

# 【第1弾】松山城登頂ウォーキング 100回登頂者アンケートの集計結果

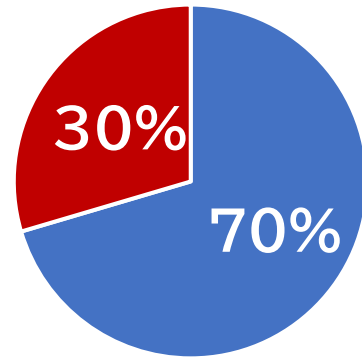


## アンケートの実施概要

【実施時期】	令和3年12月～令和5年3月末
【調査対象者】	令和3年12月以降に100回登頂された方
【調査方法】	松山城登頂ウォーキング百回記念証を配布する際、又は後日郵送配布・郵送回収
【回答数】	443件 ※令和5年3月31日現在
【質問数】	全12問(表面6問・裏面6問)
【その他】	各自由記載欄の内容は、影響のない範囲で一部表現を修正しています。

※集計は令和5年3月31日までに回収したものについて行っています

## Q1. あなたの性別をおしえてください



■ 男 312人

■ 女 131人

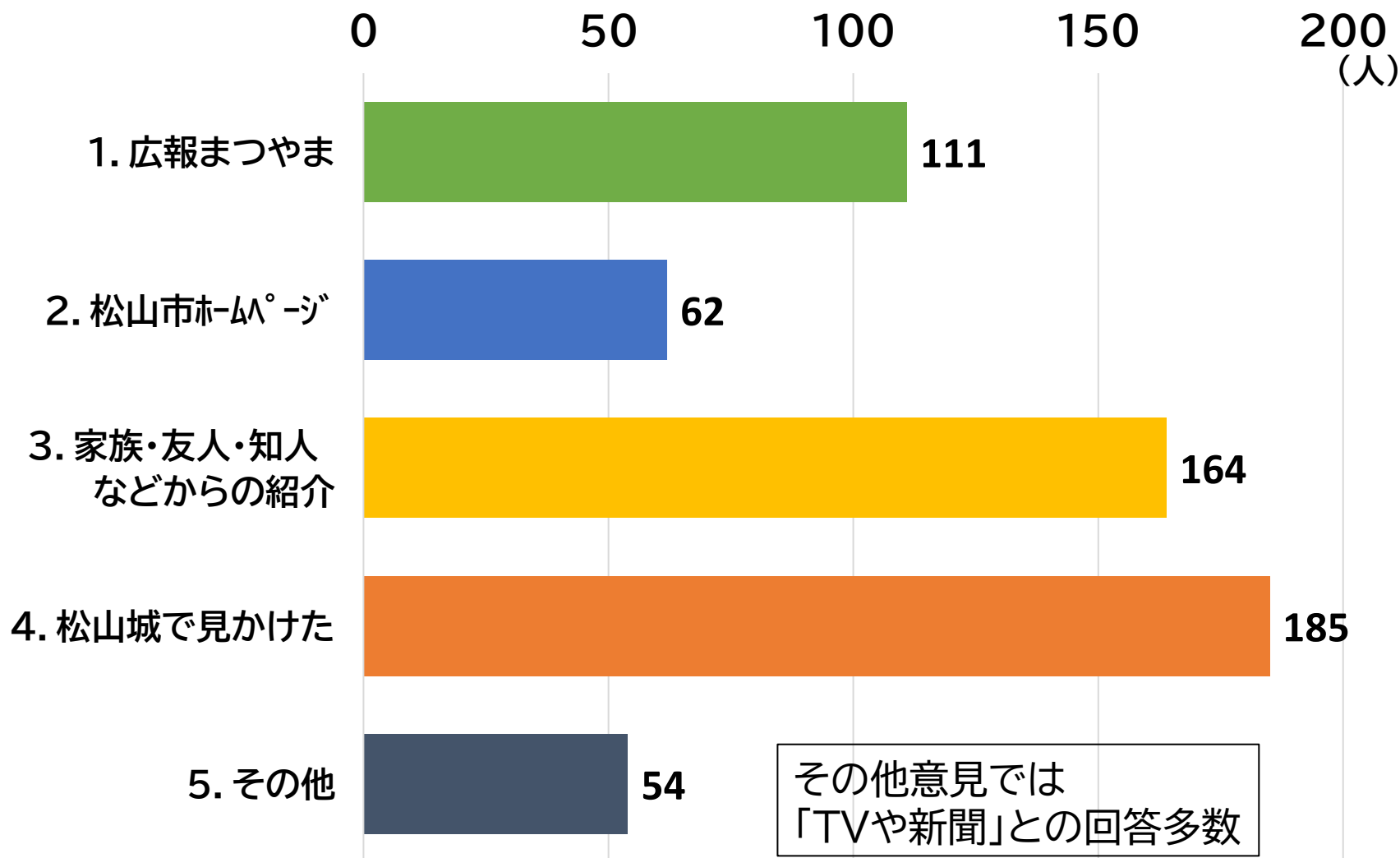
## Q2. あなたの年齢をおしえてください

10歳未満:3人 10歳代:1人 20歳代:1人 30歳代:9人 40歳代:35人  
50歳代:69人 60歳代:170人 70歳代以上:216人 未回答:1人

