

**סקר רחב היקף משרטט את פרופיל האשה הישראלית 2007 – והרגלי הבריאות שלה:**

## **“שרת הבריאות” של המשפחה, מפחדת מסרטן, מעדיפה גינקולוגית – ולא ישנה כל-כך טוב בלילה**

את הסקר ערכה “אסותא מרכזים רפואיים” לרגל פתיחתו של מרכז המכונים והמרפאות “אסותא השלום” בתל-אביב, השם דגש על בריאות האשה. עוד ממצאים מהסקר: האשה הישראלית מוציאה על בריאותה 248 ש' בחודש. היא מקפידה על בדיקות רפואיות תקופתיות, אבל מדלגת על הבדיקה מהמחלה המפחידה אותה יותר מכל: סרטן המעי הגס. כמעט כל ישראלית שנייה עוסקת בספורט, ובעיקר – ריצה והליכה

היא נושאת בתפקיד שרת הבריאות בבית, זו שדואגת לכל ענייני הבריאות במשפחה, וזו שלוקחת את הילדים לרופא כשאינם חשים בטוב. היא מקפידה לעבור בדיקות תקופתיות, אבל נמנעת דווקא מהבדיקה לאיתור המחלה שמפחידה אותה יותר מכל, סרטן המעי הגס. היא אינה עוסקת בספורט, אבל יש לה לפחות חברה אחת שמקפידה על פעילות גופנית מספר פעמים בשבוע. היא לא ישנה כל כך טוב בלילה, אבל איך אפשר כשמישהו נוחר בסביבה?

ואם היא נראית לכם מוכרת לאור התיאורים האלה, אין זה פלא: זו דמותה של האשה הישראלית מודל 2007, כפי שהיא מצטיירת מסקר רחב היקף על הרגלי בריאות וסגנון חיים בקרב נשים. את הסקר ערכה “אסותא מרכזים רפואיים”, לרגל פתיחתו של מרכז המכונים והמרפאות “אסותא השלום” בתל-אביב, השם דגש על בריאות האשה. הסקר נערך באמצעות מכון המחקר [Market Watch \(מרקט ווטש\)](#) בקרב 400 נשים בנות 25 ומעלה בפיזור ארצי מייצג.

### **“הנשים – כוח צרכני גם בתחום הבריאות”**

רחל שמואלי, סמנכ”ל בכיר ב”אסותא מרכזים רפואיים”, אומרת בהתייחסה לתוצאות הסקר: “הנשים בישראל מודעות לבריאותן במידה רבה יותר מהגברים, והן גם נכונות לעשות יותר למען בריאותן, הן במישור של בדיקות מוקדמות וטיפולים מניעתיים והן בטיפול בבעיה עצמה. כל זה הופך אותן לכוח צרכני בעל דרישות הולכות וגדלות למגוון שירותים רפואיים ייעודיים ואיכותיים. מרכז ‘אסותא השלום’ נועד לענות על הצורך ועל הדרישה הזו.”

מן הסקר עולים קווים מעניינים נוספים לדמותה של האשה הישראלית: היא מעדיפה באופן מובהק להיבדק אצל גינקולוגית על פני גינקולוג ובחרת אותה (או אותו) על פי המלצת חברה או קרובת משפחה. האשה הישראלית מוציאה על בריאותה 248 שקלים בממוצע מדי חודש (ובסך הכל מוציאה המשפחה הישראלית הממוצעת 566 שקלים בחודש על ענייני בריאות). יש לה ביטוח רפואי משלים של קופת החולים, אבל היא לא בדיוק מעורה בפרטיו. ענפי הספורט האהובים על אלה העוסקות בפעילות גופנית הם ריצה והליכה (לפחות פעמיים-שלוש בשבוע), אבל התחביב מספר 1 לשעות הפנאי הוא קריאת ספרים.

### ברוב הבתים: האשה "שרת הבריאות"

62% מהנשים שהן אמהות לילדים הגדירו עצמן כ"שרת הבריאות" בבית, האחראית על כל המשפחה. רק ב-5% מהבתים בישראל הבעל הוא הדואג לכל ענייני הבריאות בבית. שיעור דומה (64%) מהאמהות ציינו כי הן אלה שנוהגות ללכת עם הילד החולה לקופת-החולים. 21% השיבו כי הילדים הולכים לבד לקופת חולים, ורק 3% ציינו את הבעל כמי שלוקח אחריות על הילד החולה.

