

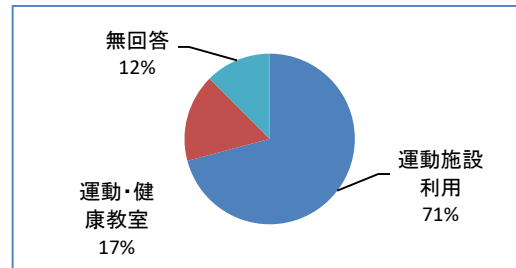
仙台市健康増進センター利用者アンケート集計

○実施期間：令和6年4月 ～ 令和7年3月

○アンケート回答者数 23 件

1 来館目的(複数回答)

運動施設利用	17
運動・健康教室	4
1階情報コーナー閲覧	0
その他	0
無回答	3

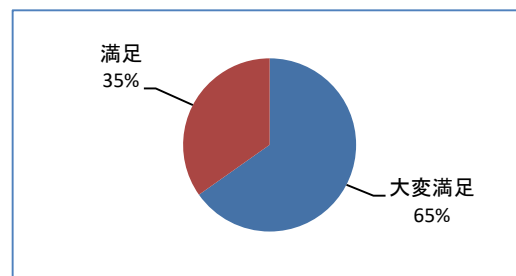


2 満足度(5段階評価)

