

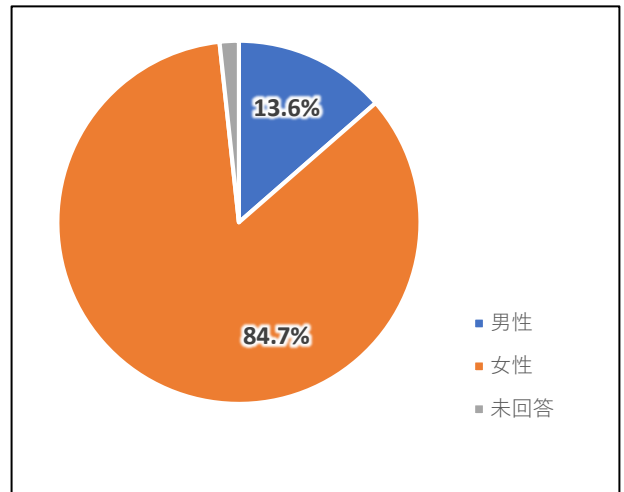
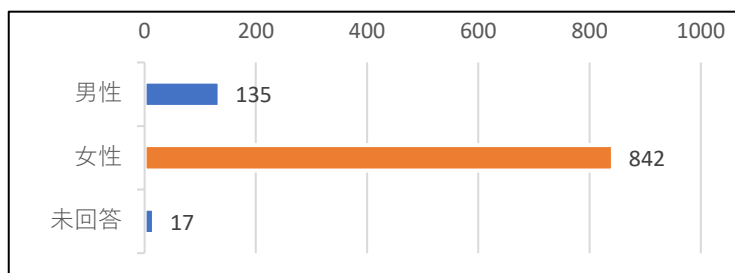
令和6年度「パークで筋トレ」参加者アンケート 集計結果

会場

全会場合計

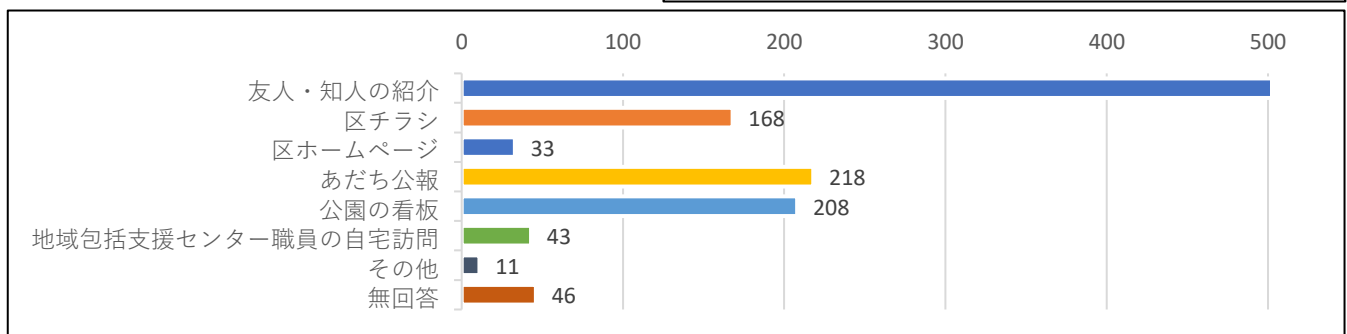
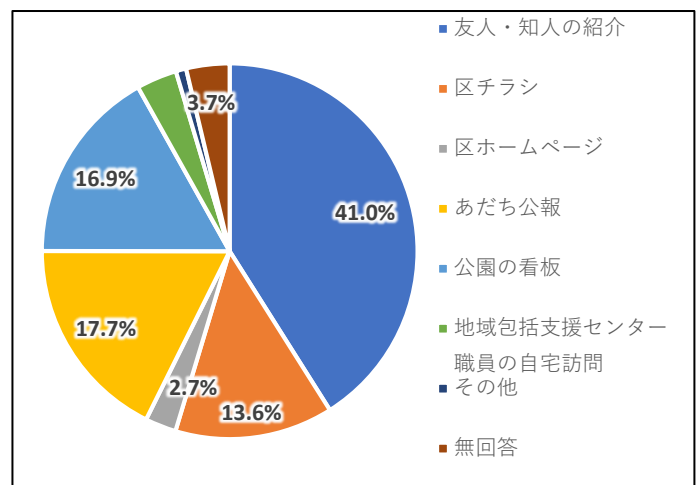
性別

