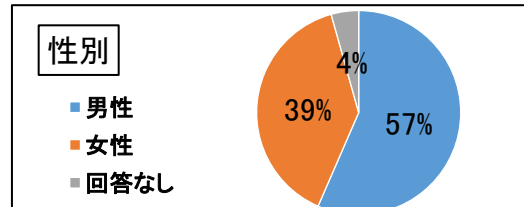


令和7年度 公園を活用した健康づくり事業に関するアンケート結果

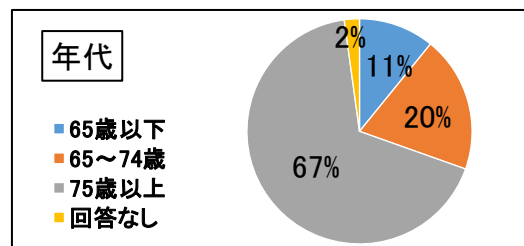
アンケート協力依頼数	46 公園
アンケート回答数	46 公園
回答率	100%

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。

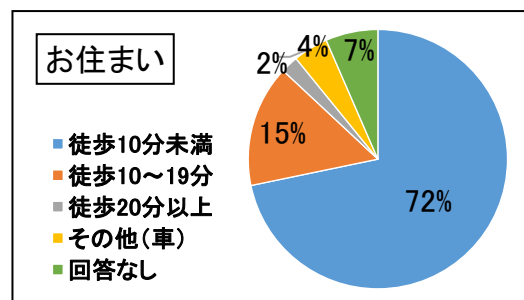
① 性別	人数	割合
男性	26 人	57 %
女性	18 人	39 %
回答なし	2 人	4 %



② 年代	人数	割合
65 歳以下	5 人	11 %
65～74 歳	9 人	20 %
75 歳以上	31 人	67 %
回答なし	1 人	2 %

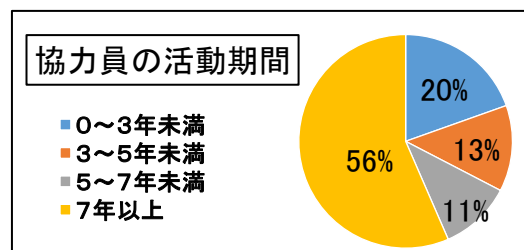


③ お住まい	人数	割合
徒歩 10 分未満	33 人	72 %
徒歩 10～19 分	7 人	15 %
徒歩 20 分以上	1 人	2 %
その他(車)	2 人	4 %
回答なし	3 人	7 %



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？

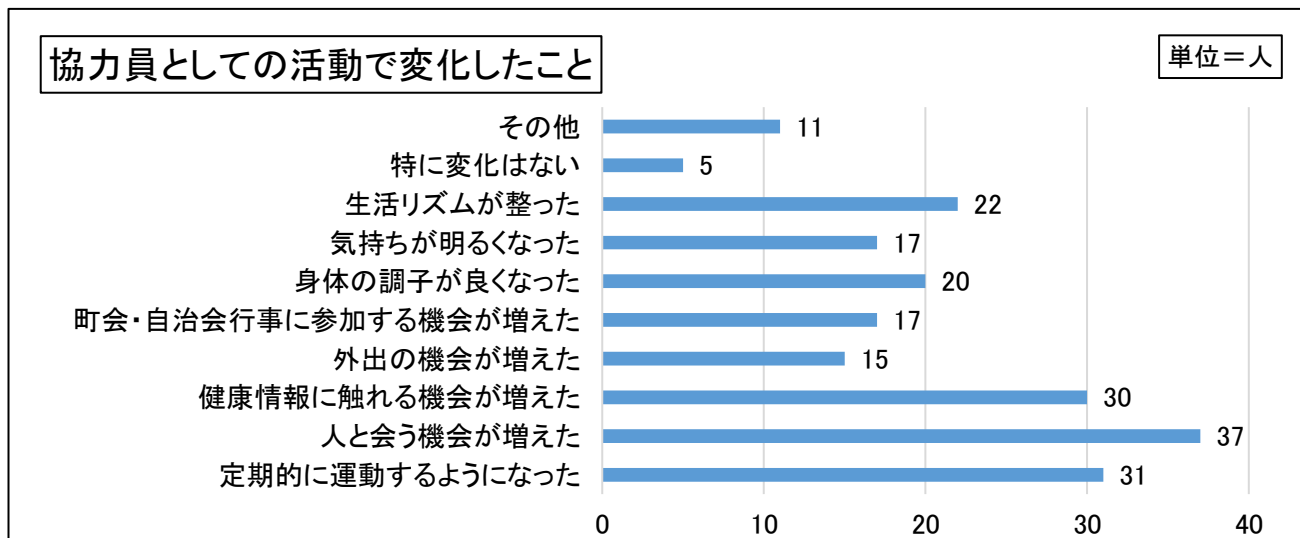
活動年数	人数	割合
0～3 年未満	9 人	20 %
3～5 年未満	6 人	13 %
5～7 年未満	5 人	11 %
7 年以上	26 人	56 %



