

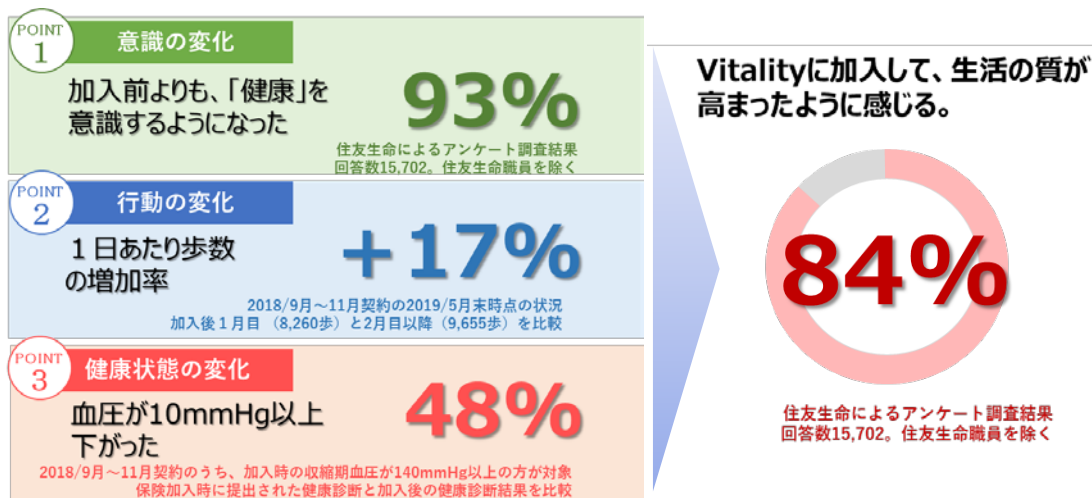
2019年9月26日
住友生命保険相互会社

“住友生命「Vitality」” 加入者へのアンケート調査 および歩数・血圧値に関する調査結果について

住友生命保険相互会社（取締役 代表執行役社長 橋本 雅博、以下「住友生命」）は、2018年7月24日より発売している健康増進型保険“住友生命「Vitality」”の加入者（以下、「Vitality 会員」）の加入後の健康増進に向けた意識、行動、健康状態の変化について調査・研究を行いました。

1. Vitality 会員の健康増進に向けた変化の概要

住友生命は、Vitality お客さまアンケート調査や Vitality 会員の歩数、血圧値に関する調査を実施しました。その結果、加入前よりも健康を意識するようになった方が約 93% を占め、行動の変化として 1 日あたりの歩数は約 17% 増加、健康状態の変化として加入時に血圧が高め（収縮期血圧値 140mmHg 以上）とされていた方の約 48% が 10mmHg 以上下がっていることが分かりました。また、加入後に生活の質が高まったように感じている方が約 84% を占めていることが分かりました。



2. Vitality お客さまアンケート調査について

a. 調査概要

- (1) 調査期間 2019年7月16日～7月21日
- (2) 調査方法 Vitality 会員（加入後1か月以上経過している方）に対するメール配信によるアンケート収集
- (3) 有効回答 15,702名（住友生命職員を除く）

b. アンケート結果の概要

(1) 健康に対する「意識」の変化

“住友生命「Vitality」”加入後に「(どちらかといえば)健康を意識するようになった」と回答された方は93.5%、「体重や健康診断結果などに関心を持つようになった」と回答された方は60.0%と、加入者の健康に対する意識が変わっていることが分かりました。

Q: “住友生命「Vitality」”の加入前と比べて、健康を意識するようになりましたか。

	人	割合	
健康を意識するようになった	9502	60.5%	} 93.5%
どちらかといえば意識するようになった	5173	32.9%	
変わらない	1027	6.5%	
合計	15702	100.0%	

Q: 体重や健康診断結果などに関心を持つようになりましたか。

	人	割合
関心を持つようになった	9420	60.0%
以前から関心を持っていた	5880	37.4%
関心がない	402	2.6%
全体	15702	100.0%

(2) 健康増進に向けた「行動」の変化

“住友生命「Vitality」”加入後に「(どちらかといえば) 運動する機会や日々の歩数が増加した」と回答された方は 84.8%と、多くの方に行動変容が起こっていることがわかりました。また、Vitality 健康プログラムに取り組むモチベーションとして、「保険料変動の仕組み (76.5%)」や、「アクティブチャレンジ (58.2%)」、「特典 (リワード) (50.2%)」について、半数以上の方が選択されていることがわかりました。

Q: “住友生命「Vitality」”の加入前と比べて、運動する機会や日々の歩数は増加しましたか。

	人	割合	84.8%
運動する機会や日々の歩数が増加した	7754	49.4%	
どちらかといえば増加した	5557	35.4%	
変わらない	2391	15.2%	
合計	15702	100.0%	