男性	135	13.6%
女性	842	84.7%
未回答	17	1.7%
計	994	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）。

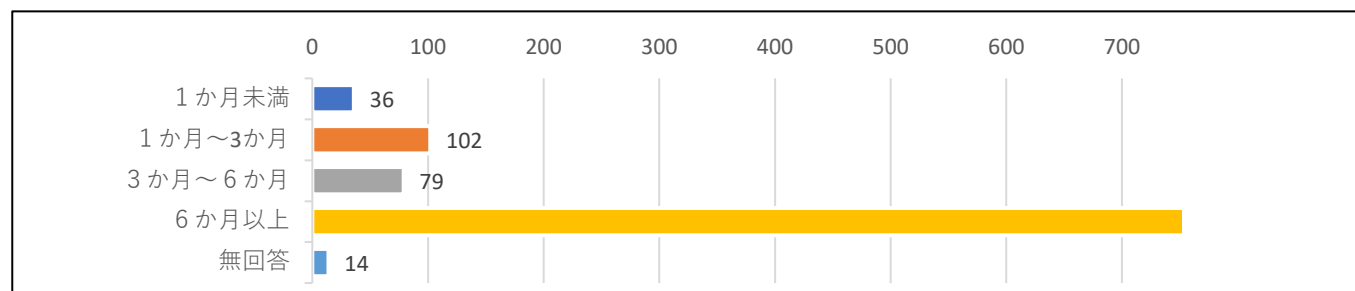
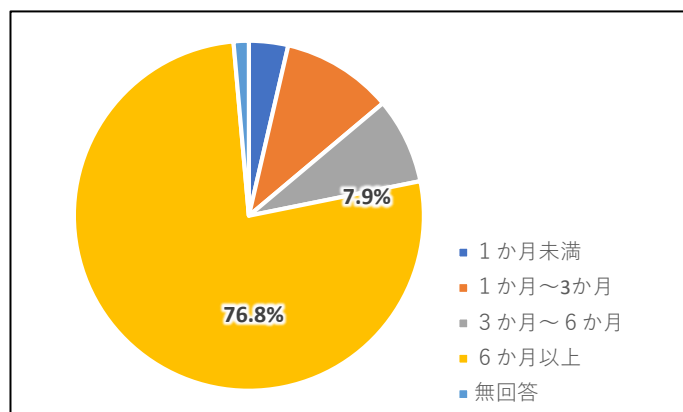
友人・知人の紹介	506	41.0%
区チラシ	168	13.6%
区ホームページ	33	2.7%
あだち公報	218	17.7%
公園の看板	208	16.9%
地域包括支援センター職員の自宅訪問	43	3.5%
その他	11	0.9%
無回答	46	3.7%
計	1233	



