

「枚方市健康・医療・福祉フェスティバル」に関するアンケート調査（イベント充実に向けて）
<集計結果>

1 調査概要

■調査目的

本フェスティバルは、新型コロナウイルス感染症により令和2年度から3年連続で開催中止となっており、また、イベント内容が定例化しているという現状があります。

そのため、令和5年度は対面での開催が可能になるという想定のもと、新たな趣向を取り入れた新規企画を取り入れ、また、市民がより一層楽しみながら健康・医療・福祉に対する意識の高揚が図られるイベントにしていくため、市民のニーズを把握することを目的に実施したものです。

■調査方法

インターネット調査

（市ホームページ・市公式LINE通知・ひらかたポイントアプリお知らせ通知・Face book・Twitterにて周知）

※回答者のうち希望される方全員にひらかたポイント100ptプレゼント

■調査期間

令和4年8月8日（月）～8月31日（水）

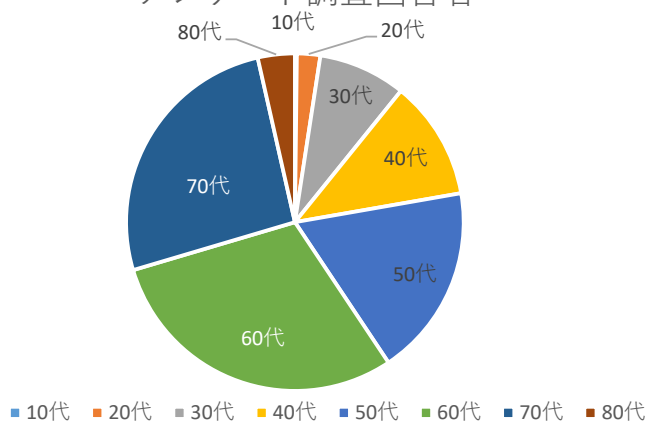
■回答者数

1,609 人

年代別内訳

10代	3	0%
20代	36	2%
30代	135	8%
40代	184	11%
50代	296	19%
60代	479	30%
70代	419	26%
80代	57	4%
合計	1,609	100%

