不調や違和感が生じた時の「適切な医療受診」ができるか	11
Q19 適切な行動がとれるもの	12
Q20 慢性的な痛みや苦痛を感じている時の考えや対応	13
Q22 すぐに相談できる医療機関(医療関係者を含む)の有無	13
5. 健康管理におけるデジタル活用	14
Q38 健康状態把握のためのデジタルツール活用状況	14
Q40 医療におけるデジタル化への考え	14
Q41 医療でのデジタル化やデータ活用が広がることで期待できること	15
6. コミュニケーション	16
Q32 受診の際に、医療関係者と対話することができるか	16
Q33 医療機関を受診する際の医師とのコミュニケーション状況	16
Q35 治療方針の決定において、主体的に関与できるか	17
Q36 治療方針の決定において主体的関与ができることによるメリット	17
7. 健康に対する意識	18
Q15 自身が「健康」だと思うか	18
Q44 寿命や健康寿命に関する考え	19
Q45 「平均寿命と健康寿命のギャップをなくすことが大切だ」と言われる理由	20
Q28 病気の予防や健康維持について	21
8. 健康診断・がん検診について	22
Q23 健康診断・がん検診の受診方法・対象年齢・受診頻度の認知	22
Q27 がん検診を受診しない理由	23
Q30 再検査が必要になった際、適切な行動がとれるか	26
Q28 検診に対する意識	26
調査概要・回答者属性	28
「My Health, Myself — 私の健康のために、私ができること。」プロジェクトについて	29

1. ヘルスリテラシー自己評価

Q. 1

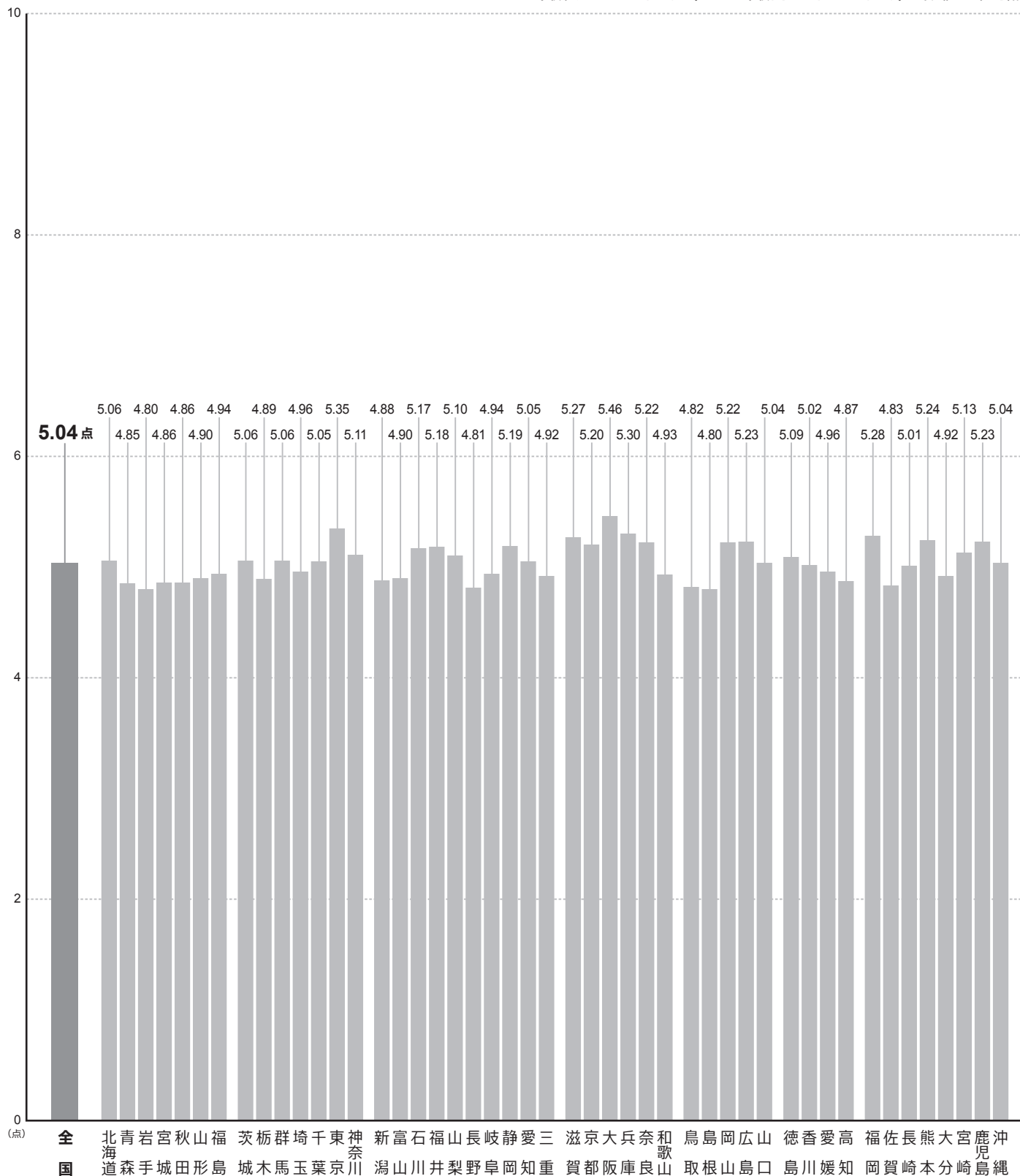
あなたのヘルスリテラシーを10点満点で自己評価をすると、何点だと思いますか。

- 自身のヘルスリテラシー（健康情報を入手し、理解し、評価し、活用するための知識、意欲、能力）を10点満点で自己評価してもらったところ、全国平均は5.0点となった。
- 平均点が最も高かった都道府県は「大阪府」（5.5点）、最も低かったのは「岩手県」と「島根県」（共に4.8点）。

Q1

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※0（最低：まったくできない）～10（最高：とてもよくできる）の数値の平均点



2. 健康に関する情報収集

Q. 2

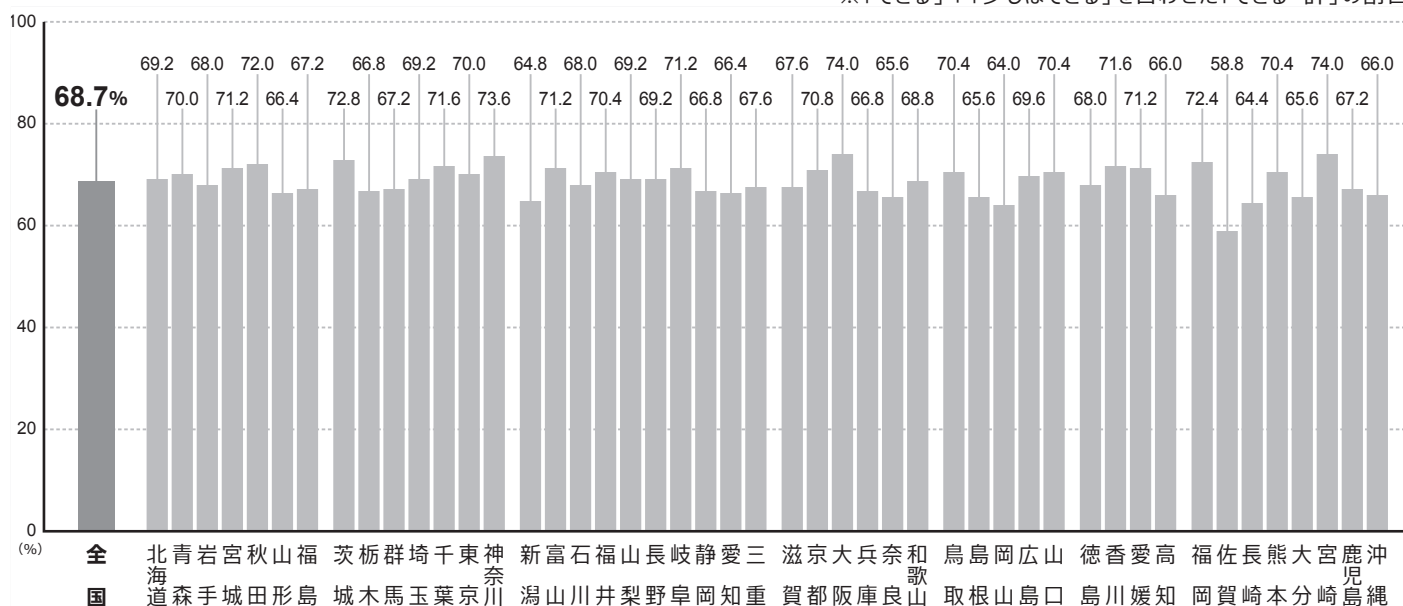
あなたは、健康に関する情報を収集することができますか。

- 自身の「体調や健康」を管理するための情報収集は、全国の7割近くの人が「できる」と回答（68.7%）。
- 都道府県別では、「大阪府」と「宮崎県」が最も「できる」の割合が高い（共に74.0%）。一方で最も割合が低かったのは「佐賀県」（58.8%）。

Q2

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「できる」＋「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



Q. 4

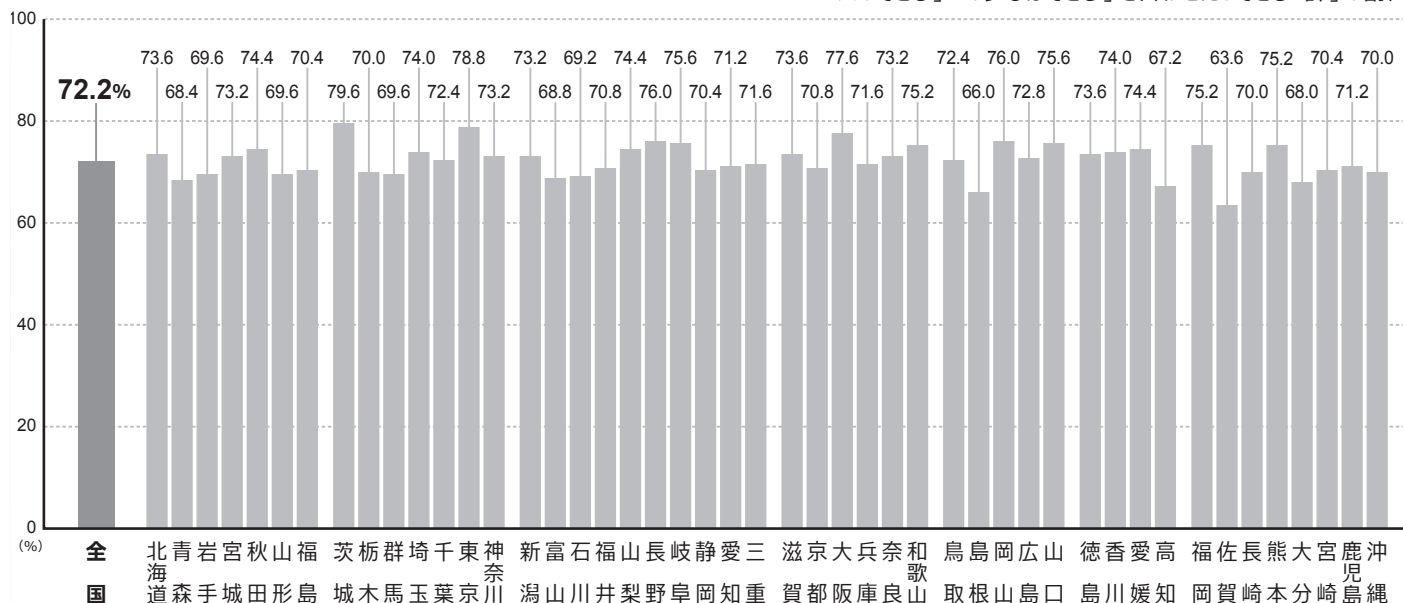
あなたは、受けるべき予防接種や健康診断・検診に関する情報を収集することができますか。

- 予防接種や健康診断・検診に関する情報を収集できるかについて、「できる」と回答した割合は全国で72.2%。
- 「できる」の割合が高い都道府県は「茨城県」（79.6%）、「東京都」（78.8%）、「大阪府」（77.6%）の順。
- 健康に関する情報収集と同様、「佐賀県」が最も「できる」の割合が低い（63.6%）。

Q4

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「できる」＋「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



3. 健康に関する情報判断

Q. 8

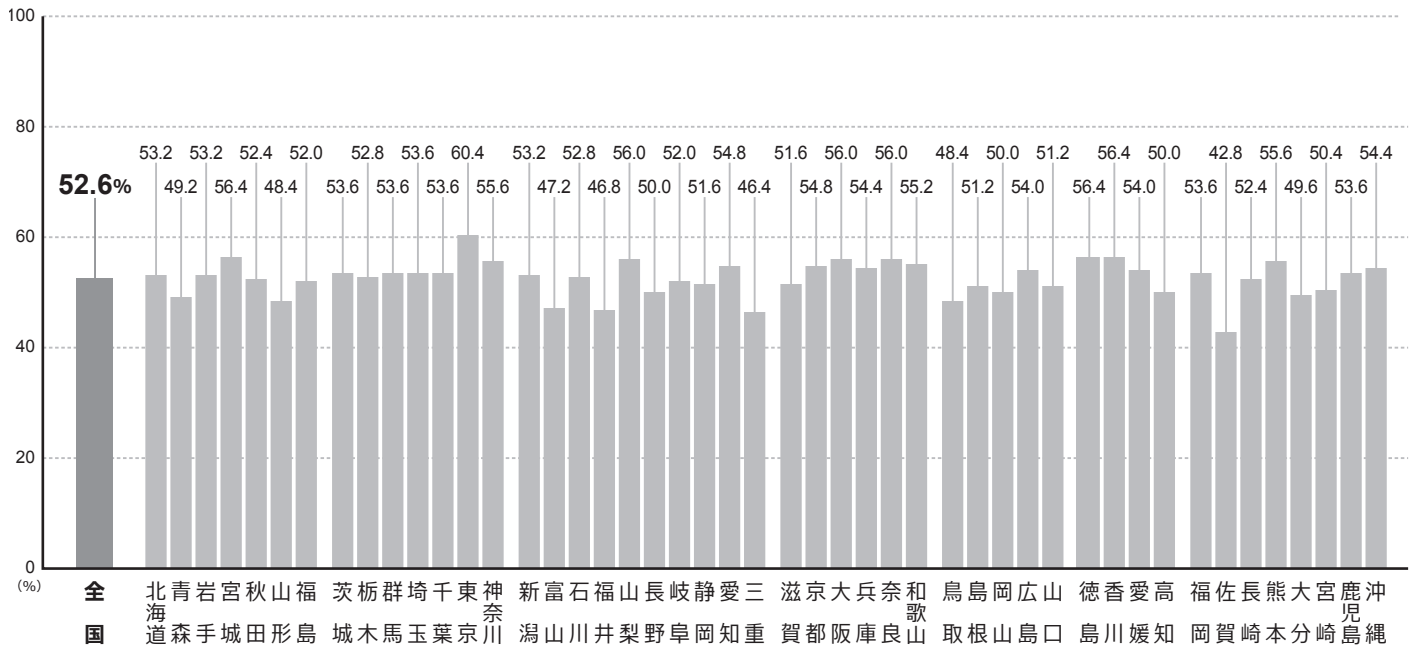
あなたは、健康に関する情報を正しい情報であると判断できますか。

- 収集した情報を正しいと判断できるかについては、「できる」と回答した割合は全国で 52.6%。
- 「東京都」が最も「できる」の割合が高く、唯一 6 割を超えている (60.4%)。

