

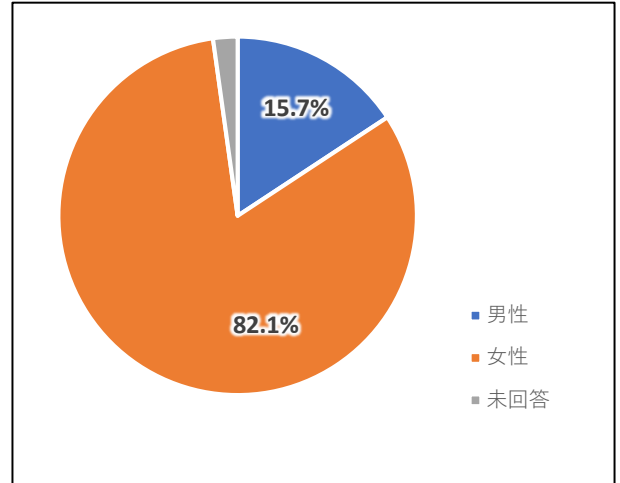
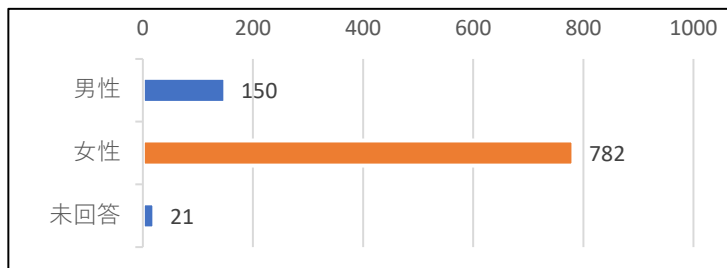
「パークで筋トレ」参加者アンケート 集計結果

会場

全会場合計

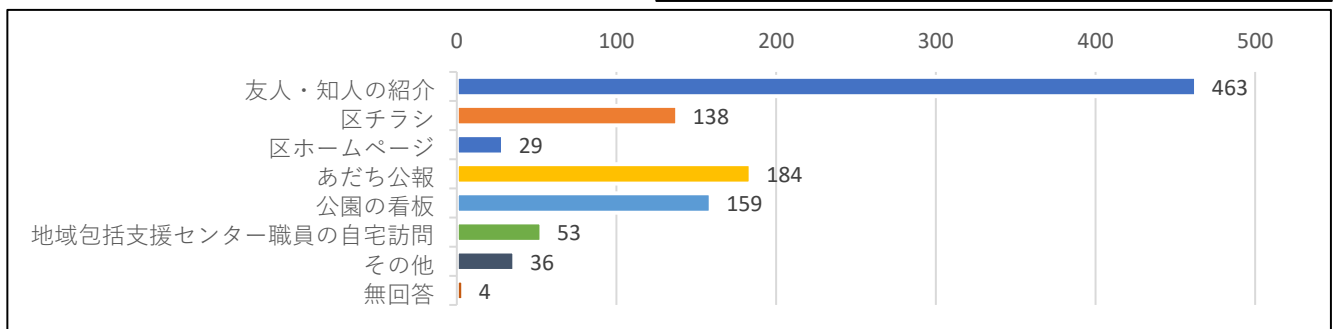
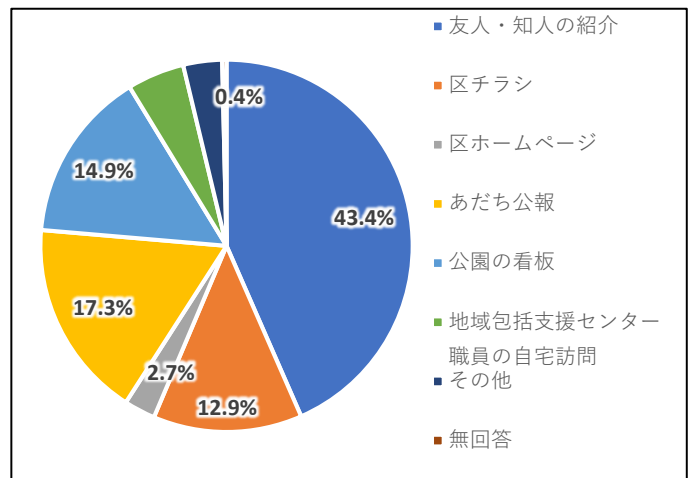
性別