①職員のあいさつ

大変満足	15
満足	8
普通	0
不満	0
大変不満	0
無回答	0

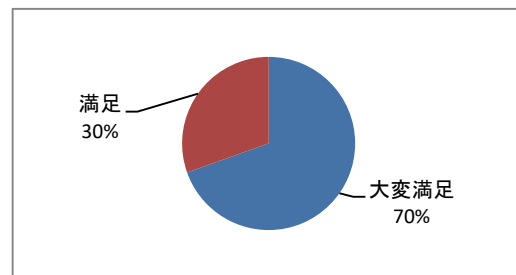
平均点
4.65



②職員の対応

大変満足	16
満足	7
普通	0
不満	0
大変不満	0
無回答	0

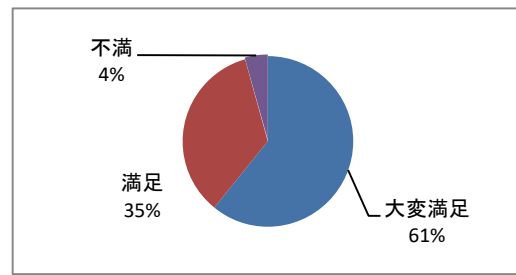
平均点
4.70



③職員の説明のしかた

大変満足	14
満足	8
普通	0
不満	1
大変不満	0
無回答	0

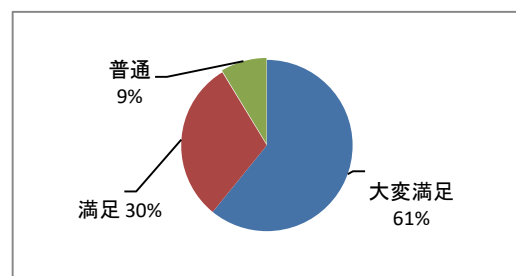
平均点
4.52



④職員の身だしなみ

大変満足	14
満足	7
普通	2
不満	0
大変不満	0
無回答	0

平均点
4.52



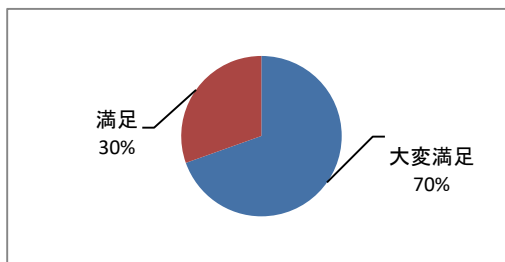
仙台市健康増進センター利用者アンケート集計

○実施期間：令和6年4月 ～ 令和7年3月

⑤施設内の清潔さ

大変満足	16
満足	7
普通	0
不満	0
大変不満	0
無回答	0

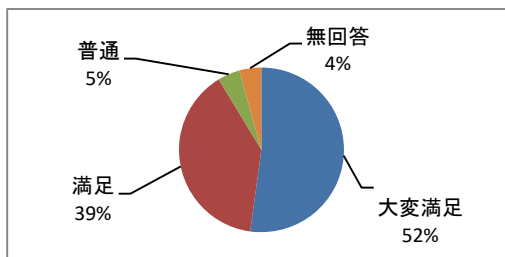
平均点
4.70



⑥施設利用の際の印象

大変満足	12
満足	9
普通	1
不満	0
大変不満	0
無回答	1

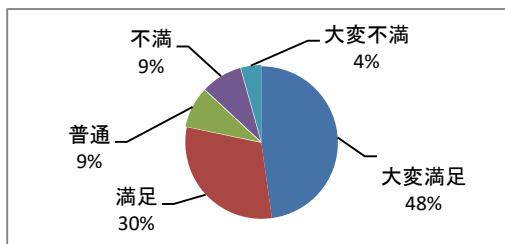
平均点
4.30



⑦設備、備品の使いやすさ

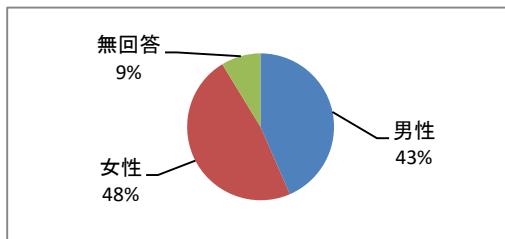
大変満足	11
満足	7
普通	2
不満	2
大変不満	1
無回答	0

平均点
4.09

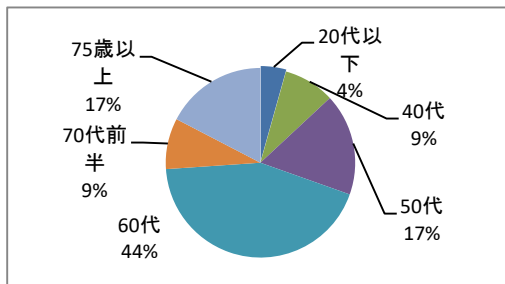


3 回答者の属性

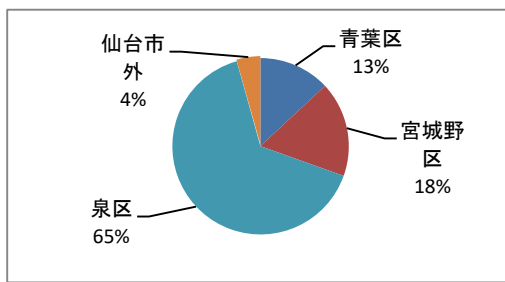
性別	男性	10
	女性	11
	無回答	2



年齢	20代以下	1
	30代	0
	40代	2
	50代	4
	60代	10
	70代前半	2
	75歳以上	4
	無回答	0



居住区	青葉区	3
	宮城野区	4
	若林区	0
	太白区	0
	泉区	15
	仙台市外	1
	無回答	0



仙台市健康増進センター利用者アンケート集計

○実施期間：令和6年4月 ～ 令和7年3月

4 健康増進センターの運営について、ご意見などございましたらお聞かせください。

○運動施設利用

○施設設備

○教室

○その他

ご意見	お住まい	年齢	性別
久しぶりに来させて頂きましたが、職員の対応にころよく使わせて頂きました	泉区	40代	男性
2F のイスを増やしてほしいです。大変困っています。	青葉区	50代	女性
私は化学物質不耐状態なので、衣類の抗菌洗剤・柔軟剤消臭成分が含まれた空気を吸うと頭痛・めまい・肌のかゆみ・目の痛みが出てきます。日頃、地下鉄と職場で症状が出やすいです。健康増進センターはまだマシンの方ではあるのですが、日によって化学物質成分が多い時があり、アタリ・ハズレがあります。安心して息をしたいので、今後何らかの対応を考えていただけるとありがたいです。 例）職員の方だけでも洗剤の種類を選んで洗濯する等。	宮城野区	40代	女性
マシンの重り調節バーを置く場所が無いことを運動指導員に話すと直ぐ対応してくれました。ありがとうございます。	仙台市外	60代	女性
運動教室に参加しています。何時も明るく、元氣でご指導頂き有難うございます。	青葉区	75歳以上	女性
ステップアップ教室が楽しいです。	宮城野区	60代	女性
改修工事が始まり、駐車スペースが狭くなり、障害者スペースに駐車しました。工事がR7.11月と長期間になるので、検討をお願いします。（隣アーチルさんなど）	泉区	60代	男性
回数券、チャレンジカード等利用者が得するものは、積極的に説明してください。	泉区	70代	男性
駐車場が狭くなり、なんとかして頂きたい。アーチルを少し区画するなど。	泉区	60代	男性
来年までの工事で、駐車場の確保をお願いしたい。	泉区	60代	無
駐車場をなんとかしてほしい。おねがいします。検討をして下さい。	泉区	20代以下	男性

