

趣味に関するアンケート

 プラメドの 
医師会員に
聞きました!

調査概要

プラメドの医師会員に聞きました！とは…

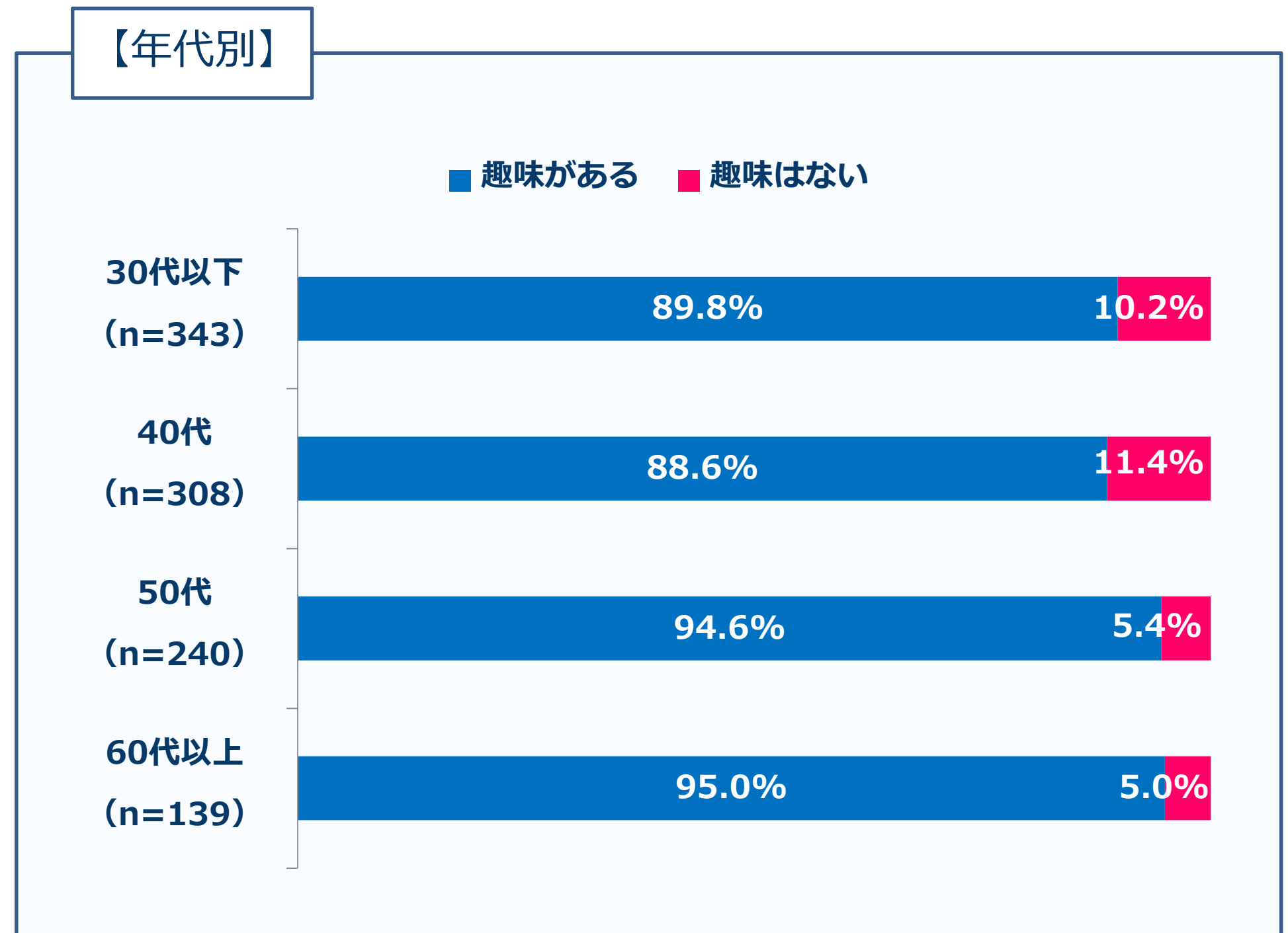
