

令和6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	45 公園
アンケート回答数	45 公園
回答率	100%

問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。

	人数	割合
①性別 男性	30 人	67 %
女性	14 人	31 %
回答なし	1 人	2 %

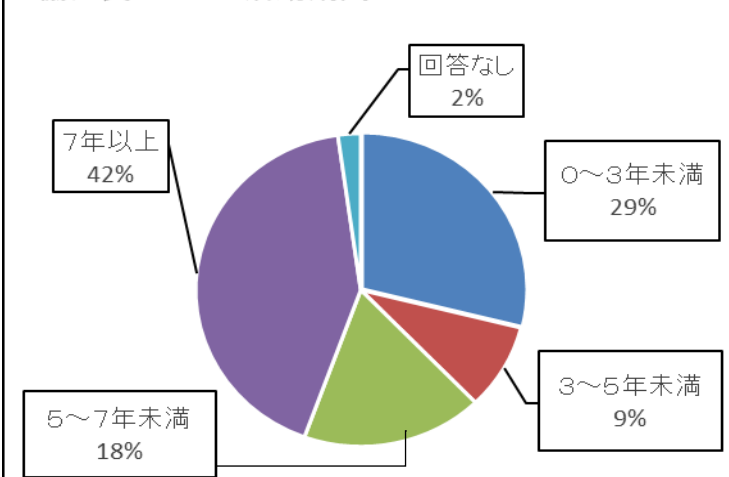
②年代 65歳未満	3 人	7 %
65～74歳	8 人	18 %
75歳以上	33 人	73 %
回答なし	1 人	2 %

③お住まい 公園から徒歩10分未満	32 人	71 %
徒歩10～19分	7 人	16 %
徒歩20分以上	1 人	2 %
その他(車)	1 人	2 %
回答なし	4 人	9 %

問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
0～3年未満	13 人	29 %
3～5年未満	4 人	9 %
5～7年未満	8 人	18 %
7年以上	19 人	42 %
回答なし	1 人	2 %

2.協力員としての活動期間

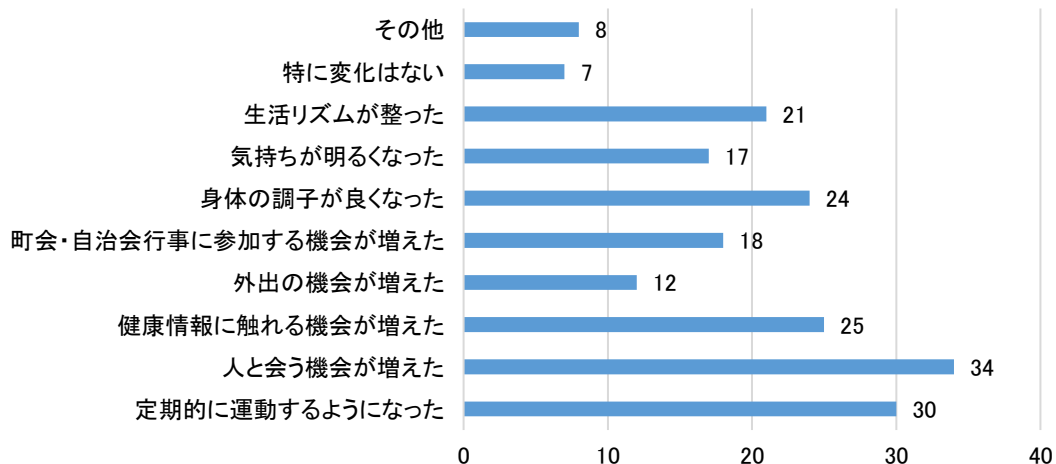


問3 協力員として活動することで、生活に変化はありましたか？(複数回答可)

	人数	割合
定期的に運動するようになった	30 人	67 %
人と会う機会が増えた	34 人	76 %
健康情報に触れる機会が増えた	25 人	56 %
外出の機会が増えた	12 人	27 %
町会・自治会行事に参加する機会が増えた	18 人	40 %
身体の調子が良くなった	24 人	53 %
気持ちが明るくなった	17 人	38 %
生活リズムが整った	21 人	47 %
特に変化はない	7 人	16 %
その他	8 人	18 %

3.協力員としての活動で変化したこと

単位＝人

**【その他 内容】(一部抜粋)**

- 「交流会」「報告会」への参加と毎月の「報告書」「請求書」作成等の事務処理と協力員として対外的な責任が増えた。
- 以前から行っていたので生活に変化はないが、新しい顔ぶれが増えたり、皆運動する機会を欲しているような気がする。
- 会員の方々と楽しく話ができる事。健康について日常楽しく動けること等、話に弾みがつくようになった。
- 3Q 体操の普及活動に役立っている。
- 仲間が増え、町内の人と話しをすることが増えた。