איזה משפט מתאר נכונה את ענייני הבריאות בבית? (בקרב אמהות לילדים – 70.5% מהמדגם)	
62%	אני "שרת הבריאות" – האחראית על כל המשפחה
15%	כל פעם מישהו אחר, לא קבוע
13%	אני דואגת לעצמי ולילדים, והבעל לעצמו
5%	בעלי/בן זוגי דואג לכל נושאי הבריאות

האחוזים החסרים: תשובות אחרות

מי בדרך כלל הולך עם הילד החולה לקופת החולים? (בקרב אמהות לילדים – 70.5% מהמדגם)	
64%	האשה
3%	הבעל
11%	כל פעם מישהו אחר, לא קבוע
21%	הילד/הילדים הולך/הולכים לבד

האחוזים החסרים: תשובות אחרות

### בדיקות תקופתיות: הרוב מבצעות

מרבית הנשים הישראליות – 71% - נוהגות לבצע בדיקות תקופתיות. שיעור המבצעות בדיקות עולה עם הגיל: מ-78% בקרב נשים בנות 45-54 ל-80% בקרב נשים בגילאי 65 ומעלה. מעניין כי נשים בעלות השכלה תיכונית חלקית או פחות מקפידות לבצע בדיקות תקופתיות יותר מנשים משכילות יותר: 83% לעומת 64% מהנשים בעלות השכלה תיכונית מלאה ו-71% מהנשים בעלות ההשכלה האקדמאית.

האם את נוהגת לבצע בדיקות רפואיות תקופתיות?		
לא	כן	
29%	71%	סה"כ
49%	51%	בנות 25-34
40%	60%	בנות 35-44
22%	78%	בנות 45-54
20%	80%	בנות 55-64
7%	93%	בנות 65 ומעלה
17%	83%	השכלה תיכונית חלקית או פחות
36%	64%	השכלה תיכונית מלאה
27%	73%	השכלה על תיכונית
29%	71%	השכלה אקדמאית
27%	73%	יש ביטוח רפואי חיצוני
43%	57%	אין ביטוח רפואי חיצוני

### הכי מפחיד: סרטן, הכי מפחידים: סרטן המעי הגס וסרטן השד

הבעיה הרפואית המפחידה ביותר את האשה הישראלית היא מחלת הסרטן (50.5%). חשש זה בולט בעיקר בקרב בנות 35-44 (72% מהן). אחרי הסרטן, במרחק ניכר, חוששות הנשים מנכות ומוגבלות (20%), מחלות לב (4%) וחוסר פוריות (2%). 18% חוששות מכל הבעיות במידה שווה. מעניין כי שיעור הנשים באזור השרון החוששות ממחלות לב גבוה באופן משמעותי מזה שבכל אזור אחר בארץ: 10% בשרון לעומת 5% בחיפה והצפון ו-4% בגוש דן ובדרום. תושבות ירושלים, לעומת זאת, אינן חוששות כלל ממחלות לב באופן מיוחד.

מבין הבעיות הרפואיות הבאות, איזו מפחידה אותך יותר מכולן?					
סרטן	חוסר פוריות	מחלות לב	נכות ומוגבלות	כולן כאחד	
50.5%	2%	4%	20%	18%	סה"כ
54%	6%	1%	17%	19%	בנות 25-34
72%	2%	1%	10%	12%	בנות 35-44
41%	0%	8%	21%	22%	בנות 45-54
44%	0%	3%	23%	23%	בנות 55-64
38%	0%	8%	30%	14%	בנות 65 ומעלה
50%	2%	0%	14%	23%	תושבות ירושלים
49%	3%	4%	20%	17%	תושבות ת"א וגוש דן
48%	1%	5%	25%	17%	תושבות חיפה והצפון
55%	1%	4%	17%	18%	תושבות באר-שבע והדרום
50%	2.5%	10%	17.5%	17.5%	תושבות השרון

האחוזים החסרים: נשים שהשיבו "לא יודעת" או "אחר"

בקרב החוששות מסרטן, הפחד הוא בעיקר מסרטן המעי הגס (28.2%) וסרטן השד (23%). אחריהם ברשימה סרטן צוואר הרחם (9%). 35% מהישראליות חוששות מכל סוגי הסרטן באותה מידה.