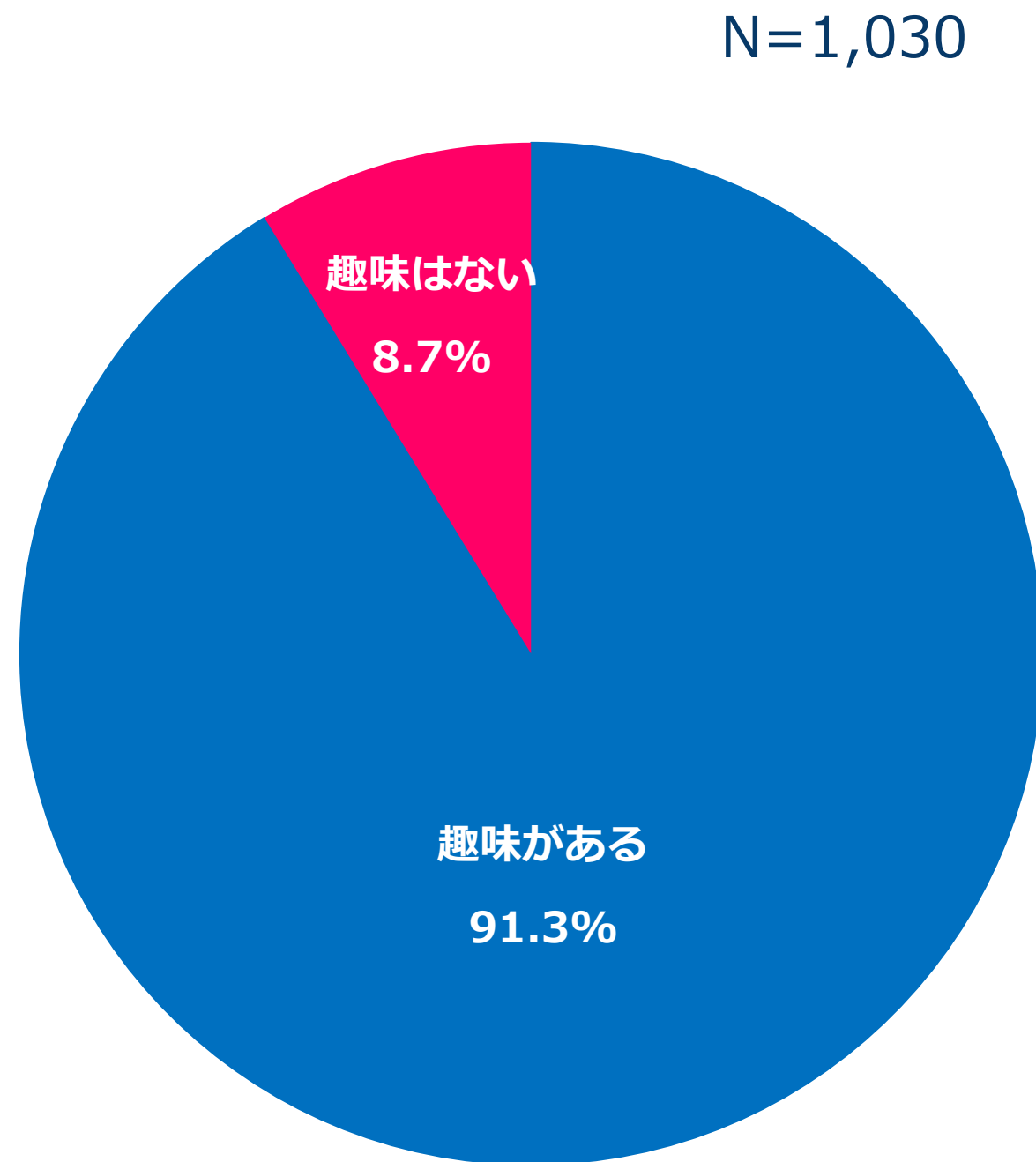
「プラメド会員の先生が他のプラメド会員の先生に聞いてみたい」テーマで実施するアンケートです