※その他

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。

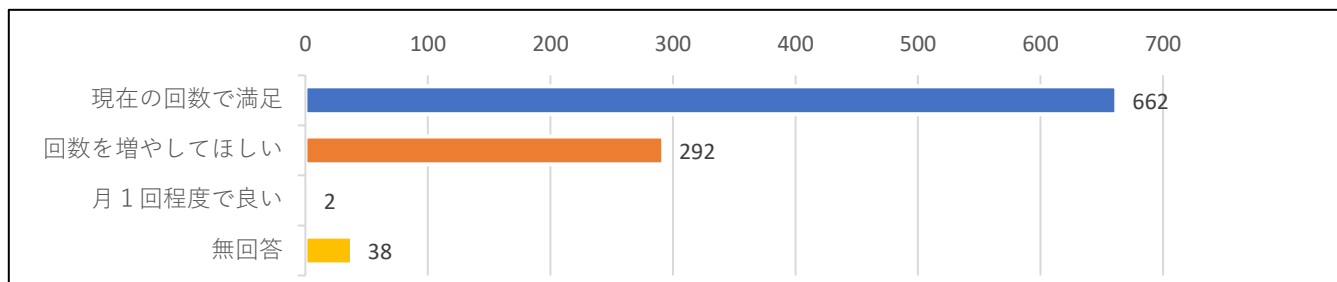
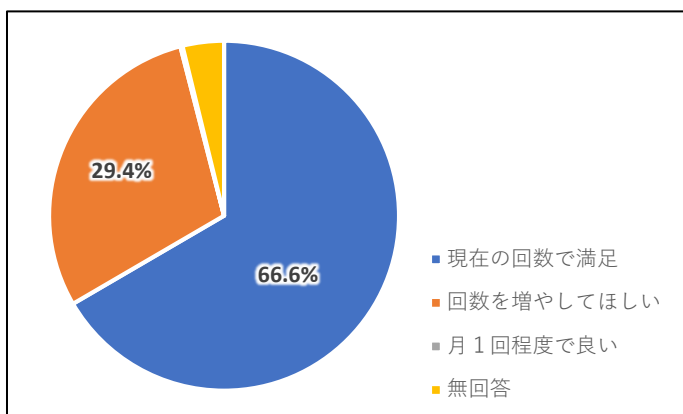
1 か月未満	36	3.6%
1 か月～3か月	102	10.3%
3 か月～6 か月	79	7.9%
6 か月以上	763	76.8%
無回答	14	1.4%
計	994	100.0%



Q3.満足度についてお聞かせください。

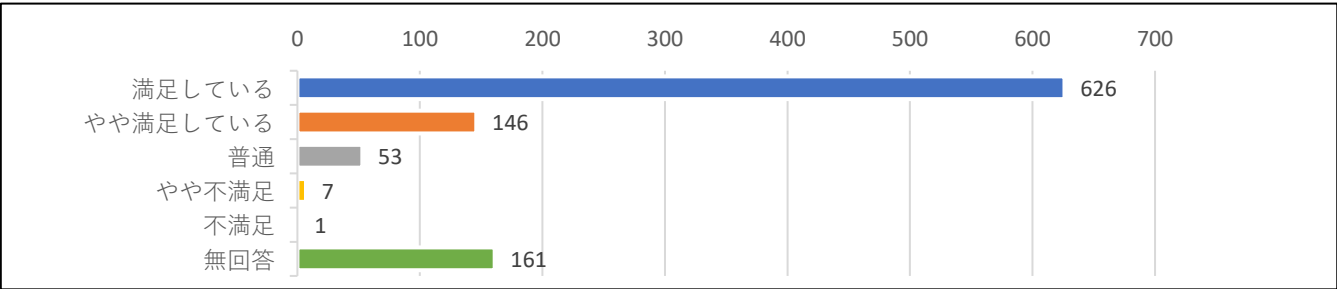
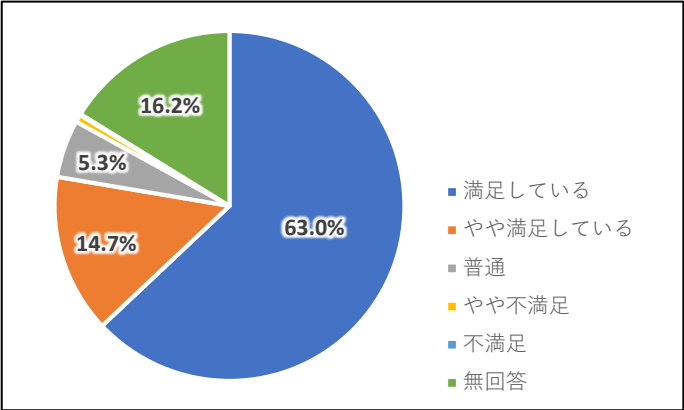
(開催頻度)

現在の回数で満足	662	66.6%
回数を増やしてほしい	292	29.4%
月 1 回程度で良い	2	0.2%
無回答	38	3.8%
計	994	100.0%