アンケート調査回答者



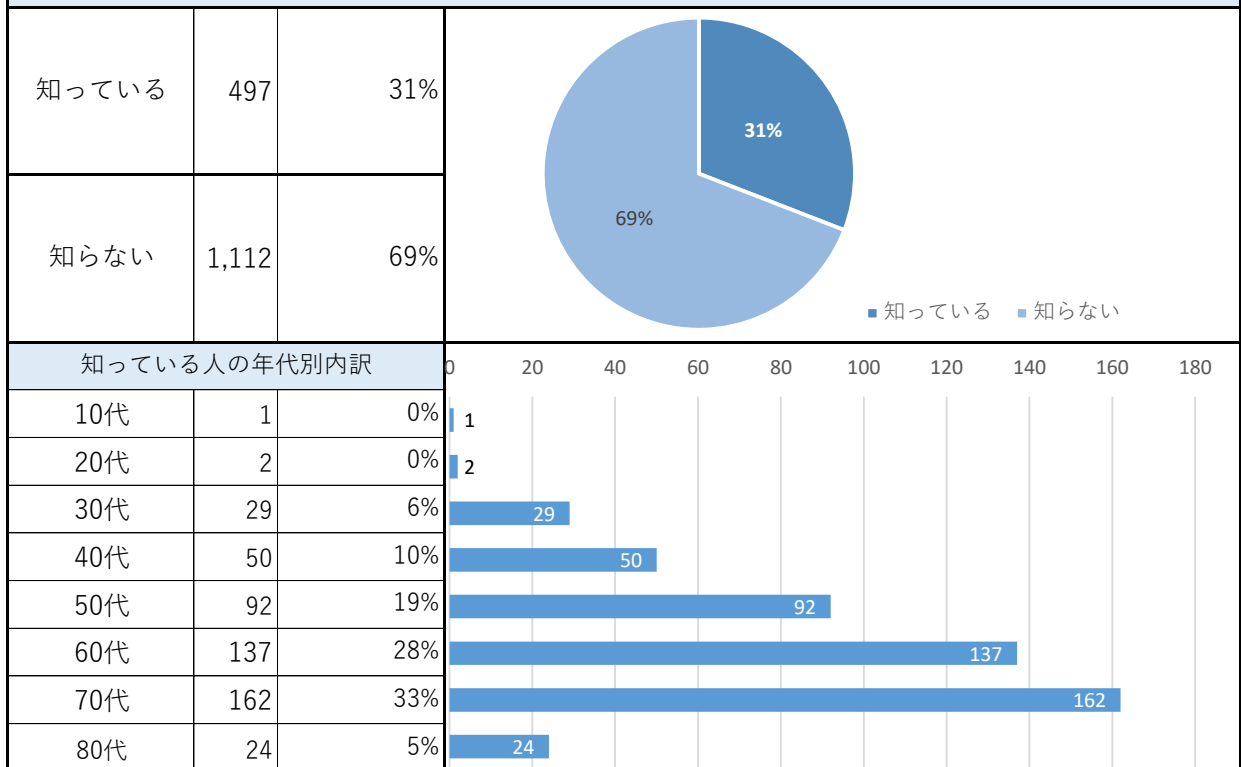
■調査項目

- ①「枚方市健康・医療・福祉フェスティバル」について
- ②自身の健康意識について
- ③ひらかたポイントについて

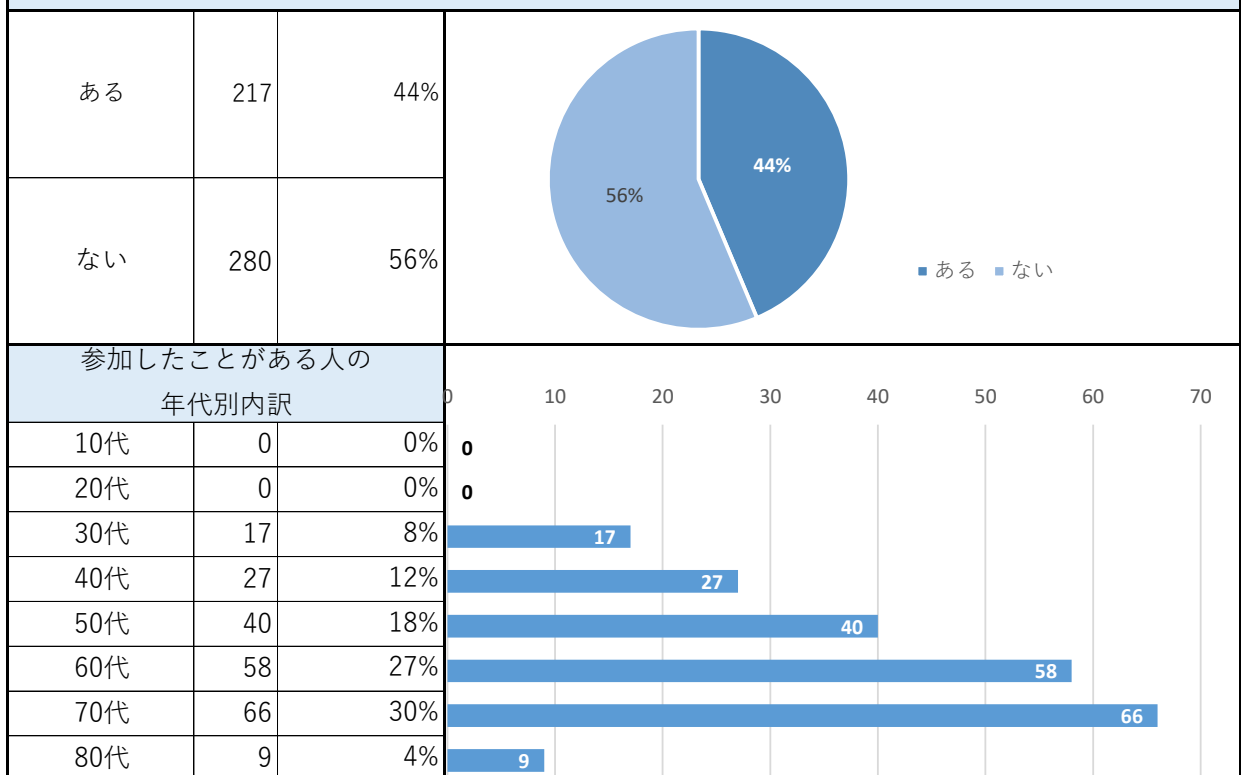
2 調査結果

① 「枚方市健康・医療・福祉フェスティバル」について

Q1 枚方市健康・医療・福祉フェスティバルを知っていますか。



Q2 これまで参加したことはありますか。（Q1で「知っている」と回答した人のみ回答）



■回答者数に対する「知っている人」の年代別割合

	回答者数	知っている	割合	結果分析
10代	3	1	33%	回答者数に対する「知っている人」の割合は、20代は3%と極めて低く、30~40代は約23%、50~80代は約32%となり、年代が上がるにつれて「知っている人」の割合が高い結果となった。
20代	36	1	3%	
30代	135	27	20%	
40代	184	47	26%	
50代	296	89	30%	
60代	479	133	28%	
70代	419	159	38%	
80代	57	24	42%	
合計	1,609	481	30%	

■回答者数に対する「参加したことがある人」の年代別割合

	回答者数	参加したことがある	割合	結果分析
10代	3	0	0%	回答者数に対する「参加したことがある人」の割合に、年代間の大きな差は無く、どの年代も12%~16%となった。
20代	36	0	0%	
30代	135	17	13%	
40代	184	27	15%	
50代	296	40	14%	
60代	479	58	12%	
70代	419	66	16%	
80代	57	9	16%	
合計	1,609	217	13%	

■「知っている人」のうち「参加したことがある人」の年代別割合

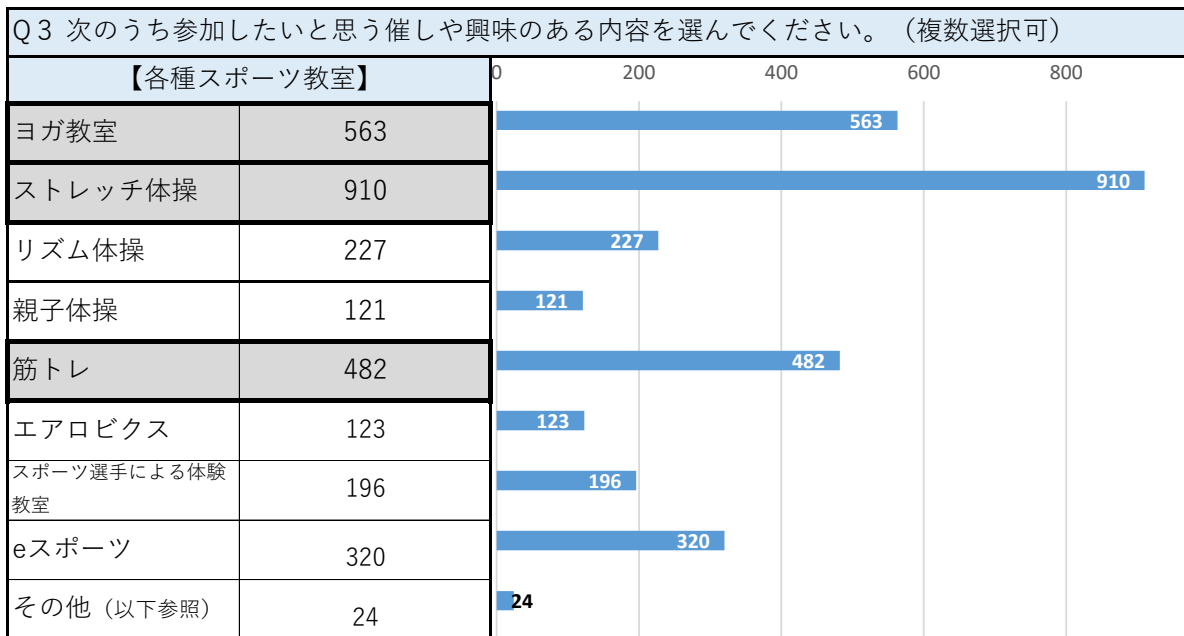
	知っている	参加したことがある	割合	結果分析
10代	1	0	0%	「知っている人」のうち「参加したことがある人」の割合は、30~40代は50%以上あるのに対し、50~80代は概ね40%にとどまっている。
20代	1	0	0%	
30代	27	17	63%	
40代	47	27	57%	
50代	89	40	45%	
60代	133	58	44%	
70代	159	66	42%	
80代	24	9	38%	
合計	481	217	45%	