- ◆調査名 : 趣味に関するアンケート
- ◆調査期間 : 2018年10月18日（木）～25日（木）
- ◆調査手法 : インターネットアンケート
- ◆対象者 : プラメド会員の先生
- ◆回答者数 : 1,030名

- ◆調査概要 :
 - ・ 趣味の有無
 - ・ 一番夢中になっている趣味と趣味を行う頻度
 - ・ 趣味を持つことによるメリット

※調査結果内のN表記について : **N**=総回答者数、**n**=一部の回答者数を表しています。

現在の趣味の有無について



◎現在、「趣味がある」先生は、9割以上であった。年代別に見ると、50代以上の先生の方が趣味がある割合が高い傾向にあった。

一番夢中になっている趣味（単一回答）※上位15位

n=940

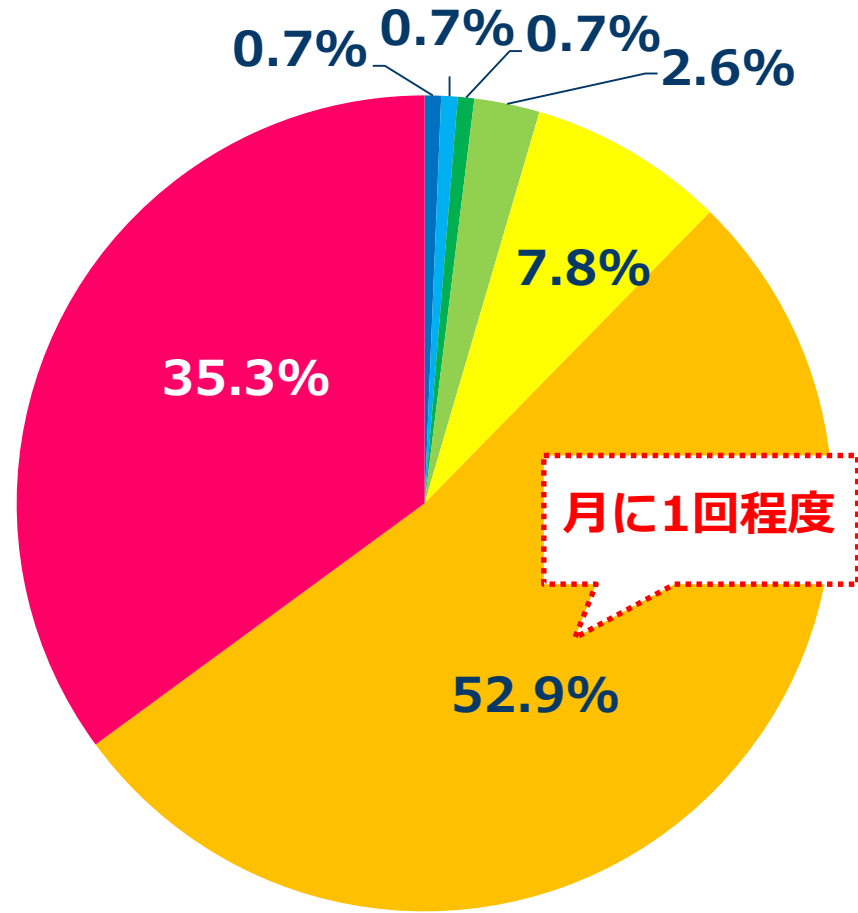
1位	旅行・観光	153名
2位	スポーツ	140名
3位	読書	58名
4位	ジョギング・ウォーキング	49名
5位	楽器演奏	47名
6位	スポーツ観戦	44名
7位	フィットネス・スポーツジム	42名
8位	車・バイク	40名
9位	ガーデニング・家庭菜園	30名
10位	登山・トレッキング・ハイキング	29名
11位	映画鑑賞・DVD鑑賞	28名
12位	釣り	26名
13位	ゲーム	25名
14位	インターネット	24名
15位	株式投資・FX	23名

