

# 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



アンケートにご協力頂きましてありがとうございました。  
アンケートの結果及びお寄せいただいたご意見等は、本市の健康づくり推進事業の参考にさせていただきます。

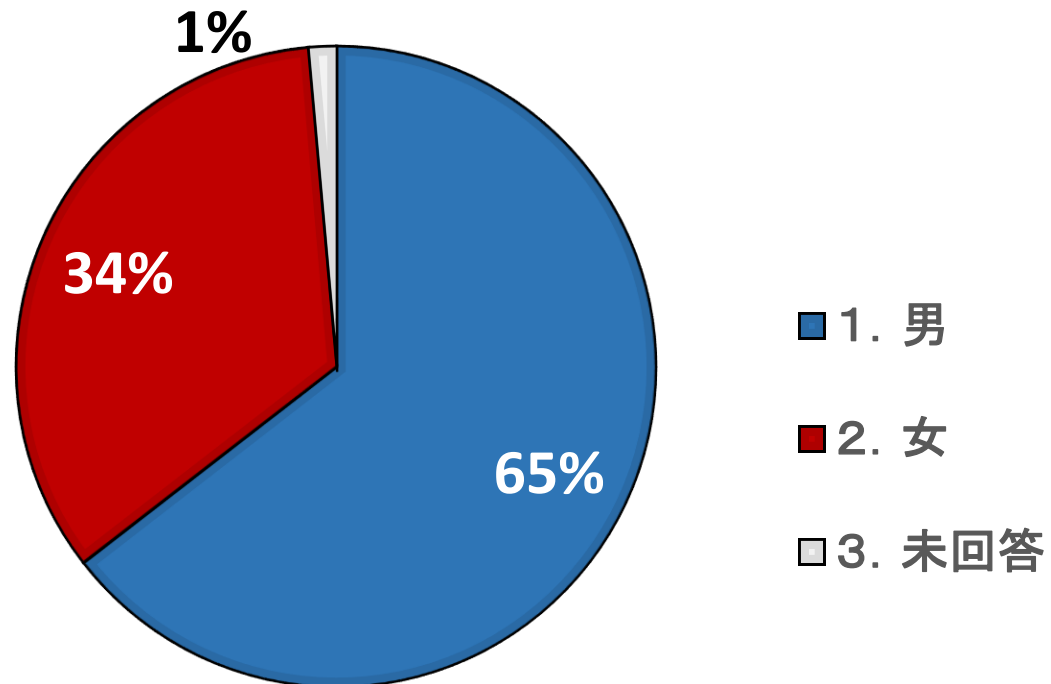
健康づくり推進課 / 国保・年金課

※集計は令和3年3月31日までに回収したものについて行っています

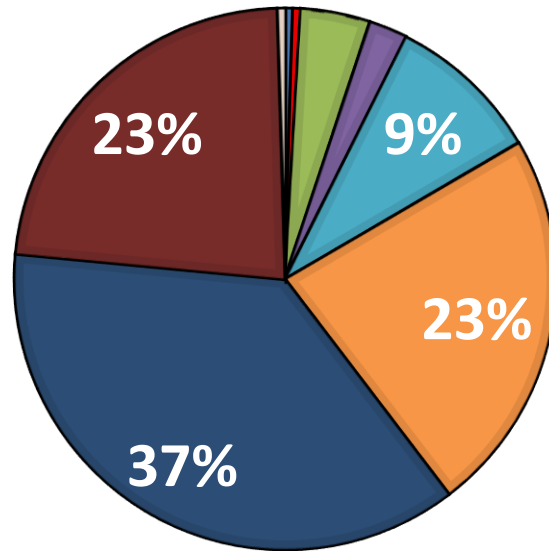
## アンケートの実施概要

【実施時期】	平成30年10月～
【調査対象者】	平成30年10月以降に初めて100回登頂をされた方
【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】	217件 ※令和3年3月31日現在
【質問数】	全10問(表面5問・裏面5問)
【その他】	各自由記載欄の内容は、編集過程で一部抜粋させていただいています。

【表面】Q1. あなたの性別をおしえてください。(○は1つだけ)

