

令和3年度 公園を活用した健康づくり事業に関するアンケート

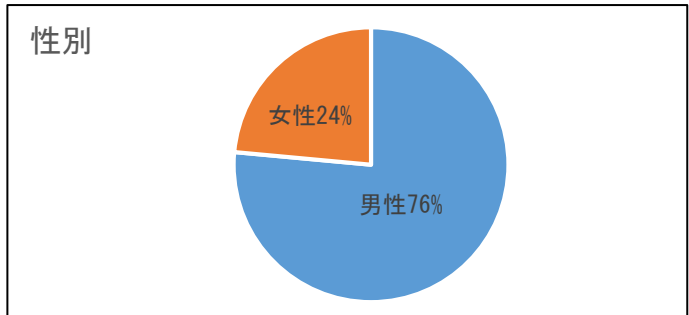
(令和3年度における)

アンケート協力依頼数	34 公園
アンケート回答数	34 公園

回答率 100 %

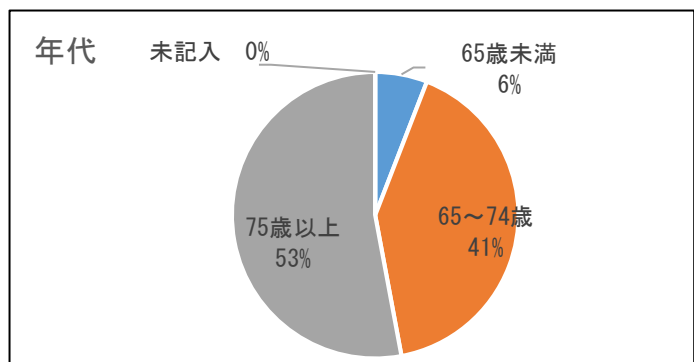
1. 性別

	人数	割合
男性	26	76
女性	8	24



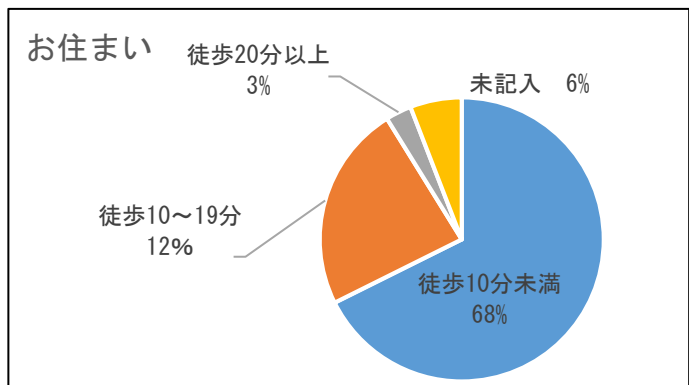
年代

	人数	割合
65歳未満	2	6
65～74歳	14	41
75歳以上	18	53
未記入	0	0



お住まい(徒歩)

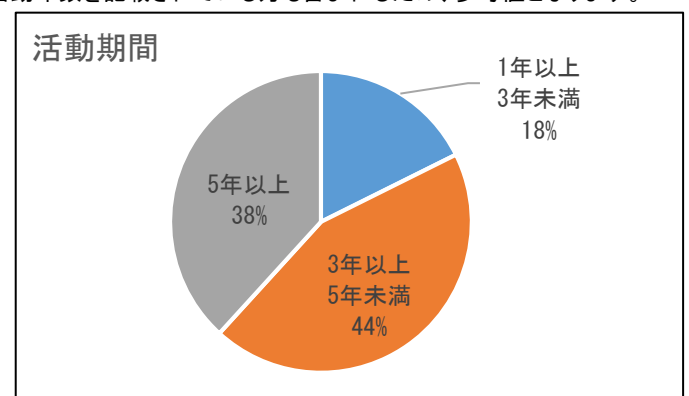
	人数	割合
徒歩10分未満	23	68
徒歩10～19分	8	24
徒歩20分以上	1	3
未記入	2	6



2. 公園を活用した健康づくり事業の協力員として、どのくらい活動していますか？

(注)公園を活用した健康づくり事業として実施する前からの活動年数を記載されている方も含まれるため、参考値となります。

	人数	割合
1年未満	0	0
1年以上3年未満	6	18
3年以上5年未満	15	44
5年以上	13	38



3. 【回答者ご自身について】新型コロナウイルス感染症の感染拡大が始まる前と現在とで、身体面・精神面・社会生活等において何か変化がありましたか。(複数回答可)