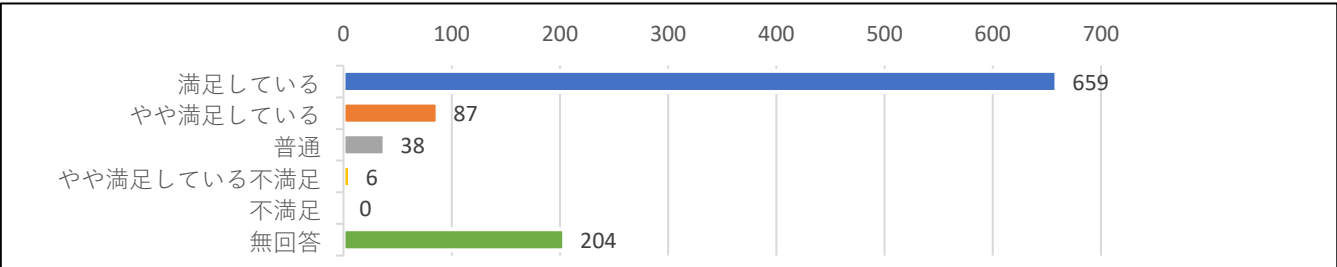
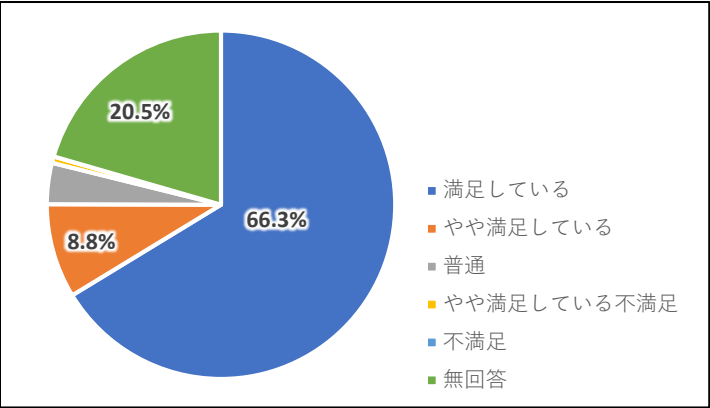
Q3.満足度についてお聞かせください。
(実施内容)

満足している	626	63.0%
やや満足している	146	14.7%
普通	53	5.3%
やや不満足	7	0.7%
不満足	1	0.1%
無回答	161	16.2%
計	994	100.0%



Q3.満足度についてお聞かせください。
(指導者の対応)

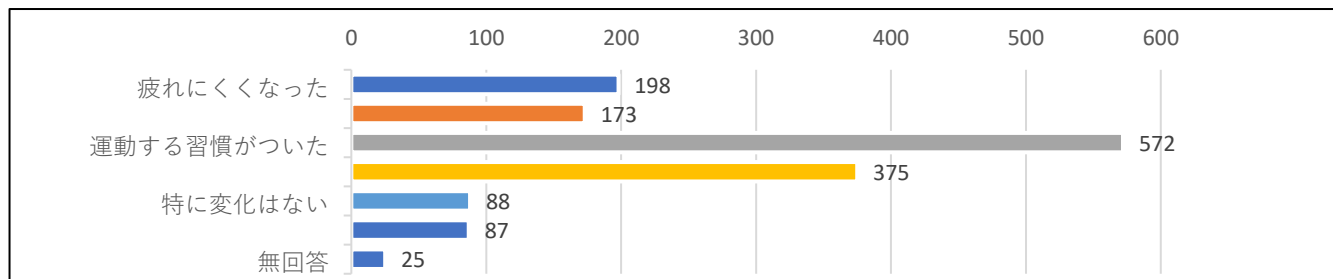
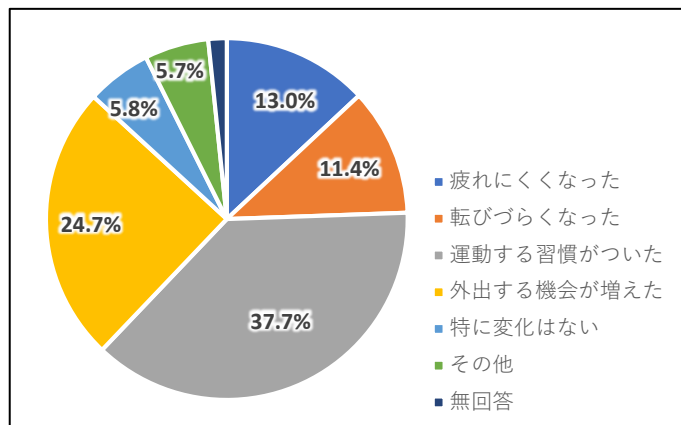
満足している	659	66.3%
やや満足している	87	8.8%
普通	38	3.8%
やや満足している不満足	6	0.6%
不満足	0	0.0%
無回答	204	20.5%
計	994	100.0%



