

10歳若返り実践モデル事業（AI） アンケート調査結果

●アンケートの概要

- ・実施日:令和元年 12月 26日
- ・対象:実践モデル事業参加者

●アンケート用紙

10歳若返り実践モデル事業アンケート調査

この度は、大阪府 10歳若返り実践モデル事業にご協力いただきありがとうございました。

本事業は、2025年の大阪・関西万博の開催に向けて、楽しみながら健康になり、さらに、その効果を専門的に検証し、大阪府域全体に 10歳若返りの取り組みとして広げていくため、実施いたしました。つきましては今後の「10歳若返り」の取り組みに活かしてまいりたいと思いますので、下記のアンケートにご協力いただき、本事業に参加された皆様のお声を聴かせていただきますようよろしくお願いいたします。

性別：男性 ・ 女性

年齢：40代以下・50代・60代・70代・80代・90代以上

<質問内容>

【質問 1】本事業について、どこでお知りになりましたか。（複数回答可）

- チラシ 回覧 家族・友人・知人からの紹介 市役所
- 高石健幸リビング・ラボからのお知らせ 市立総合体育館（カモン高石）
- その他（ ）

【質問 2】参加しようと思った理由は何でしょうか。（複数回答可）

- 「認知症」に関心があったから 検査を受けられるから
- 「ゲームによる運動」に興味があったから
- 家族・友人・知人に誘われたから 時間があったから 無料だったから
- 運動不足だったから 健康に興味があったから 家の近くだったから
- 「10歳若返り」に興味があったから
- その他（ ）

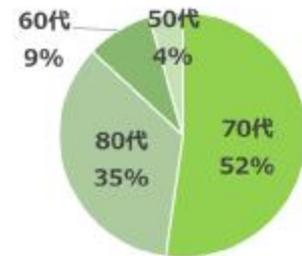
【基本情報】参加者の性別

項目	人数
女性	18人
男性	5人
合計	23人



【基本情報】参加者の年代

項目	人数
50代	1人
60代	2人
70代	12人
80代	8人
合計	23人



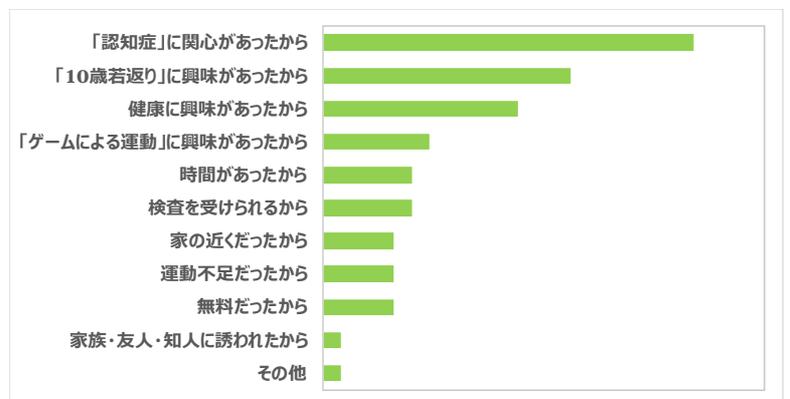
【質問1】本事業について、どこでお知りになりましたか。（複数回答可）

選択肢	人数
チラシ	11人
高石健幸リビング・ラボからのお知らせ	8人
家族・友人・知人からの紹介	5人
市立総合体育館（カモン高石）	4人
市役所	2人
回覧	1人



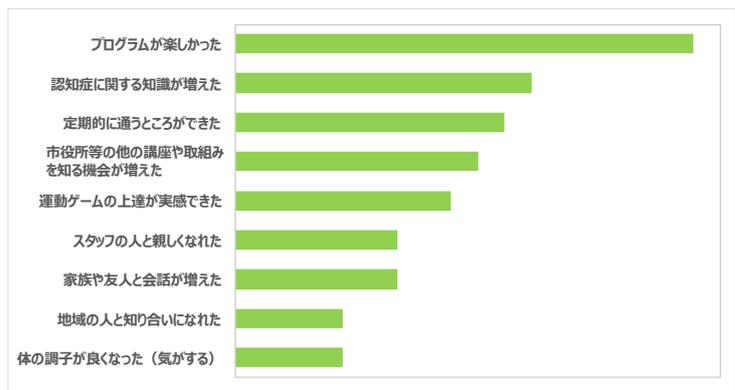
【質問2】参加しようと思った理由は何でしょうか。（複数回答可）

選択肢	人数
「認知症」に関心があったから	21人
「10歳若返り」に興味があったから	14人
健康に興味があったから	11人
「ゲームによる運動」に興味があったから	6人
時間があったから	5人
検査を受けられるから	5人
家の近くだったから	4人
運動不足だったから	4人
無料だったから	4人
家族・友人・知人に誘われたから	1人
その他	1人



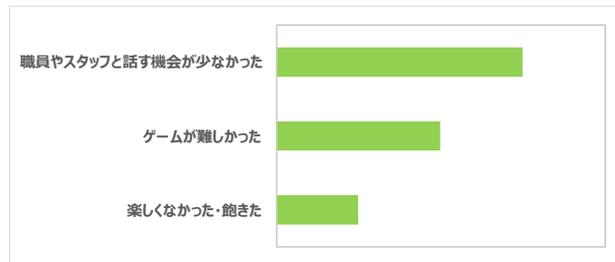
【質問3】参加して良かった点はありましたか。（複数回答可）

選択肢	合計
プログラムが楽しかった	17人
認知症に関する知識が増えた	11人
定期的に通うところがあった	10人
市役所等の他の講座や取組みを知る機会が増えた	9人
運動ゲームの上達が実感できた	8人
スタッフの人と親しくなれた	6人
家族や友人と会話が増えた	6人
地域の人と知り合いになれた	4人
体の調子が良くなった（気がする）	4人



