

令和5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

アンケート協力依頼数	41 公園
アンケート回答数	37 公園

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。

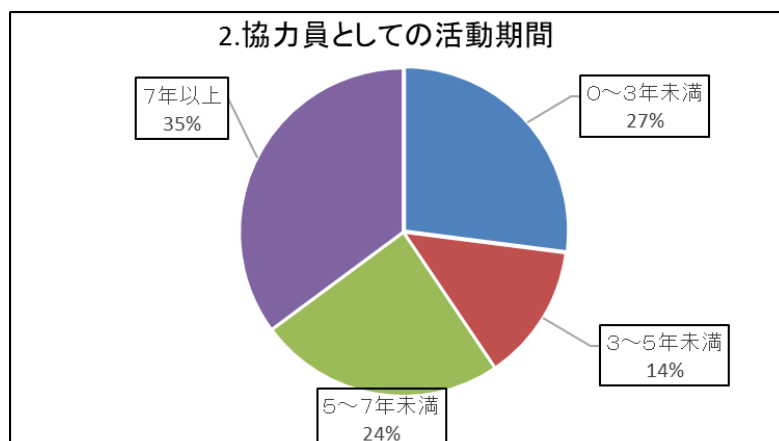
① 性別	人数	割合
男性	24 人	65 %
女性	13 人	35 %

② 年代	人数	割合
65歳未満	2 人	5 %
65～74歳	6 人	16 %
75歳以上	28 人	76 %
回答なし	1 人	3 %

③ 住まい	人数	割合
公園から徒歩10分未満	29 人	78 %
徒歩10～19分	8 人	22 %
徒歩20分以上	0 人	0 %

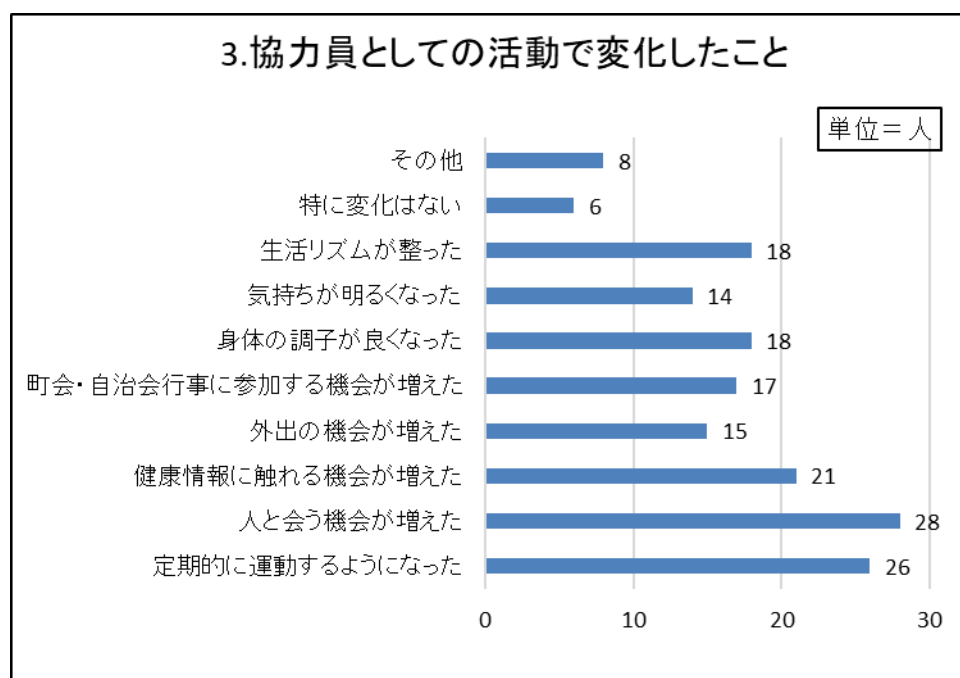
2. 公園を活用した健康づくり事業の協力員としてどれくらい活動していますか？

年数	人数	割合
0～3年未満	10 人	27%
3～5年未満	5 人	14%
5～7年未満	9 人	24%
7年以上	13 人	35%



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)

選択肢	人数	割合
定期的に運動するようになった	26 人	70 %
人と会う機会が増えた	28 人	76 %
健康情報に触れる機会が増えた	21 人	57 %
外出の機会が増えた	15 人	41 %
町会・自治会行事に参加する機会が増えた	17 人	46 %
身体の調子が良くなった	18 人	49 %
気持ちが明るくなった	14 人	38 %
生活リズムが整った	18 人	49 %
特に変化はない	6 人	16 %
その他	8 人	22 %



<その他 詳細>一部抜粋

- より多くの人々と地域のコミュニティ作りを作っていく意欲が高まった。
- 週3日も実施することで、ちょっと負担に感じている。(年かな)
- 季節の変化を楽しむ機会が増えた。

4. 協力員として活動され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)

