

ふれあい健康体操 アンケート調査ご報告

布施新町の『健康長寿の町づくり』として実施しました『ふれあい健康体操』が半年を経過しました。各公園の参加者にばらつきはありますが順調に継続しており、布施新町のふれあいの場として定着してきました。9月末までの1回当たりの参加人数は第2公園41名、第3公園50名、第5公園28名で夏休み期間中には子供達も多数参加して一緒に健康体操を楽しみました(延べ人数179人)。

9月下旬アンケート調査を実施して参加者の皆さんから下記のような回答を頂きました。

ふれあい健康体操(ラジオ体操、脳トレ体操、げんきりん体操)を毎週9時30分から30分程度三つの公園で行っています(火曜日:第2公園、水曜日第5公園、金曜日第3公園)。

アンケートにご協力いただいた方々に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

二自治会連絡協議会ふれあい委員会 矢内 雅朗

いきいきネットワークふれあい健康体操の会 塚本 亮

記

1.回答者属性

性別	男性	女性	未記入	—
	14名	28名	2名	—
年齢	～50代	60代	70代	80代～
	0	5名	31名	8名
参加人数	第2公園	第3公園	第5公園	未記入
	16名	26名	9名	6名

①回答者の88.7%が70歳以上です

(複数回答あり)

2.開始時間

①通常時間9:30分開始を良いとした方は81.4%の35名でした。

②夏時間8:30分開始を良いとした方は85.4%の35名でした。

③通常時間、夏時間が悪いとされた方は9:00開始を希望と記入された。

3.内容(プログラム)

	男性	女性	未記入
満足している	12名	26名	2名
満足していない	0名	1名	0名
どちらでもない	0名	1名	0名
未記入	2名	0名	0名

回答者のコメント・要望

*40名の回答者(95.2%)が運営プログラムに満足

*脳トレ体操が楽しいと高く評価されている

*無理のないストレッチ等の指導に満足している

*説明者にマイクが必要との要望あり

*CD、テープの音量を上げて欲しい

*脳トレ体操の時間が長いので短縮をして、ストレッチ、ワンポイントなどの時間を延長して欲しい

4.効果

	男性	女性	未記入
役立っている	13名	23名	2名
役立っていない	0名	0名	0名
どちらでもない	1名	3名	0名
未記入	0名	2名	0名

回答者のコメント・要望

*38名(90.5%)が健康体操の効果ありと回答

*体を動かすことで気分が晴れやかになる

*住民と一緒に運動する事に意義を感じる

*朝の挨拶を大勢の方とかわすのは気持ちが良い

5.今後の参加

	男性	女性	未記入
参加する	14名	28名	2名
参加しない	0名	0名	0名
どちらでもない	0名	0名	0名

①44名全員が継続参加するとの回答です

以上