מבין סוגי הסרטן הבאים, איזה מפחיד אותך יותר מכולן	
(בקרב נשים שצינו כי הבעיה הרפואית המפחידה אותן ביותר היא סרטן)	
28%	סרטן המעי הגס
23%	סרטן השד
9%	סרטן צוואר הרחם
35%	כולם באותה מידה
5%	אחר/לא יודעת

### למרות הפחד: רק מעטות נבדקות לגילוי סרטן המעי הגס

למרות הפחד מסרטן המעי הגס, רק 22.5% מהנשים הנוהגות לבצע בדיקות תקופתיות עברו בשנה האחרונה בדיקה לגילוי סרטן המעי הגס. זהו אחוז נמוך ביותר בהשוואה לשיעור הנשים שעברו בשנה האחרונה בדיקת שד ידנית (61.9%), בדיקת ממוגרפיה (52.4%) או בדיקה לגילוי סרטן צוואר הרחם (51.4%). יכול להיות שהסיבה לכך היא כי שלוש הבדיקות האחרונות נעשות אצל הגינקולוג או בהפנייתו, בעוד בדיקת סרטן המעי הגס כרוכה בהליך מורכב יותר. הבדיקות השכיחות ביותר בקרב הנשים שנוהגות לבצע בדיקות תקופתיות הן בדיקות כולסטרול וסוכר בדם: 91.5% מהן ביצעו בדיקות אלה בשנה האחרונה.

מתי ביצעת לאחרונה את הבדיקה הבאה... (בקרב נשים שנוהגות לבצע בדיקות תקופתיות)					
לא זוכרת	לא ביצעתי בדיקה זו מעולם	לפני שנתיים ויותר	לפני שנה	לפני חצי שנה	
20%	1%	17%	21%	41%	שד ידנית על-ידי רופא
30%	1%	17%	21%	31%	בדיקת ממוגרפיה
26%	3%	20%	20%	32%	בדיקת סרטן צוואר הרחם
65%	1%	11%	10%	12%	בדיקת סרטן המעי הגס (קולונוסקופיה)
3.5%	1%	3.5%	14%	78%	בדיקת כולסטרול וסוכר בדם

### שלוש מכל ארבע ביקרו לאחרונה אצל רופא המשפחה

92% מהנשים בישראל ביקרו אצל רופא משפחה בשנה האחרונה. שלוש מכל ארבע נשים בישראל (78%) אף פקדו את רופא המשפחה בשלושת החודשים האחרונים. אצל אלה בולט השיעור הגבוה של נשים בעלות הכנסה נמוכה: 83% מהן נזקקו לרופא המשפחה בשלושת החודשים האחרונים. לעומת זאת, רק 68% מהנשים בעלות הכנסה גבוהה ביקרו אצל רופא המשפחה באותה תקופה. 62% מהישראליות ביקרו אצל גינקולוג בשנה האחרונה, כשליש מהן בשלושת החודשים האחרונים. על פי הסקר, צעירות מבקרות יותר אצל גינקולוג: 59% מבנות 25-34 ציינו כי ביקרו לפני שלושה חודשים לכל היותר אצל גינקולוג, לעומת 38% מבנות 35-44 ו-18% מבנות 45-54.

מתי ביקרת לאחרונה אצל הרופא הבא...						
לא זוכרת	לא ביקרתי בחיי	לפני יותר משנה	לפני שנה	לפני חצי שנה	לפני 3 חודשים	
						רופא משפחה
2%	-	6%	5%	10%	77.5%	סך-הכל
1%	-	8.5%	2%	16%	72.3%	בנות 25-34
2%	-	10%	2%	11%	74%	בנות 35-44
5%	-	5%	9%	12%	69%	בנות 45-54
1.5%	-	1.5%	8%	8%	82%	בנות 55-64
-	-	3%	3%	1%	93%	בנות 65 ומעלה
2%	-	5%	3%	7.5%	83%	הכנסה מתחת לממוצע
3%	-	1%	3%	11%	81%	הכנסה ממוצעת
2%	-	11%	6%	13%	68%	הכנסה מעל לממוצע
2%	4%	31.5%	15%	16%	31.5%	רופא גינקולוג
13%	7%	16.5%	8%	13.5%	42.5%	רופא מומחה מקצועי אחר

### עדיפות לגינקולוגית, רצוי בהמלצת חברה

בחירת גינקולוג היא עניין רגיש, כפי שמצטייר גם מן הסקר. מתברר, כי שיעור ניכר מקרב הישראליות, 43%, מעדיפות להיבדק אצל גינקולוגית בעוד 15% בלבד מעדיפות גינקולוג. ל-40% אין העדפה. ההעדפה לגינקולוגית בולטת בקרב נשים בנות 65 ומעלה – 48% לעומת 6% בלבד המעדיפות רופא נשים זכר.