(Q3※理由)

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）。

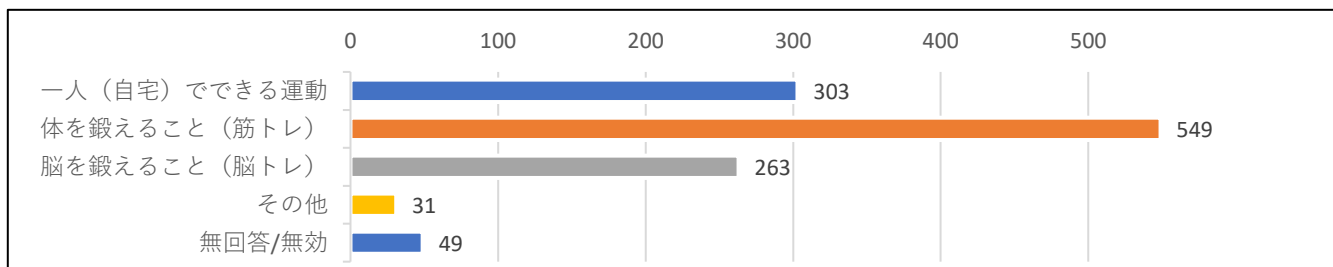
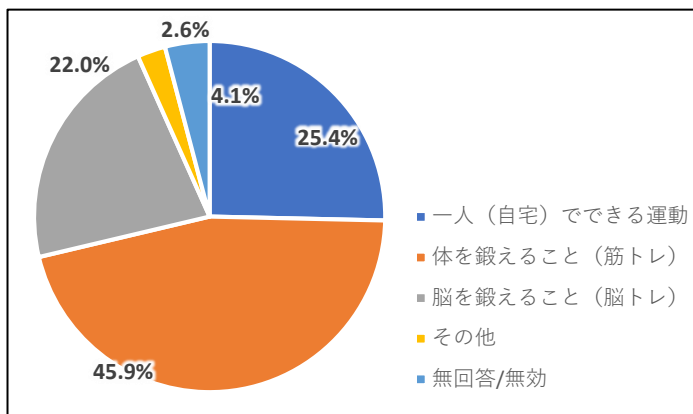
疲れにくくなった	198	13.0%
転びづらくなった	173	11.4%
運動する習慣がついた	572	37.7%
外出する機会が増えた	375	24.7%
特に変化はない	88	5.8%
その他	87	5.7%
無回答	25	1.6%
計	1518	



