

## 日本人の「健康リテラシー」にスポットをあてた、大規模調査を実施。

自分の健康を自分で守るため、正しく判断できる力が求められています。

「日本健康マスター検定」を主催する一般社団法人日本健康生活推進協会(理事長 大谷泰夫)は、株式会社電通の協力で「健康リテラシー」に関するアンケート調査を行いました。

### 健康リテラシーとは...?

「一定レベルの健康知識、ノウハウに基づいて、健康や医療に関する正しい情報を見極め、理解し、活用できる力」のこと。

この調査は順天堂大学の福田准教授の監修のもとで、約10,000人の一般生活者を対象に実施されました。健康知識に対する日ごろのスタンスをきき、さらに具体的な健康常識の正誤問題も出題。その正答率と健康リテラシーの相関を調べています。

## 健康リテラシーのある人にも、苦手な分野がある!?

全体的にみるとおおむね、健康常識正誤問題の正答率が高い人は、健康リテラシーの情報感度が高いといえましたが、高熱や鼻血への対処、歯間ブラシについてなどの、日常生活に近い健康常識については、健康リテラシーとの相関がみられない、との結果も出ました。

また、「有酸素運動は20分続けないと意味がない(正解は×・正答率43.8%)」など、かつて“常識”と思われていた俗説を問う設問については、2択問題にもかかわらず半分以上の人が間違えるという結果が出ました。

## 大切なのは、“情報を取得⇒正しく選択”するチカラ。

監修いただいた順天堂大学医学部総合診療科の福田洋准教授は、「実は医者こそが、病気を未然に防ぎ、いざ病気になったときには理想的な治療が行えるよう、一般の方々の健康リテラシーが向上してほしいと願っている」と言います。

WEB上にメディカル・ヘルスケア領域を扱うキュレーションメディアも増えているなか、いい加減な情報は身のリスクにもつながりかねません。正しい知識を選び、活用できるための健康リテラシーの習得がいま、日本全体にとって喫緊の課題である、と当協会は考えています。

## ■ 本物の健康リテラシーを身に着ける、日本医師会監修協力の検定。

日本健康生活推進協会は、真の健康リテラシーが広がることを目的とし、「日本健康マスター検定」を立ち上げました。2017年2月26日に第一回試験を実施。その後6月、10月にも試験実施を予定しております。

日本健康マスター検定公式サイト  
<https://kenken.or.jp/>



この検定は多くのご指示をいただき、第一回試験は発表当時の予定から大幅増の、全国11都市での開催が決定。また以下の企業各社様による団体受験が決定しております。

### ＜団体受験実施企業＞

アンファー / エムティーアイ / サンケイリビング新聞社 / 東京海上日動火災保険 / ファンケル / ヘルスサイエンス / ベネフィット・ワングループ / メディパルホールディングス / ローソン  
(五十音順)

なお、第一回試験の申し込みは2017年1月15日までです。

## ■ 今回実施した調査の概要

### 調査方法

インターネット調査（電通マクロミルインサイト 保有パネルを利用）

### 調査期間

2016年09月08日（木）～ 2016年09月12日（月）

### 調査対象者

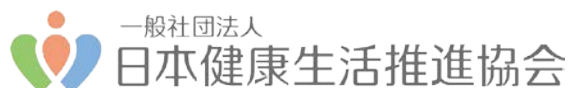
全国20-60代男女 10,000ss

性年代、地域構成比を人口構成比にあわせて回収。（平成26年10月1日時点）  
（エリアは北海道、東北、北陸、中部、近畿、中国、四国、九州・沖縄の8区分）

### 回収数

有効回答数： 10,000件

## ＜本リリースに関するお問い合わせ先＞



担当者： 江木、長谷川

〒105-0003 東京都港区西新橋1-20-10 西新橋エクセルビル7階

TEL : 03-6268-8447 Email : [info@kenken.or.jp](mailto:info@kenken.or.jp)