◎一番夢中になっている趣味として、「旅行・観光」や「スポーツ」が上位に多く挙げられた。

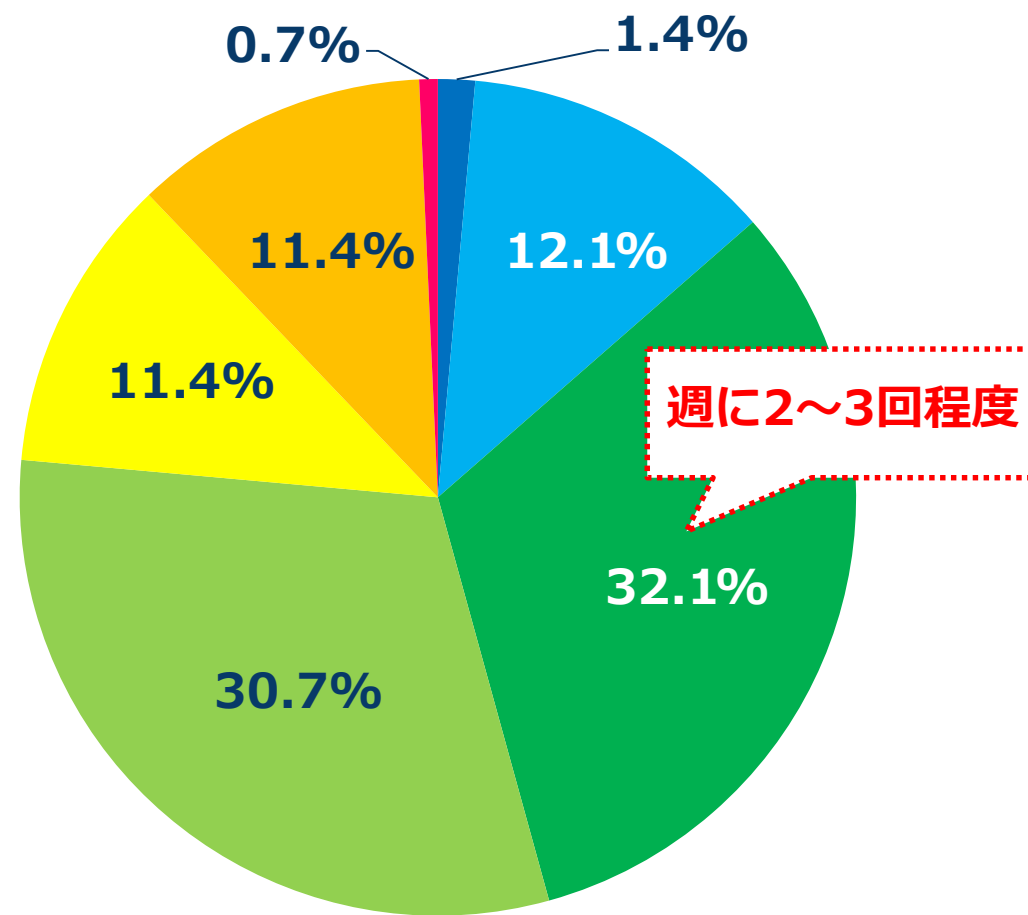
一番夢中になっている趣味を行う頻度※上位5位