※その他

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。

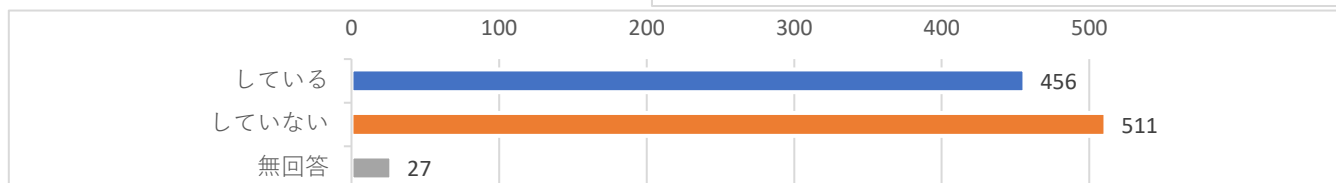
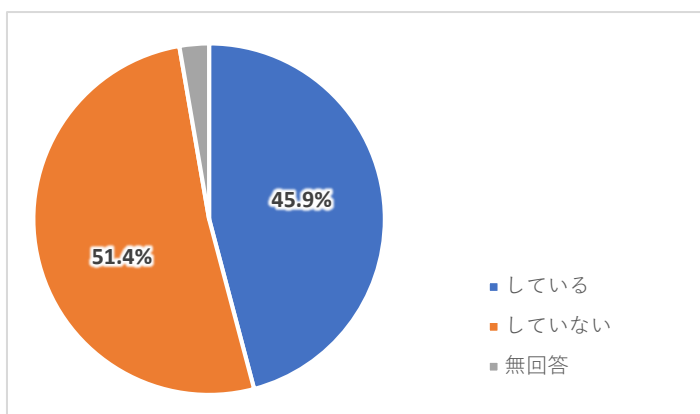
一人（自宅）でできる運動	303	25.4%
体を鍛えること（筋トレ）	549	45.9%
脳を鍛えること（脳トレ）	263	22.0%
その他	31	2.6%
無回答/無効	49	4.1%
計	1195	95.9%



※その他

Q6.ほかの会場の「パークで筋トレ」に参加していますか。

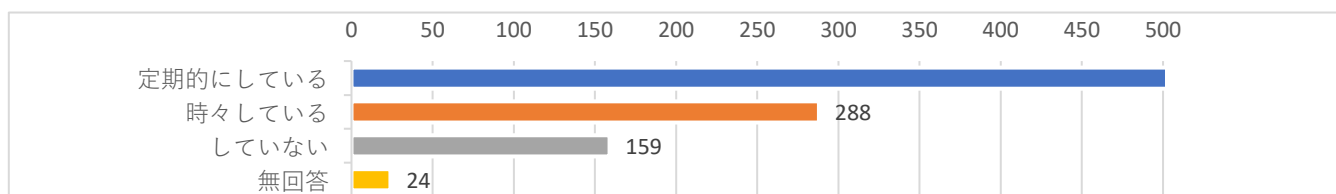
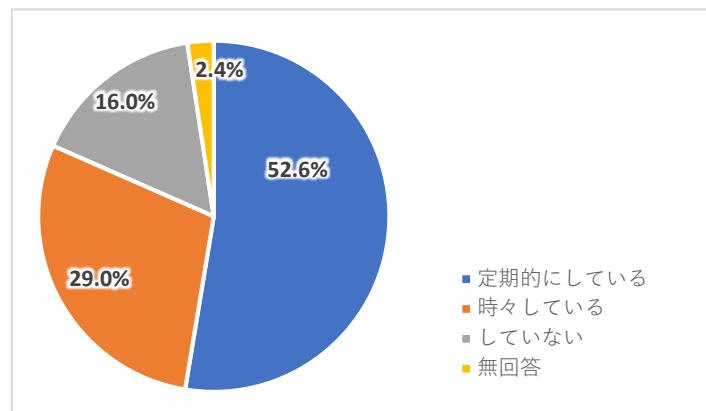
している	456	45.9%
していない	511	51.4%
無回答	27	2.7%
計	994	100.0%



※している（会場）

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	523	52.6%
時々している	288	29.0%
していない	159	16.0%
無回答	24	2.4%
計	994	100.0%