男性	150	15.7%
女性	782	82.1%
未回答	21	2.2%
計	953	100.0%



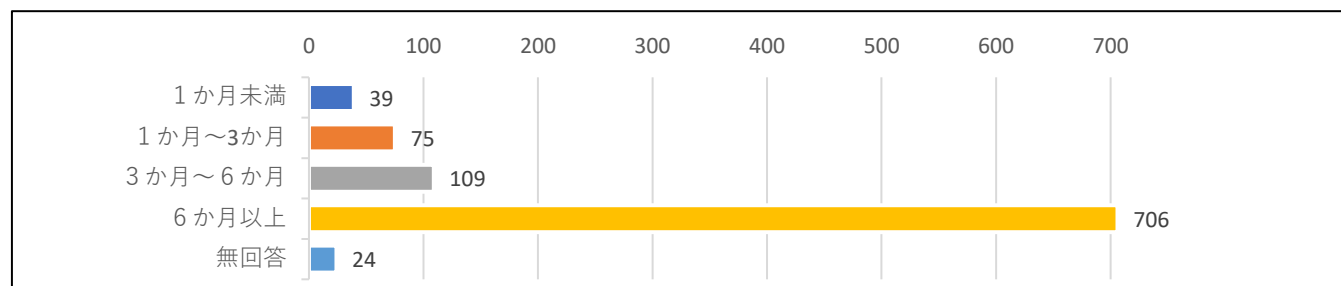
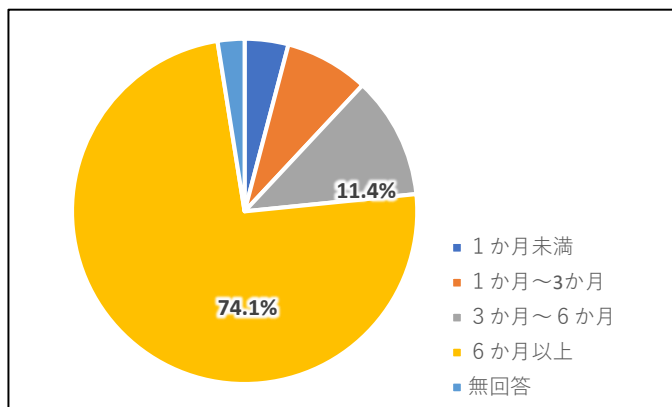
Q1. 「パークで筋トレ」を知ったきっかけをお聞かせください（複数回答可）。

友人・知人の紹介	463	43.4%
区チラシ	138	12.9%
区ホームページ	29	2.7%
あだち公報	184	17.3%
公園の看板	159	14.9%
地域包括支援センター職員の自宅訪問	53	5.0%
その他	36	3.4%
無回答	4	0.4%
計	1066	



Q2.「パークで筋トレ」に参加してどのくらいの期間になりますか。

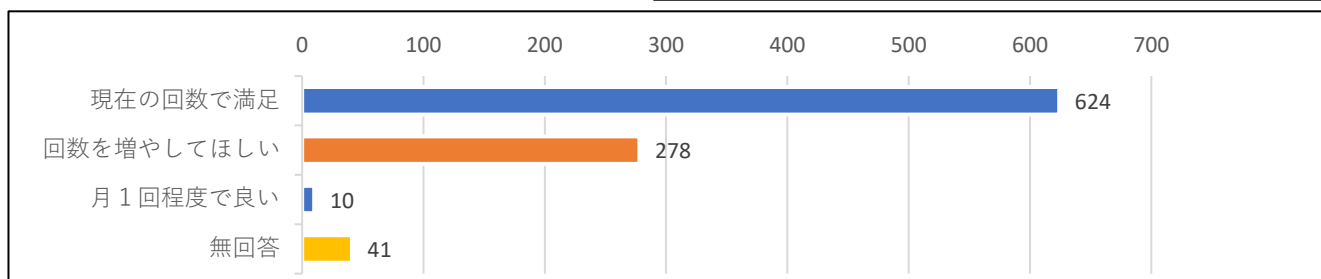
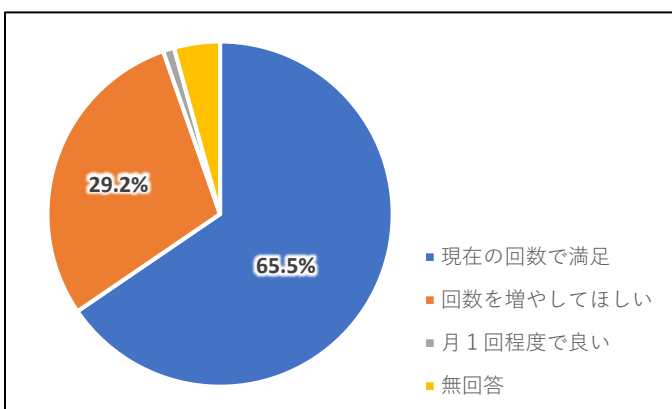
1 か月未満	39	4.1%
1 か月～3か月	75	7.9%
3 か月～6 か月	109	11.4%
6 か月以上	706	74.1%
無回答	24	2.5%
計	953	100.0%