<分析>

○回答者数に対する「知っている人」の年代別割合は、20代が他の世代に比べて極めて低い。

○回答者数に対する「知っている人」の年代別割合は、50~80代の方が30~40代に比べて高いが、このうち「参加したことがある人」の割合は、30~40代の方が50~80代に比べて高い。

⇒30~40代はイベントを知っていたら参加する人が多く、50~80代はイベントを知っていても参加しない人が多いことが分かった。



<年代別内訳>

ヨガ教室		
10代	0	0%
20代	14	2%
30代	56	10%
40代	82	15%
50代	132	23%
60代	156	28%
70代	111	20%
80代	13	2%

564 100%

ストレッチ体操		
10代	0	0%
20代	9	1%
30代	43	5%
40代	59	6%
50代	151	17%
60代	322	35%
70代	290	32%
80代	36	4%

910 100%

筋トレ		
10代	0	0%
20代	7	1%
30代	32	7%
40代	48	10%
50代	92	19%
60代	153	32%
70代	136	28%
80代	13	3%

481 100%

<その他>

ウォーキング(5名)、ウォーキングラリー、ノルディックウォーキング(2名)

ジョギングを含むランニング、ラジオ体操、スクワット

スポーツ栄養教室、囲碁将棋教室、健康ポーリング

老若男女の誰でも参加ができるもの、高齢者向けに健康保持の運動

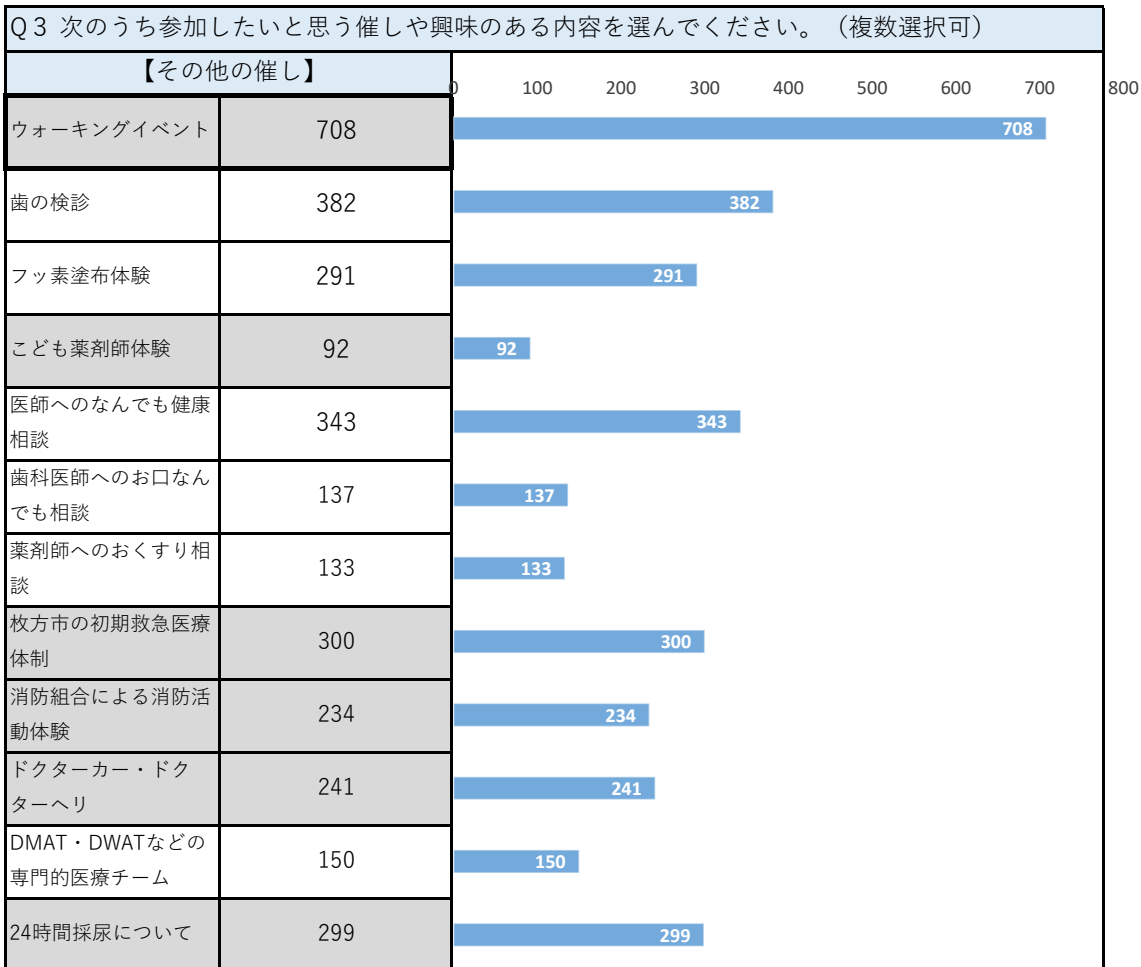
水泳教室、脳トレ、枚方市内の歴史文化施設などの散策

予防医療セミナー、グランドゴルフ

<分析>

参加したいと思う催しや興味のある内容として最も多く選ばれたものは「ストレッチ体操」だった。続いて「ヨガ」「筋トレ」も多く選ばれた。

この3つを年代別で見ると20~40代は「ヨガ」が最も人気があり、50~80代は「ストレッチ体操」が最も人気があった。



<主な年代別内訳>

ウォーキングイベント		
10代	0	0%
20代	10	1%
30代	39	6%
40代	50	7%
50代	117	17%
60代	239	34%
70代	232	33%
80代	21	3%
708		

