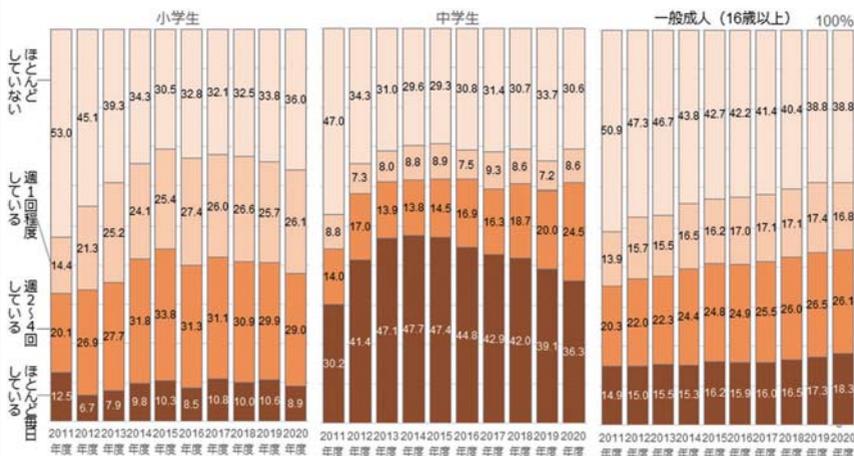


【普段の運動についての割合】



第45回福島県「県民健康調査」検討委員会資料より作成

小学生、中学生では、2012年度から徐々に運動の機会が増え、改善傾向がみられてきましたが、2016年度から2020年度においてはあまり大きな変化はみられませんでした。一般成人（16歳以上）は、少しずつ運動頻度が上昇しています。

特に小学生、中学生にとって運動は心身の発達に重要な影響を与えると考えられており、一般成人についてもメンタルヘルスの向上や生活習慣病の予防に、運動習慣は非常に重要です。

本資料への収録日：2016年3月31日

改訂日：2023年3月31日