האם את מעדיפה גינקולוג או גינקולוגית?						
כלל המדגם	גיל					
	65 ומעלה	64-55	54-45	44-35	34-25	
15%	5.5%	8%	16.5%	<b>19.5%</b>	22%	גינקולוג
43%	<b>48%</b>	47%	41%	41.5%	40%	גינקולוגית
40%	44%	<b>45.5%</b>	40%	38%	36%	לא משנה
1.5%	3%	0%	2%	1%	1%	לא יודעת/ מסרבת לענות

וכיצד בוחרת הישראלית את הגינקולוג שלה? 29% סומכות על המלצה אישית של חברה או קרובת משפחה. חלק גדול מהנשים (24%), בעיקר המבוגרות, נאמנות לגינקולוג הראשון שלהן לאורך שנים. 17% בוחרות ברופא הנשים על פי מה שהכי נוח וקרוב לבית או למקום העבודה ועוד 16% נעזרות בהמלצת רופא המשפחה.

כיצד את בוחרת גינקולוג?						
כלל המדגם	גיל					
	65 ומעלה	64-55	54-45	44-35	34-25	
29%	14.5%	30%	22%	31%	<b>42%</b>	המלצת חברה או קרובת משפחה
24%	22%	18%	29%	22%	<b>26%</b>	ממשיכה עם הגינקולוג הראשון שלי
17%	10%	12%	19%	<b>22%</b>	18%	מה שהכי נוח וקרוב לבית/עבודה
15%	25%	20%	12%	10%	10%	אחר/לא יודעת

לעומת ההעדפה לגינקולוגית, כשמדובר בשאלה מי את מעדיפה שינתח אותך, מנתח או מנתחת, השיבו 76% מהנשאלות שאין זה משנה להן. 16% מהישראליות מעדיפות דווקא מנתח ורק 5% מעדיפות מנתחת.

### הישראלית מוציאה על בריאותה 248 ש' לחודש

האשה הישראלית מוציאה על בריאותה 248 שקלים בממוצע מדי חודש, על פי הערכתה. סכום זה כולל ביטוחים רפואיים, תרופות, ויטמינים, ביקור אצל רופאים ועוד. 11.3% מהישראליות מוציאות להערכתן למעלה מ-450 שקלים בחודש על בריאותן, בעוד 15.8% מעריכות כי הן מוציאות עד 100 שקלים בלבד.

מהי ההוצאה החודשית שלך עצמך על בריאותך? (בממוצע)	
ממוצע כללי	248 ש'
נשואה או חיה עם בן זוג	231 ש'
גרופה או אלמנה	350 ש'
רווקה	176 ש'
בנות 25-34	134 ש'
בנות 35-44	187 ש'
בנות 45-54	271 ש'
בנות 55-64	333 ש'
בנות 65 ומעלה	380 ש'

### הוצאת משפחה על בריאותה: 566 ש' בחודש

ומהי ההוצאה הממוצעת של כלל המשפחה הישראלית על בריאותה? על פי הסקר שערכה "אסותא מרכזים רפואיים", ההוצאה הממוצעת עומדת על 566 ש' למשפחה – כלומר, קרוב ל-5% מהמשכורת הממוצעת למשפחה (כ-11,200 ש').

באופן לא מפתיע, ההוצאה על בריאות גדלה עם הגיל. בעוד שאצל בנות 25-34 ההוצאה המשפחתית על בריאות היא 376 שקלים בחודש, אצל בנות 35-44 היא 411.50 שקלים, אצל בנות 45-54 היא עולה ל-731 שקלים, ואחרי ירידה מסוימת אצל בנות 55-64, 670 שקלים – היא קופצת ל-750 שקלים אצל בנות 65 ומעלה.