仙台市健康増進センター利用者アンケート集計

ご意見	お住まい	年齢	性別
日・水の一般利用について 施設の性格上、マスク着用は理解できるが、一般利用に限定して止めてはどうか。意味があるとは思えません。	泉区	75歳以上	男性
一般利用の時間が2時間20分ですが、あと30分延ばしていただくか、利用可能を1日増やすことをお願いできないでしょうか。	泉区	75歳以上	男性
お世話になってます。3階ロッカー鍵について、受付時余裕があれば奇数ナンバーで渡してもらえると助かります。上下で重なった時、頭をぶつける事故をなくすためです。	泉区	60代	男性
とてもみなさん親切でがんばろうと思えました。	泉区	50代	女性
素晴らしい笑顔とインストラクションに感謝。	宮城野区	60代	男性
娘が障害を持っていて、本人の様子をみながら、職員さんたちともいい関係性です。タイミングをみはからって声を掛けて下さいます。とてもいい雰囲気ですね。 1階のフリースペースについてお願いがあります。車イスで情報を本人が感じとれるのはテーブルの手の届く範囲です。少しの休憩または軽い食事など以前（コロナ）にぜひ戻してもらいたくてこのアンケートを記入しました。 他にも、利用者さんはどこかしら不便さをかかえておられてテーブルはとても便利な道具かと思われます。強く希望します。	泉区	60代	女性

令和6年度 ヘルスアップセミナー（個人） 参加者アンケート結果概要

1. アンケート回収率

参加者総数	アンケート回収	回収率
239 名	235 名	97.9%

2. 参加者状況

（1）参加者性別

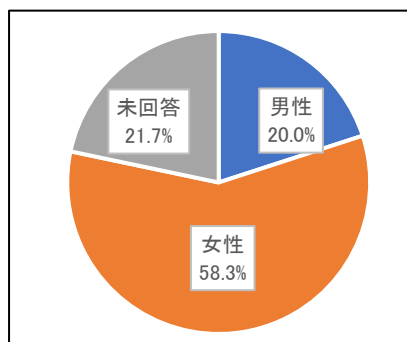


図1 参加者性別

（2）参加者年代

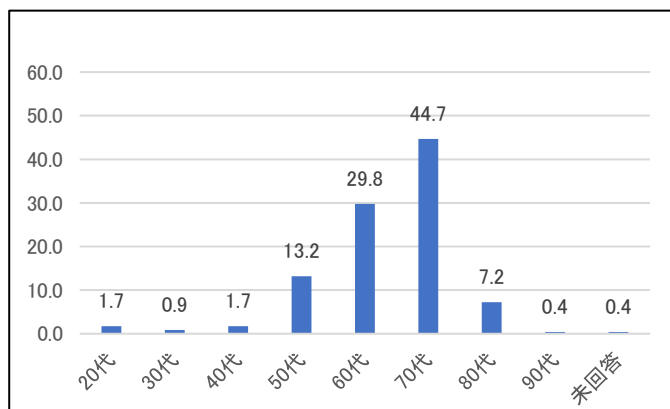


図2 参加者年代

3. 各講話および運動実技の理解度および今後の活用について

（1）理解度について

表1 高血圧予防 イチから学ぶ食事と運動！

	よく理解できた	理解できた	あまり理解できなかった	理解できなかった	未回答
保健講話	10 (62.5)	6 (37.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
栄養講話	8 (50.0)	4 (25.0)	3 (18.8)	1 (6.3)	0 (0.0)
運動体験	10 (62.5)	5 (31.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (6.3)