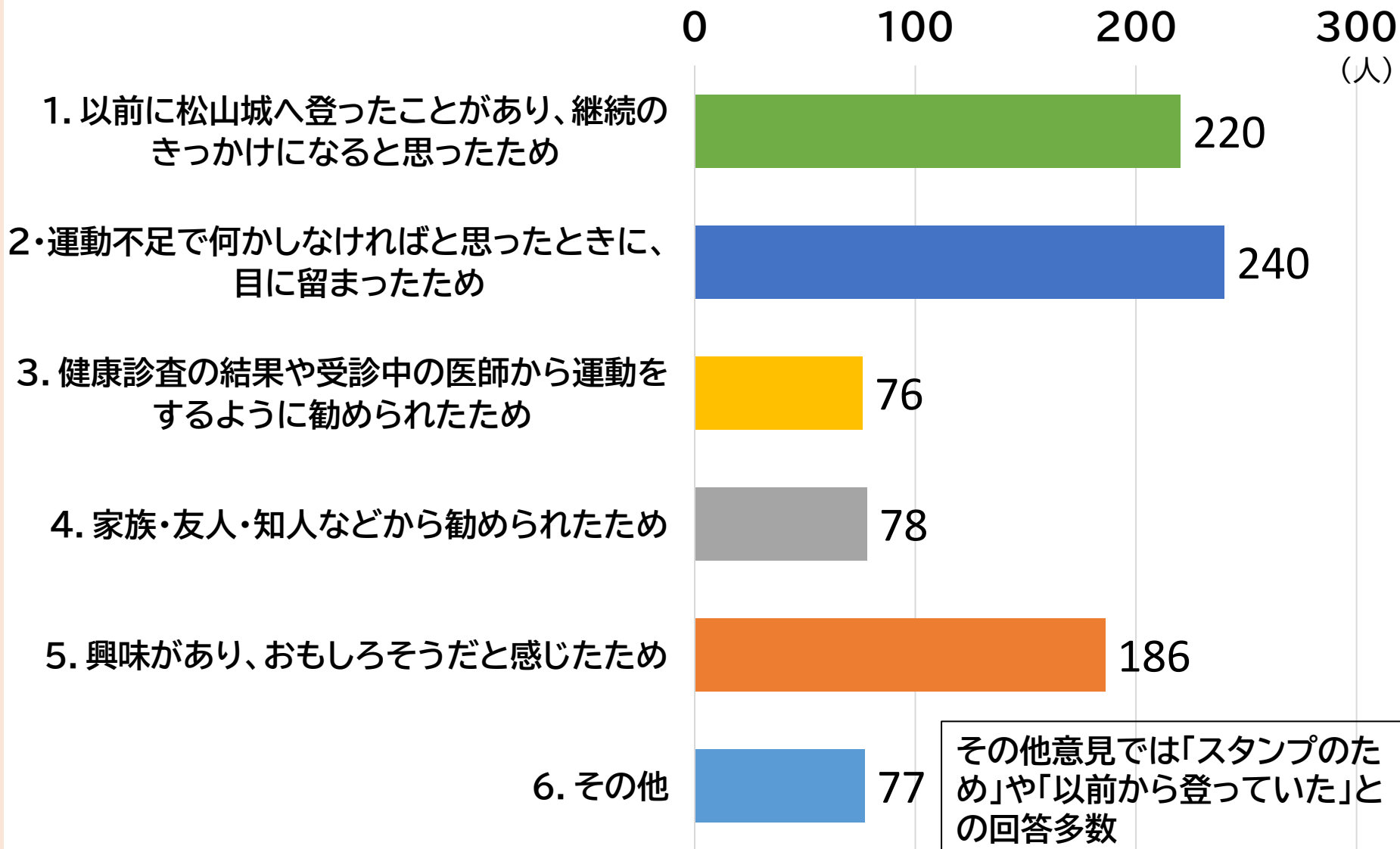
## Q3. あなたの松山城登頂ウォーキング100回達成回数をおしえてください

1回目:92人 2~10回目:109人 11~20回目:38人  