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)

生活への変化	人数	割合
定期的に運動するようになった	31 人	67 %
人と会う機会が増えた	37 人	80 %
健康情報に触れる機会が増えた	30 人	65 %
外出の機会が増えた	15 人	33 %
町会・自治会行事に参加する機会が増えた	17 人	37 %
身体の調子が良くなった	20 人	43 %

気持ちが明るくなった	17 人	37 %
生活リズムが整った	22 人	48 %
特に変化はない	5 人	11 %
その他	11 人	24 %



【その他 内容】(一部抜粋)

- 仲間が増え、町内の人と話しをする機会が増えた。町会の情報が得られる(民生委員のため)。
- だんだん義務化していると感じる今日この頃。
- 毎日同じ時間に起きることにより、体内時計も整ってきたと考えられる。
- 登録1年半位だが、それ以前より活動していたため、見ている方に声かけすることに慣れてきた。
- 地域の人々と触れ合い交流ができ、生活空間が広がった。

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)

- 町会の人と都度挨拶し、親しく話をするとき。学校の夏休み・春休みの時、子どもと仲良く話をしたり指導するとき。
- 朝 6:30、参加者の元気な顔に会えること。筋力はすぐ落ちるので、続けることが大切と励まし合うこと。一人一人号令をかけながらのストレッチなので声の小さかった方がだんだん大きな声が出るようになったこと。
- 会員の紹介等で新しく参加する人が増えたとき。
- 近隣住民との触れ合いが増えた。
- 一人暮らしの人は皆さんに会えて話が進み、笑顔になっている時はやりがいがある。
- 冷たい日、雨上がり、まだどうかなと思う時でも体を動かそうとして集まって来る人たちを見た時。楽しそうにおしゃべりしている姿を見る時やっていてよかったと思える。
- 3Q 体操のおかげで体が楽になった。
- ラジオ体操の場が会話や健康状況、安否確認の場となっていること。
- 定期的に参加賞を提供し皆に喜んでもらった時。閉じこもりがちの高齢者が、今日もラジオ体操に参加できたと喜んでいいる時。ラジオ体操を休むと体調が悪いとの体験を聞き、健康維持に役立っていると感じた時。

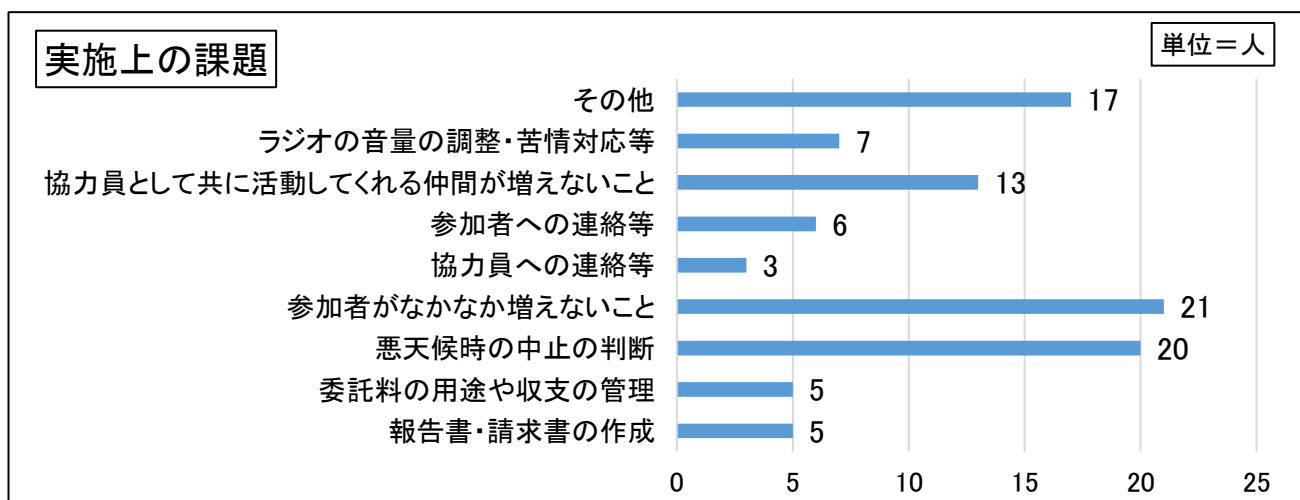
問5 事業に参加されている市民の様子や、市民からのご意見等があれば教えてください。(一部抜粋)

- 毎日ほぼ参加メンバーが同じになり、顔なじみになり親しくなった。
- 身体が柔軟になってきている。筋力がついてきた。
- 地域外の方の参加者が1人2人と増えているので嬉しい。