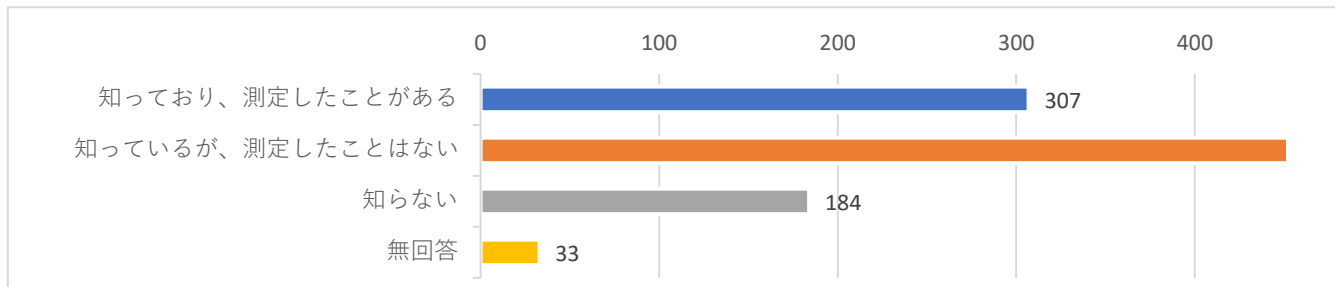
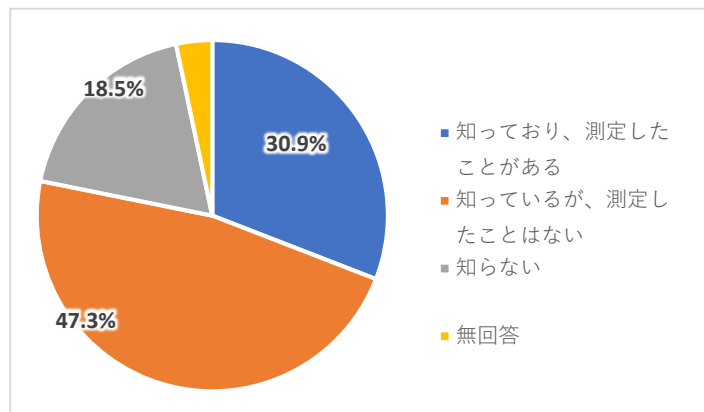


※定期的に行っている（内容）

※時々している（内容）

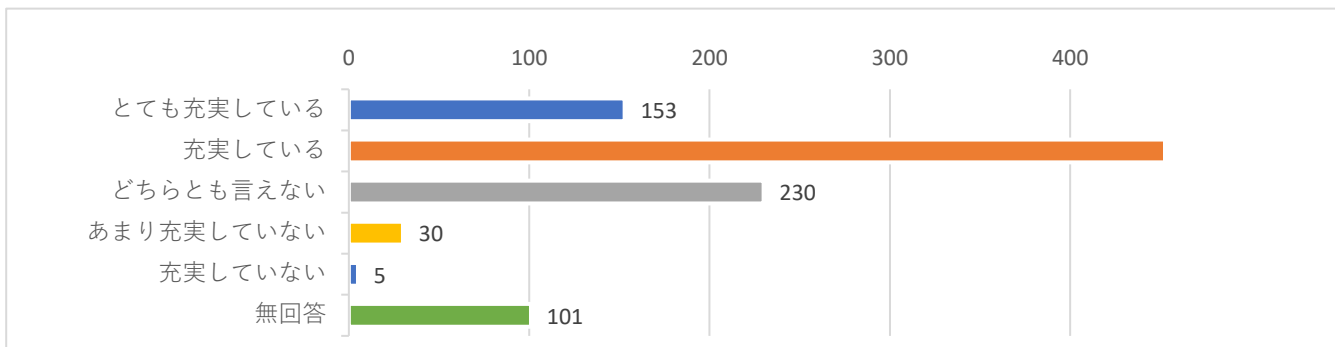
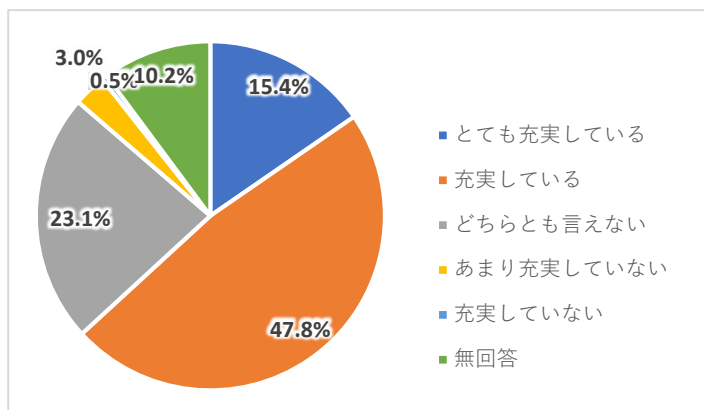
Q8.区の地域学習センター等で高齢者体力測定会を実施していることを知っていますか。