21回以上:15人 未記入:189人

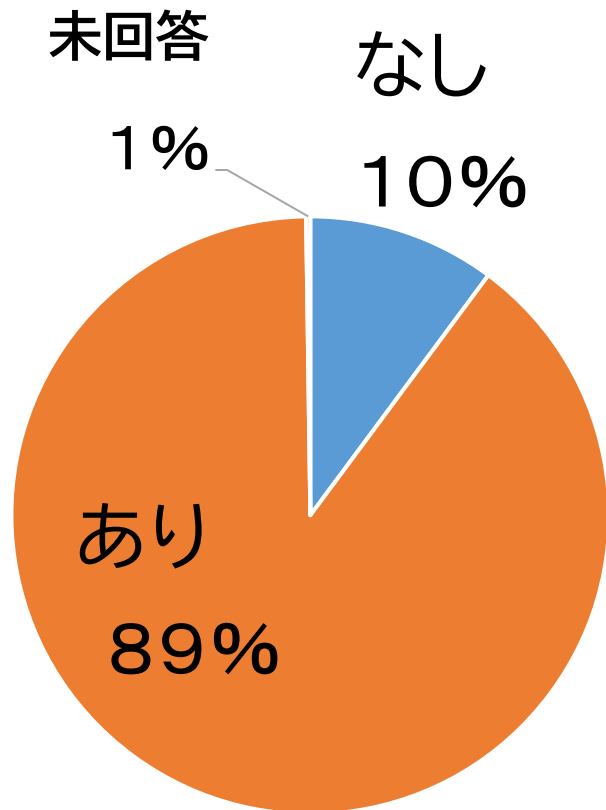
# Q4. 松山城登頂ウォーキングをどのように知りましたか？ (複数回答)