Q8

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

※「できる」+「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



Q. 9

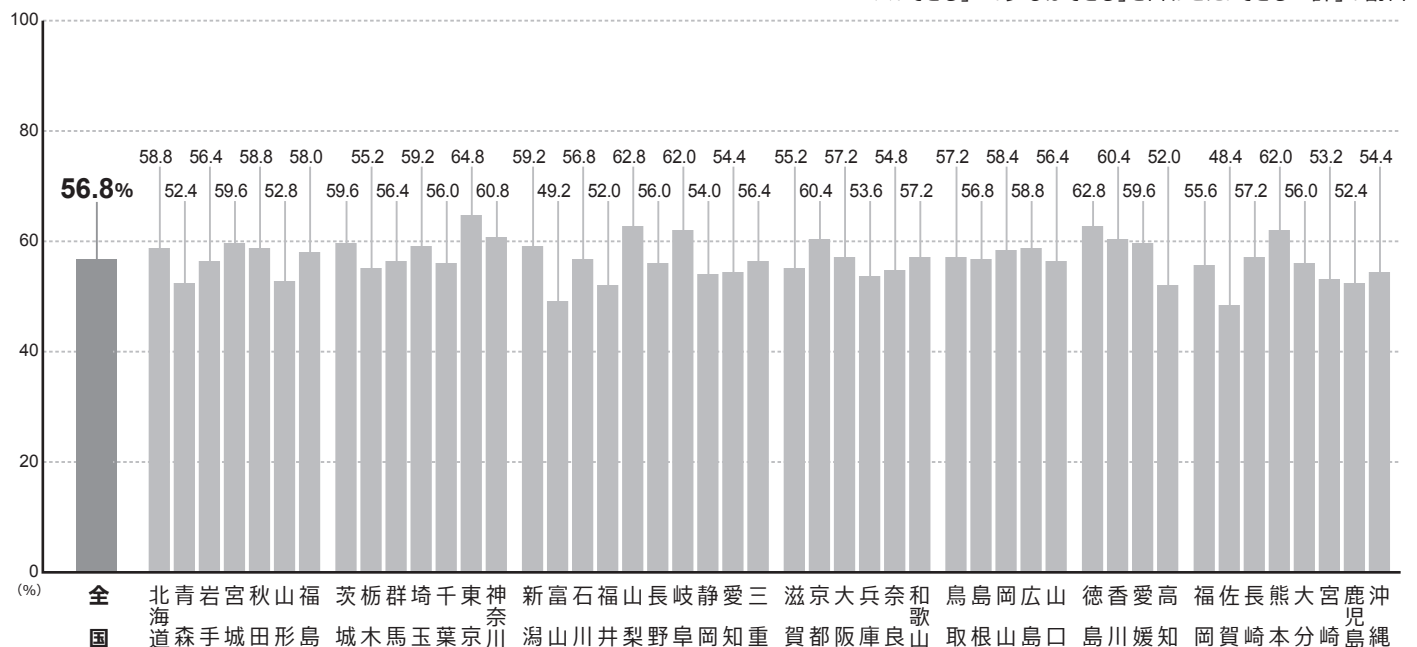
あなたは、受けるべき予防接種や健康診断・検診に関する情報を正しい情報であると判断できますか。

- 予防接種や健康診断・検診に関する情報については、正しいと判断「できる」と回答した割合は全国で 56.8%。
- 最も「できる」の割合が高い都道府県は「東京都」であった (64.8%)。

Q9

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

※「できる」+「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



Q. 12

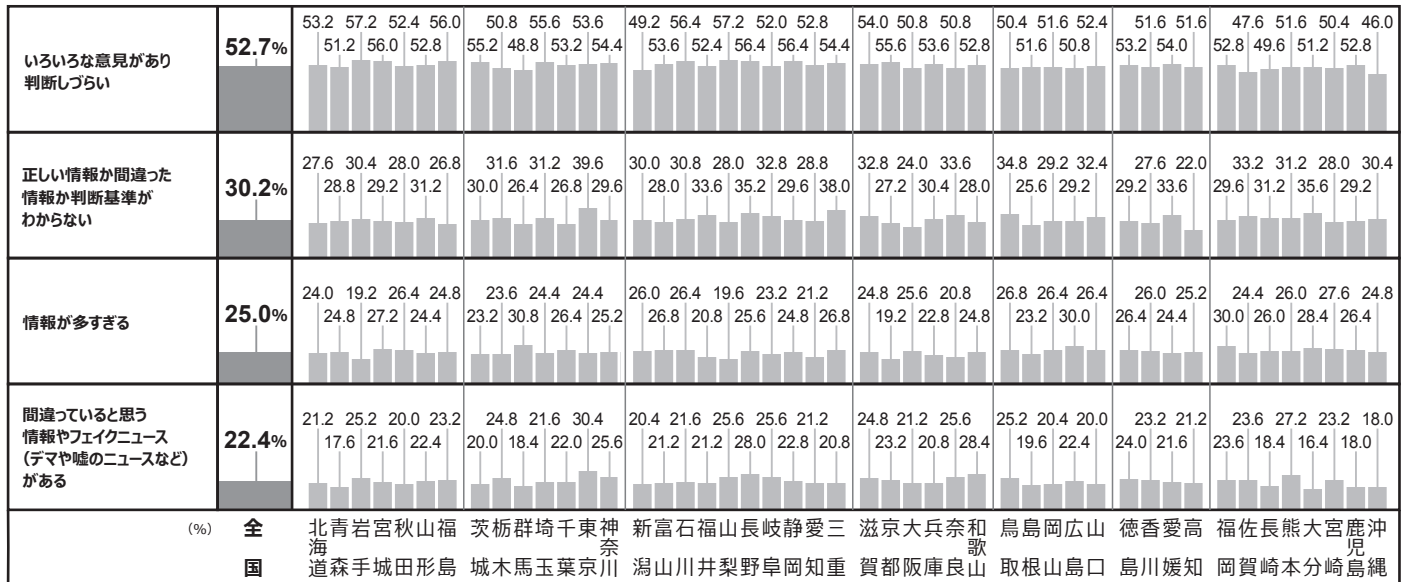
健康に関する情報について、困っていることがあればお答えください。（複数回答）

- 健康に関する情報について困っていることを複数回答であげてもらうと、「いろいろな意見があり判断しづらい」（52.7%）が最も多く、次いで「正しい情報か判断基準がわからない」（30.2%）、「情報が多すぎる」（25.0%）などの順となっている。

Q12 SQ1

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※回答数の多い上位4項目の割合を表示



Q. 13

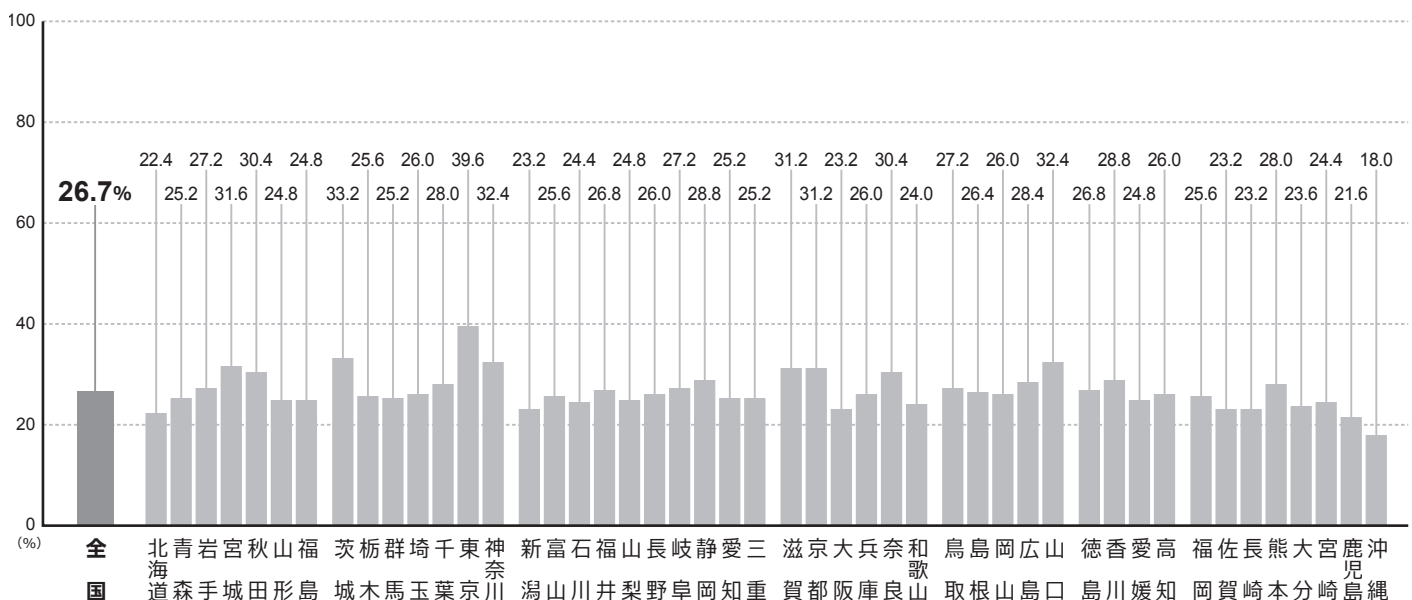
あなたが収集した健康・医療情報が、信頼できる情報だと判断する際、どのようなことを基準にしていますか。（複数回答）

- 収集した健康・医療の情報が正しいかどうかの判断基準として、「政府や公的機関の発信」と回答した割合は全国で26.7%。
- 「東京都」の割合が高く（39.6%）、2位の「茨城県」（33.2%）と6ポイント以上差がついている。

Q13

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

【自国の政府や公的機関が発信している】



4. 不調を感じた時の行動

Q. 16

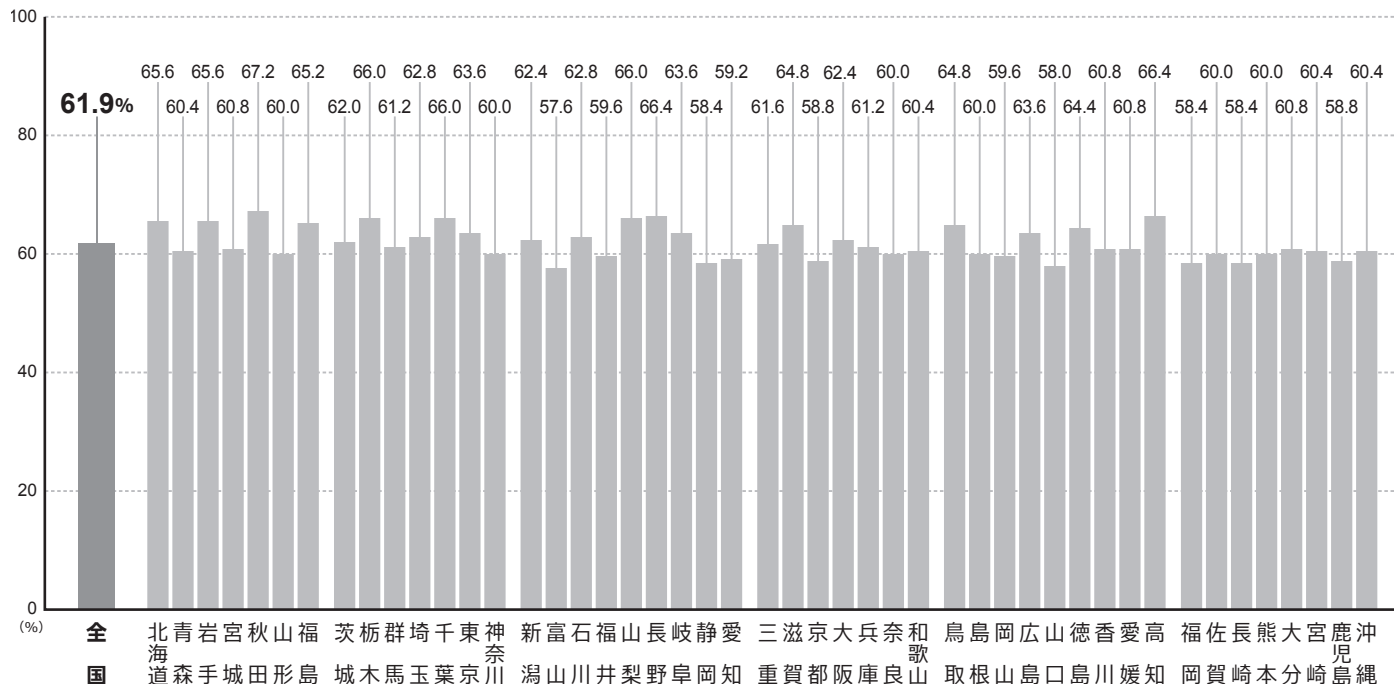
あなたは、原因がはっきりしない不調を感じた時に、どのような行動をとりますか。（複数回答）

- 原因不明の不調を感じた時に、まず「様子を見る」と回答した割合は全国で 61.9%。
一方で「医療機関を受診する」と回答した割合は 34.1%であった。
- 「秋田県」や「長野県」で「様子を見る」が高く、「様子を見る」と「医療機関を受診する」の割合の差が大きい。

Q16-1

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

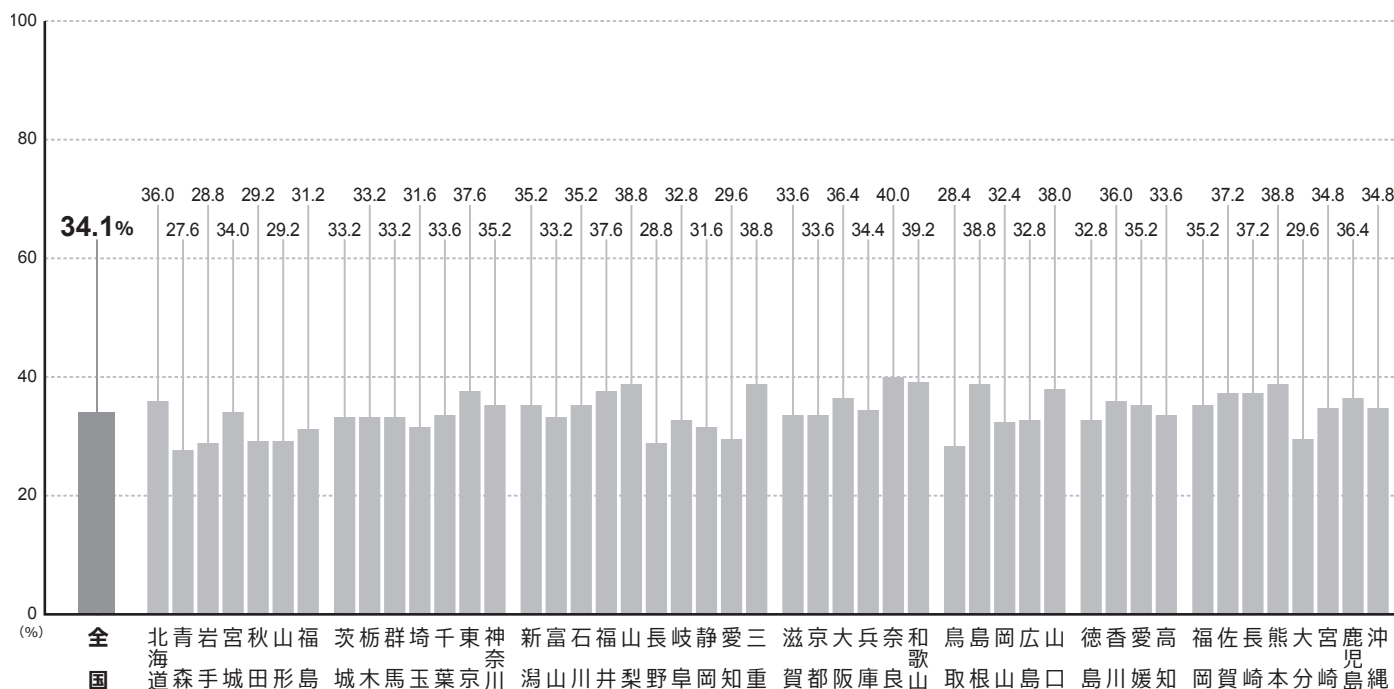
〔様子を見る〕



Q16-2

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

〔医療機関を受診する〕



Q. 18

あなたは、不調を感じた時に、適切に医療受診したり、受診時に自分の症状を正しく伝えたりすることができますか。

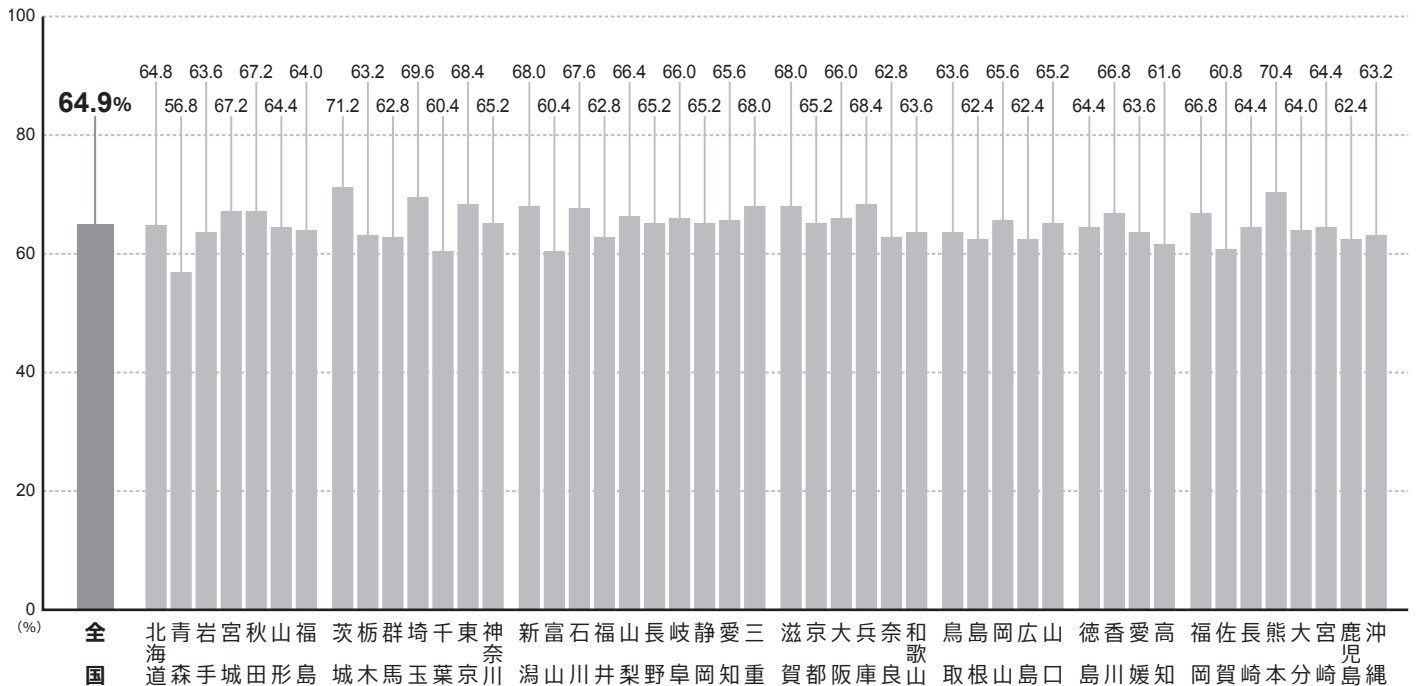
- 適切な医療受診ができるかでは、64.9%の人が「できる」と回答。また、その受診時に症状を正しく伝えることができるかについては、70.8%が「できる」と認識している。
- どちらの設問についても、「青森県」の「できる」の割合が低い。