人と会う機会が減った	27
外出機会が減った	26
町会・自治会行事に参加する機会が減った	20
定期的に運動する機械が減った	12
足腰の衰えを感じる	11
健康情報に触れる機会が減った	8
生活リズムが乱れてしまった	8
気持ちが沈みがちになった	6
その他	4
特に変化はない	4
身体の調子がすぐれない	3

↓「その他」の回答内容 (一部抜粋)

- ・ 活動できない期間があったため能力が落ちた
- ・ 精神的に落ち着きがなくなり細かいことが気になるようになった

4. 【回答者ご自身について】公園を活用した健康づくり事業以外に運動を行っていますか。

	人数	割合
はい	29	85
いいえ	5	15

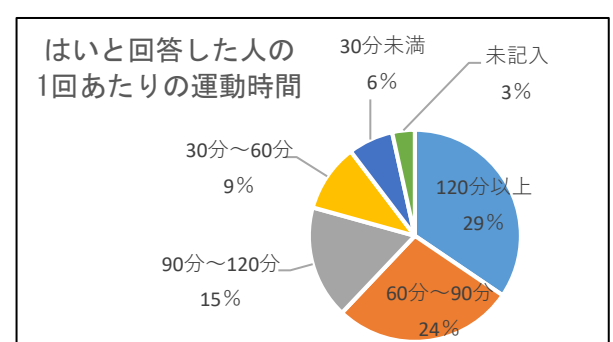
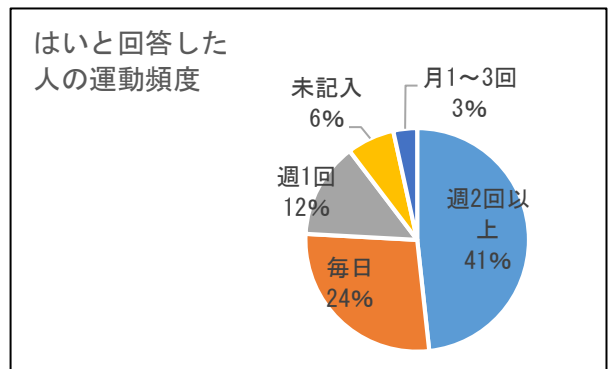
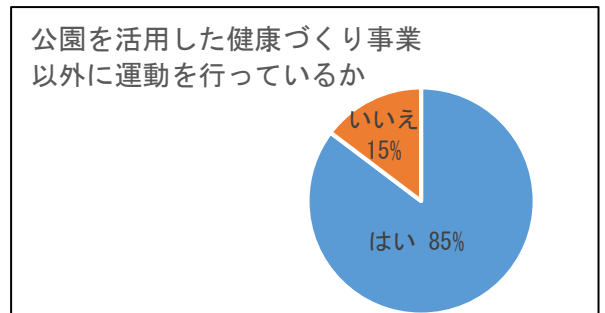
↓「はい」の回答内容 (複数回答可)

		人数
内容	ウォーキング・散歩・早歩き	14
	ゴルフ	4
	太極拳・気功	4
	グラウンドゴルフ	4
	スポーツクラブ	2
	テレビ体操	2
	その他(野球・卓球・社交ダンス・よさこい・テニス・ラジオ体操(各1))	6

↓「はい」と回答した人の運動頻度、運動時間

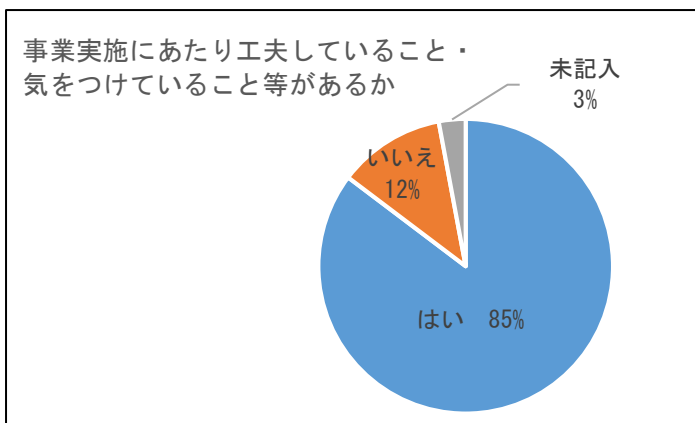
		人数	割合
頻度	週2回以上	14	41
	毎日	8	24
	週1回	4	12
	未記入	2	6
	月1~3回	1	3

		人数	割合
1 回 あ た り の 運 動 時 間	120分以上	10	29
	60分以上90分未満	8	24
	90分以上120分未満	5	15
	30分以上60分未満	3	9
	30分未満	2	6
	未記入	1	3