Q3.満足度についてお聞かせください。

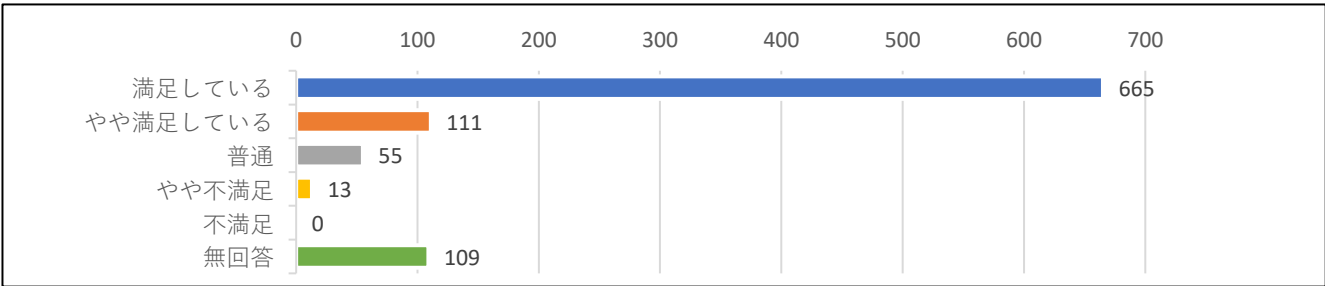
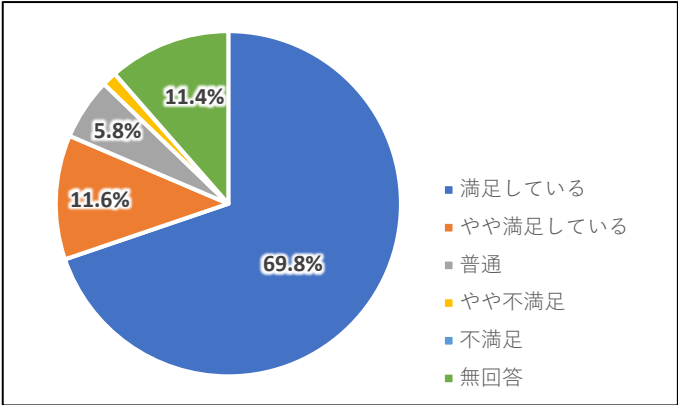
(開催頻度)

現在の回数で満足	624	65.5%
回数を増やしてほしい	278	29.2%
月 1 回程度で良い	10	1.0%
無回答	41	4.3%
計	953	100.0%



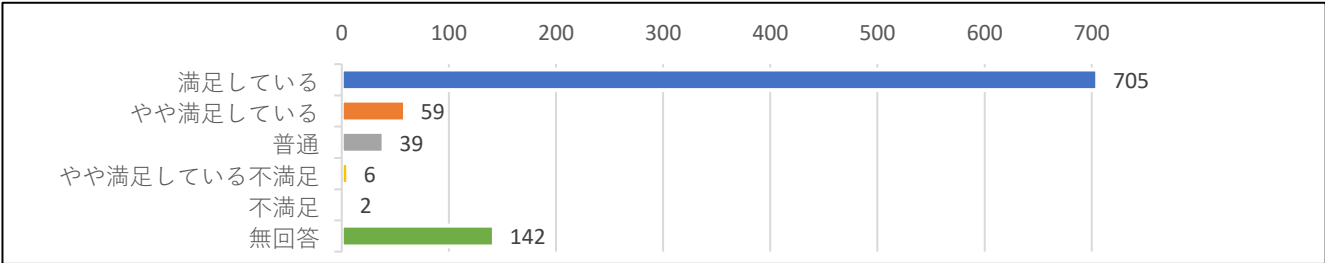
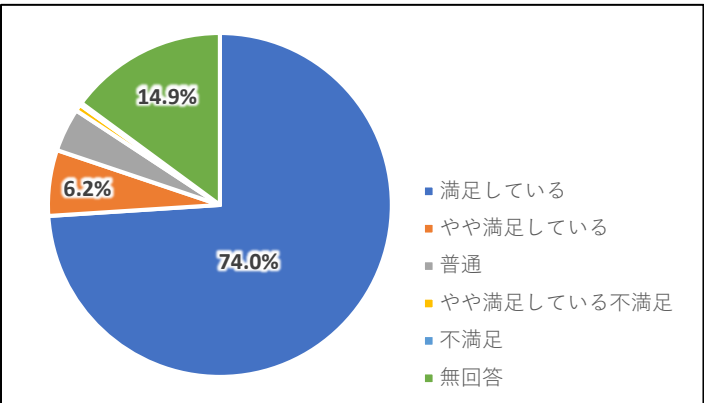
Q3.満足度についてお聞かせください。
(実施内容)