Q18 SQ1

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔適切な医療受診〕

※「できる」＋「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合

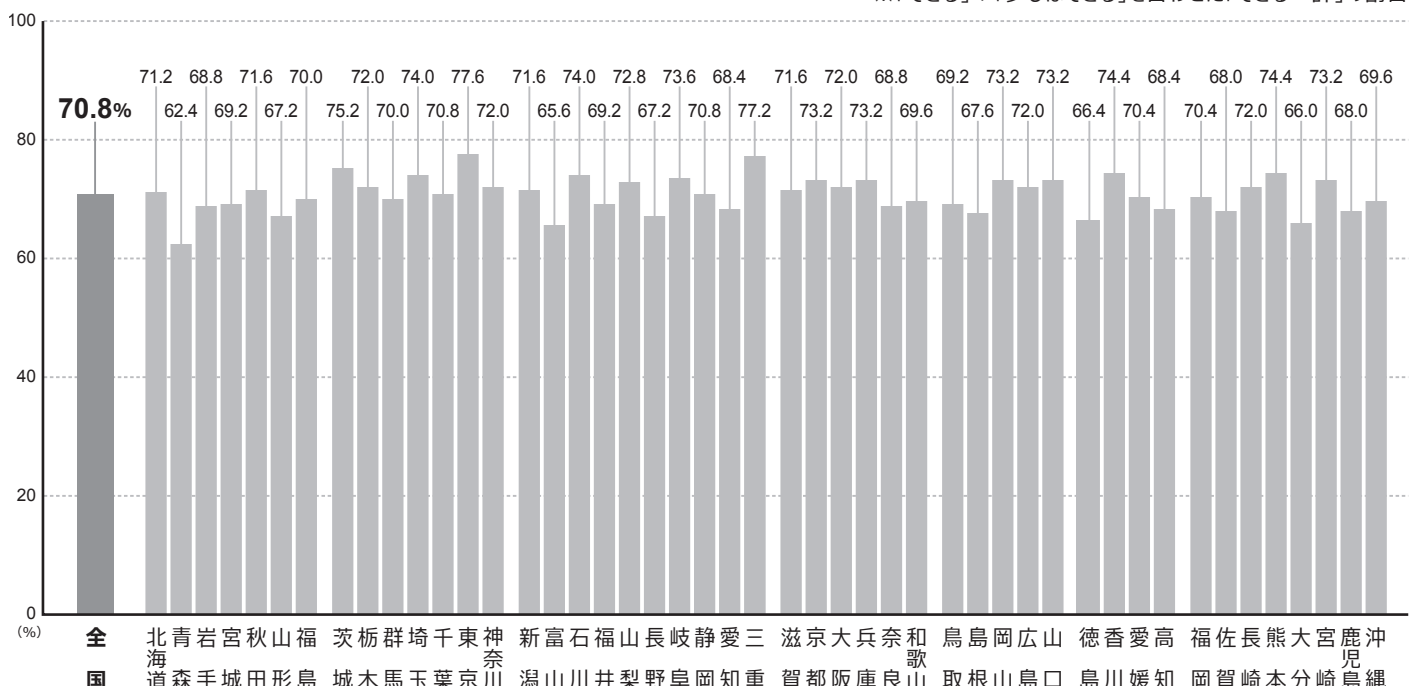


Q18 SQ2

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔受診時に自分の症状を正しく伝えること〕

※「できる」＋「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



4. 不調を感じた時の行動

Q. 19

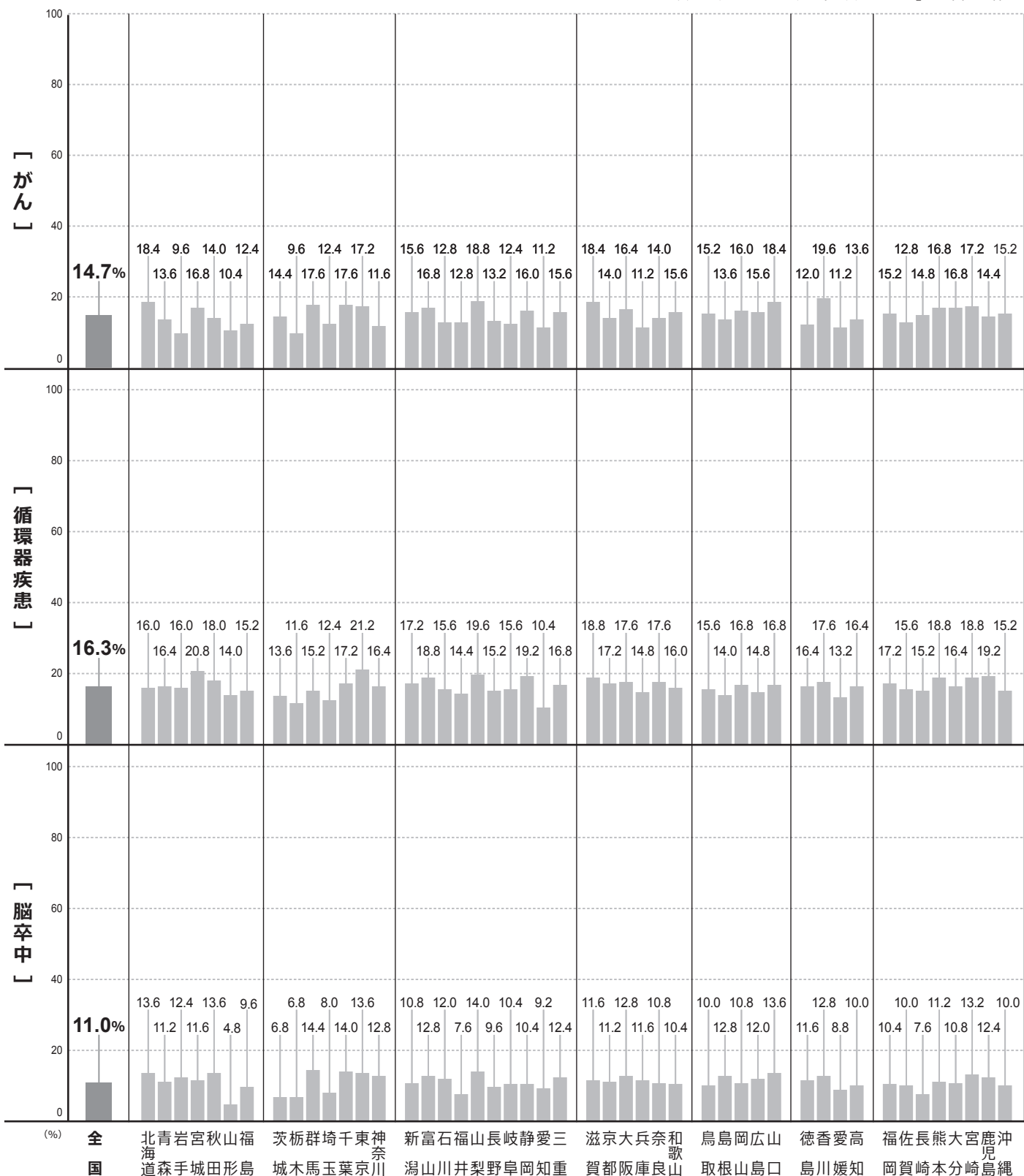
あなたは以下の疾患の予兆や事象に対して、適切な行動をとれますか。(複数回答)

- 「がん」「循環器疾患」「脳卒中」それぞれの予兆や事象に対して、適切な行動がとれるかと聞くと、いずれの疾患においても「とれる」と回答した割合は低く、「がん」は14.7%、「循環器疾患」は16.3%、「脳卒中」は11.0%。
- 「山形県」「栃木県」「愛知県」「愛媛県」の4県の割合がいずれの疾患も低い結果となっている。

Q19

全国<N=11,750>/各都道府県<n=250>

※それぞれの項目に対して、適切な行動が「とれる」と回答した割合



Q. 20

以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

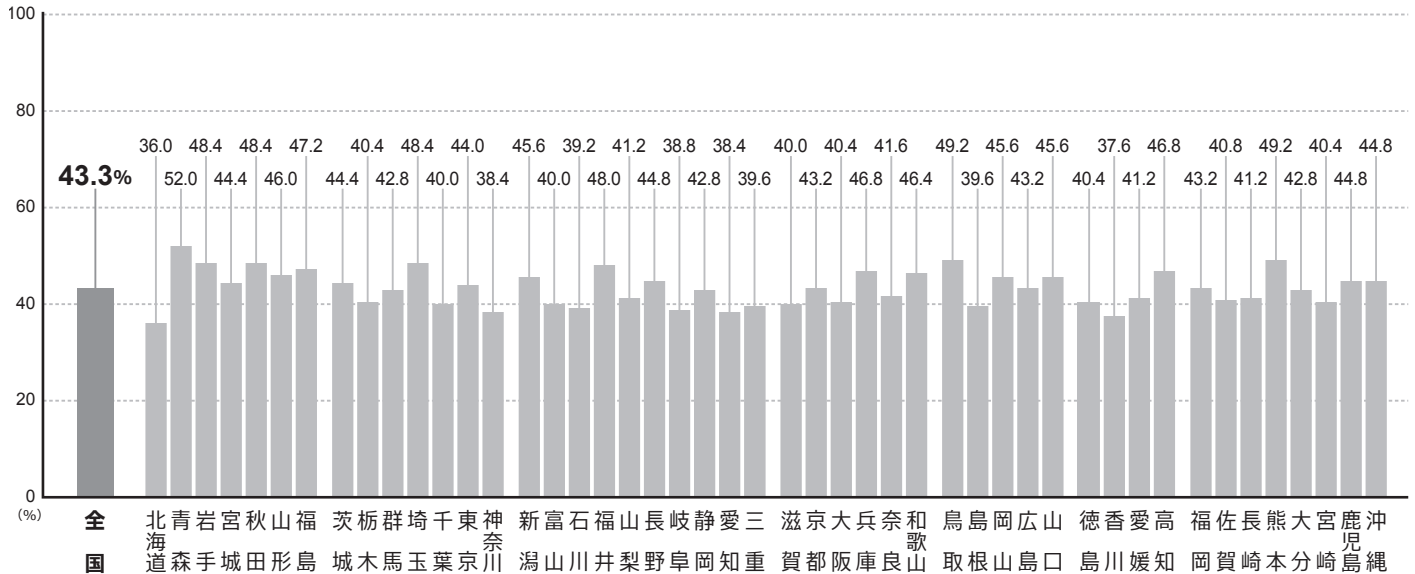
- 日常生活で、慢性的な痛みを感じてもすぐに医療機関などにかかわらずできるだけ我慢するという人は全国で 43.3%。
- 「青森県」が全都道府県において唯一過半数の人が「我慢する」と答えている（52.0%）。一方で「北海道」は最も低く、36.0%。

Q20-2

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔日常生活において慢性的な痛みや苦痛を感じても、できるだけ我慢する〕

※「はい」の割合



Q. 22

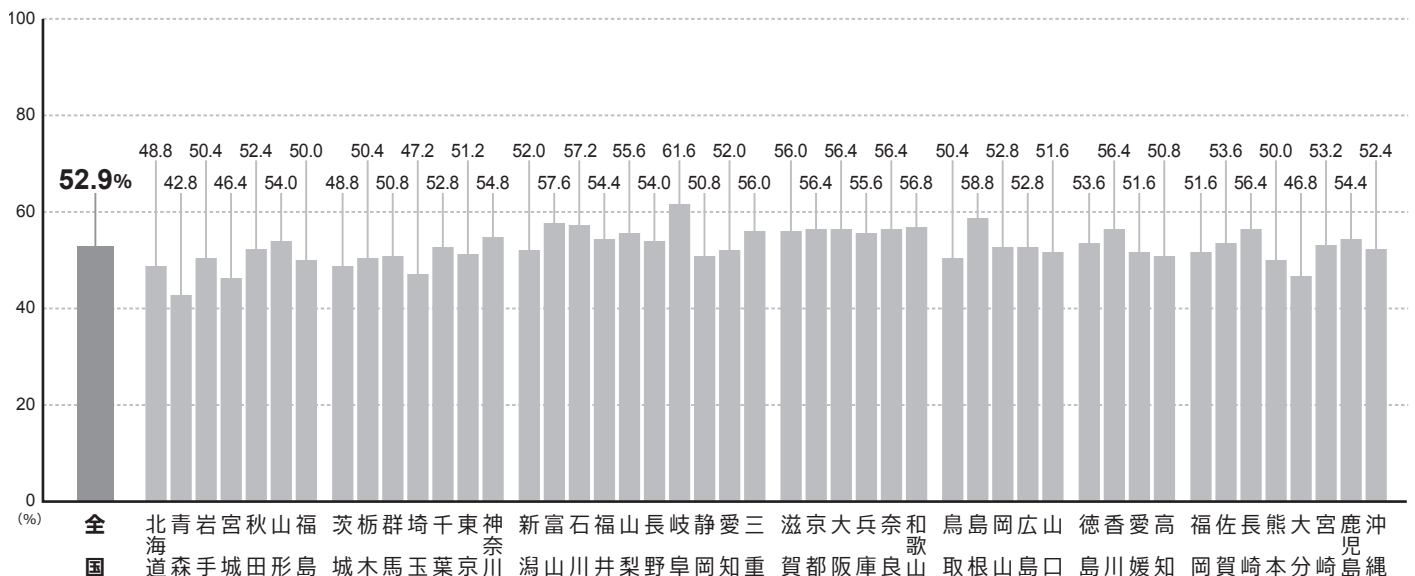
あなたが、体の不調や違和感を感じた時に、すぐに相談できる医療機関はありますか。

- 相談できる医療関係者・医療機関があるかについては、全国で 52.9%と半数超の人が「ある」と回答。
- 都道府県別では「岐阜県」が唯一 6 割超が「ある」と回答（61.6%）。一方で「ある」の割合が半数を下回っているのが低い順に「青森県」「宮城県」「大分県」「埼玉県」「北海道」「茨城県」であった。

