

スマホを使って健康増進 普及には「きっかけ作り」が鍵

～シニアの3割が「使ってみたい」と答えた「健康」サービス普及の可能性を探る～

株式会社NTTドコモ モバイル社会研究所

目次

調査結果1 : 健康サービスの利用・意向状況

調査結果2 : 健康サービスの認知・使っていない理由

■ 調査結果

1- 70代後半が健康サービスを今後使って見たい最も多く回答

シニアにとって、「健康」は最も高い関心事項の1つではないだろうか。スマホやケータイ、パソコンを使い、健康管理をおこなう、健康のアドバイスを受けるサービスなど種々実在するが、シニアのどれくらいの人が利用しているのだろうか。また、過去のモバイル社会研究所の調査では、現在利用している人は少ないが、今後使ってみたいサービスとして「健康」「家中サービス」「安否確認」が高かった（レポート No.2 で紹介）。では何故使ってみたい人が多いのに、利用につながっていないか、新たな調査結果を合わせて考察してみる。

調査の結果、スマホやパソコンなどICTを使い「健康アドバイスを受けるサービス」を利用しているシニアは、全体の8%に止まった。しかしながら、2割を超えるシニアが現在は使っていないが今後使いと答えた。利用しているケータイの種別に見たところ、スマホを利用している約3割のシニアが今後利用したいと答えた（図1）。

	シニア全体	デバイス別	
		スマホ利用者	ケータイ利用者
現在利用中	8%	9%	7%
現在利用無、今後使って見たい	24%	28%	21%
現在利用無、今後使わない	67%	60%	72%

図1 健康サービスの利用意向状況

年齢別にみると、70代が高く、特に後半の利用・利用意向が高い。今回、メールや情報検索、動画・音楽視聴など、健康以外にも14のICTサービスも合わせて聞いたが、60代

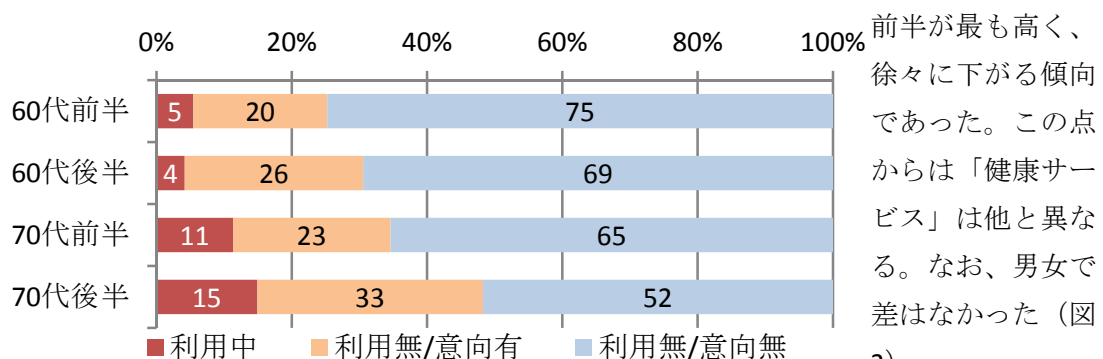


図2 年代別健康サービスの利用意向状況

前半が最も高く、徐々に下がる傾向であった。この点からは「健康サービス」は他と異なる。なお、男女で差はなかった（図2）。

具体的な健康サービスを知っているのは3割 使っていない理由「きっかけがない」最多

スマホを利用しているシニアの中で、健康サービスを使って見たいと答えたのは3割弱であったが、現に今は使っていない。では何故使っていないか、深堀してみる。まず、このようなICTで使う健康サービスを例示し、使って見たいと答えたシニアが、具体的なサービスをどれくらい知っているか、尋ねた結果、3割がサービスをしている知っている、7割が知らなかった。(図3)

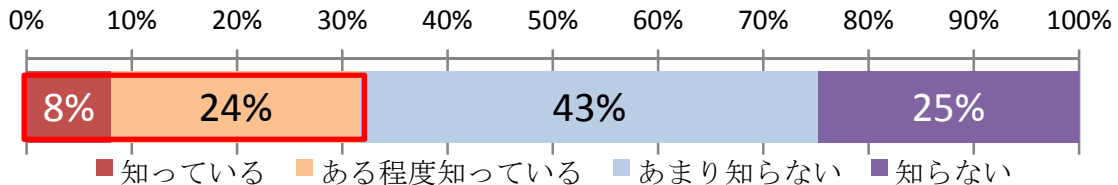


図3 健康サービス認知度 (スマホ利用者を対象)

最後に、サービスを知っていて、かつ使いたい意欲があるが現在使っていない人にその理由を尋ねた。その結果、「料金が高い」や「操作性が難しい」「継続する自信がない」より、「特に理由はない」「きっかけがなかった」が高かった(図4)。

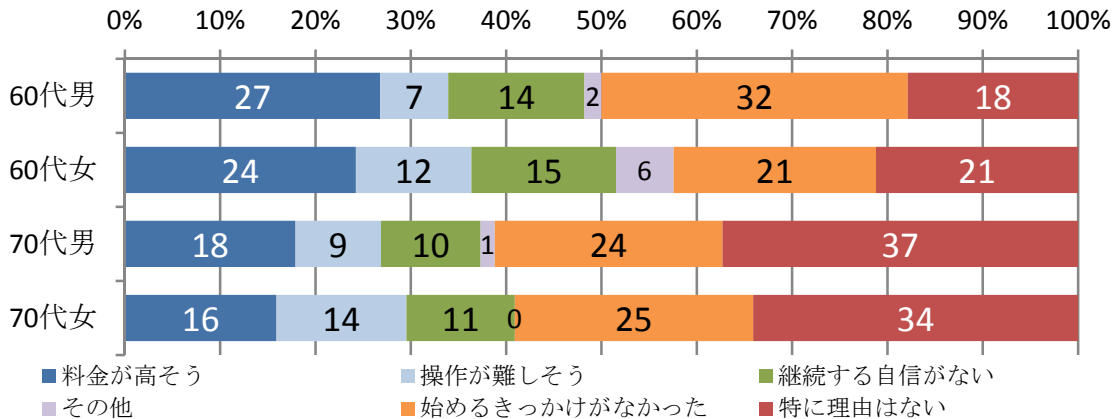


図4 健康サービスを使わない理由 (スマホ利用者を対象)

今回の調査よりICTを利用する「健康サービス」への利用意向は高かったが、実際には使われていない現状が明らかになった。また、具体的なサービスについては7割が知らず、興味があるのに、認知が進んでいない状況である。さらにサービスを知っている3割の人の多くは「きっかけ」がなかったことが理由に挙げた。

シニアの健康問題は、医療費の増大や介護、孤立問題など多くの社会的課題を抱えている。また、元気なシニアが増えることが将来への未病への道筋となる。今、簡単にスマホで歩数や健康状態を管理することができ、薬を管理するアプリも提供されている。こういったサービスが今後広がりを見せるには、やはりリアルの場(スマホの販売店・公共施設等)での「きっかけ作り」が必要ではないだろうか。

■調査概要 (調査名 シニア調査)

調査時期 : 2017年3月 調査対象 : 全国、60~79歳男女

標本抽出法 : QUOTA SAMPLING 性別・年齢・居住エリアで割付 2938 サンプル回収

■問い合わせ先

詳細なデータ、質問項目など、ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

株式会社NTT ドコモ モバイル社会研究所 msri-inq-ml@nttdocomo.com