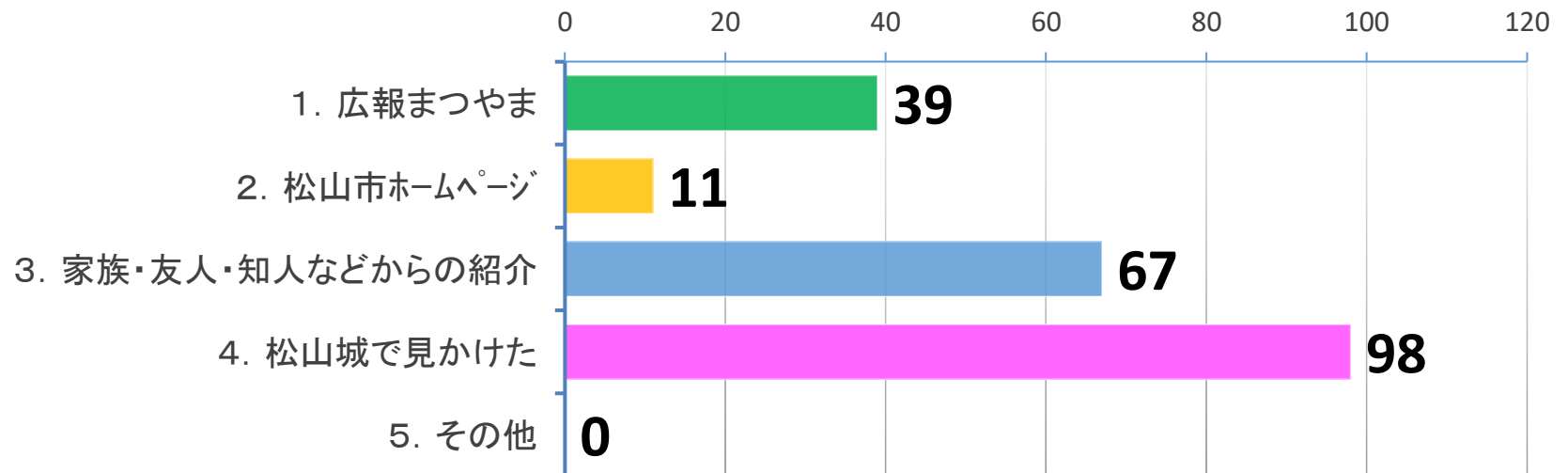


【表面】Q2. あなたの年齢をおしえてください。(○は1つだけ)