Q: Vitality健康プログラムに取り組むモチベーションとなっている項目を選択してください。(□いくつでも)

	人	割合
毎年の獲得ポイントに応じて保険料が変動する仕組み	12008	76.5%
役立つ特典(リワード)があること	7879	50.2%
アクティブチャレンジ(毎週の運動目標達成を目指すプログラム)があること	9133	58.2%
住友生命のサポート(営業職員によるサポートや定期的な情報配信等)	1620	10.3%
ウェアラブルデバイスやアプリと運動データが連動されること	6012	38.3%
健康増進をゲーム感覚で楽しめること	4626	29.5%
上記にはない	231	1.5%
まだVitality健康プログラムに取り組んでいない	251	1.6%

(3) 健康増進に向けた「生活の質・こころの健康」の変化

Vitality 健康プログラムに取り組むことで「(どちらかといえば) 生活の質が高まったように感じる」と回答された方は 84.3%、「(どちらかといえば) こころの健康につながっているように感じる」と回答された方は 71.5%となり、生活の質・こころの健康の変化が起きていることがわかりました。

Q: Vitality健康プログラムに取り組むことで、生活の質が高まったように感じますか。

	人	割合	84.3%
生活の質が高まったように感じる	4576	29.1%	
どちらかといえば感じる	8661	55.2%	
感じない	2214	14.1%	
無回答	251	1.6%	
合計	15702	100.0%	

Q: Vitality健康プログラムが「こころの健康」につながっているように感じますか。

	人	割合	71.5%
「こころの健康」につながっているように感じる	3494	22.3%	
どちらかといえば感じる	7735	49.3%	
感じない	4222	26.9%	
無回答	251	1.6%	
合計	15702	100.0%	

3. 歩数の変化について

a. 調査概要

- (1) 対 象 2018年9月～11月にご加入の Vitality 会員の歩数計測ツール（ウェアラブルデバイス、スマートフォンアプリ）毎のデータ
- (2) 調査内容 2019年5月末時点で30日以上歩数記録がある歩数計測ツールについて、計測開始時から2019年5月末時点までの歩数を分析

b. 調査結果

(1) 各月の平均歩数

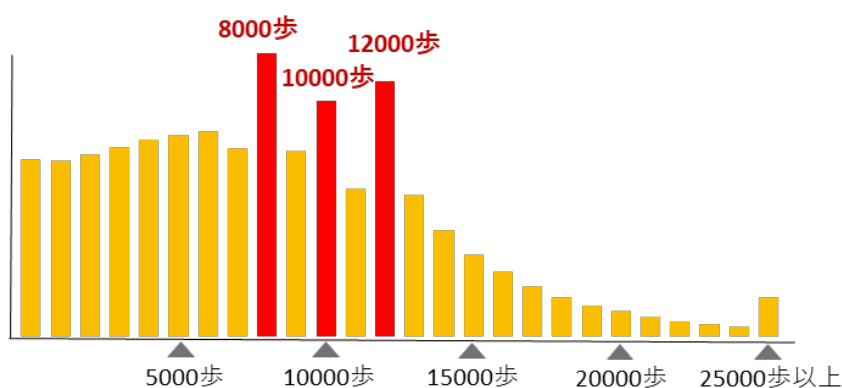
各月の平均歩数は、1月目は8,260歩、2月目以降は9,655歩と、16.9%増加しています。

	1月目	2月目以降
平均歩数	8,260	9,655 (+16.9%)

(2) 各日の歩数分布

Vitality 会員（64歳以下）の各日の歩数分布を確認したところ、Vitality 健康プログラムのポイント獲得基準である8,000歩、10,000歩、12,000歩台が増えており、歩数の面においてポイント獲得を意識した Vitality 会員の行動変容が起こっていることが分かりました。

Vitality 会員（64歳以下）の各日の歩数ヒストグラム



4. 血圧値の変化について

a. 調査概要

- (1) 対象 2018年9月～11月にご加入の Vitality 会員のうち、加入時の収縮期血圧が 140mmHg 以上であり、2019年5月までに Vitality 健康診断（加入後の健診結果の提出）を行っている方
- (2) 調査内容 「ご加入時に提出された健康診断結果」と「加入後の健診結果の提出（Vitality 健康診断）」の血圧値を比較

b. 調査結果

加入後の健診結果が 10mmHg 以上減少している方は 48.5%、変動範囲が僅少な方（10mmHg 未満）は 42.5%、10mmHg 以上増加している方は 9.0%となりました。

収縮期血圧値の変化

変動幅	割合
10mmHg 以上 減少	48.5%
±10mmHg の範囲内	42.5%
10mmHg 以上 増加	9.0%
合計	100%

以上