問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)

- 皆様に「話しも出来て、毎朝来るのが楽しみです。」と言われているので、やりがいがある。
- 練功 18 法前段の体操を、1 人でも多くの人に指導しているときに感じる。
- 体の調子が良くなったとの言葉。
- 集う場所があり、様々な人たちが一緒に体操をして会話を楽しんだりしている姿を見てやりがいを感じる。独居の方も仲間とふれあい、癒されるとの話を聞くと大事な活動とを感じる。

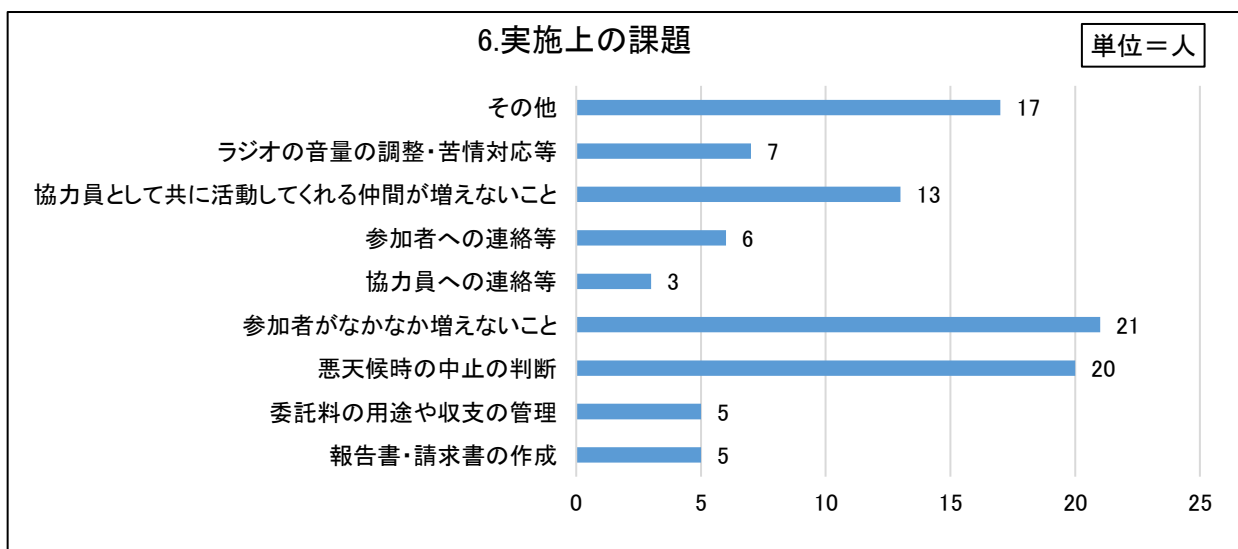
- 新規参加者、未就学児、小学生を迎えた時。ウォーキング倶楽部としての活動管理が参加者個人の目標管理に繋がっていることが確認できた時。
- 地域社会の皆さんの健康づくりに多少でも役立っていると感じる時。
- 開催日以外(会場以外)でも参加者から声掛けがあったりすると、やっていて良かったと実感する。
- 朝の挨拶だけでなく、天候の話など、町内の人と面と向かって話ができるようになった。

問5 事業に参加されている市民の様子や、市民からのご意見等があれば教えてください。(一部抜粋)

- 朝の時間が楽しくなった。夫婦で参加できるのが良かった。健康を保つことができた。
- 皆さん笑顔で参加され、同時におしゃべりをする時間として楽しみにされている。
- 1キロ以上離れている所から参加し、この場所でやる体操が1番楽しいと言ってくれる参加者がいる。
- 参加者仲間とのあいさつ交換で相互の安否確認になっている。11月に10年以上参加した方に「表彰状」を配布し喜ばれた。
- 参加者の平均年齢が約70歳(または75歳)以上で若い人がいないので寂しい。6:30は早すぎるのかも！
- 継続できていること、メンバーの1人として一体感を共有できること、多くの人と顔を合わせ会話をすることが楽しいよう。参加したいが時間がない人や、活動を周知していない人もまだ多いと思われる。
- 毎日やることで、日々の行動にメリハリがついてきた。会場までのウォーキングで、脚力もついて歩行も快適になった。

問6 事業実施にあたり苦勞していること・課題等がありますか。(複数回答可)