■ 毎日 ■ 週に4~6回程度 ■ 週に2~3回程度 ■ 週に1回程度 ■ 2週間に1回程度 ■ 月に1回程度 ■ 2か月に1回程度

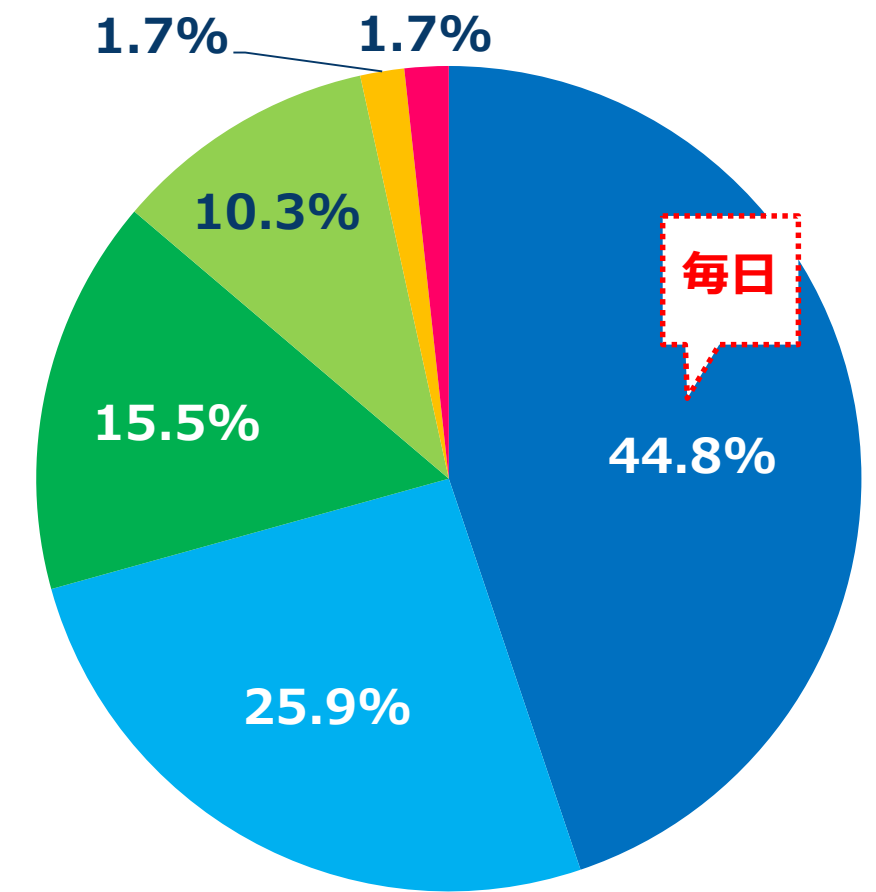
【1位】旅行・観光 (n=153)