こども薬剤師体験		
10代	1	1%
20代	2	2%
30代	36	39%
40代	38	41%
50代	7	8%
60代	3	3%
70代	5	5%
80代	0	0%
92		

枚方市の初期救急医療体制		
10代	0	0%
20代	4	1%
30代	17	6%
40代	25	8%
50代	45	15%
60代	94	31%
70代	99	33%
80代	16	5%
300		

消防組合による消防活動体験		
10代	1	0%
20代	3	1%
30代	25	11%
40代	39	19%
50代	40	17%
60代	72	31%
70代	52	22%
80代	2	1%
234		

ドクターカー・ドクターヘリ		
10代	0	0%
20代	4	2%
30代	26	11%
40代	39	16%
50代	53	22%
60代	56	23%
70代	53	22%
80代	10	4%
241		

24時間採尿		
10代	0	0%
20代	3	1%
30代	20	7%
40代	38	13%
50代	50	17%
60代	88	29%
70代	84	28%
80代	16	5%
299		

・・・10%以上を占める年代

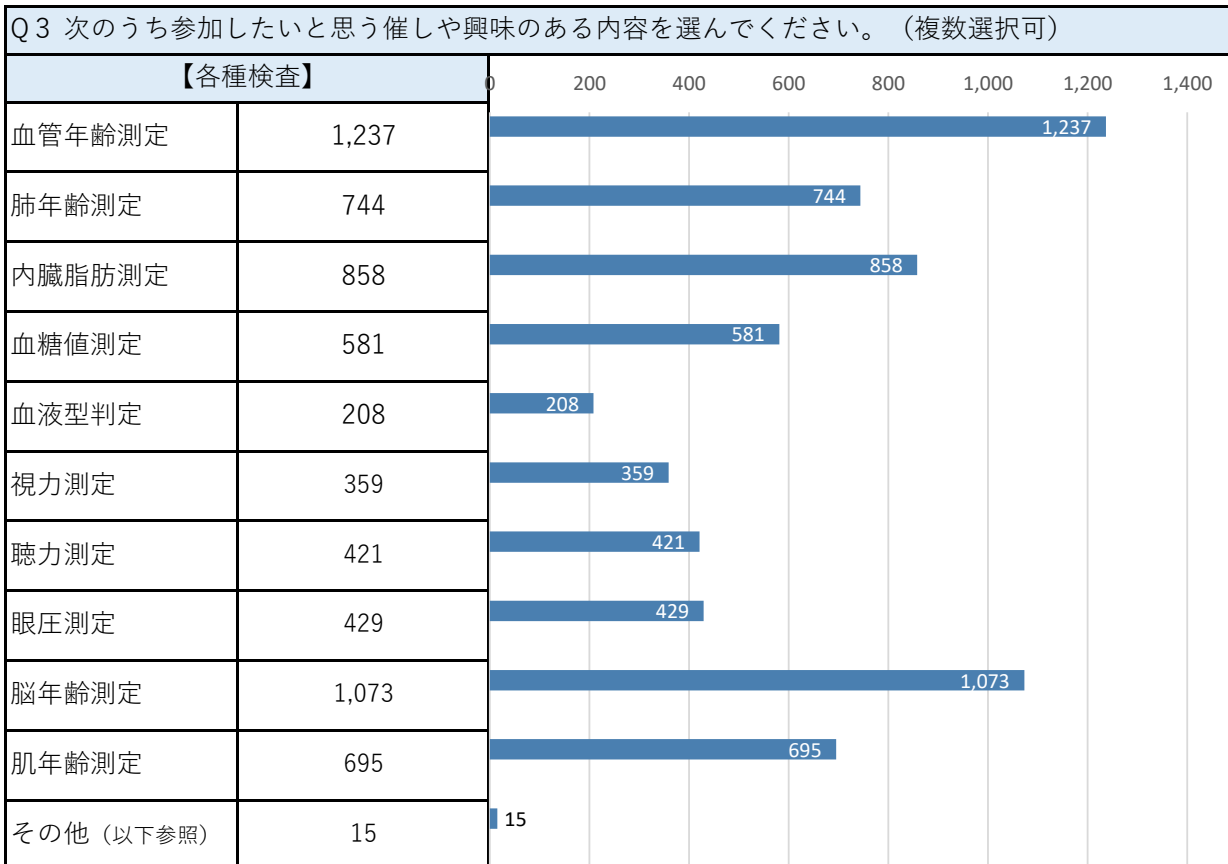
Q3 次のうち参加したいと思う催しや興味のある内容を選んでください。(複数選択可)

(講演会を選択された方は希望する講演内容を記入してください)