Q22

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「ある」の割合



5. 健康管理におけるデジタル活用

Q. 38

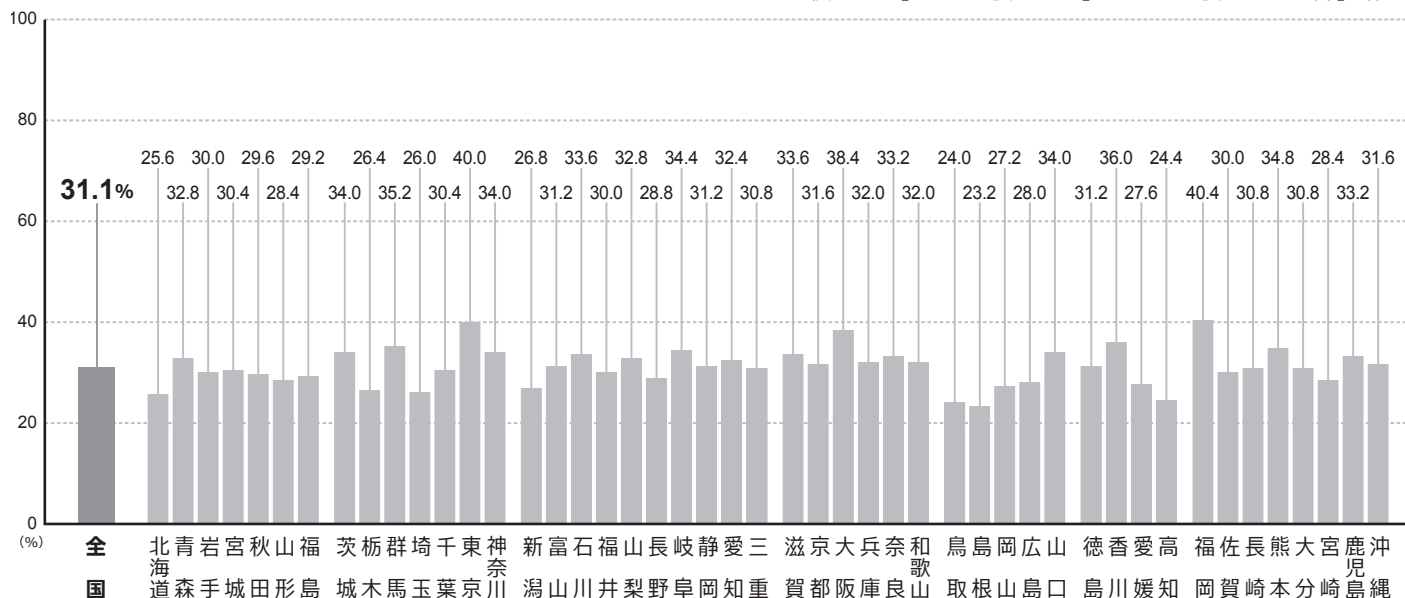
あなたは健康状態を把握するために、スマートウォッチ、活動量計、スマートフォンの健康管理アプリなどの、何らかのデジタルツールを使っていますか。

- 健康状態を把握するデジタルツールの利用状況は、3人に1人が何らかのツールを「使っている」と回答（31.1%）。
- 最も利用率が高いのは「福岡県」（40.4%）、次いで「東京都」（40.0%）、「大阪府」（38.4%）となっている。

Q38

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「いつも使っている」+「時々使っている」を合わせた「使っている・計」の割合



Q. 40

日常生活や医療におけるデジタル化やデータ活用についてどのように考えていますか。（複数回答）

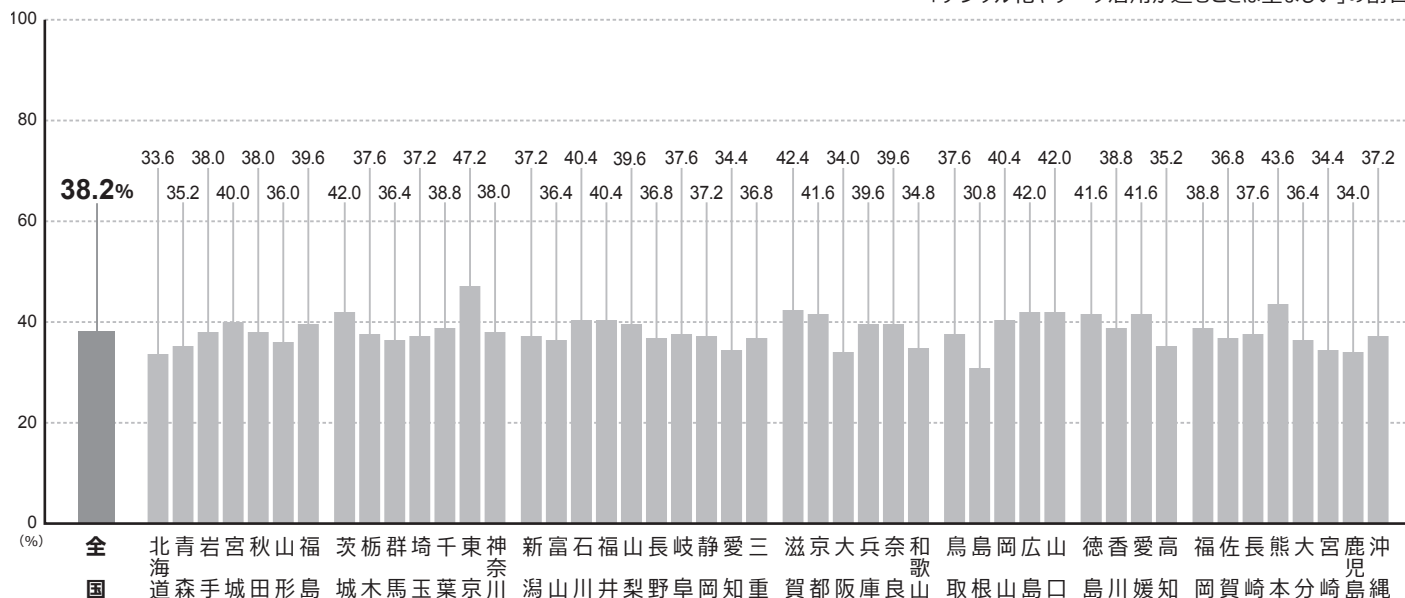
- 日常生活においてデジタル化やデータ活用が進むことが「望ましい」と回答した割合は全国で 38.2%。
- 「東京都」の割合が最も高く、47.2%と5割に近い。一方で最も低かったのは「島根県」（30.8%）で、「東京都」と16ポイント以上の差が開いている。

Q40 SQ1

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

【日常生活（購買記録やキャッシュレス決済など）におけるデジタル化について】

※複数回答のうち、「デジタル化やデータ活用が進むことは望ましい」の割合



Q. 40

日常生活や医療におけるデジタル化やデータ活用についてどのように考えていますか。(複数回答)

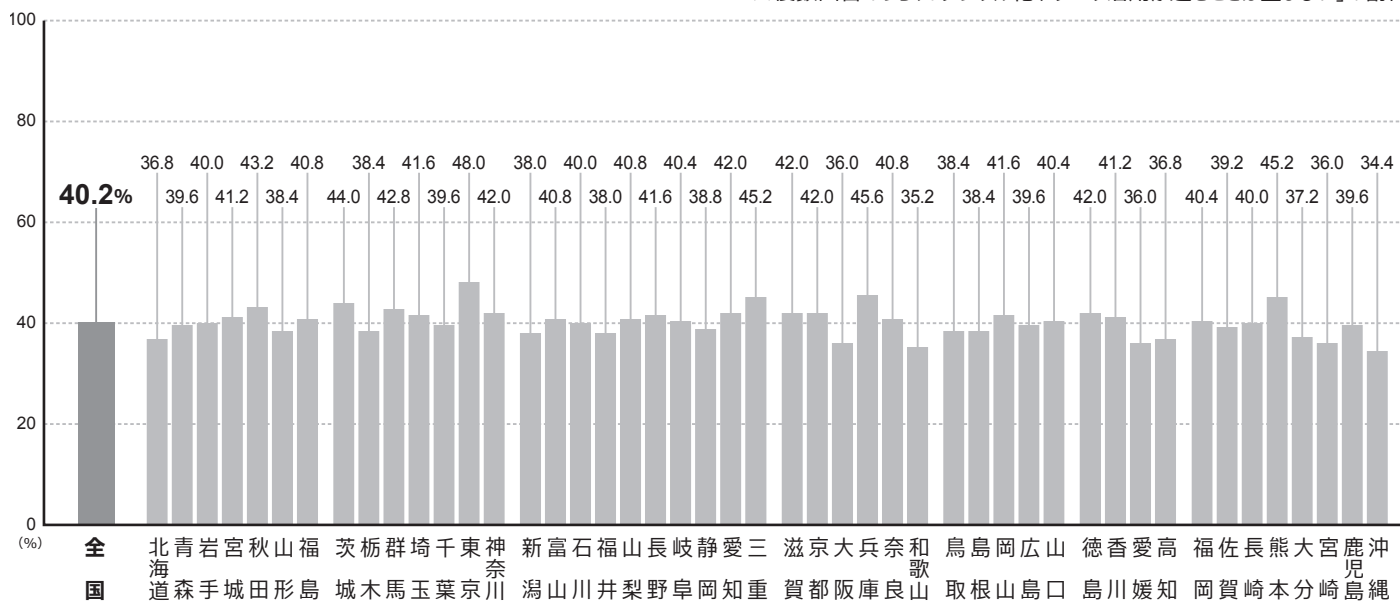
- 医療において「デジタル化やデータ活用が進むことは望ましい」と回答した割合は全国で 4 割 (40.2%)。
- 「東京都」の割合が最も高く 48.0%。最も低かったのは「沖縄県」(34.4%) であった。

Q40 SQ3

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

[医療(診察・診断・治療等)におけるデジタル化について]

※複数回答のうち、「デジタル化やデータ活用が進むことは望ましい」の割合



Q. 41

日常生活での健康管理において、デジタル化やデータ活用が広がることで、どのようなことになると思いますか。(複数回答)

- デジタル化やデータ活用により、「自分の健康管理に役立つ」という回答が最も多く 51.4%、「病気の早期発見・治療が可能になる」が次いで 48.5% であった。
- 「健康寿命を延ばすことができる」や「国の医療費の最適化につながる」という意見は少なく、いずれも 2 割に満たない。

Q41

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

※複数回答のうち、該当項目のみ抜粋して表示

自分の健康管理に役立つ	51.4%	48.0	46.0	52.4	53.6	56.0	49.2	55.6	50.4	56.8	48.4	50.0	46.8	51.2	51.2	54.4	51.6	45.6	56.8	54.4	46.8	48.8	56.4	54.0	53.2																					
		53.2	55.6	50.8		56.0	51.6	49.2	55.6	44.4	52.0	54.4	52.0	54.0	54.0	50.8	49.2	47.2	48.8	52.0	54.8	49.2	46.8	47.6	50.4																					
病気の早期発見・早期治療が可能になる	48.5%	46.4	42.4	52.0	52.8	51.6	48.0	41.6	45.6	48.4	54.0	55.6	51.2	45.6	47.6	44.0	49.2	48.0	47.6	50.8	45.2	46.4	54.4	56.0	50.4																					
		42.8	43.6	48.0		48.0	46.8	50.0	48.4	49.6	52.4	49.2	48.4	46.8	51.2	47.6	42.8	47.6		45.6	48.0	46.0	52.4	44.0	50.8																					
健康寿命を延ばすことができる	19.8%	16.0	15.6	23.2	22.4	14.4	19.6	19.2	19.6	18.4	21.6	17.2	22.0	20.4	21.2	18.0	18.4	19.6	20.0	22.0	15.6	18.8	25.2	19.6	15.2																					
		22.4	22.0	20.0		20.8	20.4	18.8	22.0	19.2	18.0	22.0	22.4	22.8	22.0	18.8	14.8	23.2		20.8	18.4	15.2	19.2	16.0	24.8																					
予防行動を促進し、国の医療費の最適化につながる	13.7%	13.2	14.0	16.0	13.6	12.0	10.4	17.2	10.0	12.0	14.4	12.8	8.4	12.0	14.4	13.2	16.4	12.8	14.4	16.8	15.6	14.8	15.2	15.6	15.6																					
		14.8	14.8	12.0		16.0	14.8	14.4	16.8	12.4	12.4	14.4	14.4	11.2	14.4	10.0	15.6	12.8		11.2	12.8	11.6	13.6	12.8	16.4																					
(%) 全国		北海道	青森県	岩手県	宮城県	秋田県	山形県	福島県	茨城県	栃木県	群馬県	千葉県	東京都	神奈川県	新潟県	富山県	石川県	福井県	山梨県	長野県	岐阜県	静岡県	愛知県	三重県	滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	和歌山県	山口県	鳥取県	島根県	岡山県	広島県	徳島県	香川県	愛媛県	高知県	福岡県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県

6. コミュニケーション

Q. 32

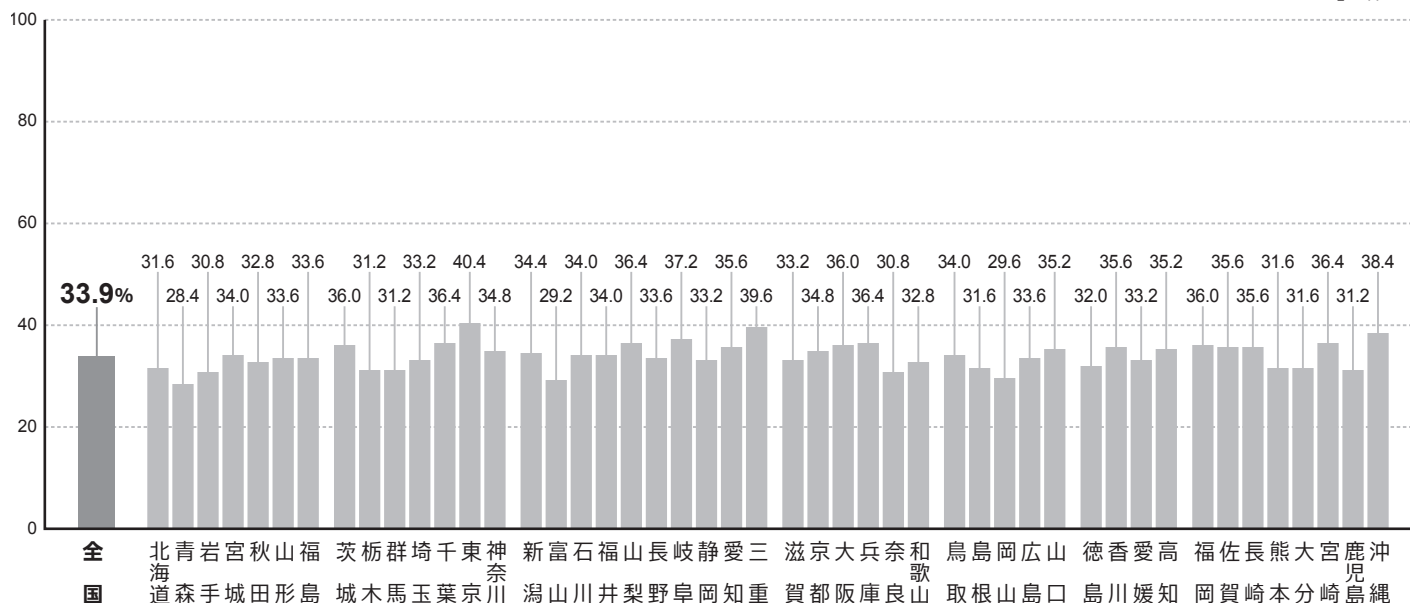
あなたは、診察を受ける際に医療関係者と対話することができますか。

- 医師や看護師などに質問や意見を伝えることができるかについては、全国で 33.9%の人が「できる」と回答。
- 「東京都」が最も「できる」の割合が高く、全都道府県の中で唯一 4 割を超えている (40.4%)。一方で「できる」の割合が低いのは「青森県」「富山県」「岡山県」。