満足している	665	69.8%
やや満足している	111	11.6%
普通	55	5.8%
やや不満足	13	1.4%
不満足	0	0.0%
無回答	109	11.4%
計	953	100.0%



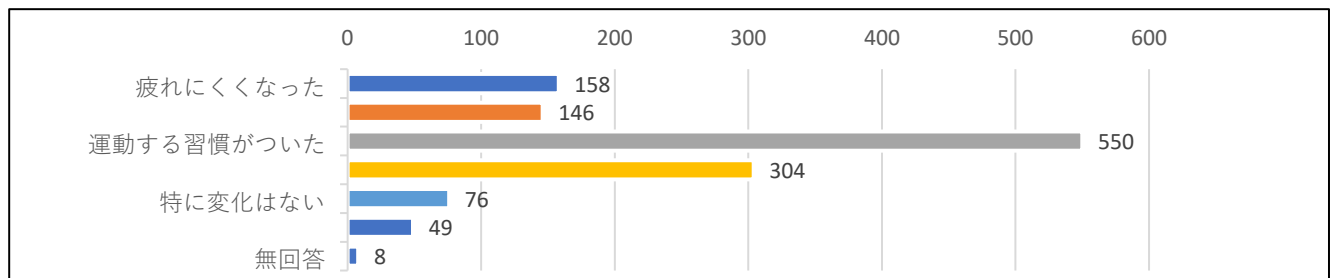
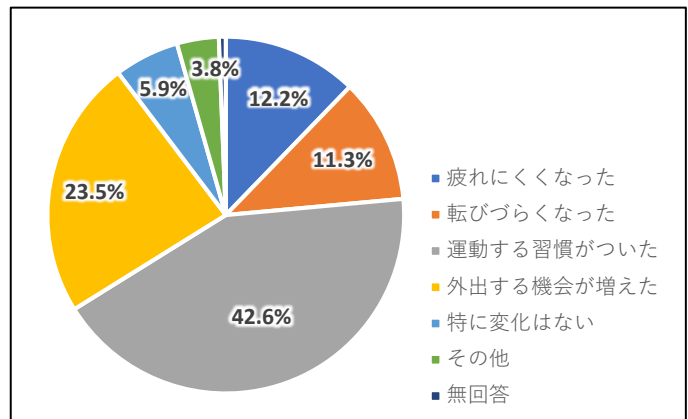
Q3.満足度についてお聞かせください。
(指導者の対応)

満足している	705	74.0%
やや満足している	59	6.2%
普通	39	4.1%
やや満足している不満足	6	0.6%
不満足	2	0.2%
無回答	142	14.9%
計	953	100.0%