表2 今日から始めよう！筋肉を保つフレイル予防

	よく理解できた	理解できた	あまり理解できなかった	理解できなかった	未回答
保健講話	13 (61.9)	8 (38.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
運動体験	13 (61.9)	8 (38.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表3 気になりますか？コレステロール予防～食事と運動のコツ～

	よく理解できた	理解できた	あまり理解できなかった	理解できなかった	未回答
栄養講話	11 (42.3)	15 (57.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
運動体験	13 (50.0)	12 (46.1)	1 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表4 放置しないで！健診結果を活かして健康づくり

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
保健講話	8 (53.3)	7 (46.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
運動体験	10 (66.7)	5 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表5 血糖値が気になる方へ～今日から変えよう生活習慣（運動編）

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
保健講話	5 (29.4)	9 (52.9)	2 (11.8)	0 (0.0)	1 (5.9)
運動体験	9 (52.9)	6 (35.3)	1 (5.9)	1 (5.9)	0 (0.0)

表6 快適に歩けていますか？正しいウォーキングとセルフマッサージ体験

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
ウォーキング 体験	21 (67.7)	10 (32.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
セルフケア 体験	18 (58.1)	13 (41.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表7 血糖値が気になる方へ～今日から変えよう生活習慣（食生活編）～

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
栄養講話	14 (46.7)	13 (43.3)	2 (6.7)	1 (3.3)	0 (0.0)

表8 忙しいあなたにも知ってほしい！高血圧予防の第一歩（運動編）

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
保健講話	15 (68.2)	7 (31.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
運動体験	14 (63.6)	8 (36.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表9 忙しいあなたにも知ってほしい！高血圧予防の第一歩（運動編）

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
健康講話	13 (54.2)	11 (45.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
栄養講話	13 (54.2)	11 (45.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表10 足のお手入れから考える健康とウォーキング実践

	よく理解できた	理解できた	あまり理解 できなかった	理解できな かった	未回答
健康講話	23 (69.7)	10 (30.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
運動体験	22 (66.7)	11 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
栄養講話	23 (69.7)	10 (45.8)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

(2) 今後の活用について

表 1 1 高血圧予防 イチから学ぶ食事と運動！

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
保健講話	12 (75.0)	0 (0.0)	2 (12.5)	2 (12.5)
栄養講話	12 (75.0)	0 (0.0)	2 (12.5)	2 (12.5)
運動体験	11 (68.8)	0 (0.0)	3 (18.8)	2 (12.5)

表 1 2 今日から始めよう！筋肉を保つフレイル予防

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
保健講話	17(81.0)	0(0.0)	1(4.8)	3(1.4)
運動体験	15(71.4)	1(4.8)	2(9.5)	3(1.4)

表 1 3 気になりませんか？コレステロール予防～食事と運動のコツ～

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
栄養講話	20(76.9)	0(0.0)	2(7.7)	4(15.4)
運動体験	20(76.9)	0(0.0)	2(7.7)	4(15.4)

表 1 4 放置しないで！健診結果を活かして健康づくり

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
保健講話	8(53.3)	0(0.0)	4(26.7)	3(20.0)
運動体験	9(60.0)	0(0.0)	3(20.0)	3(20.0)

表 1 5 血糖値が気になる方へ～今日から変えよう生活習慣（運動編）

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
保健講話	11(64.7)	2(11.8)	1(5.9)	3(17.6)
運動体験	11(64.7)	2(11.8)	1(5.9)	3(17.6)

表 1 6 快適に歩けていますか？正しいウォーキングとセルフマッサージ体験

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
ウォーキング 体験	23(74.2)	0(0.0)	2(6.5)	6(1.9)
セルフケア 体験	23(74.2)	0(0.0)	2(6.5)	6(1.9)

表 1 7 血糖値が気になる方へ～今日から変えよう生活習慣（食生活編）～

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
栄養講話	15(53.6)	0(0.0)	2(7.1)	11(39.3)