Q32

全国 $\langle N=11,750 \rangle$ / 各都道府県 $\langle n=250 \rangle$

※「できる」の割合



Q. 33

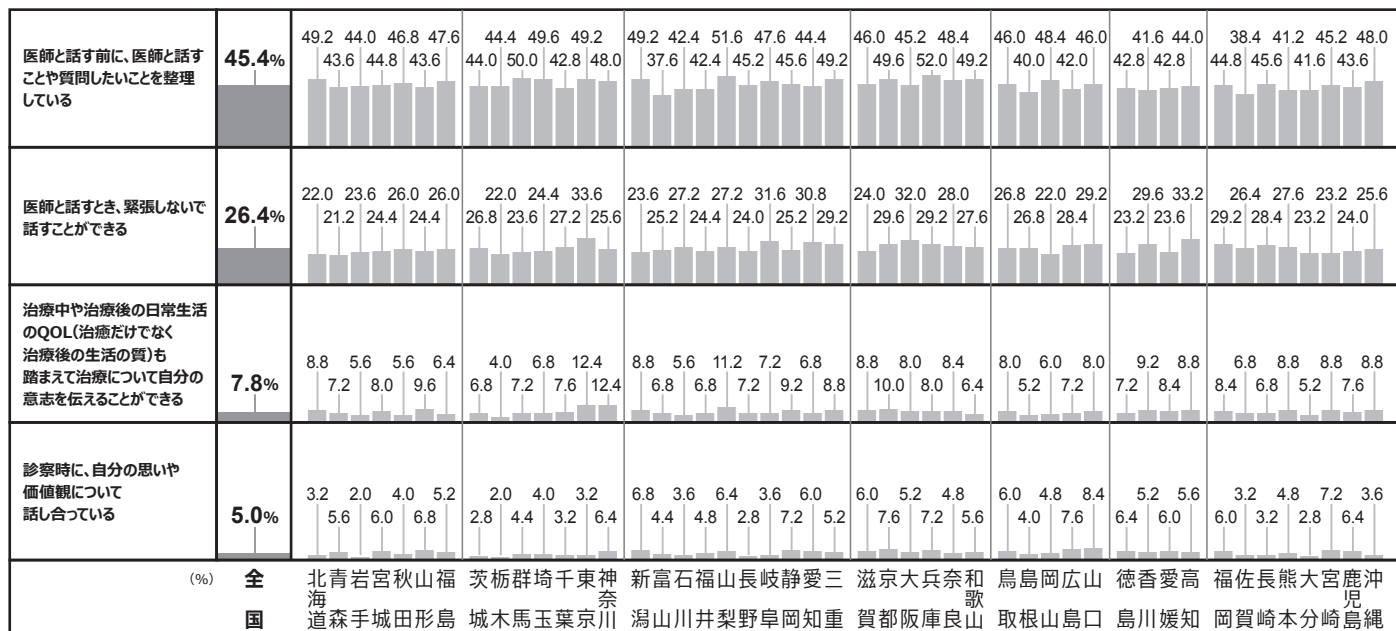
医療機関で受診する際、医師とのコミュニケーションで、あなたにあてはまるものをお答えください。（複数回答）

- 「話すことや質問したいことを整理している」が最も多く45.4%。一方で「緊張しないで話することができる」は3割未満で(26.4%)、「予後のOOLも踏まえて自分の意志を伝える」や「自分の思いや価値観を話している」は1割未満。

Q33

全国 $\langle N=11,750 \rangle$ / 各都道府県 $\langle n=250 \rangle$

※複数回答のうち、該当項目のみ抜粋して表示



Q. 35

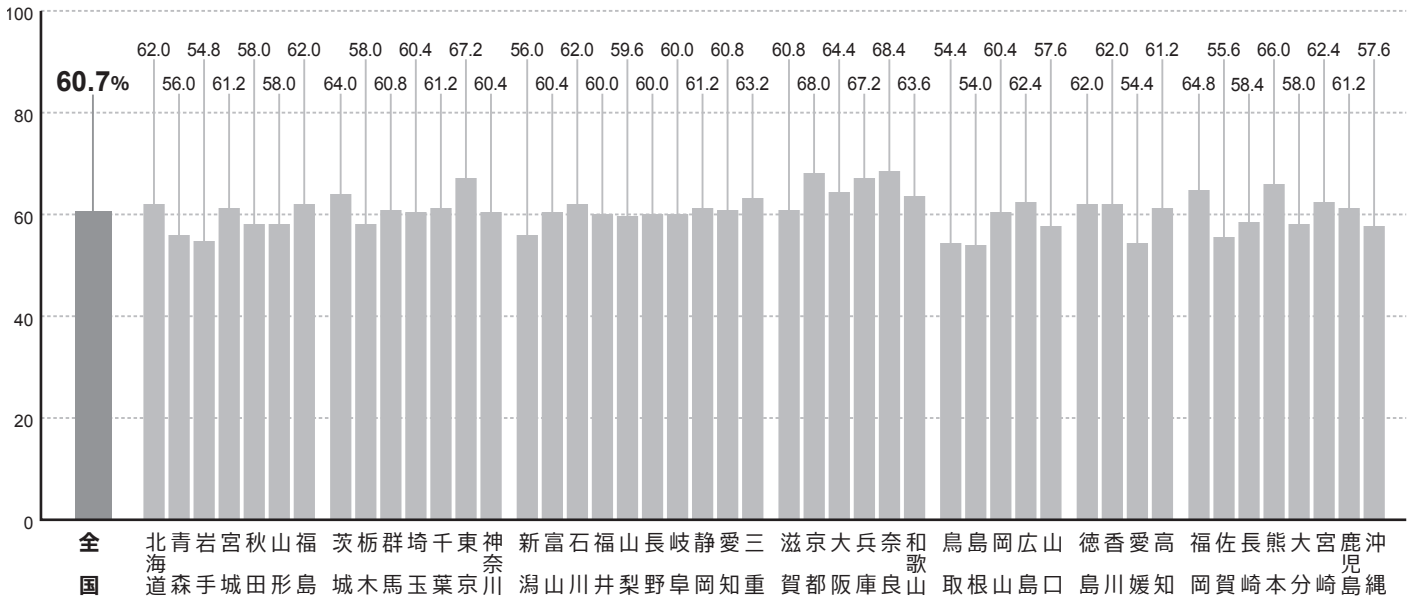
あなたは、病気やケガになり治療法を検討する際、
ご自身の治療方針の決定に主体的に関与できますか。

- 病気などの治療方針の決定に関与できるかについては、全国で6割が「できる」と回答（60.7%）。
- エリア別で見ると、近畿地方の府県で「できる」割合が高い傾向が見られ、特に、「奈良県」（68.4%）「京都府」（68.0%）「兵庫県」（67.2%）が高い。

Q35

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「できる」＋「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



Q. 36

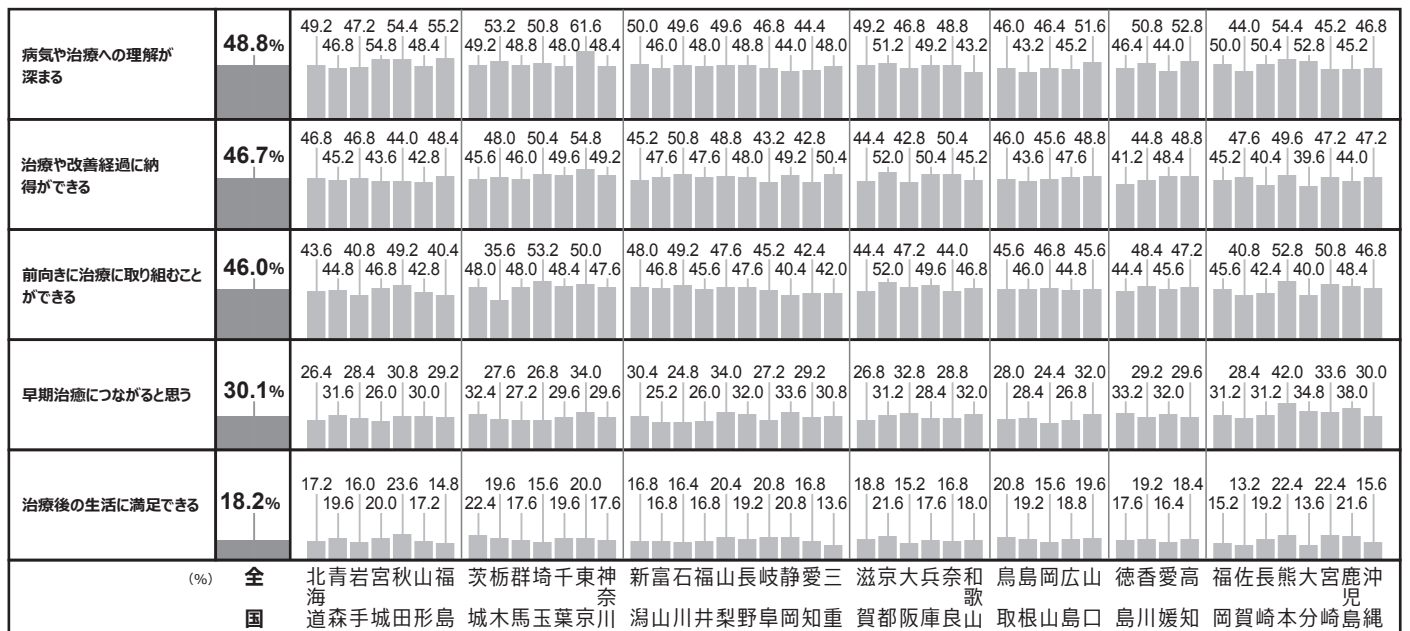
あなたは、病気やケガになり治療法を検討する際、ご自身の治療方針の決定に
主体的に関与できることのメリットはどのようなことだと思いますか。（複数回答）

- 治療方針の決定に関与することのメリットを聞くと、「病気や治療への理解が深まる」、「治療や改善経過に納得ができる」、「前向きに治療に取り組むことができる」などがそれぞれ5割近くあげられている。

Q36

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※複数回答のうち、該当項目のみ抜粋して表示



7. 健康に対する意識

Q. 15

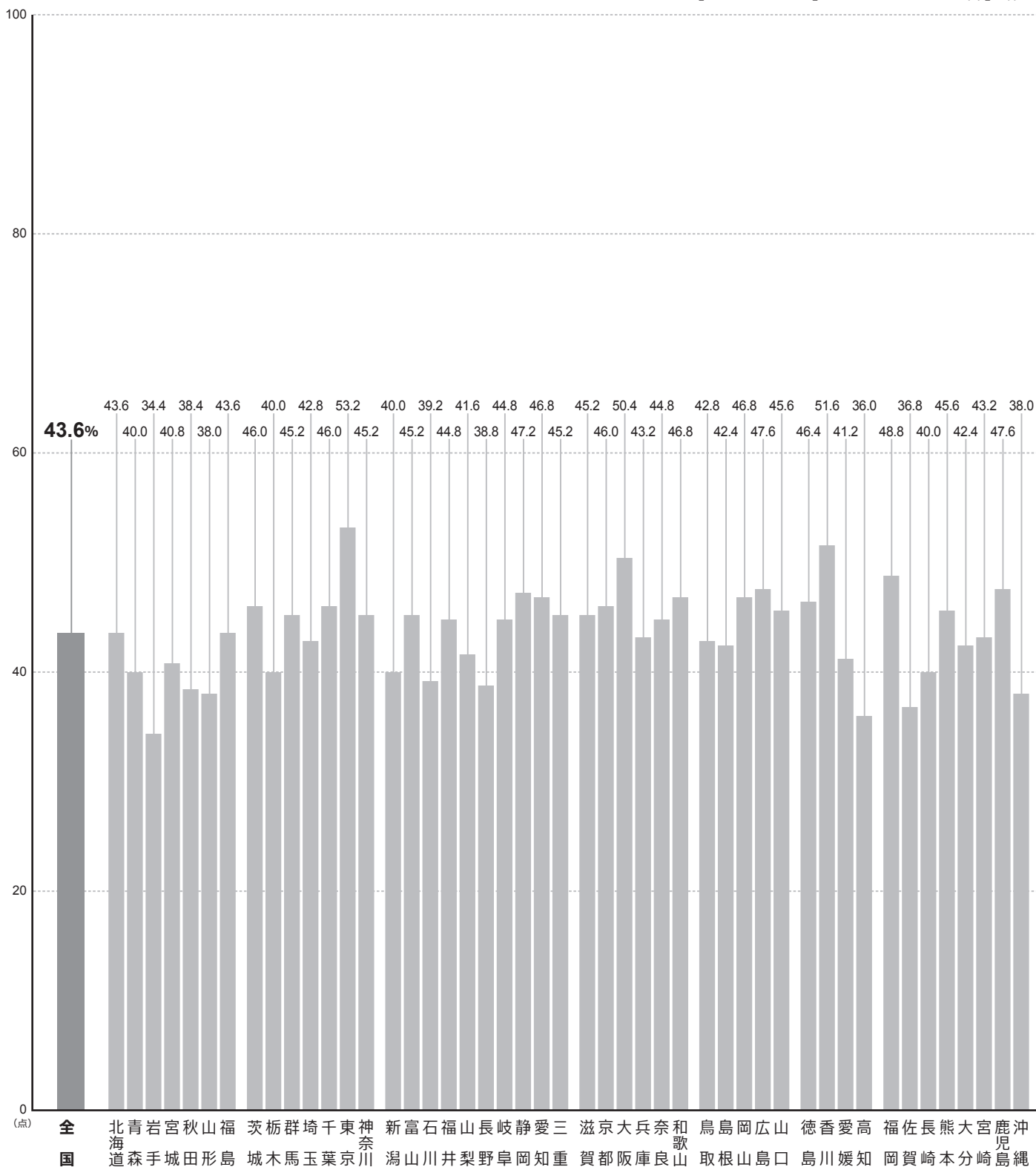
世界保健機関(WHO)は、「健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態であること」としています。あなたはご自身が「健康」であると思いますか。

- 自身が健康であると思うかどうかについては、全国で 43.6%の人が健康であると思うと回答。
- 都道府県別に見ると、半数を超えるのは「東京都」「香川県」「大阪府」の3県であった。
また、最も割合が低かったのは「岩手県」(34.4%)。

Q15

全国<N=11,750> / 各都道府県<n=250>

※「そう思う」+「ややそう思う」を合わせた「そう思う・計」の割合



Q. 44

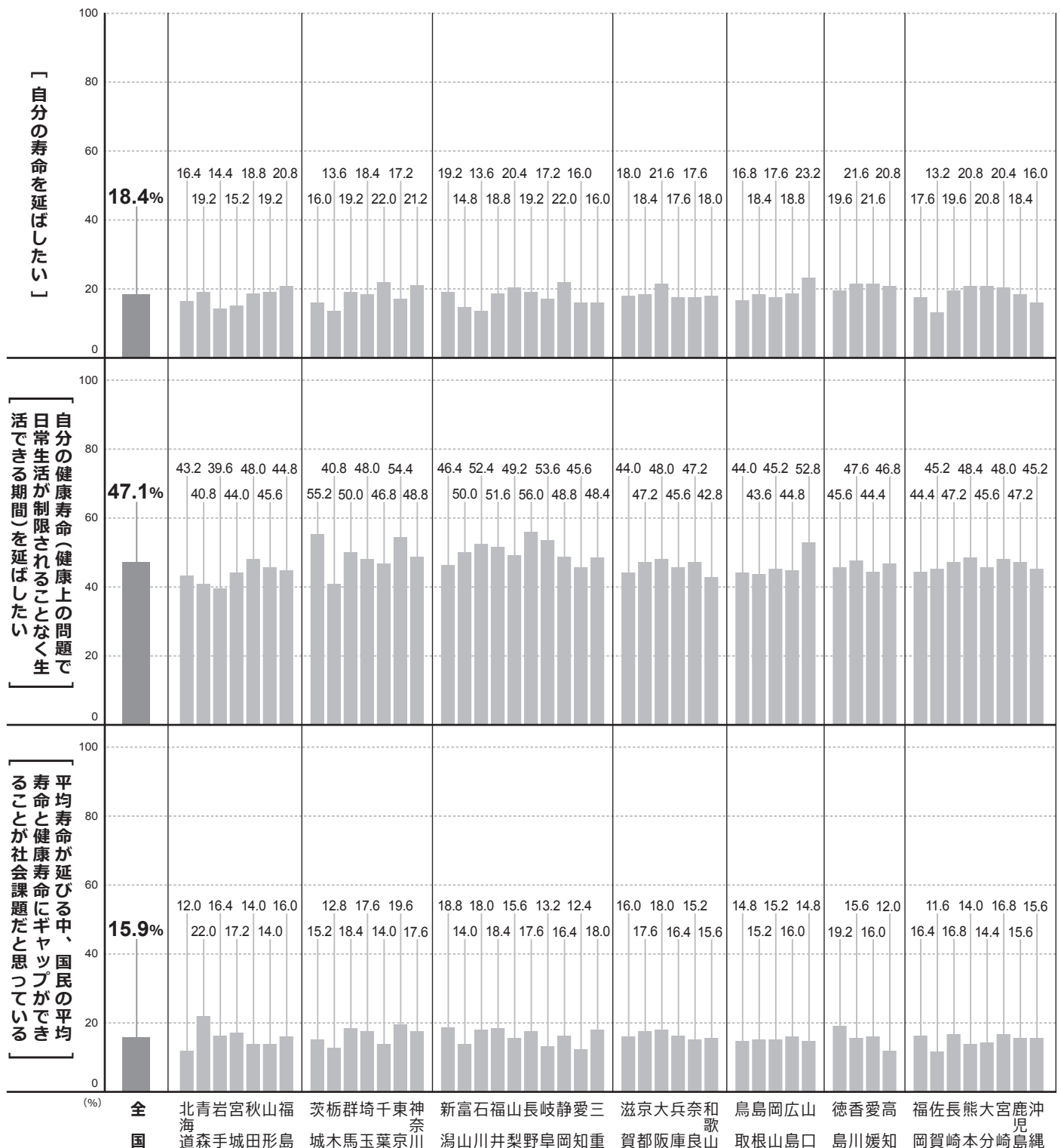
寿命や健康寿命に関して、以下の中から、
あなたにあてはまることをすべてお答えください。(複数回答)