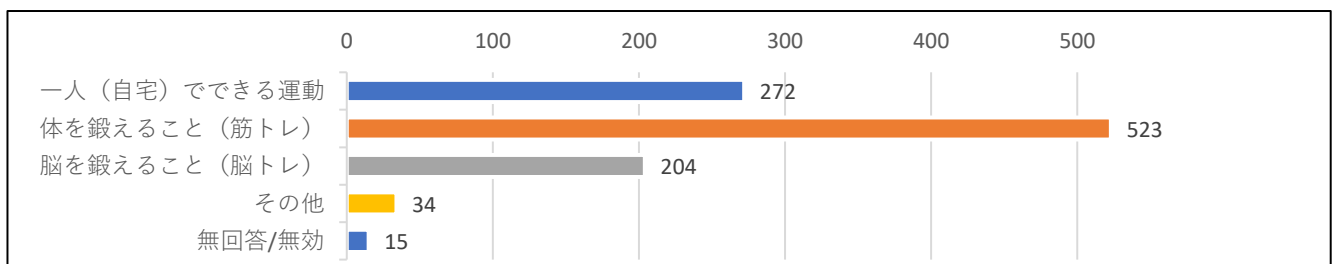
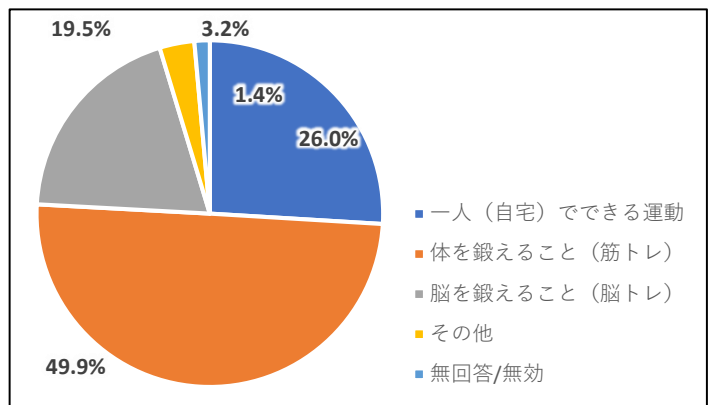
Q4.「パークで筋トレ」に参加してどんな良い変化がありましたか（複数回答可）。

疲れにくくなった	158	12.2%
転びづらくなった	146	11.3%
運動する習慣がついた	550	42.6%
外出する機会が増えた	304	23.5%
特に変化はない	76	5.9%
その他	49	3.8%
無回答	8	0.6%
計	1291	



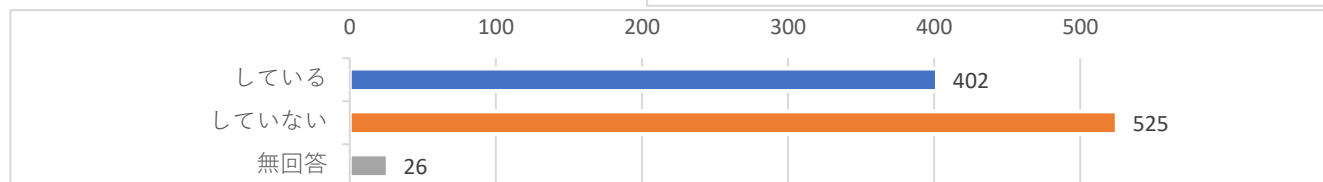
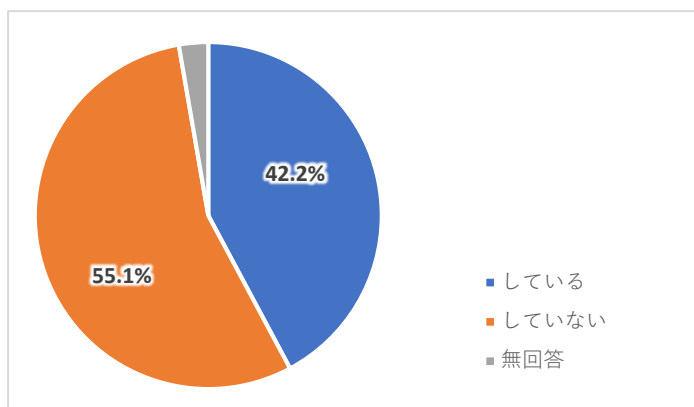
Q5.今後、重点的に実施してほしいプログラムをお聞かせください。

一人（自宅）でできる運動	272	26.0%
体を鍛えること（筋トレ）	523	49.9%
脳を鍛えること（脳トレ）	204	19.5%
その他	34	3.2%
無回答/無効	15	1.4%
計	1048	98.6%