5. 事業実施にあたり工夫していること・気をつけていること等がありますか。

	人数	割合
はい	29	85
いいえ	4	12
未記入	1	3



↓「はい」の回答内容（複数回答可）（一部抜粋）

- ・ 継続できるよう常に健康に留意（2）
- ・ 新型コロナ感染予防（2）
- ・ メンバーとの会話を少なく
- ・ ソーシャルディスタンス
- ・ マスク着用し密を避ける
- ・ 気持ちよく参加していただけるように声掛け等をしている（3）
- ・ 毎日公園散歩者に声掛けしている
- ・ できるだけ多くの人に参加してもらえよう心掛けている
- ・ 参加者の体調や健康、安否確認（3）
- ・ 高齢の参加者が行き帰りにケガがないこと（3）
- ・ 高齢者が多いので無理な動きをせず楽しく行う、準備体操も行う（2）
- ・ 安全に、楽しく、帰宅後もできるように
- ・ 参加者が無理なく気軽に明るくできること
- ・ ジョギングとウォーキングに分けて気軽に参加できるようにしている
- ・ ラジオ体操や太極拳以外にテレビで見たストレッチなどを取り入れた内容に工夫
- ・ ニュースや情報を発表、LINEで情報発信
- ・ コロナ関係情報の共有化
- ・ ラジオ音量、ラジオ接続スピーカー購入
- ・ 公園清掃、開始前のごみ拾い、ベンチを荷物置きにしない
- ・ スムースに活動できるようスタッフへの配慮

6. 【参加者について】新型コロナウイルス感染症の感染拡大が始まる前と現在とで、身体面・精神面・社会生活等において何か変化がありましたか。

参加者のご様子や言動等から、感じられるものでかまいません。（複数回答可）

人と会う機会が減ったという声が聞かれるようになった	29
外出の機会が減ったという声が聞かれるようになった	29
定期的に運動する機会が減ったという声が聞かれるようになった	17
町会・自治会行事に参加する機会が減ったという声が聞かれるようになった	16
足腰の衰えを感じるという声が聞かれるようになった	16
生活リズムが乱れてしまったという声が聞かれるようになった	12
気持ちが沈みがちになったという声が聞かれるようになった	10
健康情報に触れる機会が減ったという声が聞かれるようになった	9
身体の調子がすぐれないという声が聞かれるようになった	9
その他	3
特に変化はない	1

↓「その他」の回答内容

- ・ コロナで数回中止期間があり身体がなまりりハビリが通い。
- ・ 再開を待ち望んでいた
- ・ 生活リズムができた。ラジオ体操が励みになっているの声

7. 協力員として活動されている中でやりがいを感じるのはどういう時ですか。（一部抜粋）

- ・朝の元気なあいさつ、元気ですかの声掛け（6）
- ・参加者の元気な姿・笑顔が見られること（5）
- ・参加者が楽しそうに参加しているとき、楽しかったと言われたとき（5）
- ・参加者が増えたとき（5）
- ・参加者に感謝の言葉をいただくとき（4）
- ・継続して体調や健康状態が良くなったと言われたとき、体操の効果が出ていると感じるとき（4）
- ・公園事業を楽しみにしている人がいること（2）
- ・近隣住民との様々な接触、情報交換の場になっている（2）
- ・参加者が元気に参加し、お互いの話が弾んでいるとき
- ・自分の健康にも役立っている
- ・安否確認できること
- ・社会に役に立っているような気分を感じたとき
- ・町会以外の参加者も楽しそうにしてくれていること
- ・高齢の方が毎日来てくれること、子どもが興味を持って参加してくれること

8. 事業実施にあたり大変なこと・苦勞していること・課題はありますか。（複数回答可）

悪天候時の中止の判断	14
参加者がなかなか増えないこと	12
コロナ禍での周知・啓発活動	10
参加者への連絡等	8
協力員として共に活動してくれる仲間が増えないこと	8
報告書・請求書の作成	7
協力員への連絡等	6
ラジオの音量の調整・苦情対応等	6
その他	6
委託料の用途や収支の管理	5
新型コロナウイルス感染症の感染予防対策についてのアナウンス	4

↓「その他」の回答内容（一部抜粋）

- ・感染対策でマスク着用は大切。今後は熱中症等による体調が心配。
- ・複数課への書類提出の窓口を保健所1本にしてほしい。（地域保健課・公園緑地課）
- ・熱心過ぎてフラフラしながら来られる方がいる。無理なく体調良い時だけ参加されるよう説明した。
- ・コロナで中止、再開の連絡に苦勞。
- ・年1回会員に活動・会計報告をしている。
不参加者には郵便で連絡するが返信が少なく安否確認に苦勞している。