מהי ההוצאה החודשית של משפחתך על בריאות?	
ממוצע	
566 ש"י	ממוצע כללי
376 ש"י	בנות 25-34
411.5 ש"י	בנות 35-44
731 ש"י	בנות 45-54
670 ש"י	בנות 55-64
750 ש"י	בנות 65 ומעלה

### לרוב יש ביטוח משלים, אבל רק מעט יודעות מה הוא כולל

באיזה קופת-חולים מבוטחת האשה הישראלית? מהסקר שנערך לרגל פתיחת מרכז "אסותא השלום" עולה, כי הרוב המכריע, 57% – מבוטחות בשירותי בריאות כללית. 23.5% מבוטחות ב"מכבי שירותי בריאות", 9% בקופת חולים מאוחדת ו-8.5% בקופת חולים לאומית. שיעור הישראליות המבוטחות בביטוחים רפואיים משלימים הוא גבוה ביותר. 88% מהנשים מבוטחות בביטוח רפואי משלים של קופת-החולים ול-41.5% יש ביטוח בריאות משלים חיצוני. האחוז הגבוה ביותר של נשים שיש להן ביטוח משלים של קופת החולים הוא בקרב מבוטחות "מכבי שירותי בריאות": 90%. לאחר מכן: מבוטחות "מאוחדת" (89%), "לאומית" (88%) ו"כללית" (87%).

האם יש לך ביטוח רפואי משלים?				
ביטוח רפואי פרטי (חיצוני)		ביטוח משלים של קופ"ח		
לא	כן	לא	כן	
58.5%	41.5%	12%	88%	סך-הכל
65%	35%	9%	91%	בנות 25-34
56%	44%	14%	86%	בנות 35-44
58%	42%	17%	83%	בנות 45-54
45%	55%	5%	95%	בנות 55-64
66%	34%	15%	85%	בנות 65 ומעלה
69%	31%	18%	82%	הכנסה מתחת לממוצע
56%	44%	10%	90%	הכנסה ממוצעת
45.5%	54.5%	5%	95%	הכנסה מעל לממוצע
59%	41%	13%	87%	מבוטחת ב"כללית"
50%	50%	10%	90%	מבוטחת ב"מכבי"
53%	47%	11%	89%	מבוטחת ב"מאוחדת"
82%	18%	12%	88%	מבוטחת ב"לאומית"

עד כמה מודעות הנשים שיש להן ביטוחים רפואיים נוספים לזכויות המגיעות להן מביטוחים אלה? כ-64% ציינו כי הן מודעות באופן חלקי לזכויותיהן, וכשיצטרכו – יבררו יותר. כ-12% הודו כי אינן מודעות כלל לזכויותיהן וכל שהן יודעות הוא מביקור אצל רופא המשפחה. רק כ-24% הצהירו כי קראו את הפוליסה מלפנים ומאחור והן מודעות לזכויותיהן.

### לילה טוב? לא ל-58% מהנשים בישראל

הישראליות סובלות מקשיי הירדמות. לא פחות מ-58% מהן ציינו בסקר כי הן סובלות מבעיה הקשורה בכך. 28% מהן מתעוררות באמצע הלילה. כ-18% מתעוררות מוקדם מדי בבוקר, 12% מתקשות בכלל להירדם, ורק כ-34% הצהירו כי הן ישנות כמו תינוק, במובן החיובי של ההגדרה. הבעיות הקשורות בשינה מתגברות ככל שמדובר בנשים מבוגרות יותר. בעוד שאצל הנשים בנות 25-34, מעידות 51% מהן כי הן "ישנות כמו תינוקות", הרי בקרב בנות 35-44 רק 39% ישנות היטב, ובקרב בנות 45-54 האחוז יורד ל-23.5%.

באופן לא מפתיע, נמצא קשר בין בעיות כלכליות לבין שינה: בקרב נשים שהכנסתן נמוכה מהממוצע סובלות 67% מבעיות שינה כלשהן – לעומת 51% מהנשים שהכנסתן מעל לממוצע. באזור השרון, שיעור הנשים המתעוררות באמצע הלילה גבוה מבכל אזור אחר בארץ – 35% לעומת 20.5% בירושלים לשם השוואה. בבאר-שבע והדרום, הכי קשה לנשים להירדם – 16% לעומת 9% בירושלים, חיפה והצפון, אך לעומת זאת שיעור הנשים המתלוננות שהן מתעוררות מוקדם מדי בבוקר גבוה פי 2 מזה שבדרום – 20% לעומת 10%. והיכן הנשים ישנות הכי טוב? בעיר הקודש. 39% מתושבות ירושלים העידו כי הן ישנות כמו תינוק, לעומת 28% בלבד מתושבות חיפה והצפון, למשל. האם מדובר בהשלכה של המלחמה שהתחוללה בקיץ בצפון? זה נושא למחקר בפני עצמו.

