

令和4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結果

資料3

アンケート協力依頼数	38 公園
アンケート回答数	28 公園

回答率 73.7%

1 アンケート回答者について、当てはまるものに○をしてください。

①性別	人数	割合
男性	21 人	75 %
女性	6 人	21 %
回答なし	1 人	4 %

②年代	人数	割合
75歳以上	20 人	71 %
65～74歳	5 人	18 %
65歳未満	3 人	11 %

③お住まい	人数	割合
公園から徒歩10分未満	20 人	71 %
徒歩10～19分	4 人	14 %
徒歩20分以上	2 人	7 %
回答なし	2 人	7 %

2 公園を活用した健康づくり事業の協力員としてどれくらい活動していますか？

	人数	割合
1～3年未満	5 人	18 %
3～5年未満	5 人	18 %
5～7年未満	15 人	54 %
7年以上	3 人	11 %

3 協力員として活動することで、生活に変化はありましたか？(複数回答可)

	人数	割合
人と会う機会が増えた	23 人	82 %
健康情報に触れる機会が増えた	18 人	64 %
定期的に運動するようになった	16 人	57 %
生活リズムが整った	14 人	50 %
町会、自治会行事に参加する機会が増えた	12 人	43 %
身体の調子が良くなった	11 人	39 %
外出の機会が増えた	10 人	36 %
気持ちが明るくなった	10 人	36 %
特に変化はない	5 人	18 %
その他	3 人	11 %

【その他の理由】（一部抜粋）

・気持ちに変化あり。急に明るくなった訳ではないが前向きであることは確か。

人と会って笑顔で会話できる。そういう場の雰囲気素晴らしい。

- ・健康のバロメーターとして考えているので、活動ができなくなった時、自信が持てなくなった時が協力員を止める時と考えている。

4 協力員として活動する中でやりがいを感じるのはどのような時ですか。(一部抜粋)

- ・参加者から感謝の言葉や社会活動に参加している意識を感じる時
- ・毎回参加している方からの「ありがとう」の言葉
- ・お疲れ様、楽しかったと言われた時
- ・皆が喜んで参加してくれて、感謝してくれることがやりがいです
- ・健康に関する話しが役に立ったと言われた時
- ・地域の方々とのコミュニケーションが多くなり、挨拶する方も多くなり、輪が広がり、地域安全にも役立っていると思います
- ・声をかけると反応してくれます(挨拶など) 1人で参加される男性が増えた事が嬉しいです
- ・仲間が頑張っていて一緒にやってくれる
- ・太極拳初心者の方が月日が過ぎて皆さんと一緒に楽しく演舞される様になられた時
- ・体操終了後、メンバーの笑顔や元気な様子を見て私も元気をもらっている
- ・規則正しい生活ができる。地域住民との会話が増えた。
- ・多くの参加者から運動する機会ができて良かったとの声を聞いた時
- ・年度初の健康診断で各項目のレベルが正常値であると告げられうれしいと報告を受けた時
- ・体操後にとっても気持ち良かったと感じると言ってもらえると嬉しい
- ・参加者の元気な姿を見るのが楽しみ
- ・寒さ、暑さに負けず継続して参加される方がたくさんおられるので励みになっております。
- ・多くの方が参加されると嬉しいです

5 事業に参加されている方々の様子や反応等を教えてください。(一部抜粋)

- ・楽しそうに運動するようにみえる
- ・生活リズムが整ってきた。体調が良くなってきた。
- ・毎日ほぼ決まった人の参加者が多く、顔なじみとなっている
- ・コロナで人と交わる時間が少ないので、健康づくりの時間が非常に楽しみである(情報交換等)
- ・体操を始めてからは、通行人も含め、笑顔の挨拶が増えた
- ・オリンピックも中止となった2020年からコロナで参加者が減った。5年度に期待。
- ・高齢者が多いが、新しい体操を覚えようとしている
- ・地方から子どもの住む千葉に引越して来られた方や独居の方、仕事をリタイアされた方が地域の仲間作りになり喜ばれている。
- ・ラジオ体操後、小グループでウォーキングしたり、おしゃべりを楽しんだり、トレーニングに励む人など活動している
- ・健康維持の為、積極的にまた自主的にやっております。また情報交換の場としてもラジオ体操が役に立っている
- ・参加数が増え、楽しんでいるのが何よりです
- ・とにかく雨模様でも傘持参で参加する。始まる前から自分のルーティンを始める方も皆様楽しく参加されている様にお見受けします。
- ・我々高齢者にとって程よい運動量です。公園まで歩く、おしゃべりする、お互い様で元気をもらって笑顔で帰れる最高の場。

6 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)

	人数	割合
悪天候時の中止の判断	12人	43%
参加者がなかなか増えないこと	9人	32%
ラジオの音量の調整・苦情対応等	6人	21%
協力員として共に活動してくれる仲間が増えない事	5人	18%
報告書・請求書の作成	2人	7%
委託料の用途や収支の管理	2人	7%
協力員への連絡等	1人	4%
参加者への連絡等	1人	4%
その他	7人	25%

【その他 理由】(抜粋)

- ・備品等の保管場所と保管方法
- ・協力員の体調の関係で今まで行っていた健康体操が出来なくなったこと
- ・毎回散歩者へ「公園を活用した健康づくり体操の日」として案内をしているが、なかなか参加者の増加に結びつかない
- ・協力員とはLINEで連絡を取り合っているが、参加者との連絡に使えたらと思う
- ・近隣から苦情がこないよう注意しておりますが、配慮が大切かなと思います
- ・前もって雨の場合でも皆に連絡はします(電話)

7 他の公園(会場)で健康づくりに取り組んでいる団体等があればご紹介ください。

公園名 : 緑台西公園

活動内容: ストレッチ体操

8 その他、事業全体へのご意見・ご感想等ございましたらご記入ください。(一部抜粋)

- ・市の事業継続を願っています
- ・身近な公園で健康づくりは素晴らしい事業です。今後も変わらず継続していただきたい。
補助金ありがとうございます。
- ・事業は継続したいのですが、委託料は請求せず、報告書の提出のみを続けることは可能でしょうか。
- ・「報告会」の活動報告時に隣のグループの話し声が入り集中できない。席の設定を再考してほしい。