【講演会】	
講演会	136

<希望する講演内容>

- ・ 健康的な献立やレシピの内容
- ・ 筋力アップ体操
- ・ 女性の閉経後の生活に関して
- ・ 高齢者のフレイルについて
- ・ 日常生活を豊かに過ごすヒント
- ・ 「孤立しない、させない、ために一人ひとりができること」についてのお話。
- ・ 疾病別の予防法
- ・ 年齢と筋肉の落ち方、維持の仕方
- ・ 血圧
- ・ 糖尿病の食事
- ・ 人生100年 死因トップ3を防ぐ 日頃の健康管理法
- ・ 【SNS医療のカタチ】に出ている先生の話し
- ・ 更年期に積極的に摂るべき食品について
- ・ 気持ちを楽に、暮らす方法
- ・ 足、膝などの関節関係に関する治療法
- ・ 目について
- ・ 西川悟平さんのお話、とても面白いです！
- ・ これからのお墓のありかた
- ・ これからの医療制度について。
- ・ 最新のがん治療
- ・ コロナとの付き合い方
- ・ 認知症予防 (15名)
- ・ 医師との付き合い方 患者側からと医師側からの本音
- ・ 腸内菌
- ・ 介護職向けの講演
- ・ 人生100年元気で生きぬく
- ・ メンタルセルフケア
- ・ 睡眠に関すること (3名)
- ・ 加齢と頻尿
- ・ 脳年齢、脳梗塞、脳卒中 (6名)
- ・ 枚方市の医療体制
- ・ 肥満対策 (2名)
- ・ 腰痛改善や予防
- ・ 腸内環境をよくするためのお話し
- ・ 長続きする 軽い運動
- ・ 心身の老化とその兆候
- ・ 野菜スープの効果
- ・ 女性特有の体調不良 (更年期) 等について
- ・ 子供医療についてや、食育について。
- ・ 感染症に関する講演
- ・ 精神障害系統
- ・ ストレス解消について
- ・ パンサーズの効果的な筋トレ講座、ケガを防ぐ運動法
- ・ 枚方市の新型コロナウイルス感染症対策の現状と課題
- ・ 健康体には腸内環境の改善が必須
- ・ 発達障害に関すること(大人、子供ともに。)
- ・ 子どもの健康に関すること
- ・ スポーツ選手の講演
- ・ 薬を飲んでいるから大丈夫という考え方を考える方法。
- ・ 漢方や針灸などの治療の効果について
- ・ 著名でパワフルに活躍されている高齢女性のお話
- ・ 免疫力アップについて
- ・ 高齢者の車の運転免許返納と返納後の生活支援について。障害者のグループホームや支援について。
- ・ コロナ禍が続く中、市民は生活が困難になり不安が膨らみこれからのちをどう生きていけばいいのか、国は守ってくれるのか？
- ・ 沢山の人が参加できる講座、抽選や先着順で絞らないで、人気のあるものは、同じものを2度やるなどしても、希望者全員が受けることができれば、と、思います。
- ・ 生活習慣病を未然に防ぎ、100年健康に生きる方法が知りたい
- ・ 年を重ねていくと、初めて会う人とコミュニケーションが、取りにくくなり、お付き合いが、難しくなります。お友達と上手く交流出来る方法



<その他>

- ・ 骨密度検査（10名）
- ・ 膀胱測定
- ・ 認知症測定
- ・ 線虫によるがん検査
- ・ 握力とか学生時代の体力測定のようなもの、大人になってする機会がないため
- ・ 体力測定
- ・ フェリチンという値を調べてほしい。髪の毛でわかる病気の検査。

Q4 その他、実施してほしい催しがあればご自由にお書きください。

運動

- ・ ウォーキングイベント（3名）
- ・ 参加者の都合に合わせた、日時、場所が比較的自由的なウォーキングイベント
- ・ 謎解きやスタンプラリーなど、歩くプラスで出来るイベントが良いです！
- ・ ノルディックウォーキング
- ・ 健康を維持するための適切なスポーツについて（2名）
- ・ ハイキング
- ・ マラソン大会

簡単に何も用意しないのでできるストレッチやヨガなどで日頃の悩み解消できることを教えてくれる。膝の痛み解消、腰、肩の痛み緩和、筋肉痛を和らげる方法、足が釣らなくなるには…など。

- ・ 膝を痛めないで、ウォーキング、ジョギングの仕方を教えて頂きたいです。
- ・ 無料のヨガ講座
- ・ 健康ボウリング大会
- ・ 肩こり予防体操
- ・ スポーツ選手の健康法、毎日できるストレッチなど教えてくれる教室や講演など
- ・ パラスポーツ 車いすバスケやバドミントン、ソフトボールなどの体験
- ・ パンサーズバレーボール教室（2名）
- ・ フラダンスや盆踊りなど簡単で誰でも踊れるダンス
- ・ やさしいヨガをしてほしい。
- ・ マクロビオティックや自然治癒力など、自分でできるもの
- ・ ラジオ体操を公園でする。
- ・ 正しい歩き方の方法、猫背の改善方法講座（2名）
- ・ 手軽体操
- ・ 水に触れる機会がないのでカヌーなどで淀川を使った体験などが出来れば良いと思います
- ・ 水の中でのトレーニングについて 実技でなくセミナーでも。
- ・ 水泳など、身体の負荷を少なくして運動できる場所を、増やして欲しい。
- ・ 誰にでも続けられる楽な筋トレを教えてください。
- ・ 同年代を集めて脳トレ。
- ・ 自分が同年代で脳の機能が衰えているのか衰えていないのか、とか知りたい。

各中学校へのパンサーズ選手訪問、指導アドバイスをしてほしい。枚方市が今後パンサーズに力を入れていく為にも、つぎの担い手を育て、興味を持てるような環境作りをしてほしい。（楠葉中学校など）

- ・ 年々体のいたるところに衰えを感じ、対策を、と思いますが、コロナで外出も制限され、運動不足を実感する日々です。日常のちょっとした心掛けで、体力や握力、骨密度に認知機能をアップさせることができる秘訣などの講座があれば参考に組みたいです。

