

葉山公園イベント 27年度「海辺で健康ウォーキング」アンケート集計結果報告

葉山公園イベント「海辺で健康ウォーキング」を開催致しましたのでご報告します。

- ・日時:平成28年3月11日(金) 10:00~11:00
- ・場所: 葉山公園
- ・参加者: 8名
- ・参加費(税・保険料込): ¥500
- ・講師: 三菱電機ライフサービス(株)ウェルネス事業部

健康運動指導士 吉川 大喜



葉山公園 指定管理者/三菱電機ライフサービス(株)湘南支社 主催

葉山の春の風を感じて・・・ 健康ウォーキング教室

専門家による正しい指導を通して「歩き方」を見直してみませんか

春は散策やウォーキングをするのにもってこいの季節。海の風薫る葉山公園で、楽しくウォーキングするための「コツ」をお教えする教室を開催します！この教室で自身の「歩き方」を見つめ直し、春という季節を全身で感じながらウォーキングしましょう。

当教室では、体操の専門家/健康運動指導士があまり知られていないウォーキング方法を参加者様のひとりひとりに丁寧に伝えます。歩けば歩くほど心も軽くなる歩き方を、この機会に是非ともご習得下さい！

◆平成28年3月11日(金)
◆10:00~11:00 ※雨天中止

- 集合場所: 葉山公園芝生広場
- 集合時間: 9:50
- ※当日の7:00の天候に判断後、中止の場合はご連絡いたします。
- 参加費: 500円
- ※受付時に徴収いたします。
- 講師: 吉川大喜(健康運動指導士)
(三菱電機ライフサービス(株))
- 申込方法: 裏面の参加申し込み用紙に必要事項を記載し、葉山公園内のポストにご投函いただくか、FAX願います。
- 当日はウォーキングに相応しい服装・シューズでお越しください

●お問合せ先: 葉山公園管理事務所
〒240-0116 三浦郡葉山町下山口1443-4 TEL:046-876-4601 FAX:0467-41-6967
http://www.hayama-park.com/

イベントを知ったきっかけ					
葉山公園HP	葉山まちづくり協会HP	県HP	園内掲示ポスター	友人・知人	合計
1	0	0	2	5	8
13%	0%	0%	25%	63%	100%

イベントへの満足度					
とても満足	満足	普通	やや不満	不満	合計
6	2	0	0	0	8
75%	25%	0%	0%	0%	100%

参加してみたいイベント(複数回答可)					
スポーツ系	園芸系	歴史散策系	スケッチ(写真)系	自然観察系	合計
4	2	2	3	5	16
25%	13%	13%	19%	31%	100%

公園スタッフの対応			
親切	普通	不親切	合計
8	0	0	8
100%	0%	0%	100%

今回のイベントについてのご意見・要望
<ul style="list-style-type: none"> ・とてもためになった。年数回、実施して欲しい。 ・雨天でしたが、楽しく参加できた。 ・色々な知識を教えてくれた。 ・高齢者向けの講習コースも企画してほしい。 ・各説明がとてもわかりやすく楽しかった。(複数回答) ・とても専門的な内容で体操を覚えてもらったので楽しく体を動かせた。 ・歩き方に対する意識が変わった。 ・食品系のイベントなどやってほしい。 ・あつという間の1時間で、とても勉強になり、すぐに役立つと思った。物足りないくらい。 ・天気がよければ海岸の素敵な景色がみれたらうから、残念。

葉山公園及びスタッフの対応についてのご意見・要望
<ul style="list-style-type: none"> ・売店をおいてくれたり、屋根付きのベンチを増やして欲しい。 ・とても綺麗に管理されていると思った。(複数回答) ・スタッフのとても親切な対応に感謝します。 ・月数が増えるごとにだんだん公園内が快適になってきていると思う。 ・雨なのにトイレが綺麗に維持されている。

イベントを終えて
<p>当日は生憎の小雨の降る中でしたが、屋根のある案内所内で体をほぐすストレッチ方法やウォーキングの知識を教わりながらも運動量を落とさず行うことで、身体全体がほぐれ、肉体的効果とリラックスといった精神的効果も得られたようです。参加者からも「歩き方の意識が変わった。」や「勉強になったし、すぐに役立つそう。」等の声もあり好評でした。ただ、雨をしのげるスペースが少ないため、好天時と雨天時との環境の差が大きいため、実施時期の入念な検討をして次回以降つなげて行きます。</p> <p>また、今回初の運動教室開催でしたが、「ウォーキング以外にも…」という要望も多く聞かれたため、今後、そういった声を反映できる教室を開催していきます。</p>