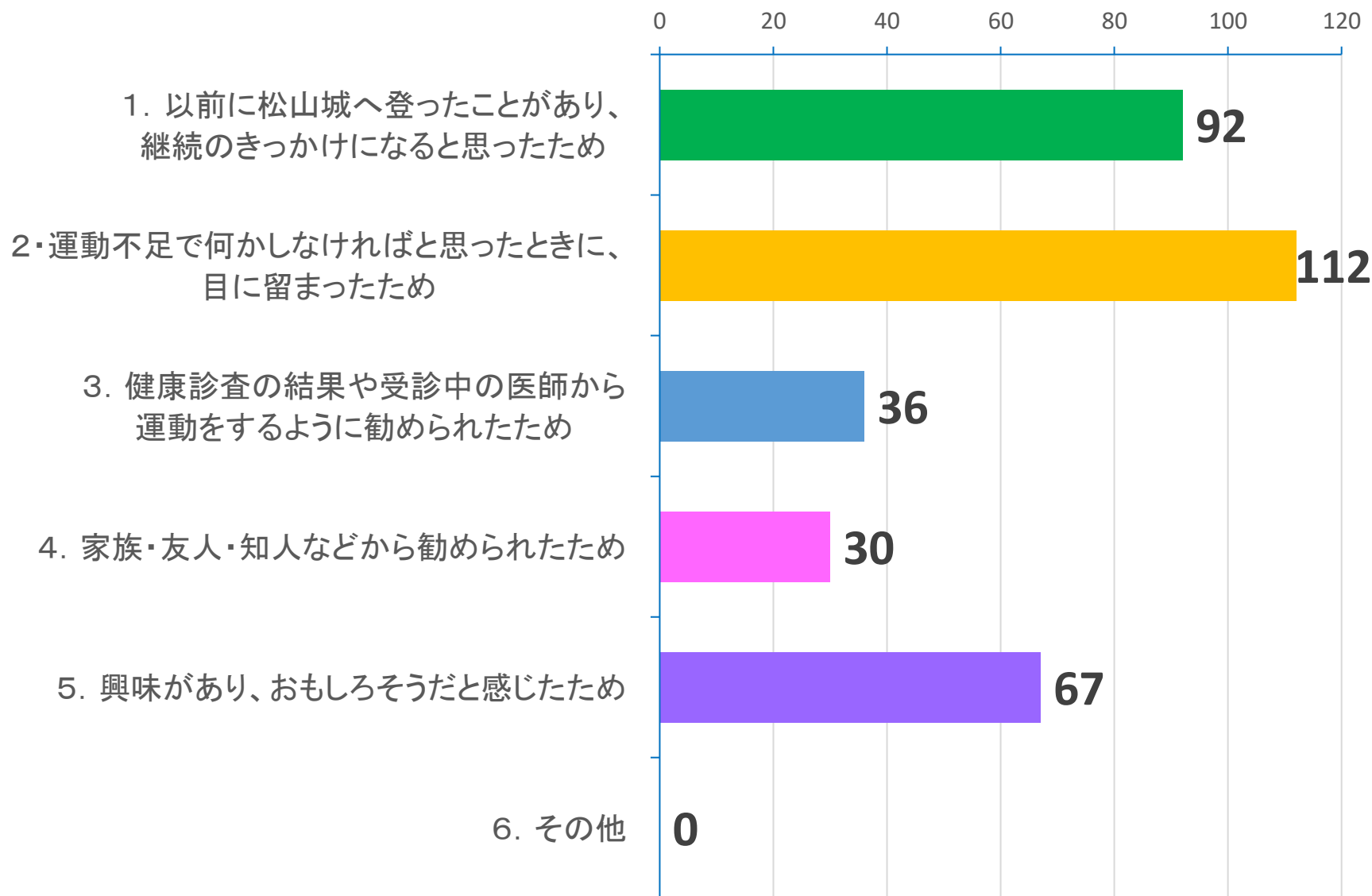


- 1. 10歳未満 1%
- 2. 10歳代 1%
- 3. 20歳代 4%
- 4. 30歳代 2%
- 5. 40歳代 9%
- 6. 50歳代 23%
- 7. 60歳代 37%
- 8. 70歳代以上 23%
- 9. 未回答 0%

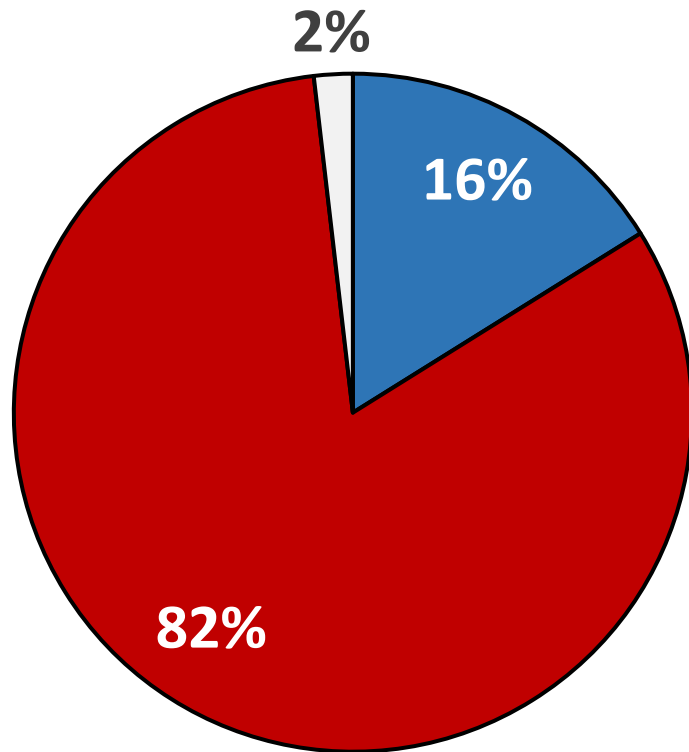
【表面】Q3. 松山城登頂ウォーキングをどのように知りましたか？  
(該当するものすべてに○)