## Q5. 松山城登頂ウォーキングにチャレンジしようと思った理由をおしえてください(複数回答)



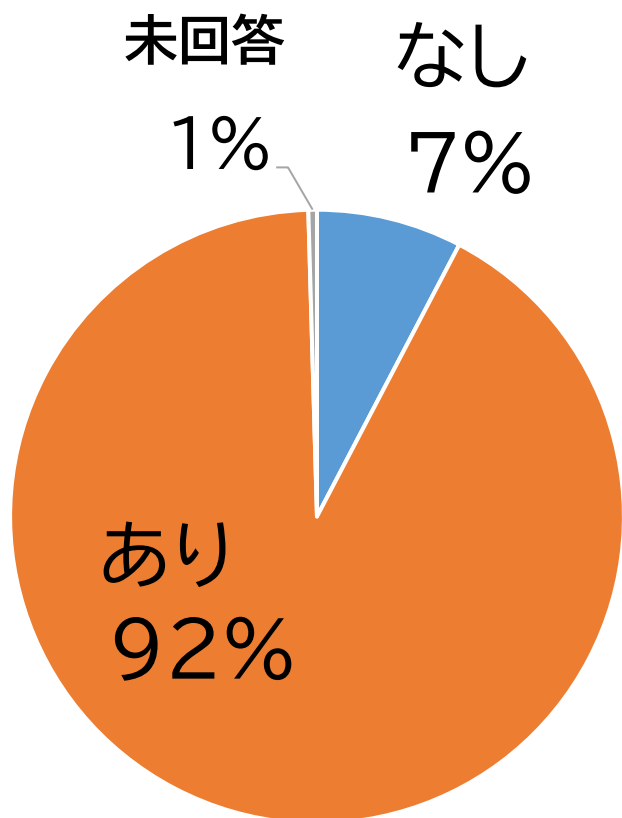
## Q6. 松山城登頂ウォーキングのチャレンジ前後で自分なりに感じた”からだ”の変化はありますか？



### 【具体的な“からだ”の変化】

- ・体重・腹囲が減った
- ・血圧が下がった
- ・コレステロール値が下がった
- ・足腰が強くなった
- ・腰痛が改善された
- ・禁煙できた
- ・マラソンを完走できた

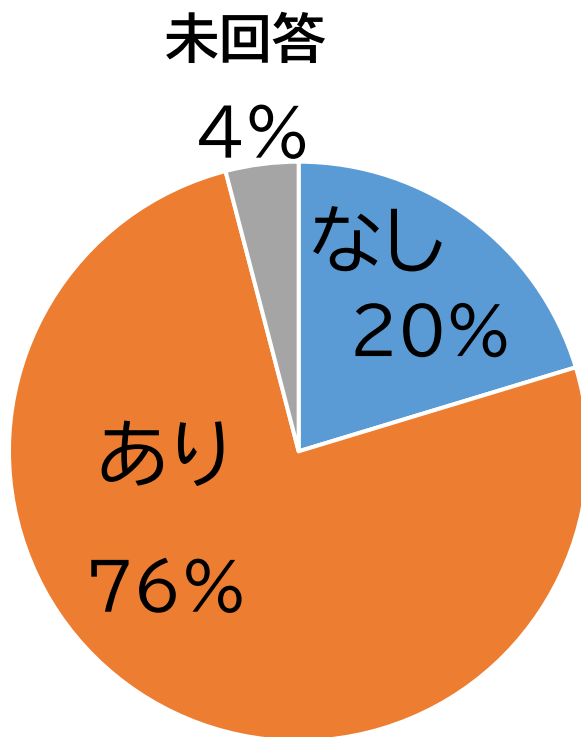
## Q6. 松山城登頂ウォーキングのチャレンジ前後で自分なりに感じた”ころ”の変化はありますか？



### 【具体的な“ころ”の変化】

- ・達成感があった
- ・楽しめた
- ・やる気につながった
- ・気分転換になり気持ちがいい
- ・ストレス軽減になった
- ・目的、目標になった
- ・充実感があった
- ・外出する意欲につながった