検査

- ・ 骨密度（7名）
- ・ 筋肉の量の検査
- ・ 筋肉量や色んな測定結果が毎年もらえれば、前年と比較しやすいと思う
- ・ 健康相談、体力測定、骨密度測定
- ・ 眼科検診 骨密度測定
- ・ 握力年齢テスト、足の筋力年齢テスト、反射神経年齢テスト

- ・ 体力測定（3名）
- ・ カリオスタット検査
- ・ 痴ほう症検査

食

- ・ 健康的な食事の見本が食べれるレストラン的な催し
- ・ 減塩食。 1日三食に主菜、副菜を揃えた簡単なメニューの紹介。
- ・ 一人生活が続いているので男でもできる簡単で健康的な料理教室があればいい
- ・ 栄養、食事に関する医学的講習
- ・ 栄養バランスのよい軽食の作り方教室
- ・ 食事制限のある方や体質改善を促せるような料理教室
- ・ 年齢に応じた食事や栄養を教えて欲しい
- ・ 健康につながる食事や食生活に関するコーナーや、模擬店やキッチンカーで実際に食べられる催し物
- ・ 砂糖や添加物の恐ろしさを食育通して教えていただきたいです。

高齢者向け

- ・ 認知症について（6名）
- ・ 高齢者のタンパク質摂取量
- ・ 高齢者対象のヨガやストレッチ教室
- ・ 高齢者が手軽に始められる運動。カーリンコン、輪投げ等
- ・ 高齢者の為の肩、腰、膝痛への運動教室(無料で10回～程度の講座)
- ・ 高齢者と子供達が触れ合えるような催しがあればお互い良い経験になると思います。今はコロナで難しいかもしれませんが。
- ・ 高齢者の支援用品の紹介や体験
- ・ 高齢者の食事指導等
- ・ 高齢者向けロコモ対策
- ・ 枚方市高齢者にすすめる健康維持に向けたスポーツ、活動、病気予防講習会
- ・ 孫と一緒に出来る、物作り体験などがあれば、嬉しいです
- ・ お年寄りを中心とした、健康作り生活の講義と実践。
- ・ 終活の仕方

介護

- ・ 介護の手続きと流れシュミレーション
- ・ 介護体験
- ・ 介護用品の展示。はじめて経験する家族や本人には知らないことばかりなので、実際試したり、アドバイス等もらえたら購入するときも失敗が減りそう。

子ども向け

- ・ 2,3歳～の子どもと一緒に参加できるイベント、例えば親子マラソン(参加賞あり)だと参加のための敷居が低くなると思いました。
- ・ また、2015年3月28日（土）から神戸で開催された「未来医XPO' 15」は楽しめました。
「未来医XPO' 15」 <http://miraiexpo2015.jp/>
- ・ 子供工作体験
- ・ 子供食堂や学生援助
- ・ キッズダンス

災害医療

- ・ 救援物資がスムーズに提供できるようにして欲しいです。
- ・ 救急救命について定期的な講習会を行なって救命率を上げる取り組みをお願いします。
- ・ 救急救命の講習など（2名）
- ・ 緊急時の蘇生法の研修（AID機械設置場所の確認）
- ・ 枚方市内の医療施設の紹介
- ・ 防災用品セットの販売or配布（自分で一から揃えるのは大変なので責めて成人一人分はこのくらい必要という目安が欲しい）
- ・ 災害時で避難者に健康、医療、福祉をどのようなことが確保されているが、まだ取り組めていないことは何か教えて下さい。
- ・ 不安感の解消に寄与するのではないと思います。
- ・ 救急救命のイベント

メンタル

- ・ コロナ禍におけるメンタルケア
- ・ ストレス度チェック
- ・ メンタル面でのタイプ別アドバイスや心の持ちようや考え方の転換方法など。
- ・ 心の健康講座(精神科医、哲学者等を講師として)

ダイエット

- ・ ボクササイズ（2名）
- ・ 健康的に痩せる講義など、ダイエットにまつわる教室。

福祉

- ・ 障害がある子どもが参加しやすいもの。（2名）
- ・ 障害福祉事業所案内コーナーなど（自立支援協議会と共催）
- ・ 福祉用具の展示、説明

その他

- ・ 交野市、寝屋川市、枚方市、高槻市の登りやすい山登り等お願いいたします
- ・ マタニティ、新米ママ・パパ向けイベント（色々な企業集めて）
- ・ 年金について
- ・ リモートでの健康相談
- ・ 一人暮らしが安心して暮らせる年金生活
- ・ 医師会と枚方市の連携推進の対談
- ・ 枚方の歌 枚方音頭がありますか？
- ・ 枚方のあまり知られていない小さな場所や歴史を巡るスタンプラリーがあれば参加したいです
- ・ 粗大ゴミから再利用できること(DIY)も含む
- ・ 24時間採尿は、興味があります。講演会や質問コーナーがあれば、参加したい。
- ・ ガンにならないためにはどうしたらいいか
- ・ HANDSIGN（手話、ダンス、音楽を取り入れたパフォーマンス）耳が聞こえる、聞こえない関係なく、小さなお子さんから年配の方まで楽しめる空間を味わってほしい。
- ・ コロナが流行しているので、
- ・ 今はあまり講演会などには行きたくない。
- ・ 病院に行ってもなかなか治らない腰痛や筋の痛みなど、運動で治せるのか知りたい。

- ・ コロナ禍でPCR陽性になった時、この頃では自分で保健所に連絡すると聞いてますが、講習会等で自宅待機の判断基準を詳しく教えて欲しいと思います。
- ・ 顎関節症について詳しく教えて下さい
- ・ 健康年齢を伸ばす為には
- ・ 健診クーポン配布
- ・ 更年期症状やその時期を上手に過ごす情報など
- ・ 健康診断について、ガン検診の受け方とか、最新の検診について
- ・ 骨格と内臓の関係について
- ・ 薬の副作用について
- ・ 予防医療のセミナーや公演を実施して頂きたいです。
- ・ 病気があっても無理のない程度のたいそう？帯状疱疹の予防接種など？
- ・ 婦人特有の病気についての催しを開催していただきたい。
- ・ 風邪ウイルスの歴史と正しい向き合い方。
- ・ 脳を活性化出来るような催し
- ・ 睡眠に適した寝具について
- ・ 美容
- ・ 実際コロナになったらどうしたら迅速に入院出来るかなどのデモンストレーション
- ・ 自身で受けている健康診断の結果を見て、結果を詳しく説明してもらおう。
- ・ 正しい歯の磨き方や体操のやり方など自分たちでは気づくことの難しい基本的なことのレクチャー
- ・ 定期的に人数制限の元、健康相談とかして欲しいと思います。

