

きくよう健康倶楽部事業 参加者アンケート

お住まい（町内・町外） 性別（男・女）

年齢（20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代以上）

1 この事業を何で知りましたか？ 該当項目に○を記入（複数回答可）

1	町からの情報（広報・ホームページ等）	2	役場等に設置されたパンフレットやポスター
3	家族や友人等口コミ	4	町で開催された講座やイベント
5	その他（ ）		

2 この事業に参加した理由は何ですか？ 該当項目に○を記入（複数回答可）

1	ポイントを貯めると商品券がもらえるから	2	運動を始めたいと思った
3	からだを動かすのが好き・楽しい	4	健康の保持・増進
5	肥満解消やスタイルの保持	6	家族や友人に勧められた
7	時間がある	8	その他（ ）

3 この事業の参加前から気をつけていることはありますか？ 該当項目に○を記入（複数回答可）

1	近場への移動はなるべく歩くようにしている	2	1日に歩く歩数を把握している
3	1回30分以上、軽く汗をかく運動を週2回以上している	4	年に1回は、健康診査を受けている
5	体重を測っている	6	趣味やボランティア活動をしている
7	毎日、朝食をとるようにしている	8	最近1か月間、タバコを吸っていない
9	自宅で血圧を測定している	10	アルコールは、適量の範囲内としている 適量（ビール500ml/日、日本酒1合/日、焼酎0.5合/日）
11	新聞・テレビ・雑誌などで健康の情報・知識を増やすようにしている	12	その他（ ）
13	特に行っていることはない		

4 現在、運動や食生活の改善について何か取り組んでいますか？ 該当項目に○を記入（一つのみ）

1	改善・取り組めていない	2	何かしなくてはいけないと思うが、取り組めていない
3	今すぐにでも取り組みたい	4	取り組み始めているが、6か月未満である
5	取り組み始めてから6か月以上継続している		

5 菊陽町総合体育館内トレーニングジム、菊陽町総合交流ターミナル内運動ジム「にんじむ」、光の森町民センター内「健康増進室」を利用したことはありますか？ 該当項目に○を記入（複数回答可）

1	菊陽町総合体育館内トレーニングジム	2	菊陽町総合交流ターミナル内運動ジム「にんじむ」
3	光の森町民センター内「健康増進室」	4	利用したことがない

アンケートに御協力いただき、ありがとうございました。