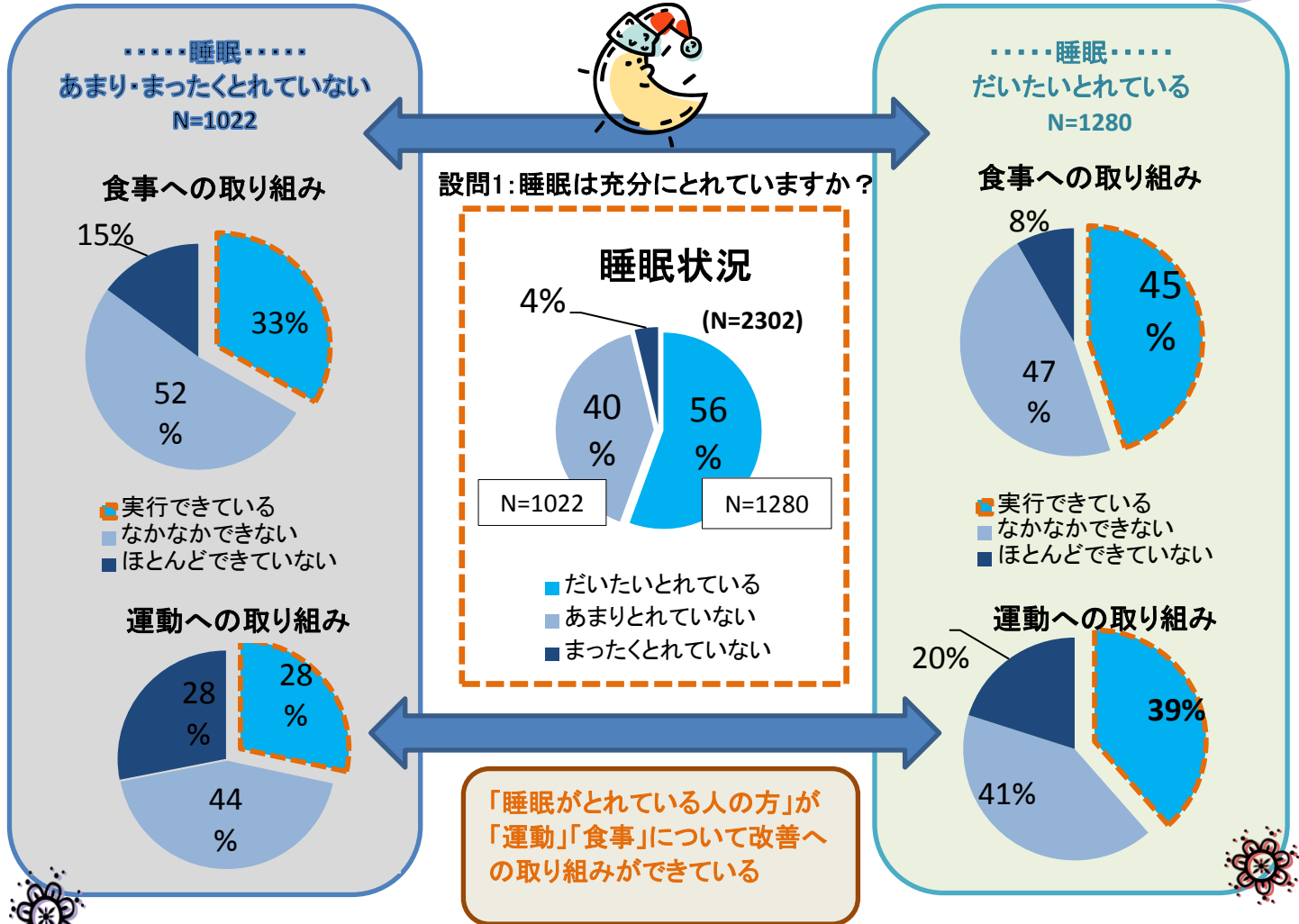


「睡眠が充分にとれていない人」

2人に1人は健康に不安を感じている



皆さま、今年度も生活習慣アンケートにご回答いただきましてありがとうございました。さて、「睡眠」について皆さまどのような回答をされましたでしょうか？今回は睡眠の状況により、食習慣・運動習慣への影響、また習慣改善のための取り組みの程度についてご紹介したいと思います。



設問2: 健康管理・健康増進のために取り組んでいますか？