【表面】Q4. 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(該当するものすべてに○)



【表面】Q5. 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？



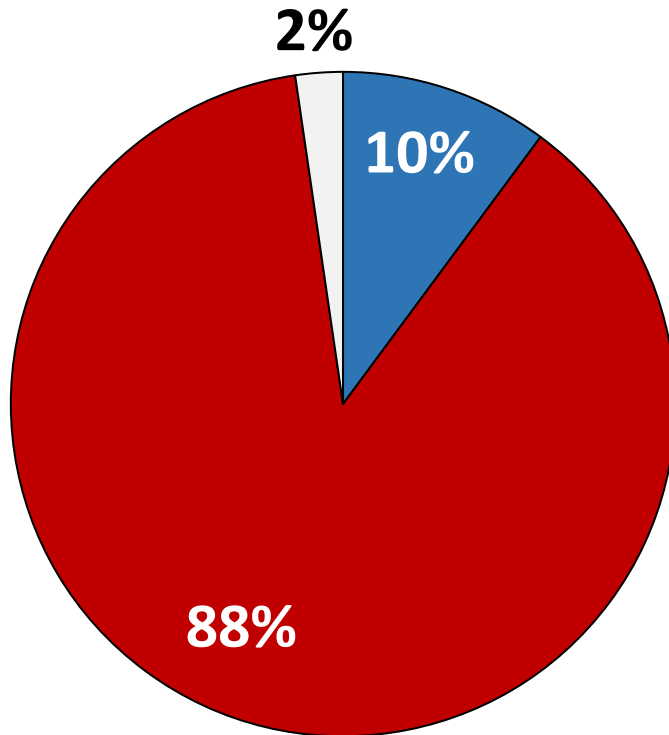
■ 1. なし ■ 2. あり □ 3. 未回答

【具体的な“からだ”の変化】

- ・体力がついた[他65名同意見あり]
- ・体重が減った[他37名同意見あり]
- ・歩く回数が増えた[他21名同意見あり]
- ・足腰が強くなった[他18名同意見あり]
- ・運動をする習慣ができた[他7名同意見あり]
- ・食事コントロールも同時に実施し、変化が現れた