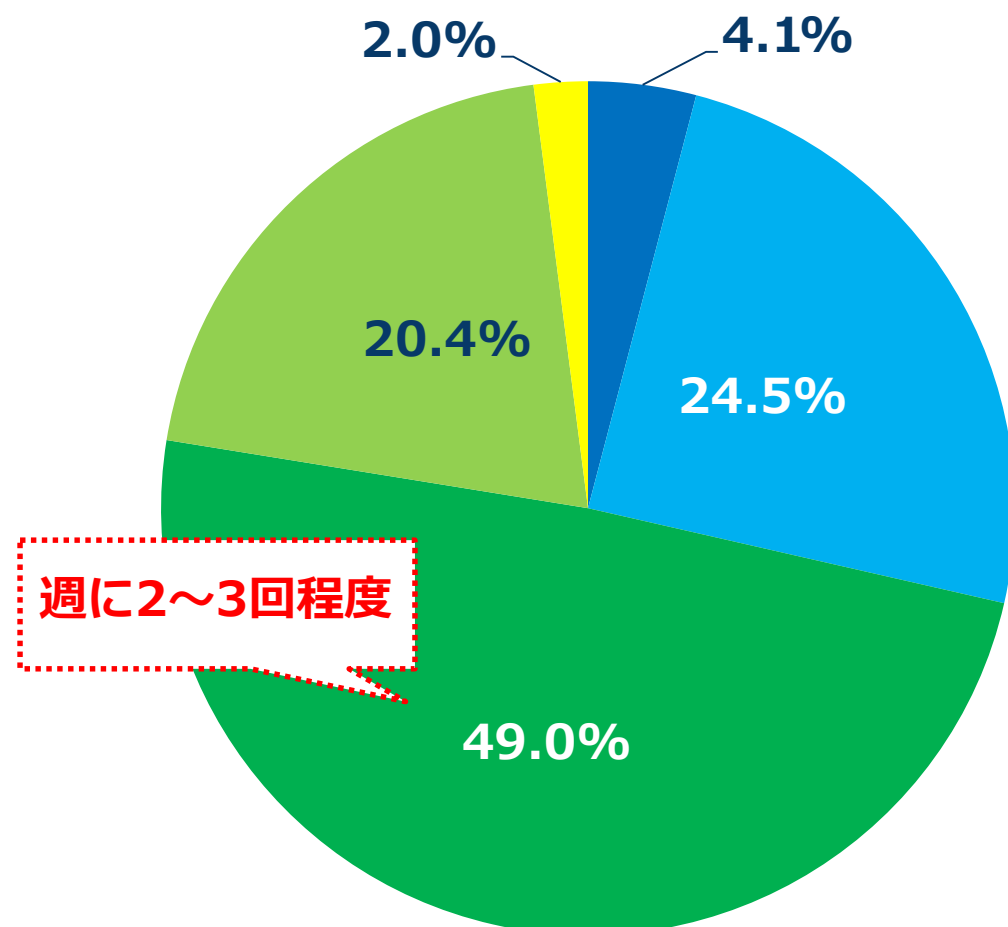
【2位】スポーツ (n=140)



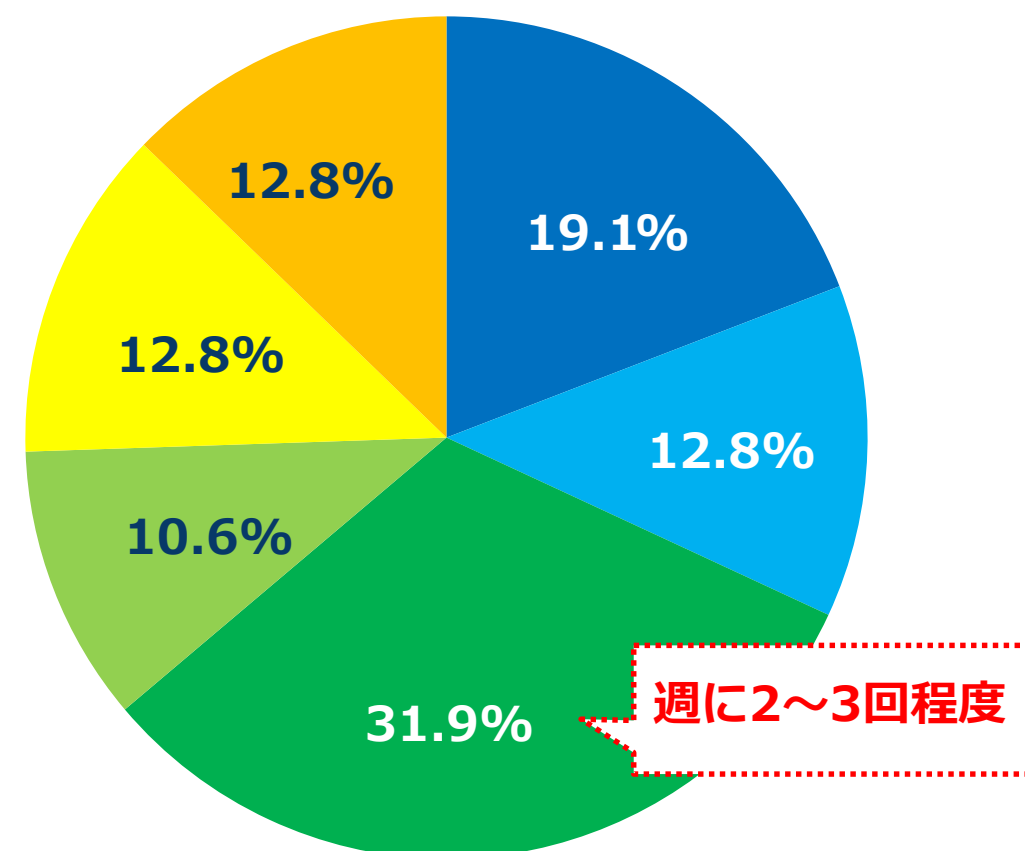
【3位】読書 (n=58)