- 日常コミュニケーションが少ない中、定期的に会話ができ、情報交換の場になっている。
- 高齢化が進んでいる。コロナの影響が高齢者の死者、健康不良で参加者の変わりが激しい。
- 家の中から外へ連れ出して一人にさせないよう声かけをお互いにしている。
- 固定参加者ばかり。己の健康のため、参加している。
- 継続でき、メンバーの一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することが楽しいようだ。
- 健康づくりに関心はあるが参加機会が少ない、もう少し触れ合いの時間を楽しみたいという意見もある。
- ご病気で物忘れや前傾姿勢になったりする方もいるが、ラジオ体操やメンバーが好きで通い続けている。

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)

苦勞していることや課題	人数	割合
報告書・請求書の作成	11 人	24 %
委託料の用途や収支の管理	9 人	20 %
悪天候時の中止の判断	19 人	41 %
参加者がなかなか増えないこと	22 人	48 %
協力員への連絡等	5 人	11 %
参加者への連絡等	8 人	17 %
協力員として共に活動してくれる仲間が増えないこと	15 人	33 %
ラジオの音量の調整・苦情対応等	7 人	15 %
その他	9 人	20 %



【その他 内容】(一部抜粋)

- 報告書への人数記載。概数 20～30 人等にしていただけたら助かる。
- のぼり旗の準備を毎日行っている。片付けも毎日行い少し面倒。
- 体操前の公園清掃。子どものお菓子、ペットボトルの片付け。
- 公園の砂が雨や雪で水はけが悪い時、足元がドロドロになり苦勞している。
- 風が強い等悪天候の時、旗の管理が面倒。
- 参加者が高齢化し、開始当初と比較すると半減している。
- 災害時の共助、介助を円滑にする手段として、ラジオ体操の参加は知らない人同志が挨拶等から会話が始まり、コミュニケーションを深め、知人になる人達が多いので、防災対策にラジオ体操は貢献していると思う。
- 前日が暴風雨だと朝会場が使えるかどうか確認に行くのが負担になる。
- 参加者への飲み物配布準備から片付けまでの一連の活動。

- 年末年始の休日や飲み物配布の連絡掲示と参加者への周知。雨天による中止決定時の参加者への周知。
- 後継者が見つからないので、週 3 回を 2025 年から週 2 回に減らした。
- ラジオ体操前にゴミ・犬のふんの掃除をしてくださる方がいる。市役所にも相談したが犬のふんに困っている。

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
ラジオの音量の調整・苦情対応等	数台のラジオで音量を大きくしないで、分散してボリュームを下げている。
	大音量(100W)のワイヤレススピーカーを 2 台購入、設置することにより対処。
のぼり旗の保管方法	近くの商店街に保管庫に保管料を払って保管している。
	旗の取り外しが大変なので、取り付けたままで使用している。
のぼり旗の準備・片付け	参加者にお願いしている(協力員 1 名のため)。
参加者が増えない	散歩している人に声かけをしている。
	地元の子ども会が参加していただけることになり、子ども達の参加が増え、賑やかになった。
	掲示板や回覧板、公園のフェンスにチラシを張るなど PR 活動をしているが、1 番は知人を勧誘するのが効率がよい。
悪天候時の中止の連絡	グループ LINE を設定し、開催時の連絡を取っている。
	のぼり旗が上がっていないときは中止ということを周知することによって、現地で待機しなくてもよくなった。
後継者問題	週 3 から週 2 に減らしたので、気持ちが楽になった。
コミュニケーションを深める対策	会議と親睦会を開催している。皆から喜ばれている。

問8 実施公園一覧以外の公園で、健康づくりに取り組んでいる団体があればご紹介ください。

公園名	活動内容	団体名
緑台中央公園	グランドゴルフ	緑台軽スポーツの会
高根木戸近隣公園	気功・太極拳	太極拳スタディ・クラブ
緑台西公園	シルバーリハビリ体操	団体名なし 個人同士の集まり

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)

- 協力員の高齢化により、継続が難しくなってきた。
- 委託料月額 5,000 円は継続していただきたい。
- 地域外メンバーが思うように増えない。
- 時々休みたくなる。
- 市も健康事業に取り組んでいる姿を見て、市民も健康に留意しないといけなかった。
- 委託料の用途について主催者の方針をお聞きたい。
- 9 時からの開催なので、熱中症アラートが何時に発表されれば中止にするか迷っている。
- 参加者や開催頻度の少ない団体は委託料が余剰になると思われるため、参加者数等により差を設けるべき。
- 毎月の実施報告書で男女別、一般と協力員人数をやめて、毎日の総人数だけにしてほしい。
- 犬のふんの対策を教えてください。
- AED 設置。