- 「自分の寿命を延ばしたい」という人は全国で 18.4%と 2 割弱であった。「佐賀県」が最も低く、13.2%。
- 「健康寿命を伸ばしたい」と思っている人は、全国で 47.1%。最も思っている人が多かったのは「長野県」(56.0%) で、最も少なかったのは「岩手県」(39.6%)。
- 「平均寿命と寿命にギャップができることが社会課題だ」と思っている人は、全国で 15.9%であった。いずれの都道府県も 2 割未満の中、「青森県」のみ唯一 2 割を超える人が「そう思う」と答えている (22.0%)。

Q44

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

※複数回答のうち、該当項目のみ抜粋して表示



7. 健康に対する意識

Q. 45

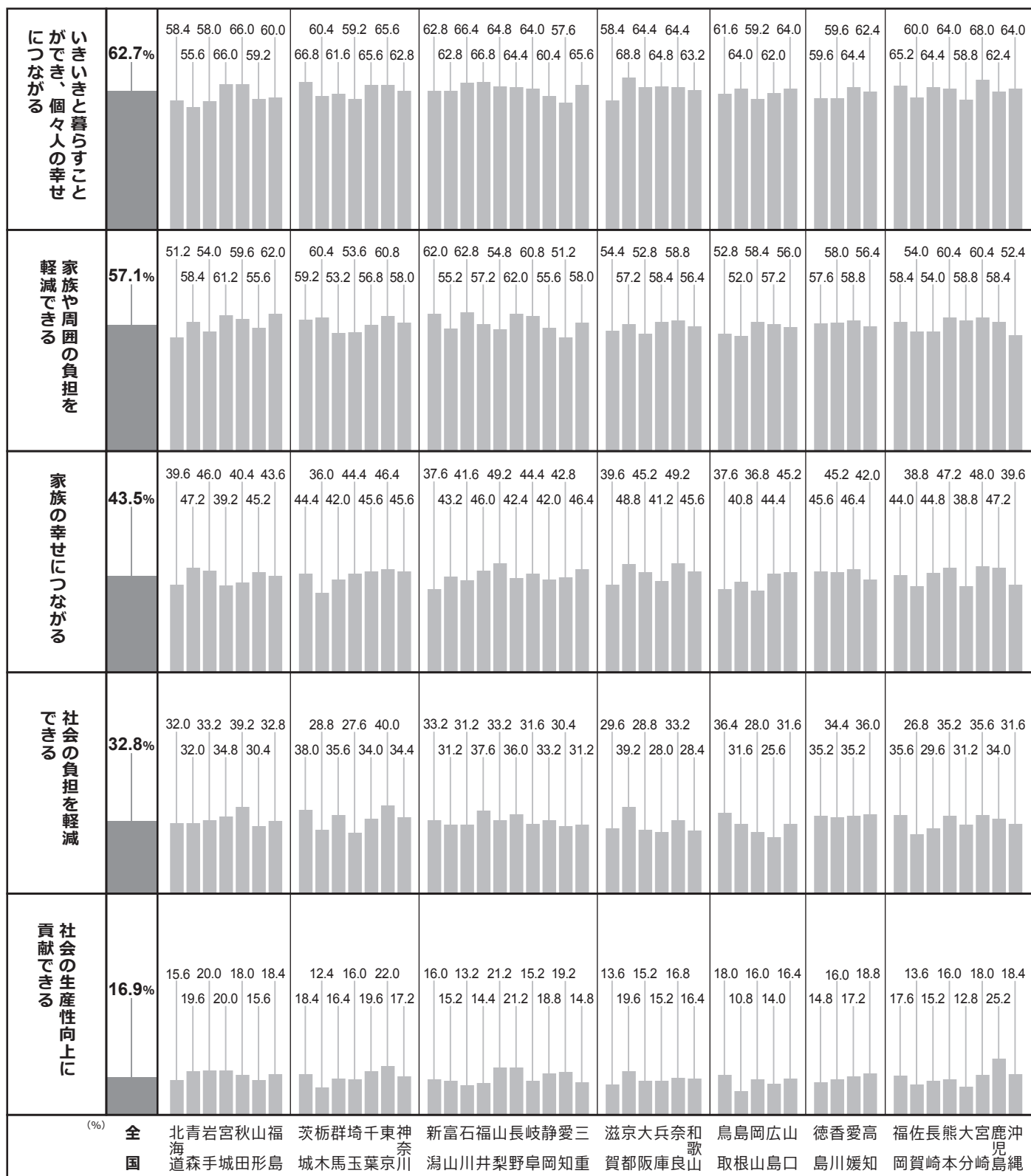
「平均寿命と健康寿命のギャップをなくすことが大切だ」と言われる理由として
あてはまるものをお答えください。(複数回答)

- 平均寿命と健康寿命のギャップを縮めることが重要だと言われる理由をあげてもらうと、「いきいきと暮らすことができ、個々人の幸せにつながる」という回答が最も多く、全国で 62.7%。次いで「家族や周囲の負担を軽減できる」(57.1%)、「家族の幸せにつながる」(43.5%) などが続く。

Q45

全国 <N=11,750> / 各都道府県 <n=250>

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



Q. 28

以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

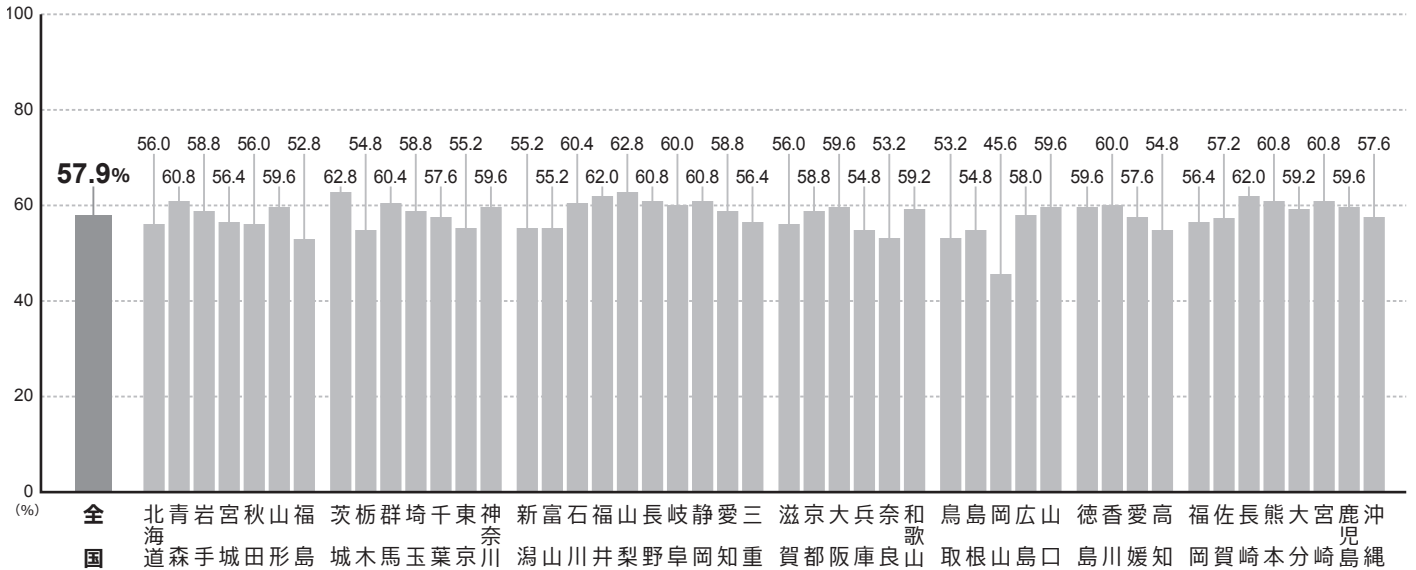
- 健康や健康寿命に関する意識を聞くと、「いつも、自分の健康状態を気にしている」と答えた人は全国で 57.9%。
- 「茨城県」と「山梨県」が最も多く「気にしている」と回答している（共に 62.8%）。
一方で「岡山県」は全都道府県の中で最も低い割合となっている（45.6%）。

Q28 SQ1

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

【いつも、自分の健康状態を気にしている】

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



Q. 28

以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

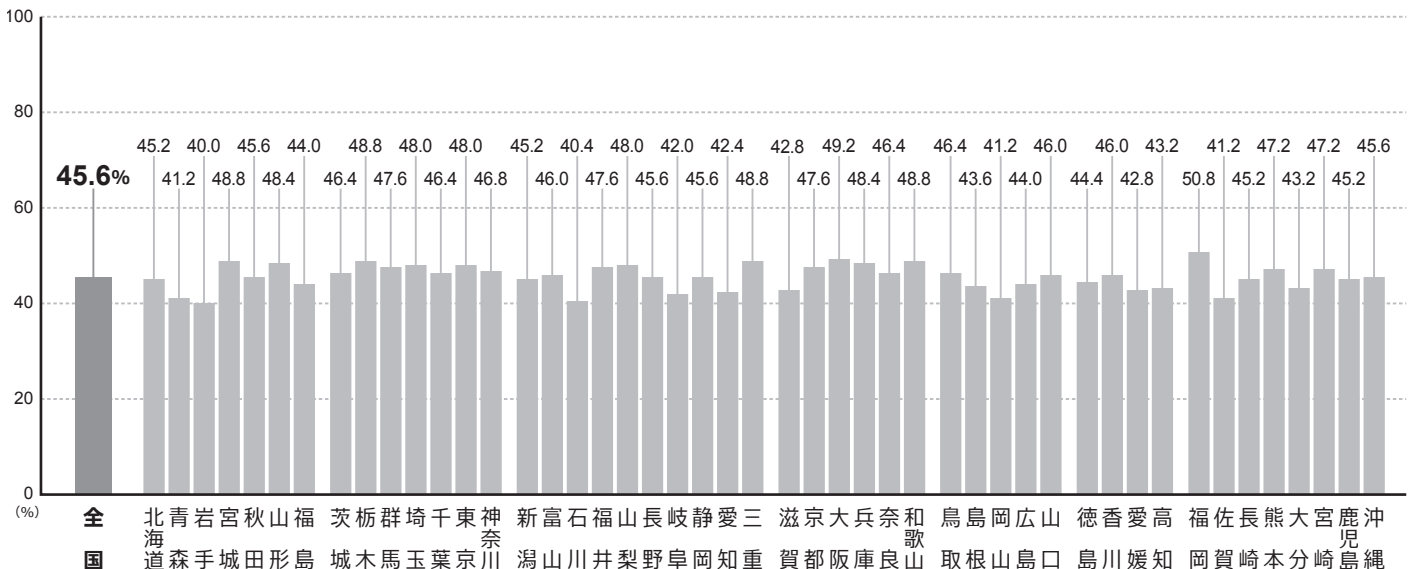
- 「病気の予防や健康維持のために行っていることがある」と答えた人は全国で 45.6%。
- どの都道府県も半数を切る中、「福岡県」のみ過半数の人が「行っていることがある」と回答している（50.8%）。

Q28 SQ2

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

【病気の予防や健康維持のために行っていることがある】

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



8. 健康診断・がん検診について

Q. 23

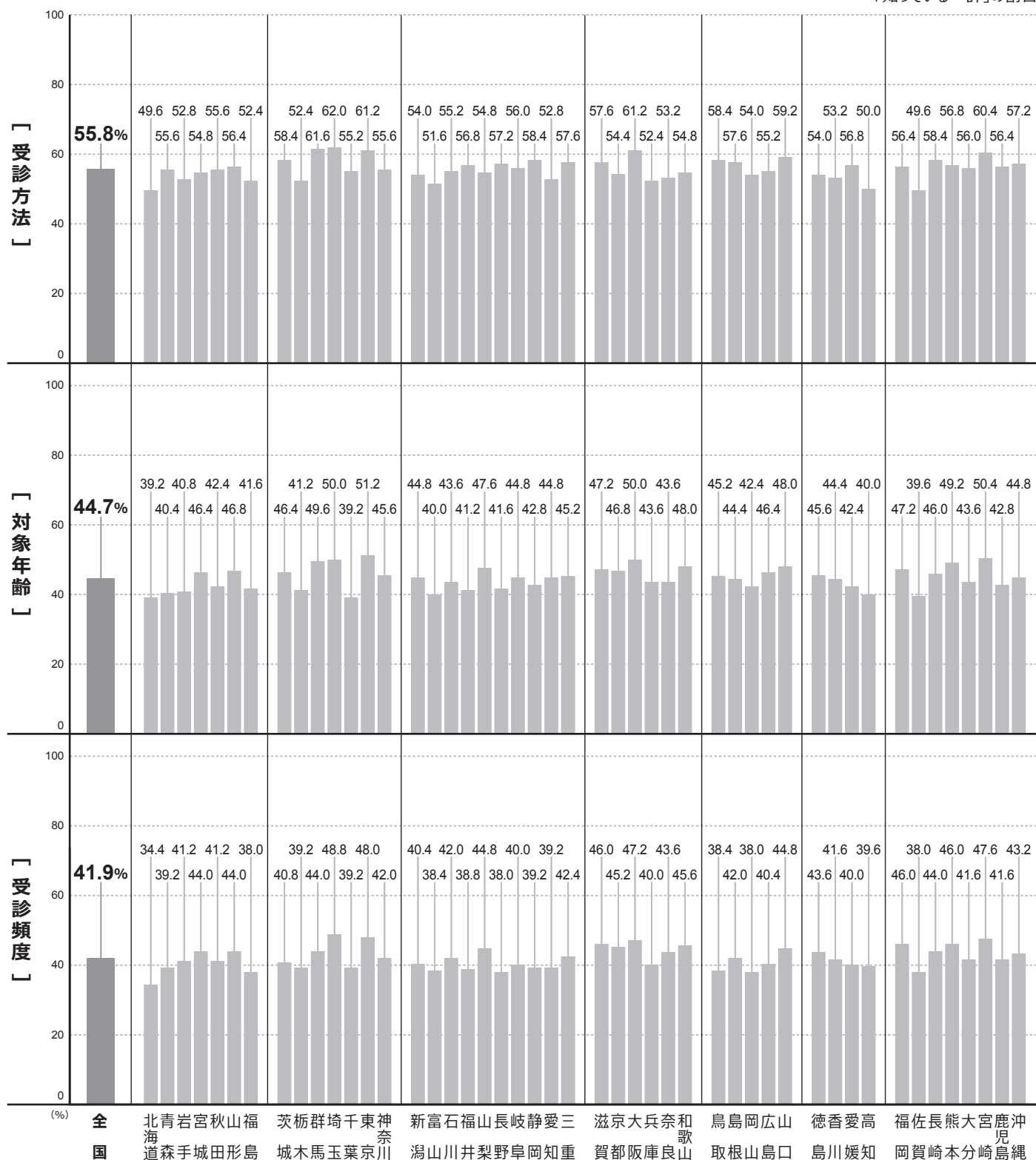
受けるべき健康診断・がん検診に関して、受診方法・対象年齢・受診頻度を知っていますか。

- 「受診方法」については全国で 55.8%と過半数の人が「知っている」と回答。
最も認知度が高かったのは「埼玉県」(62.0%)。
- 「対象年齢」については、44.7%の人が「知っている」という結果。「東京都」が最も認知度が高い(51.2%)。
- 「受診頻度」については全国で 41.9%。「埼玉県」が最も認知度が高い(48.8%)。