【4位】ジョギング・ウォーキング (n=49)



【5位】楽器演奏 (n=47)



趣味を持つことによるメリット（自由回答抜粋）

ストレス解消

- (スポーツ)好きな馬に跨っているだけで、日常のストレスから解放され疲労回復になる。馬にも癒される
- (写真撮影・動画撮影)自分の時間が持て没頭でき、ストレスの発散になる
- (スポーツ観戦)スタジアムなどに行くと、プレーを見て楽しんだり、応援してストレスも発散できる

気分転換

- (旅行・観光)心身をリフレッシュでき、普段感じることのない五感を刺激できる
- (フィットネス・スポーツジム)気分がリフレッシュでき、健康や美容に良い。運動した後の爽快感はとてもちが良く、継続しようと思っている
- (映画鑑賞・DVD鑑賞)感情を動かす良い手段。泣き笑いすることで魂の洗浄ができる

リラックス効果

- (旅行・観光)非日常を体験することにより、心からリラックスできるし、良いアイデアも浮かぶ
- (ジョギング・ウォーキング)精神的・肉体的にリラックスでき、良く眠れるようになる
- (車・バイク)ドライブをすると「無」になれることが幸せ。家族と出かけることで、同じ時間を共有することも嬉しい

健康維持

- (スポーツ)良い姿勢、筋力、心肺機能を良好な状態に維持できる
- (フィットネス・スポーツジム)体を鍛えることで食事なども気を付けるようになり、健康的な生活が送れる
- (ガーデニング・家庭菜園)体を鍛えることができ、新鮮な野菜も食べられる

趣味を持つことによるメリット（自由回答抜粋）

仕事への 相乗効果

- (旅行・観光)生活にメリハリが付き、仕事にも意欲的に取り組めるようになる
- (フィットネス・スポーツジム)心身ともにリフレッシュされることで、また仕事に対してやる気が湧いたり、考え方や視野が広くなると感じる
- (写真撮影・動画撮影)毎日の生活に刺激が出来、活力になる

脳の活性化

- (株式投資・FX)考える力が養われる
- (自転車)趣味に没頭している時間は仕事を忘れられ、頭がスッキリすると仕事でも新しいアイデアが湧きやすくなる
- (囲碁・将棋・麻雀)頭の体操になるとともに、コミュニケーションツールとしても有効

異業種交流

- (楽器演奏)人間関係の幅が広がる。医師としてではなく、一人の一般社会人として他人と接することは自分の人生において重要である
- (写真撮影・映像撮影)業種を超えた趣味の仲間が増える
- (合唱)医師以外の人との交流がある

その他

- (旅行・観光)生活リズムと楽しみが生まれ、家族との時間を有意義なものにできる
- (スポーツ観戦)大声で応援したり、ホームランが入ると周りの知らない人とハイタッチしたりと楽しい。子供や親と見に行ったりして、世代間交流できるのも良い
- (ガーデニング・家庭菜園)季節の変化を感じられる

PLAMED

PLATFORM FOR MEDICINE