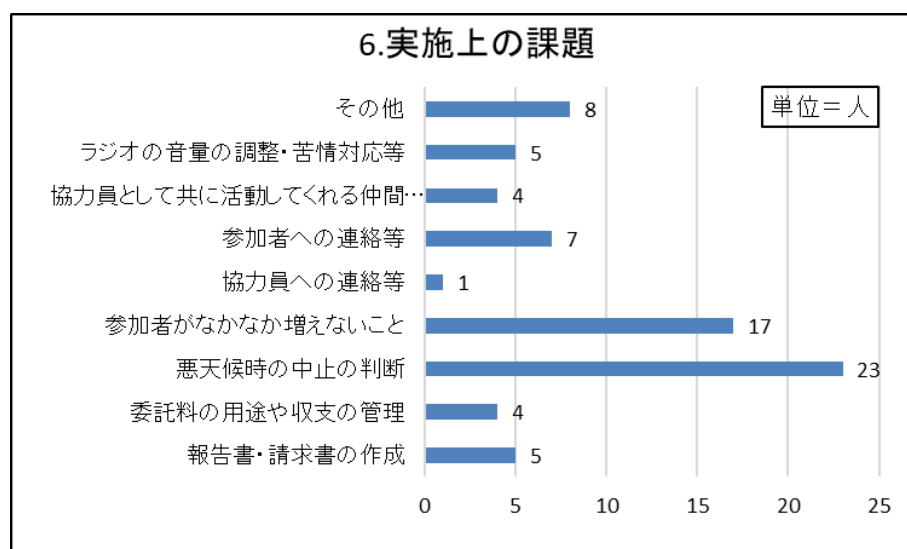
- 自らの健康作りはもちろん、地元の人々との交流。
- 参加されている皆様から感謝の言葉をかけられた時。
- 参加者との情報交換や、ラジオ体操時間以外でもコミュニケーションをよく取り、災害時等は応援支援体制が円滑に行える安心感があること。
- 健康になったとの話をたくさん言われ、心が晴れる。
- しばらく休んでいた人がまた出てきた時や参加者がなぜお休みか気にかけるようになった時。
- 笑顔が増えた。

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)

- 公園の活動を通じて老人会への参加をしていただいた。街中での出会いで気軽に声をかけてくれる。
- 高齢の方が多いが、終了後、楽しそうに話をしている。参加された方と仲良くなり、体操以外にもウォーキングを自主的に行っている。友人を誘って来てくれる。
- 太極拳をやったことのない人に周りの人々が教えているので、長く続けられる人が多い。
- 毎日数台のラジオを使って近くで放送が流れるので、よく聞こえて感謝されている。また参加者にラジオ設定をお願いしているので、参加者も当事者意識を持つようになった。
- 運動を定期的にする機会が増え、体調が良くなった、食事が美味しくなった等の声が増えた。
- 天候によって参加者数の増減がある。
- 参加者の年齢が70歳以上のため、やや寂しい。リタイヤされる方も多い。なぜ若い人が参加しないのか。やはり朝6時30分は厳しいのか。
- 老人クラブ以外の近隣の方も参加している。グランドゴルフ練習後の整理体操として行っている方々に喜ばれている。
- 活動記録を取ることで成果を実感できている。
- 友達が増えたと思う。

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

選択肢	人数	割合
報告書・請求書の作成	5 人	14 %
委託料の用途や収支の管理	4 人	11 %
悪天候時の中止の判断	23 人	62 %
参加者がなかなか増えないこと	17 人	46 %
協力員への連絡等	1 人	3 %
参加者への連絡等	7 人	19 %
協力員として共に活動してくれる仲間が増えないこと	4 人	11 %
ラジオの音量の調整・苦情対応等	5 人	14 %
その他	8 人	22 %



＜その他 詳細＞一部抜粋

- DVD 機器の音量が最大にしても公園では遠くまで届かないので、機種変更を考えている。
- 参加人数の報告の中で、一般参加者から協力員を選んでいるので区別する意味がない。面倒なのでやめてほしい。
- 太極拳に DVD を使っているが、中国製がほとんどで故障が多く、買い替えに苦労しており、且つ音楽との連動の操作、装置に苦労している。
- 毎回のラジオ体操以外に健康体操を行っていたが、指導者の年齢や健康状態から中止になり、継続者がいなく残念に思う。毎回、のぼりの掲示と片付けが面倒になっている。
- 市当局として小学校や福祉施設等に「ラジオ体操」の PR をお願いしたい。
- 毎日の早起き。(特に冬場)
- 老人クラブの会員の方にはグループラインにて連絡できるが、近隣の方々への連絡が難しい。

7. 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)

- 委託費より助成費に変更できないか。
- 事業協力員の報告会だけではなく、せっかく集まるので自由討議等の交流会の時間も欲しい。
- 年1回のこの会合は3月の第1日曜が多いが、3月はイベントが多く、できたら平日の方がありがたい。
- 高齢社会で2025年問題もクローズアップされるので、公園での体操は健康を維持する上で非常にいいと思う。この体操に参加する事で、自身の色々な運動に対する意欲が向上するものと思われる。
- これから長く活躍していくには、多数の人に楽しく伝えたいという願いから、どの様にしたらいいのかが大きな悩み。
- 協力員の打ち合わせ会のために委託料の使途を少し拡大していただきたい。運営上必要な費用は委託料の使途範囲として希望する。
- 請求書、実施報告書を保健所へ送付する封筒(宛名印刷済、切手貼付)を年間12部用意していただきたい。
- 参加日数を増やして欲しいという声もあるが、現在の「15日方式」であれば気軽に参加できる感じがする。多くの人に関心を持ってもらい参加を促して欲しい。
- 市からの委託料で乾電池等の消耗品費や連絡等の通信費が賄えるようになり助かっている。今後も地域の健康づくりと交流の場としてこの事業の協力員を担い活動を継続したい。
- 70代80代の方々なので足腰の弱い方がいる。座ってできる運動を取り入れたので、いい案があったら教えていただきたい。
- いい習慣なのでずっと続けたいが、協力員も高齢化してきた。参加者はもっと高齢者だが…
- アンケートは報告会の日に提出が良かったと思う。
- 現在ラジオ体操のみで、終了後すぐ解散してしまうが、体を動かす「ちょいたし」の体操を提案してはいかがかと考える。