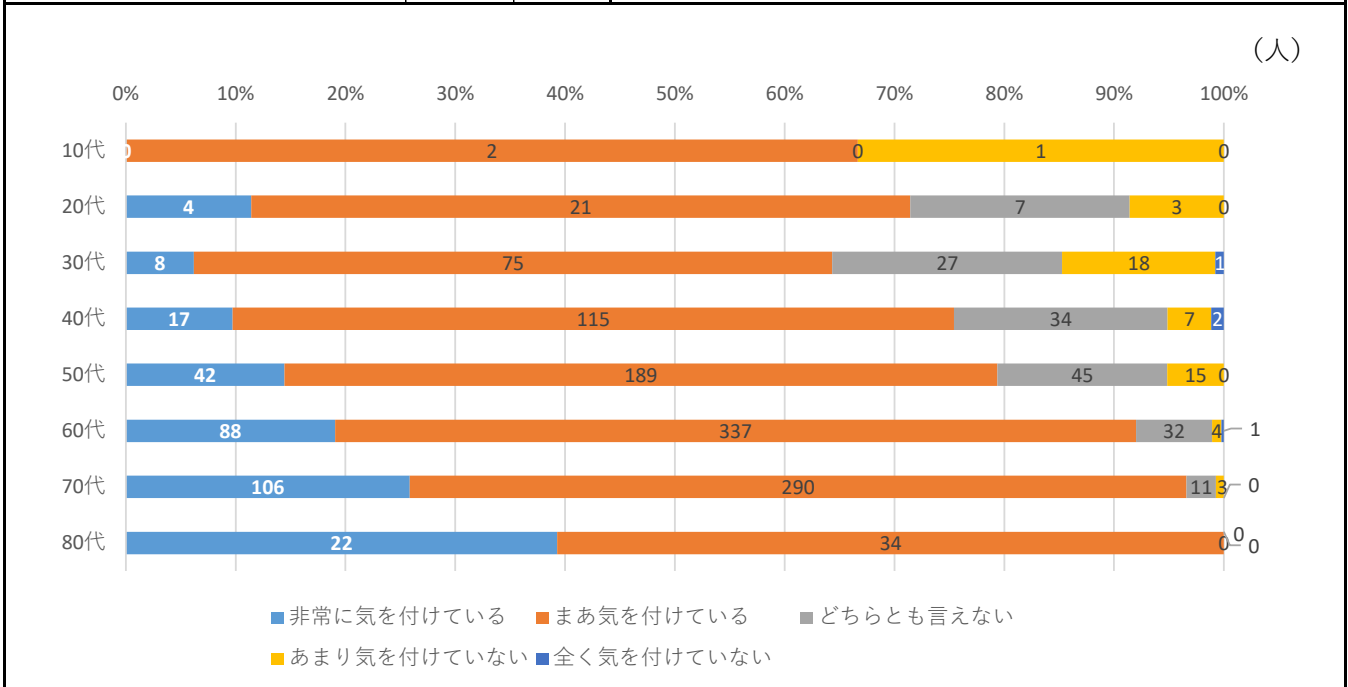
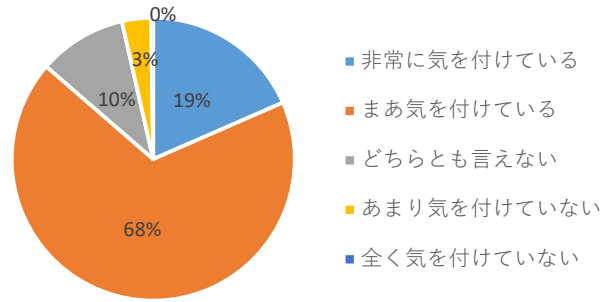
その他意見

- ・ 現在されている緒活動に対し、充実していると思っています。
- ・ 一人でも時間を問わず気軽に参加しやすいメニューが多くあるといいですね。そして知らなかった
- ・ 良い催しがあっても、申込みが大変!
- ・ 枚方市はアスマイルでの順位が低いのに、市独自のイベントもないので毎月順位が低い。モチベーションにも影響するので、他の市を参考に独自のイベントを考えるべきでは？
- ・ 以前、オンラインで、タニタの方の講演を聞き、大変参考になりました。 また、このような栄養指導の講義が、オンラインで受けられれば嬉しいです。
- ・ 会場に出向かなくても、家からオンラインで参加できるイベントがあれば良い
- ・ 各種スポーツ大会参加者へのひらかたポイント付与を検討してみてください。
- ・ 無料や安価で参加出来る体操教室枠数等をもう少し増やして欲しい。(人数いっぱいだったり、抽選もれで参加出来ず)
- ・ 文房具などのお土産をもらえると嬉しいです。
- ・ 枚方市が、日本、世界にほこれる健康、医療、福祉関連の数字、事項等をアピールしてはどうでしょうか。
- ・ 仕事してるので忙しい日常なので週末のイベントがあると嬉しいです
- ・ 内容よりも、交通便の良いところで行って欲しい
- ・ 坐禅体験