Q23

全国<N=11,750>／各都道府県<n=250>

※「よく知っている」+「だいたい知っている」を合わせた
「知っている・計」の割合



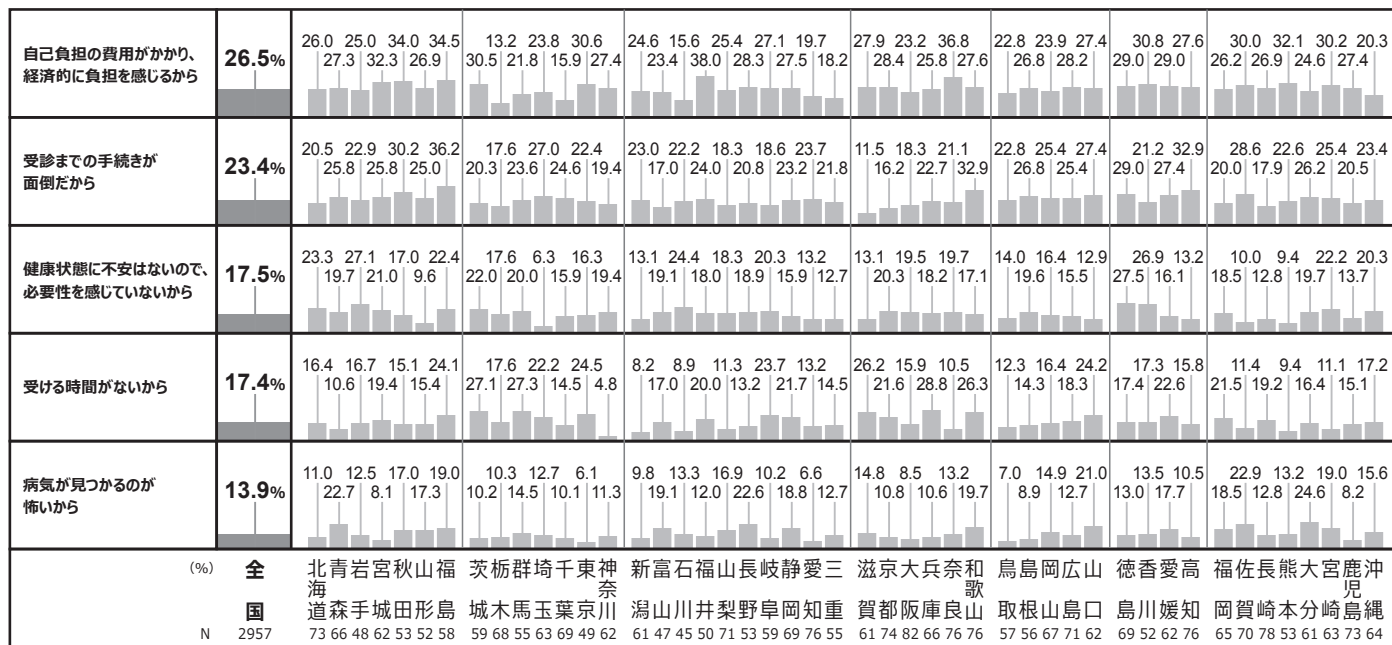
Q. 27

各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「法律で規定された健康診断」を受けない理由は、「経済的に負担を感じるから」が最も多く26.5%。
次いで「手続きが面倒だから」「必要性を感じていないから」「受ける時間がないから」などの理由が続く。

Q27 SQ1 【法律で規定された健康診断（国・自治体・勤務先などが機会を提供）】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



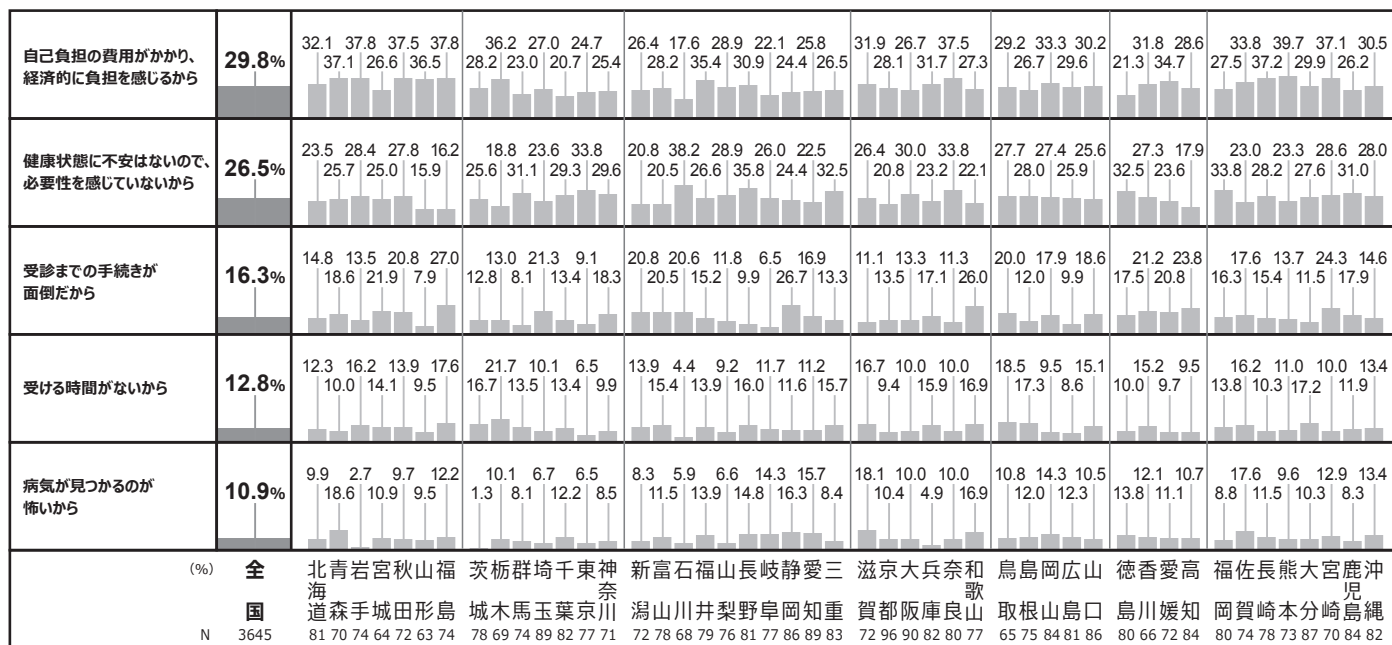
Q. 27

各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「胃がん検診」を受けない理由は「経済的に負担を感じるから」がトップで29.8%と3割弱。
「必要性を感じていないから」（26.5%）、「手続きが面倒だから」（16.3%）などが次いであげられている。

Q27 SQ3 【胃がん検診】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



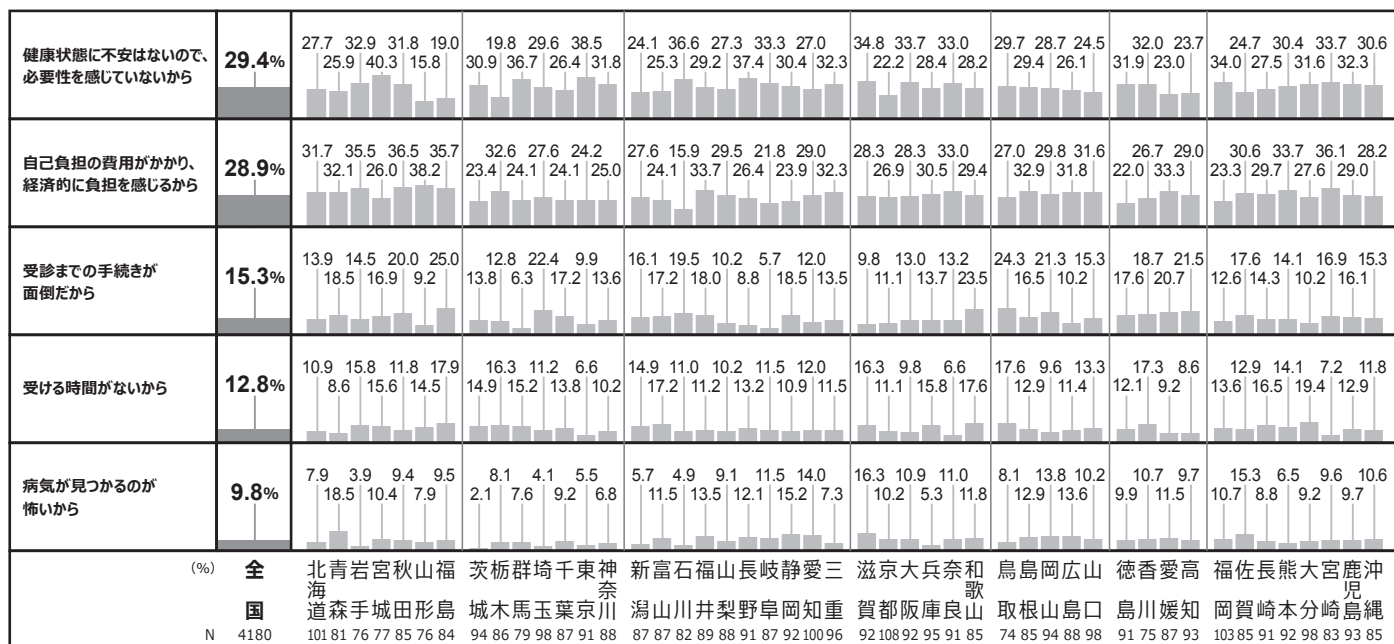
8. 健康診断・がん検診について

Q. 27 各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「肺がん検診」を受けない理由は「必要性を感じていないから」が最も多く（29.4%）、次いで同程度「経済的に負担を感じるから」という理由も多い（28.9%）。

Q27 SQ4 【肺がん検診】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示

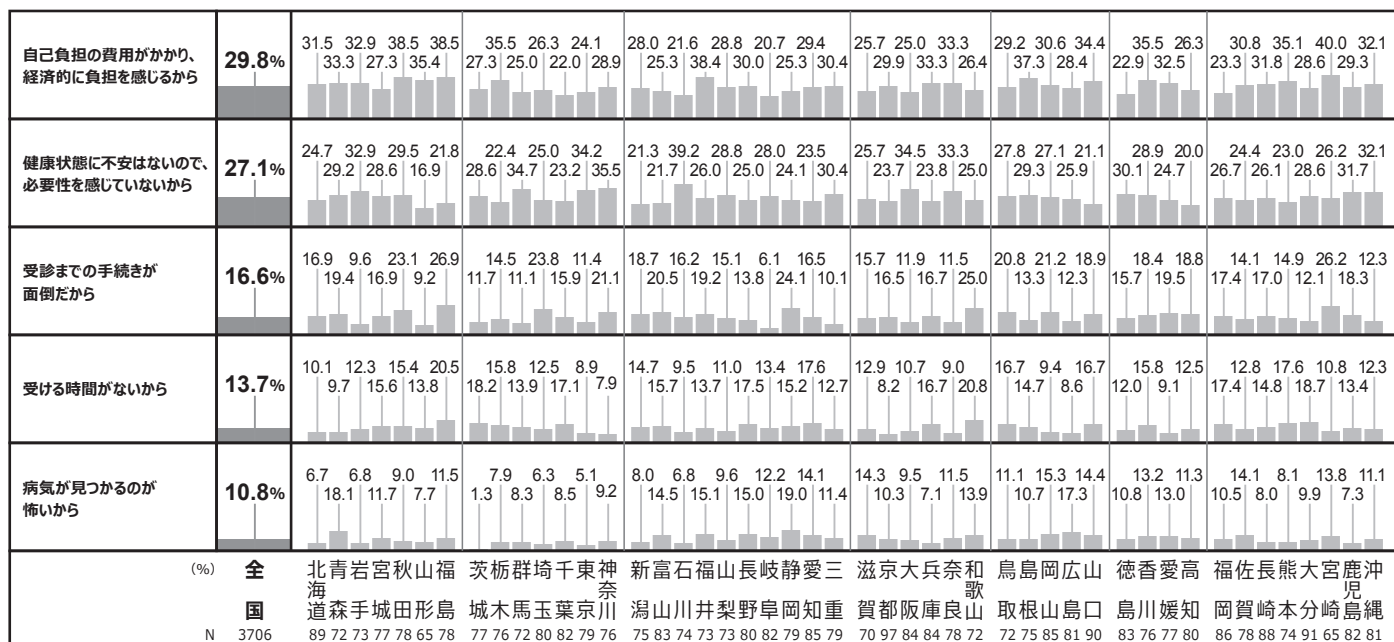


Q. 27 各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「大腸がん検診」については、「経済的に負担を感じるから」が3割弱あがられ（29.8%）、「必要性を感じていないから」（27.1%）、「手続きが面倒だから」（16.6%）という理由が続き、大まかな傾向は「胃がん検診」と同様である。

Q27 SQ5 【大腸がん検診】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



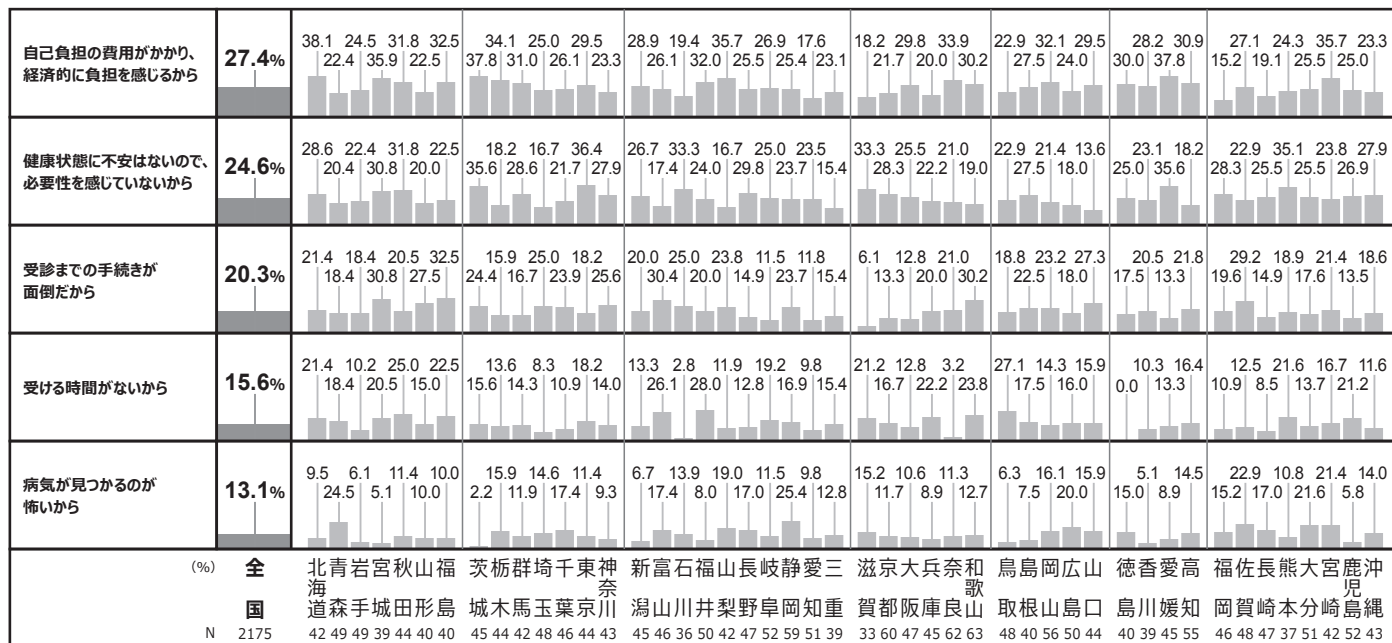
Q. 27

各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「子宮頸がん検診」も、「経済的に負担を感じるから」（27.4%）、
「必要性を感じていないから」（24.6%）、「手続きが面倒だから」（20.3%）の順で理由があげられている。