※内容に影響がない範囲で一部表現を修正させて頂いている場合があります。

【表面】Q5. 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？



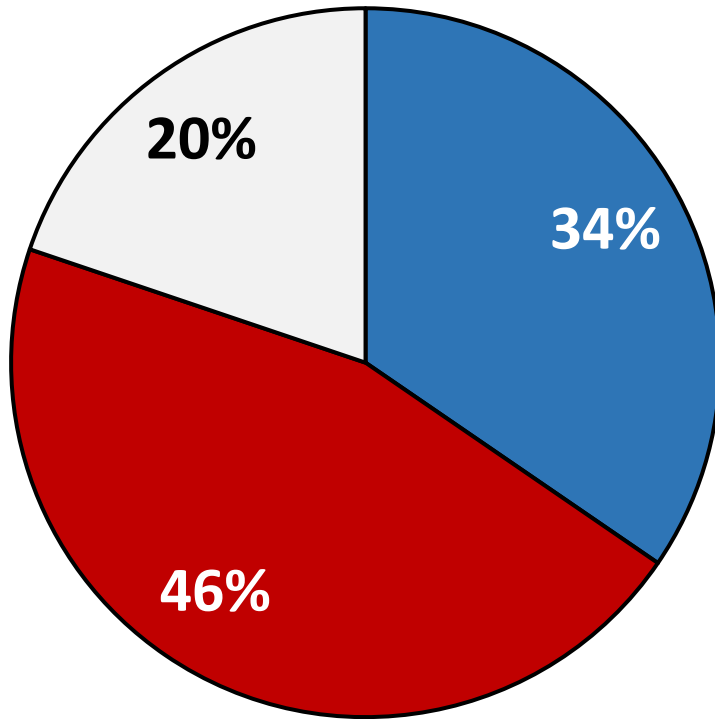
■ 1. なし ■ 2. あり □ 3. 未回答

【具体的な“ころ”の変化】

- ・達成感があった〔他54名同意見あり〕
- ・楽しめた〔他48名同意見あり〕
- ・やる気につながった〔他17名同意見あり〕
- ・気分転換になった、気持ちがよくなった  
〔他16名同意見あり〕
- ・目的、目標になった〔他7名同意見あり〕
- ・充実感があった〔他3名同意見あり〕
- ・外出する意欲につながった

※内容に影響がない範囲で一部表現を修正させて頂いている場合があります。

【表面】Q5. 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？



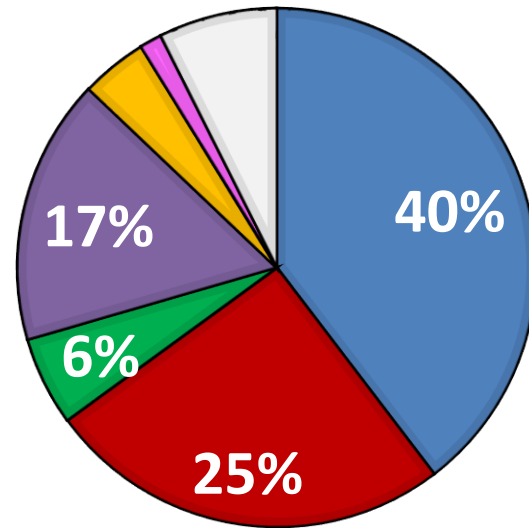
■ 1. なし ■ 2. あり □ 3. 未回答

【具体的な“その他”の変化】

- ・友人や顔見知りの方ができた[他22名同意見あり]
- ・季節の変化や自然を感じられた[他13名同意見あり]
- ・松山城の築城などがわかった[他6名同意見あり]
- ・心身の変化を意識するようになった  
[他5名同意見あり]
- ・松山の良さ、美しさを再確認できた

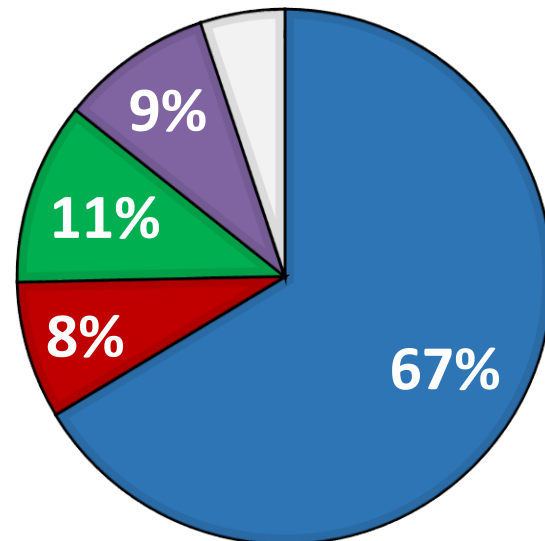
※内容に影響がない範囲で一部表現を修正させて頂いている場合があります。

【裏面】Q1. あなたが加入されている医療保険をおしえてください。(○は1つだけ)



- 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 **4%**
- 6. その他 **1%**
- 7. 未回答 **7%**