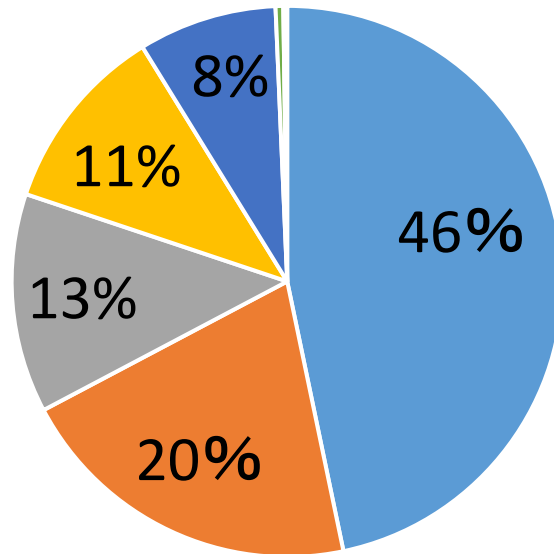
## Q6. 松山城登頂ウォーキングのチャレンジ前後で自分なりに感じた”その他”の変化はありますか？



### 【具体的な“その他”の変化】

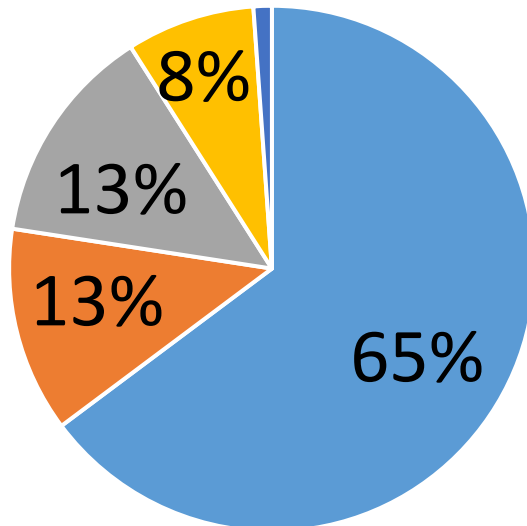
- ・友人や顔見知りの人ができる
- ・旧友や知人と再会できた
- ・季節の変化や自然を感じられた
- ・松山城の築城などがわかった
- ・心身の変化を意識するようになった
- ・松山の良さ、美しさを再確認できた
- ・時間の使い方を気を意識するようになった

Q7. あなたが加入されている医療保険をおしえてください。



- 1. 国民健康保険
- 2. 健康保険組合
- 3. 全国健康保険協会
- 4. 共済組合
- 5. 後期高齢者医療制度
- 6. その他 1%
- 7. 未回答 1%