知っており、測定したことがある	307	30.9%
知っているが、測定したことはない	470	47.3%
知らない	184	18.5%
無回答	33	3.3%
計	994	100.0%



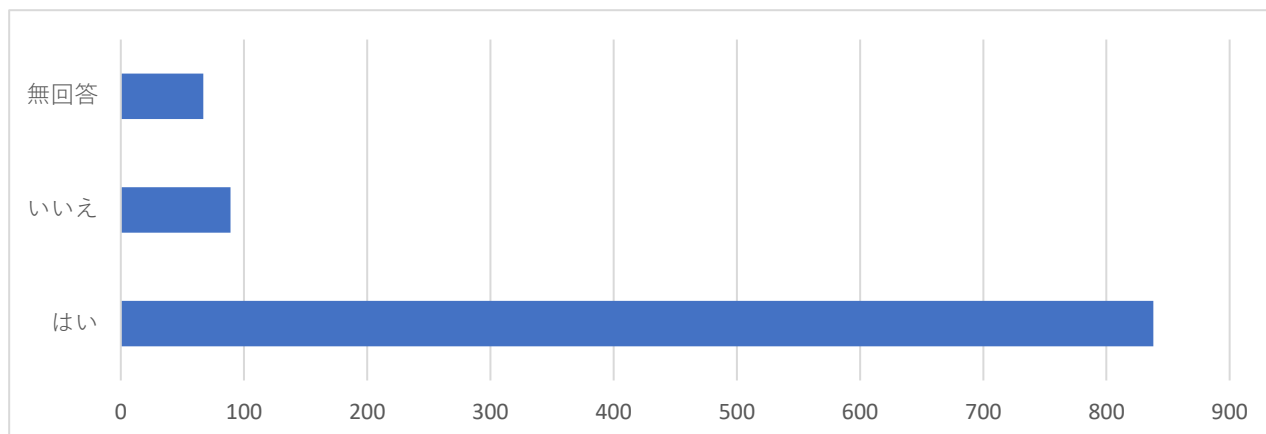
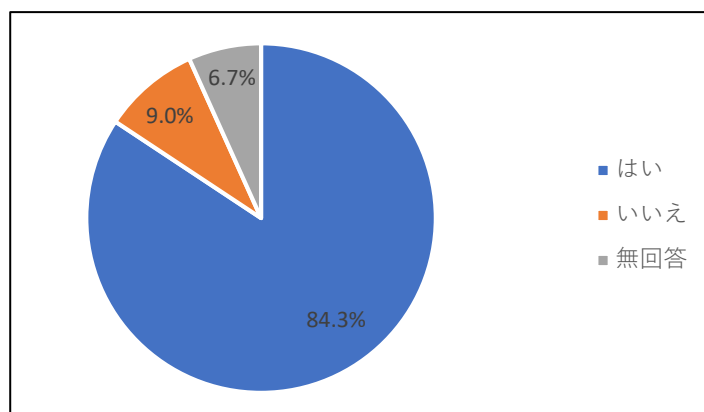
Q9.区が実施している運動・スポーツに関するイベントや教室などについて、充実していると思いますか？

とても充実している	153	15.4%
充実している	475	47.8%
どちらとも言えない	230	23.1%
あまり充実していない	30	3.0%
充実していない	5	0.5%
無回答	101	10.2%
計	994	100.0%



Q10.来年もプレゼントキャンペーンを実施してほしいですか

はい	838	84.3%
いいえ	89	9.0%
無回答	67	6.7%
計	994	100.0%



Q11.その他、ご意見・お気づきのことなどがあれば、お書きください。