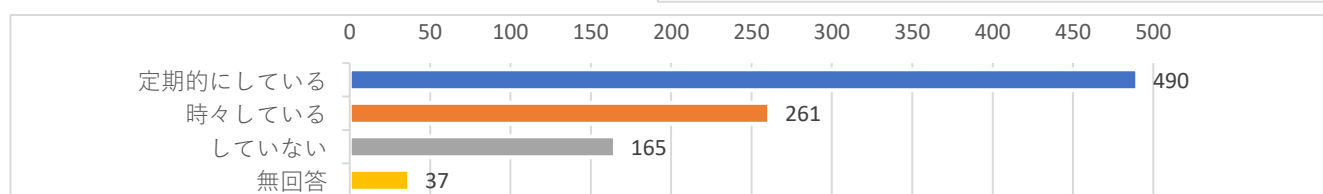
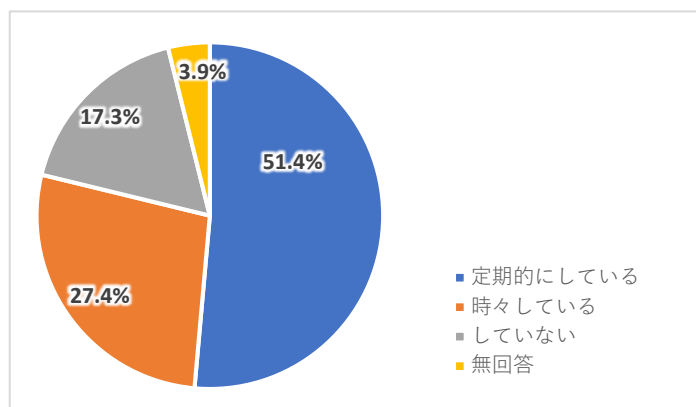
Q6.ほかの会場の「パークで筋トレ」に参加していますか。

している	402	42.2%
していない	525	55.1%
無回答	26	2.7%
計	953	100.0%



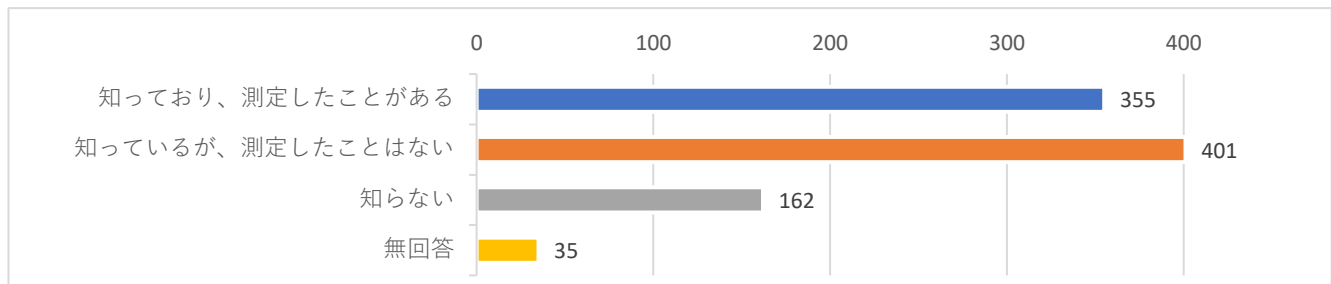
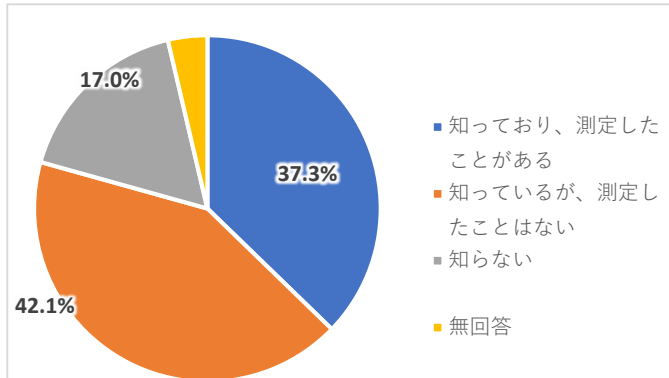
Q7.「パークで筋トレ」以外に運動をしていますか。

定期的に行っている	490	51.4%
時々している	261	27.4%
していない	165	17.3%
無回答	37	3.9%
計	953	100.0%



Q8.区の地域学習センター等で高齢者体力測定会を実施していることを知っていますか。

知っており、測定したことがある	355	37.3%
知っているが、測定したことはない	401	42.1%
知らない	162	17.0%
無回答	35	3.7%
計	953	100.0%



Q9.区が実施している運動・スポーツに関するイベントや教室などについて、充実していると思いますか？

とても充実している	177	18.6%
充実している	443	46.5%
どちらとも言えない	221	23.2%
あまり充実していない	22	2.3%
充実していない	1	0.1%
無回答	89	9.3%
計	953	100.0%

