

【R2.10.31 開催 健康づくりノルディックウォーキング アンケート結果】

参加者：32名 アンケート回答数：32 回答率 100%

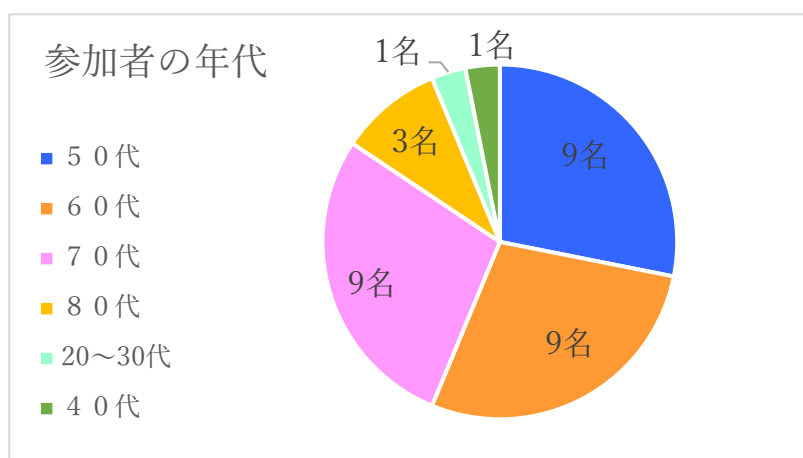
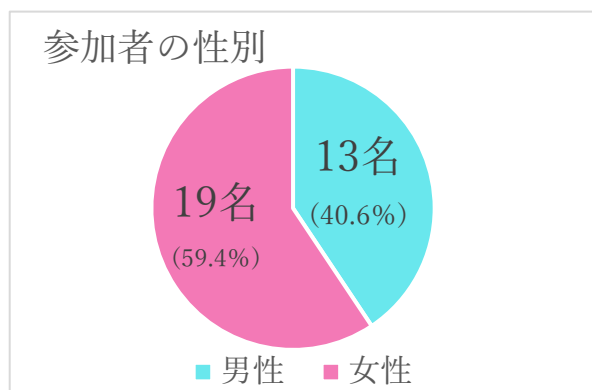
1. 参加者の属性

性別

男性	13名
女性	19名

年代

20～30代	1名
40代	1名
50代	9名
60代	9名
70代	9名
80代	3名



2. このイベントを何で知ったか（複数回答）

広報	28名
チラシ・ポスター	2名
市ホームページ	0名
友人から	3名
その他	0名



- ・裏表紙で目につきやすかった
 - ・スペースも大きくインパクトがあった
- 等の意見が聞かれました。

3. このイベントに参加しようと思ったきっかけ（複数回答）

ノルディックウォーキングに興味があった	18名
運動不足解消のため	17名
友人から誘われたから	6名
土曜日開催のため	4名
送迎バスがあったため	5名
その他	1名



家族に誘われたから

4. 今回のイベントについて

大変良かった	23名
よかった	9名
あまりよくなかった	0名
よくなかった	0名

5. 参加してみたの感想・意見

<楽しかった・気持ちよかった>

- ・すごく楽しかったです。(11名)
- ・いい汗をかきました。天気にも恵まれ気持ちよかったです。
- ・地元にいながらグリーンピア岩沼に来ることが少なかったが、今日は天気にも恵まれ、サイコーの景色を眺められてよかったです。
- ・今日はとてもお世話になりありがとうございました。ウォーキングはしていましたが、ノルディックウォーキングは初めてで..でもとても楽しかった。くせになりそうです。
- ・コロナのため、自粛で、運動不足でした。前に息子と2人で体験会に参加し、すごく良かったので、夫と3人で参加しました。今日は天気も良く最高でした。ありがとうございました。

<指導・支援体制について>

- ・天気も大変よく、スタッフの方にいろいろ声をかけていただき、楽しく歩くことができました。もう少し歩きたかったです。景色もよくストレス解消できました。
- ・人がしているのを見てはいましたが、実際体験して目からうろこ。ストックの使い方、歩き方（上り下りの違いなど）参考になりました。
- ・ストックの利用の仕方をコース移動中も教えていただきありがとうございました。
- ・初めてのノルディックウォーキング、ていねいな指導を受けて気持ち良く歩くことができました。
- ・サポートの皆様のおかげで楽しく運動できました。
- ・わかりやすく説明してもらったので、楽しかったです。
- ・天気も良く一緒に歩いてくれたスタッフの皆さんの対応もよく、楽しく参加できました。

<ノルディックウォーキングについて>

- ・けっこう腕を使うのがわかりました
- ・思ったより難しかった。
- ・腕を思った以上に使ったので驚きました。もう少しやってみたいです。
- ・興味のあるスポーツでした。

<また参加したい>

- ・大変良かったので、計画があれば、又、参加したいです。
- ・仲間と共に楽しく、また参加希望
- ・天気も良く、スタッフも親切、春秋開催してください。
- ・すごく楽しかった。機会があればまた参加したいです。

6. 今後どのような事業があるとよいか

- ・スロージョギング大会等
- ・男女年齢関係なく楽しい健康づくりランニング
- ・街の中を歩くことや、1人でできる運動など
- ・ご近所 walking (岩沼の名所めぐり等)
- ・また、このような事業があれば参加したいです。
- ・ノルディックウォーキングは運動不足解消にとっても良いと思います。次回も企画されたら又、参加したいです。