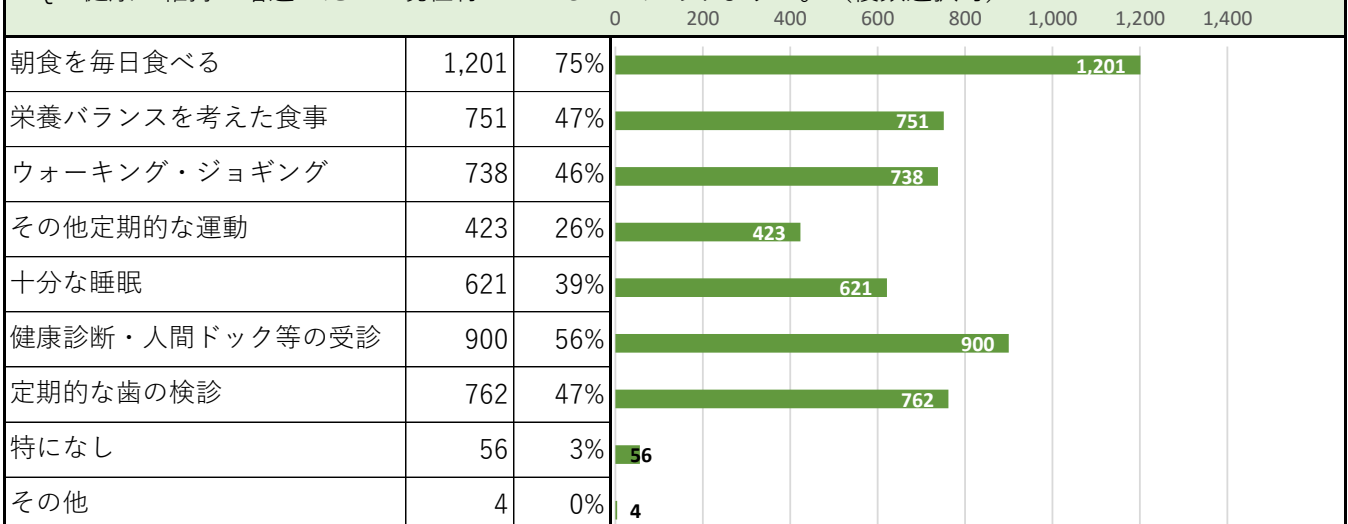
②自身の健康意識について

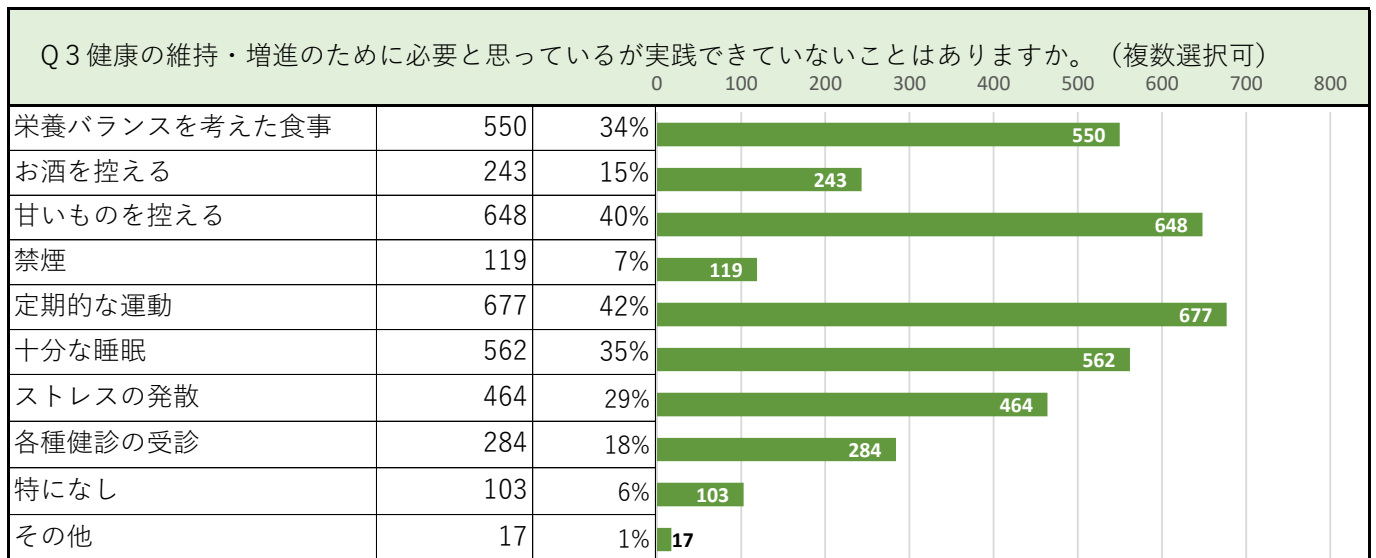
Q1 ご自身の健康について、どの程度意識していますか。

非常に気を付けている	297	19%
まあ気を付けている	1,093	68%
どちらとも言えない	162	10%
あまり気を付けていない	53	3%
全く気を付けていない	4	0%



Q2 健康の維持・増進のために現在行っていることはありますか。(複数選択可)





<その他>

- ・ スポーツクラブで、水泳他色々な運動をしてる。
- ・ 糖質をコントロールする薬、血圧を下げる薬を処方されている
- ・ 納豆を食べる。DHAを摂る
- ・ ファスティング、添加物を避けた食事
サプリメント、ヘルストロン
- ・ 野菜作り
- ・ 野菜ドリンクを飲むようにしてる。
- ・ 家でできる体操やストレッチ
- ・ 野菜ドリンクを飲むようにしてる。
- ・ ゴルフ
- ・ 腸活
- ・ 鍼灸治療
- ・ 犬のお散歩
- ・ 体温、酸素飽和度測定、体重、歩行数の毎日測定、記録
- ・ 定期的に医療機関にかかっている。
- ・ 眼科の定期検診
- ・ 農作業をすることによる気分転換
- ・ 年2回の血液検査