האם יש לך קשיי הירדמות – ואיזה?				
ישנה כמו תינוק	לוקח לי לפחות שעה להירדם	מתעוררת מוקדם מדי	מתעוררת באמצע הלילה	
34%	12%	18%	28%	סה"כ
51%	5.3%	13%	25.5%	בנות 25-34
39%	18%	8.5%	26%	בנות 35-44
23.5%	11%	23.5%	35%	בנות 45-54
29%	12%	23%	27%	בנות 55-64
22%	16%	23%	26%	בנות 65 ומעלה
24%	16%	18%	34%	הכנסה מתחת לממוצע
40%	7%	18%	30%	הכנסה ממוצעת
42%	13%	16%	21%	הכנסה מעל לממוצע
39%	9%	20%	20.5%	ירושלים
33%	13%	17%	29%	ת"א וגוש דן
28%	9%	21%	30%	חיפה והצפון
37%	16%	17%	25%	באר-שבע והדרום
37.5%	12.5%	10%	35%	השרון

\* האחוזים החסרים: נשים שציינו תשובה אחרת.

### 52% מהנשים: נותרים אצלנו

ומעניין לעניין: אם בביתכם נשמעים קולות ניסור בלילה, אתם לא לבד. אצל 52% מהנשים שהשתתפו בסקר יש בבית לפחות אדם אחד הנוהג לנחור. 32.5% מהנשים ציינו כי בן-זוגן הוא זה שנחור, 12.5% הודו כי גם הן וגם בן זוגן נותרים וכ-7% מהנשים לקחו את האחריות הבלעדית על צלילי הנחירות.

והיכן נותרים הכי הרבה? מסתבר שבאזור השרון, שם עוברים לילות לא שקטים ב-60% מהבתים. נשות השרון הן גם הנחרניות ביותר: 32.5% מהן נותרות (22.5% מהן יחד עם בן זוגן), ולאחר מכן נשות חיפה והצפון – 24% (16% יחד עם בן זוגן), נשות ת"א וגוש דן – 18.5%, נשות ירושלים – 13.5% (4.5%).

נשות באר-שבע סובלות הכי פחות מהנחירות שלהן 12% (7% יחד עם בן זוגן), אבל גם סובלות הכי הרבה מנחירות בן זוגן – 42% מגברי הדרום נותרים סולו.

מי נותר כאן?				
אף אחד לא נותר	בן זוגי נותר	גם אני וגם בן זוגי	אני נותרת	
35%	32.5%	12.5%	7%	סך-הכל
36%	36%	4.5%	9%	ירושלים
41%	30%	12%	6.5%	ת"א וגוש דן
37%	29%	16%	8%	חיפה והצפון
30%	42%	7%	5%	באר-שבע והדרום
20%	27.5%	22.5%	10%	השרון
33%	24%	14%	12%	הכנסה מתחת לממוצע
33%	40%	11%	7%	הכנסה ממוצעת
36%	39%	10%	4.5%	הכנסה מעל לממוצע
47%	29%	4%	2%	בנות 25-34
35%	37%	11%	2%	בנות 35-44
22%	43.5%	14%	11%	בנות 45-54
30%	32%	20%	11%	בנות 55-64
40%	19%	16%	12%	בנות 65 ומעלה

\* האחוזים החסרים: נשים שציינו תשובה אחרת.

ועוד נתון מעניין בנושא זה: נשים שהכנסתן נמוכה מהממוצע נותרות באופן משמעותי הרבה יותר מנשים שהכנסתן מעל לממוצע: 26% לעומת 14.5%.  
 בניתוח על פי גילאים עולה, כי המרעישות ביותר בלילה הן בנות 55-64: 31% מהן נותרות. השקטות ביותר הן בנות 25-34: רק 6% מהן משמיעות בלילה צלילי ניסור.