Q27 SQ6 【子宮頸がん検診】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



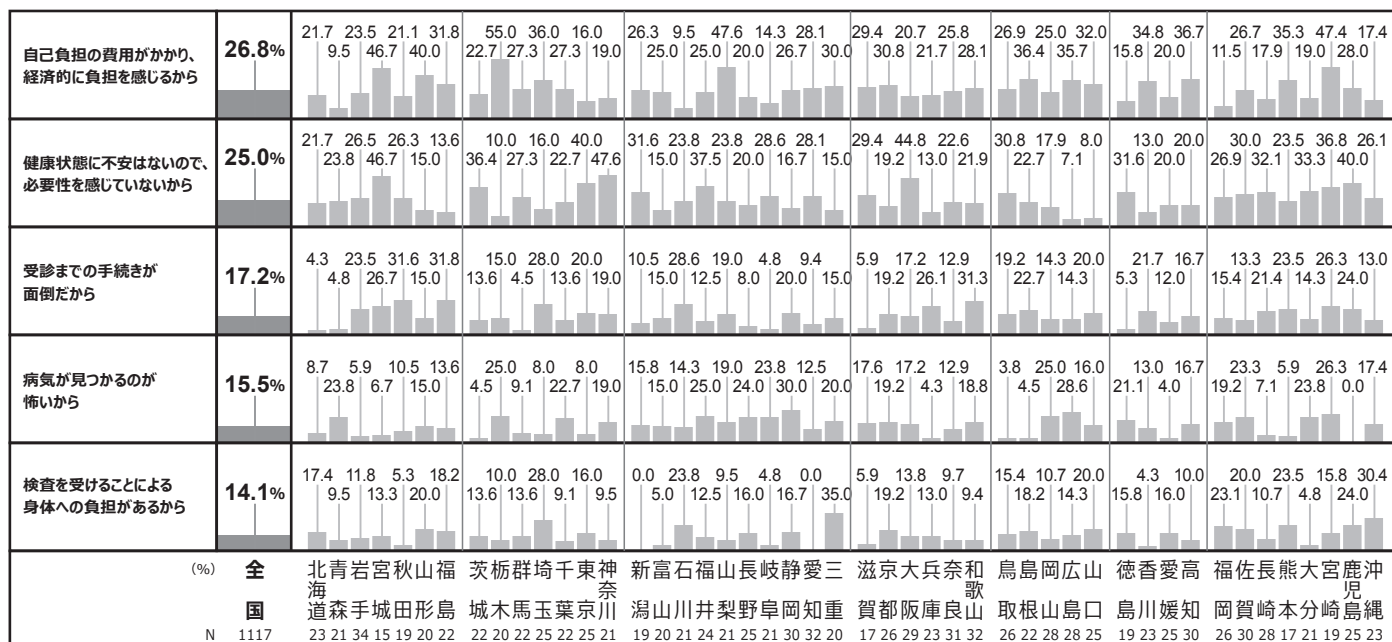
Q. 27

各項目それぞれについて、「受けたことがない」理由をお知らせください。（複数回答）

- 「乳がん検診」についても、「経済的に負担を感じるから」（26.8%）、「必要性を感じていないから」（25.0%）などの順。なお、「乳がん検診」はサンプルサイズが小さいため、都道府県別の数値は参考程度にとどめられたい。

Q27 SQ7 【乳がん検診】

※回答の多い上位5項目の割合のみ表示



8. 健康診断・がん検診について

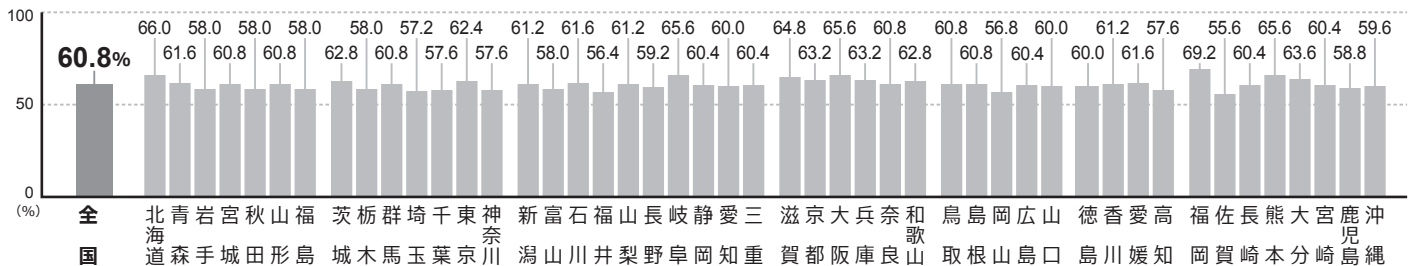
Q. 30 健康診断、がん検診を受診後、再検査が必要になった際、適切な行動がとれますか。

- 再検査が必要になった際、適切な行動がとれるかについては、全国で 60.8%の人が「できる」と回答。
- 「福岡県」は「できる」人の割合が高く、69.2%と7割近くに迫っている。

Q30

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

※「できる」+「少しはできる」を合わせた「できる・計」の割合



Q. 28 以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

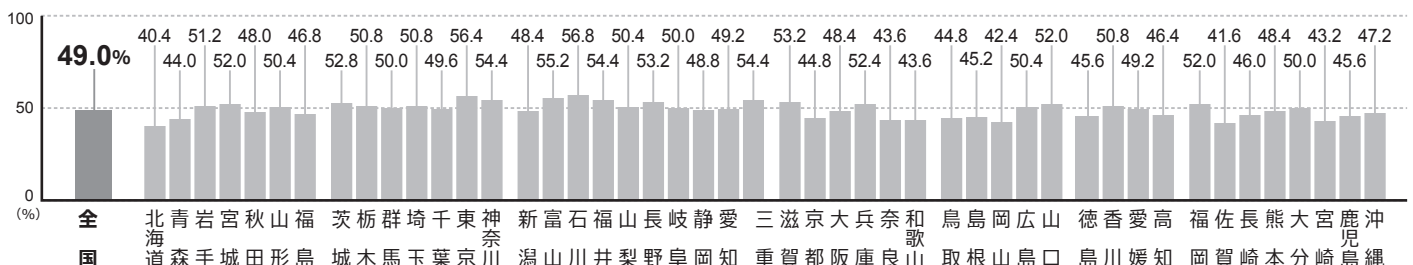
- 健康診断やがん検診に関しての意識として、「健康状態について、健康診断などで定期的にチェックしている」という人は全国で 49.0%と半数程度。定期的に受けていない人の方がわずかに多い。
- 都道府県別では、「石川県」が 56.8%と最も高い。

Q28 SQ3

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔健康状態について、健康診断などを受け定期的にチェックしている〕

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



Q. 28 以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

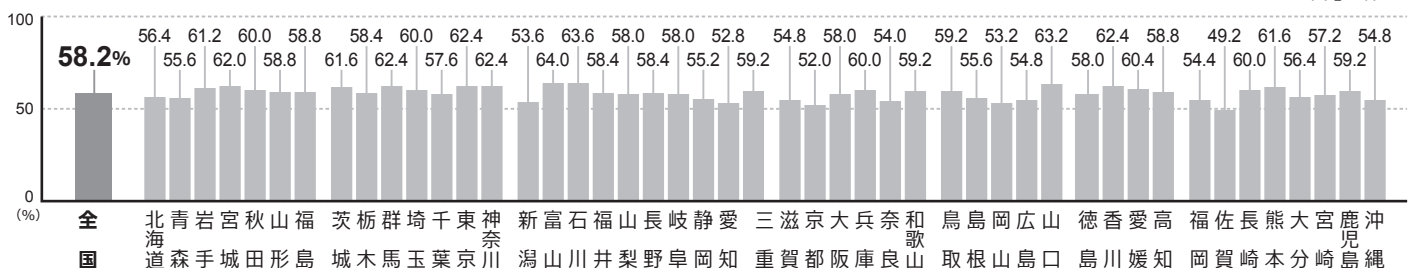
- 「がん検診を受診することは、自分らしく生きていくために必要だと思う」人は全国で 58.2%と6割弱の人が回答。
- 都道府県別では、「富山県」が 64.0%と最も高い。

Q28 SQ6

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔がん検診を適切に受診することは、自分らしく生きていくために必要なことだと思う〕

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



Q. 28

以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

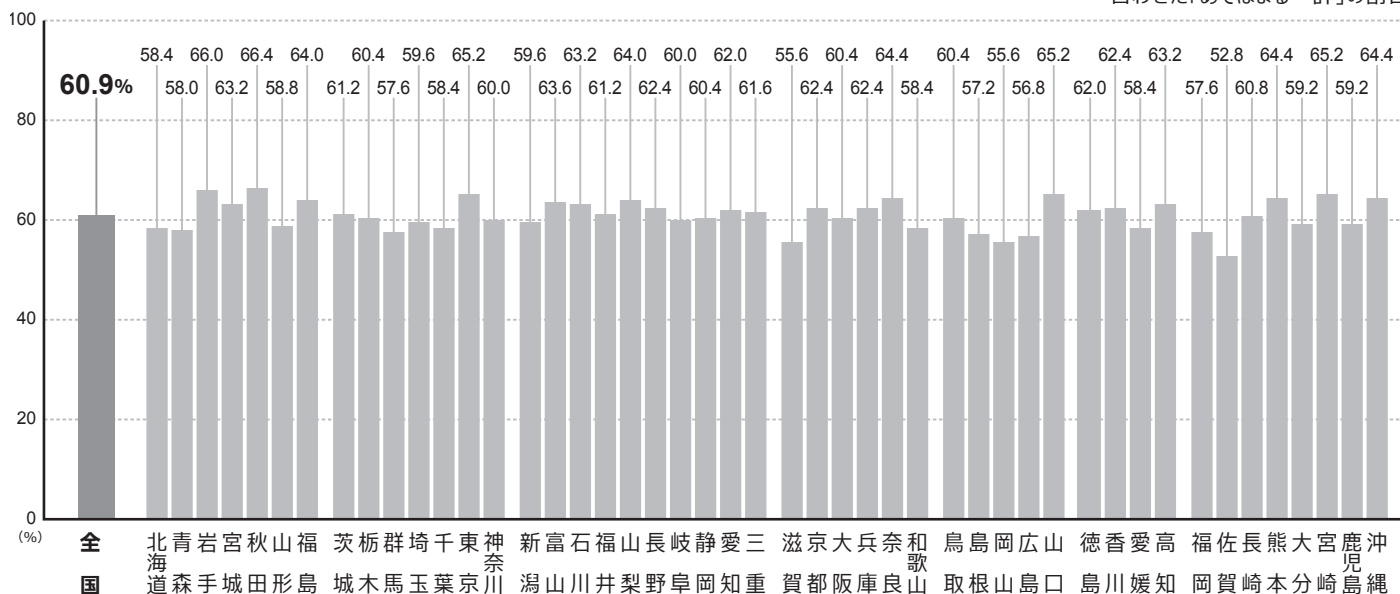
- 「病気の予防や早期発見は、社会全体にとって有益だと思う」という意識については、60.9%の人が「あてはまる」と回答。
- 都道府県別では、「秋田県」(66.4%)、「岩手県」(66.0%)が高い。

Q28 SQ7

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔病気の予防や早期発見は、自分だけでなく社会全体にとっても有益なことだと思う〕

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



Q. 28

以下の事柄について、あなたにあてはまるものをお答えください。

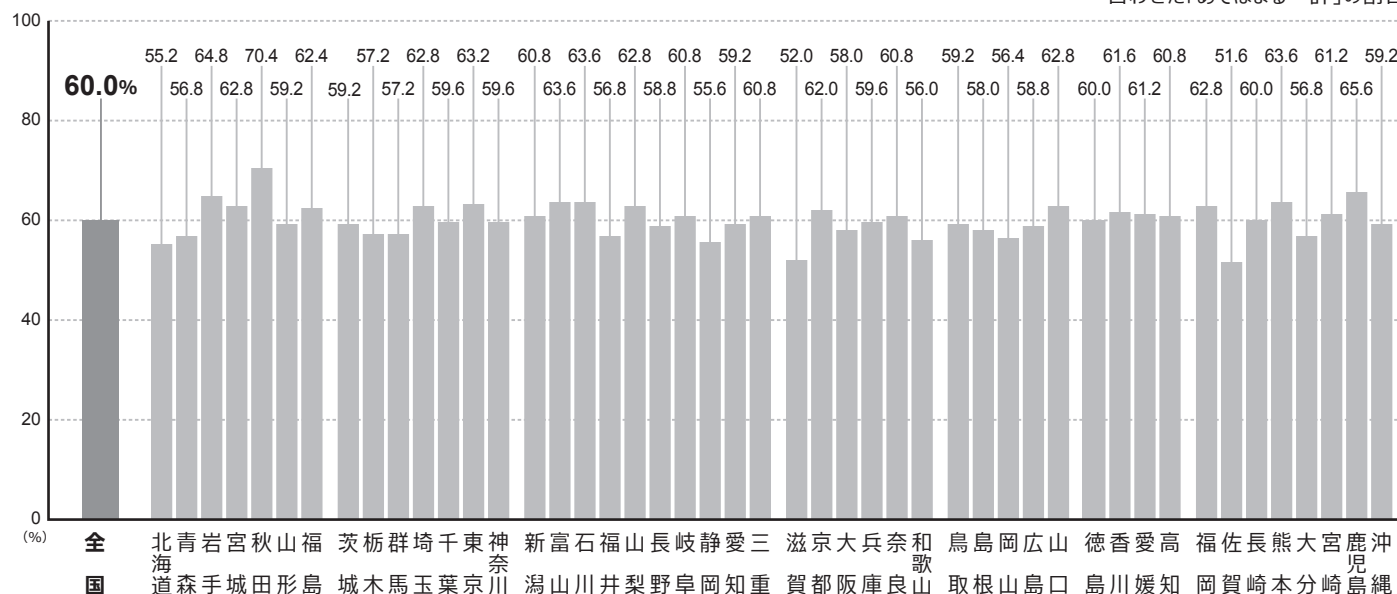
- 「検診データを活用することは、社会全体にとって有益だと思う」人は全国で 60.0%。
- 「秋田県」の同割合が全都道府県のうち唯一 7 割を超えている (70.4%)。

Q28 SQ8

全国＜N=11,750＞／各都道府県＜n=250＞

〔検診や受診のデータを活用することは、自分だけでなく社会全体にとっても有益なことだと思う〕

※「あてはまる」+「ややあてはまる」を合わせた「あてはまる・計」の割合



調査概要

調査対象・サンプル数 全国の20～60代 11,750人 各都道府県ごとに、20～60代男女 各250人

調査期間 2023年10月27日～2023年11月7日

調査方法 インターネット調査

調査機関 電通マクロミルインサイト

調査主体 ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニー

■ 回答者属性<N=11,750>

		N	%	各都道府県ごとの回答者数
性別	男性	5,875	50.0	125
	女性	5,875	50.0	125
年代	20 代	2,338	19.9	50
	30 代	2,362	20.1	50
	40 代	2,350	20.0	50
	50 代	2,350	20.0	50
	60 代	2,350	20.0	50
<性年代>	男性 20 代	1,163	9.9	25
	男性 30 代	1,187	10.1	25
	男性 40 代	1,175	10.0	25
	男性 50 代	1,175	10.0	25
	男性 60 代	1,175	10.0	25
	女性 20 代	1,175	10.0	25
	女性 30 代	1,175	10.0	25
	女性 40 代	1,175	10.0	25
	女性 50 代	1,175	10.0	25
	女性 60 代	1,175	10.0	25

※鳥取県、島根県、佐賀県は男性20代の欠損分を男性30代で補填（ほとん）回収

「My Health, Myself — 私の健康のために、私ができること。」 プロジェクトについて

My Health, Myself

私の健康のために、
私ができること。

人生100年時代が到来し、また医療を含めたあらゆる領域でデジタル化が加速する中で、より多くの方がヘルスリテラシーを身につけ、主体的に医療・健康に関われるようサポートすることを目的として、2023年にスタートしました。

2023年12月には、日本・アメリカ・イギリス・オーストラリア・中国・フィンランドの6カ国における20～60代の3,000人を対象とした国際比較分析調査「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」を発表しました。

当社は、人々が単に医療や健康に関する“知識を得る”だけでなく、その知識を活用し、“主体的に医療・健康に関わり、行動する”ことで、健康で幸せに充実した人生を過ごせる持続可能な社会づくりにつなげるべく、今後もサイトコンテンツを充実化させ、長期的に取り組んでいく予定です。

プロジェクトサイト

<https://www.jnj.co.jp/jjmkk/my-health-myself>

「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」

<https://www.jnj.co.jp/media-center/press-releases/20231208>

ジョンソン・エンド・ジョンソン メドテックは、メドテックのリーディング企業として、予防から診断・治療・回復まで、人々の健康と幸せ（ウェルビーイング）全体に寄与するイノベーションで、医療における包括的なソリューションを創出していきます。そして、よりスマート化し、低侵襲で、一人ひとりの患者さんにあったソリューションを通じて、超高齢社会における医療やヘルスケアのあり方を再構想します。

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニー (ジョンソン・エンド・ジョンソン メドテック) について

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニー(ジョンソン・エンド・ジョンソン メドテック) は、医療・ヘルスケア領域における多様な専門性、価値あるテクノロジー、人への情熱を最大限活かして、医療の将来を変革し、人々がその人にとって最もよい人生を送れるよう取り組んでいます。1世紀以上にわたり、私たちはサイエンスに基づく革新的なイノベーションの力で、アンメットニーズに応え、ヘルスケアを再構想してきました。私たちは、これからも、外科手術一般、整形外科、循環器科の領域において、人々の命を救うために、よりスマートで、低侵襲で、個別化されたヘルスケアソリューションの未来をリードしていきます。



ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカル カンパニー
(ジョンソン・エンド・ジョンソン メドテック)

〒101-0065

東京都千代田区西神田3丁目5番2号 千代田ファーストビル西館

TEL : 03-4411-7200

press@its.jnj.com