表 1 8 忙しいあなたにも知ってほしい！高血圧予防の第一歩（運動編）

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
保健講話	19(83.4)	1(4.5)	0(0.0)	2(9.1)
運動体験	20(90.1)	0(0.0)	0(0.0)	2(9.1)

表 19 忙しいあなたにも知ってほしい！高血圧予防の第一歩（運動編）

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
健康講話	19(79.2)	0(0.0)	2(8.3)	3(12.5)
栄養講話	17(70.8)	1(4.2)	1(4.2)	5(2.1)

表 20 足のお手入れから考える健康とウォーキング実践

	活用できそう	活用は難しい	すでに実践している	未回答
健康講話	27(81.8)	0(0.0)	2(0.6)	4(12.1)
運動体験	25(75.8)	1(0.3)	3(0.9)	4(12.1)
栄養講話	27(81.8)	0(0.0)	1(0.3)	5(15.2)

4. 生活習慣改善に取り組むきっかけになったか

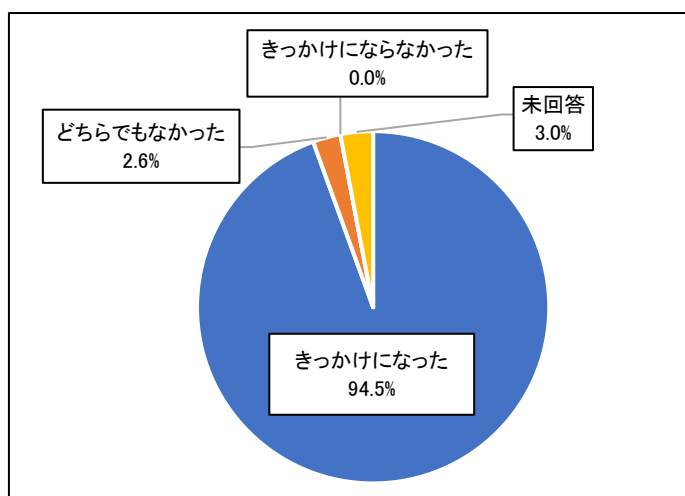
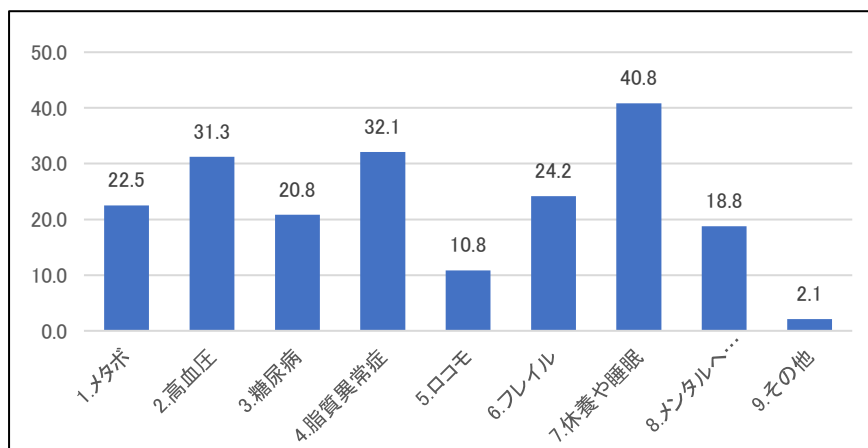


図 3 生活習慣への動機づけ

5. 参加者が興味のあるテーマについて(複数回答)



4 興味のあるテーマ(複数回答)

【その他の回答】

- ・簡単な料理講座
- ・肝疾患に関すること
- ・寝不足を解消する方法、寝たきり予防をする方法、運動とか
- ・からだが固いのでやわらかくしたい
- ・ダイエット
- ・男女の更年期

※回答の構成比は百分率で表し、小数点第 2 位を四捨五入して算出しています。従って、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100%にならないことがあります。また、回答者が 2 つ以上の回答をすることができる複数選択式の質問においては、各質問の回答数(n)を基数として算出するため、全ての選択肢の比率を合計すると 100%を超える場合があります。