### ספורט: כל אשה שנייה (כמעט)

קרוב למחצית מהנשים הישראליות – 42.5% למען הדיוק – עוסקות בפעילות ספורטיבית כלשהי. הספורטיביות ביותר הן נשים בגילאי 35-44: 52% מהן עוסקות בספורט. ה"פדלאות" ביותר הן בנות 25-34: רק 38% מהן עוסקות בפעילות ספורטיבית.  
 מהסקר עולה, כי גם ספורט הוא עניין של גיאוגרפיה: הפעילות ביותר הן נשות השרון: 55% מהן עוסקות בספורט, בעוד הירושלמיות מעדיפות עיסוקים אחרים – רק 36% מהן עוסקות בספורט.

ספורט – והאשה הישראלית		
לא עוסקת בספורט פעיל	עוסקת בספורט פעיל	
57.5%	42.5%	סך-הכל
62%	38%	בנות 25-34
48%	52%	בנות 35-44
56.5%	43.5%	בנות 45-54
67%	33%	בנות 55-64
56%	44%	בנות 65 ומעלה
73%	27%	השכלה תיכונית חלקית או פחות
65.5%	34.5%	השכלה תיכונית מלאה
47%	53%	השכלה על תיכונית
51%	49%	השכלה אקדמאית
64%	36%	תושבות ירושלים
59%	41%	תושבות ת"א וגוש דן
56%	44%	תושבות חיפה והצפון
59%	41%	תושבות באר-שבע והדרום
45%	55%	תושבות השרון

גם לרמת ההשכלה יש כנראה השפעה על הפעילות הספורטיבית. בקרב נשים בעלות השכלה תיכונית חלקית או פחות, רק כ-27% עוסקות בספורט פעיל, בעוד אצל בעלות השכלה על תיכונית, שיעור הספורטיביות גבוה כמעט פי 2 – 53%.

### הכי פופולאריים: ריצה והליכה

ענף הספורט המועדף על האשה הישראלית הוא ריצה או הליכה, כפי שציינו מחצית מהנשים בסקר (כאלה שעוסקות בפעילות ספורטיבית וכאלה שלא). הרחק מאחור צועדים הענפים הבאים: שחייה (16%), יוגה, פילטיס וכדומה (13.5%), מכון כושר, אירובי וספינינג (12%). ממצאי הסקר מצביעים על העדפה גבוהה יותר לפעילות אירובית ומכון כושר בקרב צעירות בנות 25-34 – 19% העדפה, ובקרב תושבות אזור השרון – 20%. גם השחייה זוכה לפופולאריות הרבה ביותר בשרון – 25% מנשות השרון מעדיפות את הבריכה.

איזה ספורט הן מעדיפות?					
פעילות אחרת	שחייה	יוגה, פילטיס וכד'	ריצה או הליכה	מכון כושר, אירובי וספינינג	סך-הכל
3%	16%	13.5%	50%	12%	סך-הכל
5%	11%	19%	49%	13%	עוסקות בספורט
1%	20%	9%	51%	11%	לא עוסקות בספורט
3%	19%	14%	43%	19%	בנות 25-34
4%	12%	15%	51%	12%	בנות 35-44
1%	16.5%	13%	53%	11%	בנות 45-54
1.5%	20%	17%	47%	9%	בנות 55-64
4%	14%	10%	59%	7%	65 ומעלה
2%	17%	11%	52%	9.5%	הכנסה מתחת לממוצע
1%	18%	13%	50%	13%	הכנסה ממוצעת
4.5%	13%	18%	48%	13%	הכנסה מעל לממוצע
9%	14%	14%	45.5%	14%	ירושלים
1%	15%	13%	58%	11%	ת"א וגוש דן
3%	19%	15%	45%	10%	חיפה והצפון
3%	12%	14.5%	55%	10.5%	באר-שבע והדרום
2.5%	25%	7.5%	35%	20%	השרון

באיזו תדירות עוסקת האשה הישראלית בספורט? מסתבר שגבוהה למדי. כ-88% מהנשים העוסקות בספורט עושות זאת פעמיים ומעלה בשבוע. מתוכן, 56.5% עוסקות בפעילות פעמיים עד שלוש בשבוע ו-31% נוספות – ארבע פעמים ומעלה. 7% בלבד עוסקות בפעילות רק פעם בשבוע.

