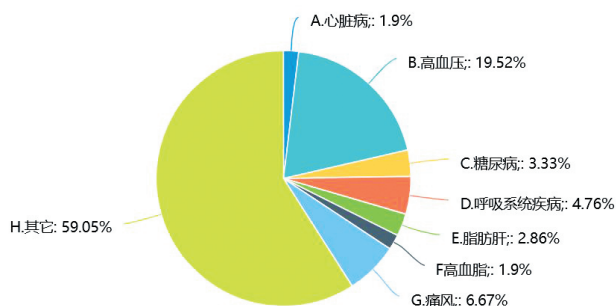


46.67%、专科或本科占31.90%、高中或中专占18.57%、研究生及以上占2.86%。职业占比前三位分别是农民占33.33%、自由职业者占17.14%、事业单位/公务员占16.19%。见表1。

（二）社区居民慢性疾病情况

此次210名社区居民调查样本中，83名居民（占比39.52%）患有慢性疾病，其中，72名居民（占比34.28%）需要长期服药，11名居民（占比5.23%）未进行服药治疗。慢性疾病的类型分布详见图1。



（三）社区居民健康生活方式状况

调查发现，近半数的居民（占比45.25%）主要依赖就医治疗保持健康，仅有31名居民（占比14.76%）选择体育锻炼维护健康，84人（占比40%）结合体育锻炼与医疗手段来维护健康。超过半数的居民（占比61.43%）在疫情之后意识到体育锻炼的重要性，且近90%的居民在疫情后养成体育锻炼习惯。从运动频率上来看，平均每周锻炼1-2次的占多数，26.67%的居民表示每周进行体育锻炼的次数平均为3-4次，平均每周体育锻炼5-6次的居民占17.62%，每周不锻炼的居民占10.48%。从每次运动时

长上看，大多数居民选择时长为1小时以内的锻炼，少部分居民选择60-89分钟或以上的体育锻炼。见表2。

表2：被调查社区居民的基本情况（续）

| | 健康维护的消费选择 | | | 疫情后是否更加重视体育锻炼 | | | | |
|-------|-----------|-------|-------|---------------|------------|-------|-------|------|
| | 体育锻炼 | 看病就医 | 二者结合 | 是 | | 否 | | |
| 人数(人) | 31 | 95 | 84 | 129 | | 81 | | |
| 占比(%) | 14.76 | 45.25 | 40 | 61.43 | | 38.57 | | |
| | 每周锻炼次数(次) | | | | 每次锻炼时长(分钟) | | | |
| | 0 | 1-2 | 3-4 | 5-6 | <29 | 30-59 | 60-89 | >90 |
| 占比(%) | 10.48 | 45.24 | 26.67 | 17.62 | 38.10 | 45.71 | 9.05 | 7.14 |

（四）社区居民体育锻炼影响因素及健身知识获取途径

社区居民参与日常体育锻炼主要基于个人意愿，而促成这一行为的因素众多。据表3所示，社区居民参与体育活动的驱动力包括主观与客观两个方面。在主观因素方面，最显著的障碍为时间不足和经济条件限制，分别有50.48%和21.90%的受访者表示这些因素极大地影响了他们参与体育锻炼的可能性。尤其在经济发展水平相对较低的云南省，大多数人难以分配额外的时间和资金用于体育锻炼。在客观因素方面，缺乏运动场所、技术基础薄弱、活动场地不足及缺少组织指导等是主要障碍。在获取健身知识来源上，居民主要通过电影电视等媒介（占比44.76%）和医生建议（占比43.81%）获取健身信息。

（五）社区居民体育与健康服务需求现状

根据调查，社区居民对社会体育指导员、运动场地设施需求度较高，其中，对社会体育指导员的“比较需

表3：健身影响因素及知识获取途径

| 影响健身的因素(多选) | | | | | | | | | |
|---------------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|---------|-------|
| | 离家太远 | 不想锻炼 | 没时间 | 没有技术基础 | 无人一起 | 场地设施少 | 无人指导 | 身体好不用锻炼 | 经济条件差 |
| 占比(%) | 10.95 | 18.57 | 50.48 | 27.14 | 17.14 | 41.90 | 29.52 | 3.81 | 21.90 |
| 获取健身知识的渠道(多选) | | | | | | | | | |
| | 电影电视 | 学生时代 | 医生 | 儿孙 | 社区讲座 | 朋友或邻居 | 政府宣传 | 无 | |
| 占比(%) | 44.76 | 23.33 | 43.81 | 33.33 | 17.62 | 31.90 | 19.52 | 10.48 | |

表4：社区居民体育与健康服务需求度

| 项目 | 需求度 (%) | | | | | | | | |
|-------|---------|---------|----------|--------|----------|--------|--------|---------|--|
| | 运动场地设施 | 社会体育指导员 | 组织日常锻炼服务 | 健康知识讲座 | 体育锻炼知识宣传 | 体质监测服务 | 建立健康档案 | 慢性病运动干预 | |
| 非常不需要 | 2.86 | 2.83 | 2.38 | 2.38 | 3.81 | 2.38 | 3.33 | 2.38 | |
| 比较不需要 | 6.19 | 5.24 | 6.19 | 6.19 | 5.24 | 3.81 | 2.86 | 3.33 | |
| 一般 | 28.57 | 36.19 | 37.62 | 41.90 | 38.10 | 26.67 | 31.43 | 26.67 | |
| 比较需要 | 37.14 | 36.67 | 39.52 | 34.76 | 36.19 | 39.52 | 38.10 | 39.52 | |
| 非常需要 | 25.24 | 19.52 | 14.29 | 14.76 | 16.67 | 27.62 | 24.29 | 28.10 | |
| 总计 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | |