

# 筑後市介護予防健康トレーニング事業 (総合福祉センター) R3アンケート結果

\* 集計数17名  
\* 単位(人)

(おもて)

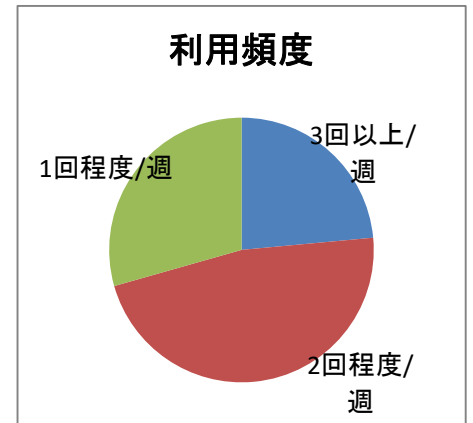
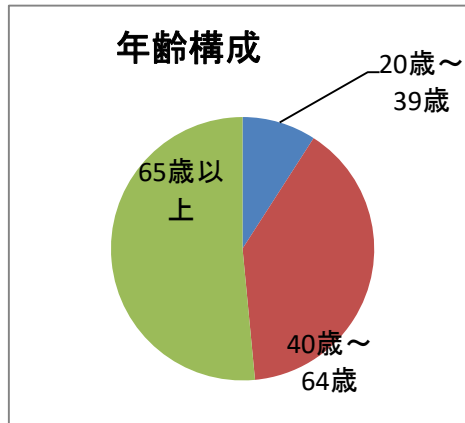
## 1. あなた自身のことについて

Q1.行政区	人	割合
二本松	2	11.8%
藤島	1	
羽犬塚	1	11.8%
熊野	1	
久富	1	11.8%
桑鶴	1	
溝口南	1	17.6%
鶴田	1	
上北島	1	5.9%
尾島	1	
津島東	1	11.8%
常用	2	11.8%
長崎	1	5.9%
未記入	0	0.0%
不明	2	11.8%
合計	17	100.0%



Q2.性別	人	割合
男	4	23.5%
女	13	76.5%
その他	0	0.0%
回答なし	0	0.0%
合計	17	100.0%

Q3.年齢	人	割合
20歳代	0	0.0%
30歳代	0	0.0%
40歳代	1	5.9%
50歳代	1	5.9%
60～64歳	2	11.8%
65～69歳	3	17.6%
70歳代	7	41.2%
80歳代	3	17.6%
90歳以上	0	0.0%
合計	17	100.0%



Q4.交通手段	件	割合
自家用車	14	82.4%
自転車	2	11.8%
徒歩	1	5.9%
路線バス	0	0.0%
やすらぎ号	0	0.0%
家族の送迎	0	0.0%
その他	0	0.0%
回答なし	0	0.0%
合計	17	100.0%

Q5.最近の利用頻度	人	割合
3回以上/週	4	23.5%
2回程度/週	8	47.1%
1回程度/週	5	29.4%
2～3回/月	0	0.0%
1～2回/月	0	0.0%
回答なし	0	0.0%
合計	17	100.0%

Q6.利用期間	件	割合
1年未満	0	0.0%
1年	1	5.9%
2年	0	0.0%
3年	4	23.5%
4年	0	0.0%
5年以上	12	70.6%
回答なし	0	0.0%
合計	17	100.0%

(つづき)

Q7.何時頃利用しますか		
9時30分～12時頃	10	55.6%
12時～14時30分頃	5	27.8%
14時30分～16時30分頃	3	16.7%
回答なし	0	0.0%
合計	18	100.0%

(複数回答)

Q8.何を通じて知りましたか		
行政区を通じて	1	5.9%
知人の紹介	9	52.9%
市の広報	6	35.3%
ホームページ	0	0.0%
その他	1	5.9%
回答なし	0	0.0%
合計	17	100.0%

(その他:子供の紹介)

Q9.利用の目的は	件	割合
体力づくり	16	64.0%
ダイエット	2	8.0%
関節痛の予防	3	12.0%
生活習慣病の予防	3	12.0%
その他	1	4.0%
回答なし	0	0.0%
合計	25	100.0%

(複数回答)

(その他:現状維持)

Q10.利用している機器は	件
エルゴメーター	12
ウォーキングマシン	9
トレーニングマシン	17
トレーニングマシン(6台)	12
" (5台)	3
" (4台)	2
" (3台)	0
" (2台)	0
" (1台)	0
回答なし	0

(複数回答)



## 2. 利用後の変化について

### 【すべての方へ】

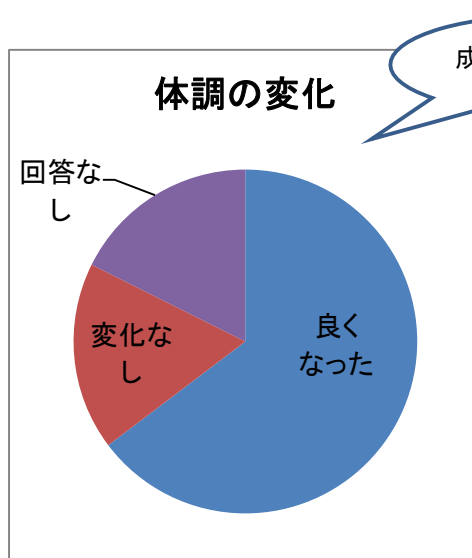
Q.1利用して良かったですか		
	人	割合
良かった	15	88.2%
どちらでもない	1	5.9%
良くなかった	0	0.0%
回答なし	1	5.9%
合計	17	100.0%

Q4.体脂肪率は？		
	人	割合
効果があった	6	100.0%
効果なし	0	0.0%

Q2.体調は？		
	人	割合
良くなった	11	64.7%
変化なし	3	17.6%
悪くなった	0	0.0%
回答なし	3	17.6%
合計	17	100.0%

### 【ダイエット目的の方へ】

Q3.体重は？		
	人	割合
効果があった	3	50.0%
効果なし	3	50.0%



### 【関節痛予防の方へ】

Q5.痛みは？		
	人	割合
良くなった	3	60.0%
変化なし	2	40.0%
悪くなった	0	0.0%

### 【糖尿病と診断されている方へ】

Q6.血糖値は？		
	人	割合
下がった	0	0.0%
変化なし	1	100.0%
上がった	0	0.0%
わからない	0	0.0%

Q7.HbA1cは？		
	人	割合
下がった	0	0.0%
変化なし	0	0.0%
上がった	1	100.0%
わからない	0	0.0%



### 【高脂血症と診断されている方へ】

Q8.総コレステロールは？		
	人	割合
下がった	0	0.0%
変化なし	3	100.0%
上がった	0	0.0%
わからない	0	0.0%

Q9.中性脂肪は？		
	人	割合
下がった	0	0.0%
変化なし	2	100.0%
上がった	0	0.0%
わからない	0	0.0%

Q10.HDL-コレステロールは？		
	人	割合
下がった	0	0.0%
変化なし	3	100.0%
上がった	0	0.0%
わからない	0	0.0%

(つづき)

### 【高血圧症と診断されている方へ】

Q11.血圧は？	人	割合
下がった	1	33.3%
変化なし	2	66.7%
上がった	0	0.0%
わからない	0	0.0%

(複数回答)



## 3. その他

## 運営についての、ご意見・ご要望

- ・ストレッチの指導をして頂きたい。15分間気持ちよかったです。
- ・まだ全ての利用ができる状況ではない。時間など物足りないなあという思いもありますが、閉まってしまうと体を動かせないなので、開いていると助かります。
- ・毎回楽しみに来ています。閉鎖のときは、なかなか家でひとりではできませんでした。
- ・適切に指導してもらっています。
- ・とても良い。スタッフの方も優しく親切です。
- ・手軽に利用できるので使いやすい。
- ・家から近いので利用しやすいです。
- ・藤田先生と松浦先生たちとお話するのが楽しみです。

## 4. 結果をふまえて

●アンケート実施日：令和3年10月11日(月)～令和3年11月11日(木)

●アンケート回収件数： 17件

●アンケート結果の概要(考察)

### ★利用者の属性について

①校区别の利用者は、筑後中学校区が53%と最も多く、羽犬塚中学校区：約24%、筑後北中学校区：約12%、不明分：約12%となっている。

②性別で見ると、女性が約77%、男性が約24%となっている。

③年齢別では、65歳以上が約76%、65歳未満が約24%となっている。

④交通手段は、「自家用車」が約82%と最も多く、「自転車」約12%、「徒歩」約6%となっている。

⑤利用頻度では、回答者の全てが週に1回以上利用しており、利用の習慣化が推察できる。

⑥利用期間については「5年以上」の割合が約70%あり、長期利用者の割合が高い。

⑦利用時間帯は、午前：約56%、午後：約45%とほぼ同じ割合となっている。

⑧何を通じて知ったかは、「知人の紹介」が最も多く約53%、次いで「市の広報」約35%となっている。

⑨目的別で見ると、「体力づくり」が最も多く64%を占める。次いで「生活習慣病の予防」、「関節痛の予防」が共に12%、「ダイエット」8%となっている。

⑩機器別での利用数の差は知見できない。

### ★利用後の変化について

①利用して良かったと回答した方が約9割を占める。

②体調が良くなったと回答した方が6割を超える。

アンケートへのご回答ありがとうございました。

今後とも多くの方に利用していただける事業の運営を目指していきます。

よろしくお願ひします。