<b>באיזו תדירות את עוסקת בפעילות ספורט? (בקרבת העוסקות בפעילות גופנית – 43% מהמדגם)</b>	
1%	רשומה לפעילות כלשהי אך בקושי הולכת
7%	אחת לשבוע
56.5%	בין 2 ל-3 פעמים בשבוע
31%	ארבע פעמים ויותר בשבוע
4%	אחר

#### **פעילות פנאי: למרות הכל – עם הספר**

מי שסבור כי פעילות הפנאי המועדפת ביותר על האשה הישראלית היא שופינג – טועה בגדול. מן הסקר שערכה "אסותא מרכזים רפואיים" עולה כי הקניות כתחביב לשעות הפנאי תופסות רק את המקום הרביעי (12% מהנשאלות), אחרי קריאת ספרים (26%), טיולים (21%) ומפגש עם חברות (18%).

את המקום החמישי במצעד פעילויות הפנאי תופסים הקולנוע והתיאטרון (10%) ואת השישי – מכון כושר ופעילויות ספורט (4%).

בראש קוראות הספרים מבחינת הגיל עומדות בנות 55-64 – 36% מהן מעדיפות קריאה על פני כל פעילות אחרת בשעות הפנאי. ומי מעדיפות טיול על פני קריאת ספר? בנות 35-44 (28%) ובנות 45-54 (27%).

השופינג פופולארי ביותר בקרב בנות 25-34 – 22% מהן מעדיפות לערוך מסע קניות בשעות הפנאי, אך גם בקרב קבוצת גיל זו קריאת ספרים ניצבת במקום הראשון, כפי שציינו 24.5% מהנשים.

מעניין לציין כי קריאת ספרים היא התחביב הפופולארי בקרב כל השכבות מבחינת רמת ההשכלה, אם כי האחוזים עולים ככל שעולה רמת ההשכלה: מ-20% בקרב בעלות השכלה תיכונית ומטה ל-31% בקרב בעלות השכלה אקדמאית.

לעומת זאת, פעילות ספורטיבית היא תחביב שזוכה לאהדה רבה בקרב בעלות השכלה תיכונית ומטה – 10% מהן עוסקות בכך לעומת 5% מבעלות ההשכלה האקדמאית ו-2% בלבד מבעלות ההשכלה התיכונית.

מבחינה גיאוגרפית, נשות ירושלים הן חובבות הספרים הגדולות ביותר – 36% מהן מעדיפות קריאה על פני כל תחביב אחר. השופינג פופולארי בעיקר אצל נשות השרון – 17.5% מהן מעדיפות לבלות בקניות בשעות הפנאי. פעילות ספורטיבית כתחביב היא מאוד לא פופולארית בקרב נשות חיפה והצפון, ת"א וגוש דן: רק 2% מהן מעדיפות אותה על פני כל תחביב אחר, לעומת 10% מנשות השרון.

מה הישראלית מעדיפה לעשות בשעות הפנאי?						
טיולים	ספורט	קריאת ספרים	מפגש עם חברות	קניות	קולנוע ותיאטרון	
21%	4%	26%	18%	12%	10%	סה"כ
15%	3%	24.5%	22%	22%	10%	בנות 25-34
28%	6%	19.5%	17%	13%	10%	בנות 35-44
27%	6%	23.5%	9%	9%	11%	בנות 45-54
18%	0%	36%	20%	8%	11%	בנות 55-64
18%	5.5%	29%	22%	4%	8%	בנות 65 ומעלה
20%	10%	20%	10%	10%	8%	השכלה תיכונית חלקית או פחות
15.5%	2%	21%	25%	19%	7%	השכלה תיכונית
21%	1%	28%	16%	17%	9%	השכלה על תיכונית
26.5%	5%	31%	17%	5%	13%	השכלה אקדמאית
11%	9%	36%	14%	11%	14%	תושבות ירושלים
20%	2%	22.5%	24%	15%	10%	ת"א וגוש דן
23%	2%	28%	17%	10%	8%	חיפה והצפון
25%	5%	26%	18%	7%	8%	באר-שבע והדרום
25%	10%	20%	5%	17.5%	10%	השרון

• האחוזים החסרים: נשים שצינו תשובה אחרת.

**לפרטים נוספים: משרד יעל קופר תקשורת שיווקית, 6206565 - 03**

**ברק אקשטיין, 052-2994980 [barak@yaelcooper.com](mailto:barak@yaelcooper.com)**