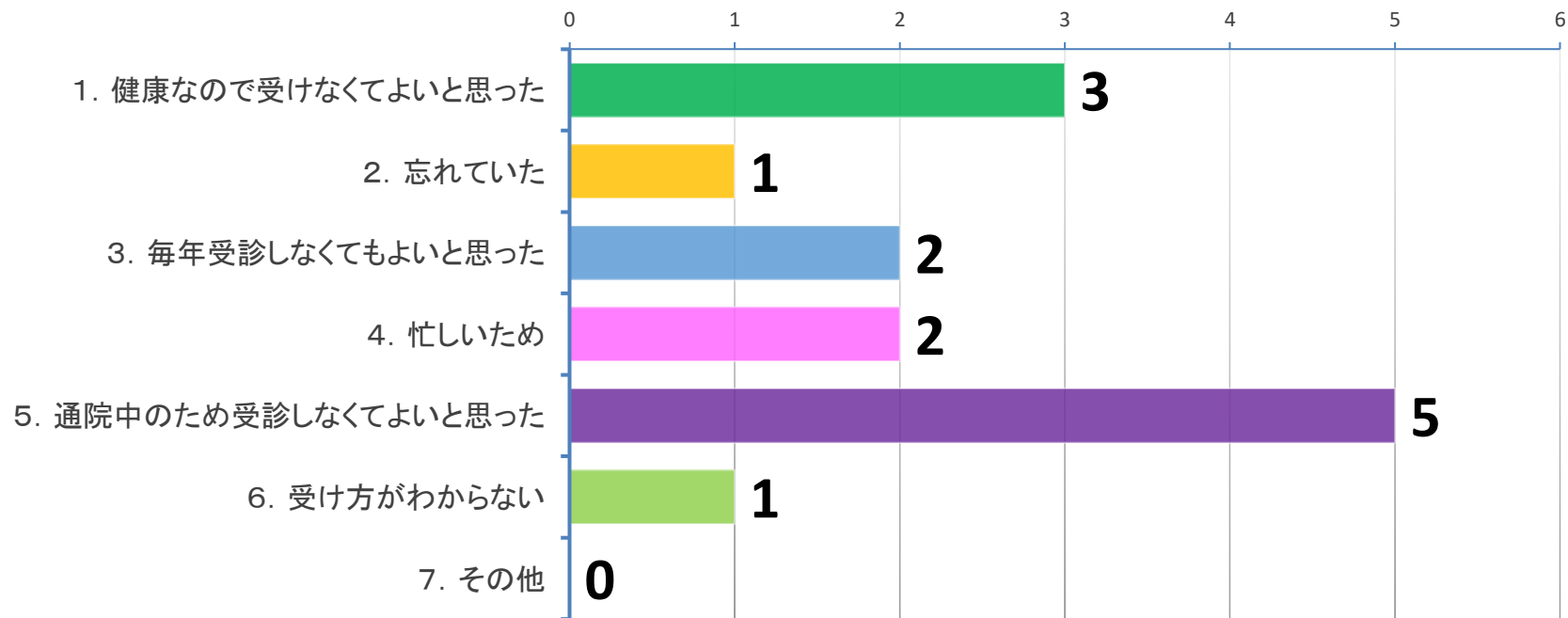
【裏面】Q2. 過去3年間に健診(健康診査)を受けましたか?(○は1つだけ)



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



【裏面】Q3-①. 上記で「4. 受診なし」の場合、その理由をおしえてください。



【裏面】 Q4. 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〔他19名同意見あり〕
- ・夜間・休日受診を含めた受診機会を増やす〔他14名同意見あり〕
- ・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)〔他5名同意見あり〕
- ・受診手続きの簡素化〔他4名同意見あり〕
- ・健診内容の拡充〔他1名同意見あり〕
- ・受診できる場所を増やす〔他1名同意見あり〕
- ・受診をした方に特典を設ける〔他3名同意見あり〕
- ・健康に関するイベントを増やす
- ・家族参加型で受診できるようにする(子どもは無料、身体測定のようなものを行う) など

※内容に影響がない範囲で一部表現を修正させて頂いている場合があります

【裏面】 Q5. 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 [他3名同意見あり]
- ・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 [他4名同意見あり]
- ・健康づくりの実践結果に応じた表彰や商品券・地元野菜・入浴券等に交換できる [他19名同意見あり]
- ・松山城以外のウォーキング100回イベントを実施する [他3名同意見あり]
- ・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[他1名同意見あり]
- ・世代別に、具体的な健康づくりの方法を提案する
- ・他の自治体の取り組みを参考にしながら、市独自の方法を見つける など

※内容に影響がない範囲で一部表現を修正させて頂いている場合があります



集計結果は以上になります。  
ご協力、ありがとうございました。