Q8. 過去3年間に健診(健康診査)を受けましたか？

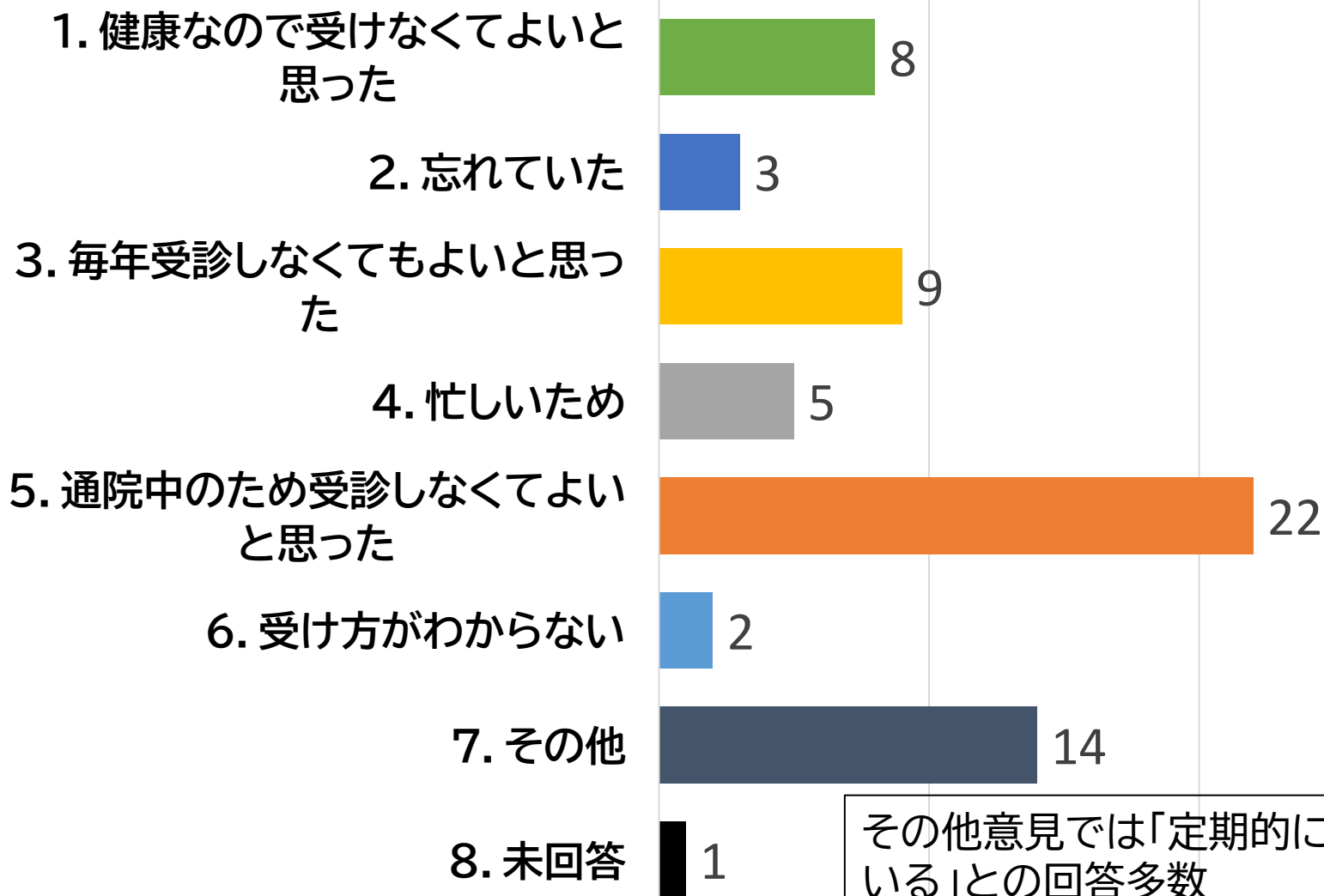


- 1. 3回(毎年)
- 2. 2回
- 3. 1回
- 4. 受診なし
- 5. 未回答 1%



# Q9. Q8で「4. 受診なし」の場合、その理由をおしえてください。 (複数回答)

0 10 20 30  
(人)