	人数	割合
報告書・請求書の作成	5 人	11 %
委託料の用途や収支の管理	5 人	11 %
悪天候時の中止の判断	20 人	44 %
参加者がなかなか増えないこと	21 人	47 %
協力員への連絡等	3 人	7 %
参加者への連絡等	6 人	13 %
協力員として共に活動してくれる仲間が増えないこと	13 人	29 %
ラジオの音量の調整・苦情対応等	7 人	16 %
その他	17 人	38 %



【その他 内容】(一部抜粋)

- 報告書作成や委託料の管理等、1人で行っているのを協力していただける方を探している。
- 町会の会合や集会、知り合い等に声掛けをしているが反応があまりない事。
- 夏の暑さへの対応。日陰がない。(近年特に感じる)
- 後継者が見当たらない。(毎日、朝早いことが理由かも)
- のぼりの設定、提示の上げ下げを毎日行っている事。
- 報告書への毎日参加人数記載。概数 20～30 人等にしていただけると助かる。
- 週3回を減らしたいが、参加希望者が多くてなかなか減らせない。

問7 課題であったが、現在はうまくいったこと、解決策の好事例があれば教えてください。

課題であったこと	うまくいった対応方法
ラジオ音が近所迷惑とならないか	1つのラジオ音を大きくしないで、ポケットラジオ数台に分散し、音を大きくする必要がなくなった
音量の苦情	その日の気象状況によるので、直前に発音、直後に消音を心掛けている。それでも苦情があった場合には、この事業の内容や目的などを文書にして配布する
寒冷時に露どけでぬかるみが生じていた	市に依頼し、砂を散布してもらい改善
報告書・請求書の作成	PC 使用により、資料作成とメール送付が可能となり良かった
体操が中国の体操、練功 18 法前段	特別に体操だけの練習会をやっている事
悪天候時の中止の連絡	中止判断や告知は旗を目印にすることを浸透させた
夏場の悪環境時の実施	運動時間の短縮と 8 月は休みにしたこと
雨の時のスタッフへの連絡方法	LINE を使える方とはグループ LINE を活用し、連絡がスムーズになった。 (LINE を利用していない方とはショートメールか電話連絡をしている)
参加者が愛犬を連れて参加され、朝から犬の吠える声がうるさいとクレームがきた	苦情主の自宅より離れた場所に移動していただいた
参加者が増えない	市の広報などに掲載され、新しい方が少し増えつつある
	参加者募集のチラシを回覧したり、掲示板に貼って PR した
	定期的に参加賞を配布する
ラジカセ(2 台)の設置やコードリール(3 本)の電源接続作業に時間を要していた	大出力(100W)のワイヤレススピーカーに変更したため、コードリールが不要となり、準備・片付けともに作業が楽になった
手取り足取り教える事ができない(気功・太極拳 24 式他)	時々先生が見てくれて急所を皆さんの前で実践している。八段錦はコピーを渡したりしている

問8 協力員報告会で情報共有したい内容、議題等があれば教えてください。(一部抜粋)

- 悪天候時の中止の連絡はどのようにしているか
- 若い協力員の募集方法
- 現在は会員の紹介などで新しい参加者が増えているが、「参加者増強策」については将来とも、共通課題としたい

- 夏休みなどに小学生等、子どもの参加を期待したいのでその対応方法
- 毎月の実施報告書で参加者人数報告の協力員の人数がなぜ必要か？男と女の数と合計だけの報告で良しとしていただけないか。人数把握に苦労している
- 委託料の使途
- オープンチャット等を利用した参加者への連絡体制

問9 公園を活用した健康づくり事業全般について、何かあればご記入ください。（一部抜粋）

- 体操している横をいぶかしげに通過する人も。認知度が低いのか。掲示板も見えていないのかも。
- 自治会・老人クラブとの協力で、市民体操の推進をしては！
- 正しい効果の出るラジオ体操のやり方。
- 公園を使わせていただくことに感謝している。自治会、会長にも感謝。
- この活動が船橋市の広範囲に年々広がっているようで、喜ばしいと思う。
- 協力員を含め高齢化している。いつまで続けられるか？
- 委託料月 5000 円はぜひ継続していただきたい。
- AED の設置を希望。
- みんなの体操、ラジオ体操以外で推奨する運動があれば紹介して欲しい。
- 町会の方に「これから検討するのだが、子供会でこのラジオ体操に参加していいか」と意見があり、「是非どうぞ」と答えておいた。
- 高齢になっても楽しく健康で長生きして少しでも医療費を少なくできる。この事業は素晴らしいと思います。
- スタッフは平日色々なボランティアをしている人が多いので、報告会へ参加するために調整をしなければいけなくて苦労した。