その他意見では「定期的に検査している」との回答多数

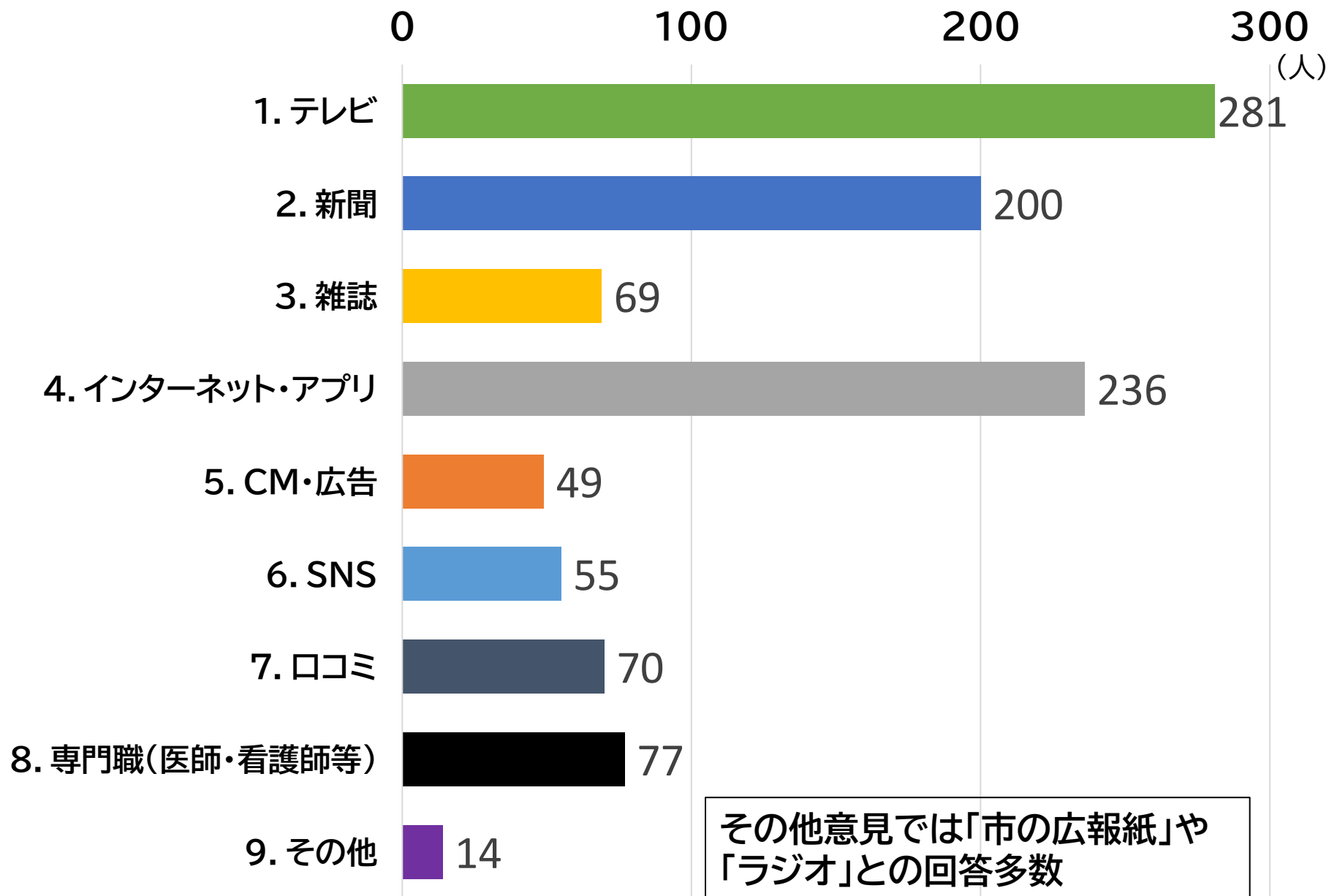
## Q10. 健診の受診率を上げるため、市のどのような取り組みが有効だと思いますか？

- ・自己負担を下げる・無料にする
- ・夜間・休日受診を含めた受診機会を増やす
- ・PR活動の拡充(受診メリットのアピール、広報紙面の拡充など)
- ・受診手続きの簡素化
- ・健診内容の拡充
- ・受診できる場所を増やす
- ・受診をした方へのポイント付与や特典を設ける
- ・健康に関するイベントを増やす など

## Q11. 市民のみなさまが健康づくりを継続していくため、市のどのような取り組みが有効だと思いますか？

- ・健康づくりに関するセミナーや講演会の開催
- ・健康づくりに関するイベント(ウォーキング・運動会・スポーツ・体操等)の開催
- ・健康づくりの実践結果に応じて表彰や商品券・地元野菜・入浴券等との交換
- ・健康管理ができるようなアプリの導入
- ・松山城以外のウォーキング100回イベントを実施する
- ・子どもの頃から、健康の大切さを学べる環境作り
- ・市の取り組み内容を今まで以上に周知する
- ・市の現状の取り組みを維持していく など

## Q12. 健康情報を得るために活用している媒体は？(複数回答)





ご協力、ありがとうございました。