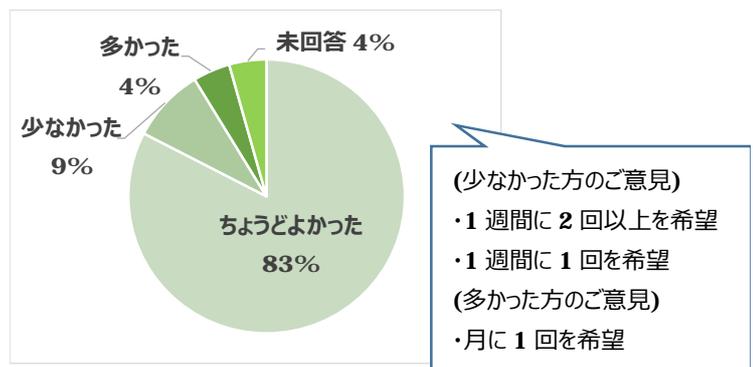
【質問4】悪かった点はありましたか。※ある場合のみ回答（複数回答可）

選択肢	合計
職員やスタッフと話す機会が少なかった	3人
ゲームが難しかった	2人
楽しくなかった・飽きた	1人



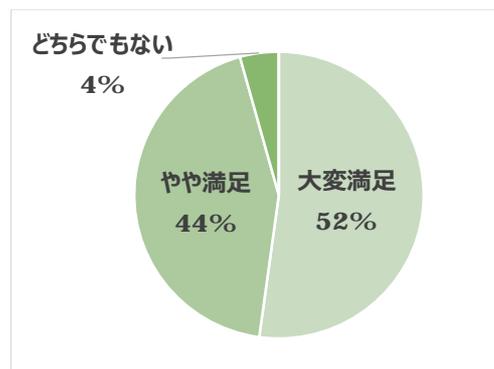
【質問5】運動の実施頻度（2週間に1回）はいかがでしたでしょうか。

選択肢	合計
ちょうどよかった	19人
少なかった	2人
多かった	1人
未回答	1人



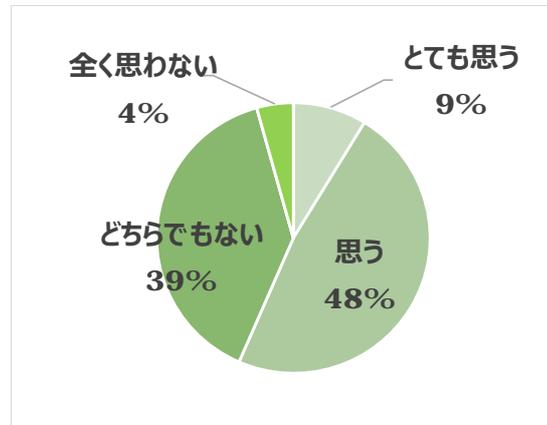
【質問6】参加した総合的な満足度はいかがでしたでしょうか。

選択肢	合計
大変満足	12人
やや満足	10人
どちらでもない	1人
不満、やや不満	0人



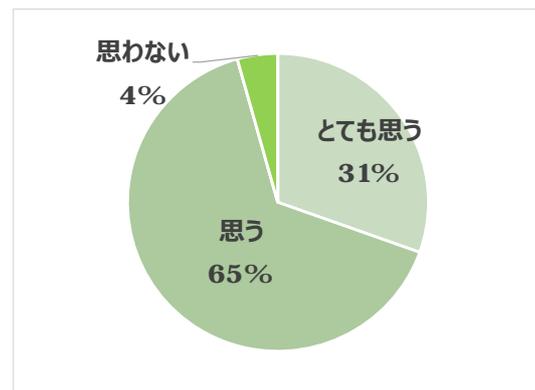
【質問 7】教室を通して、若返ったと思いますか。

選択肢	合計
とても思う	2人
思う	11人
どちらでもない	9人
思わない	0人
まったく思わない	1人



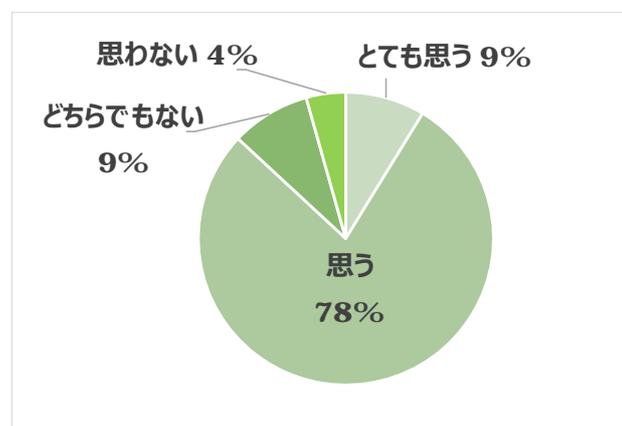
【質問 8】今後も「身体を動かすゲーム」を使った教室があれば参加したいと思いますか。

選択肢	合計
とても思う	7人
思う	15人
どちらでもない	0人
思わない	1人
まったく思わない	0人



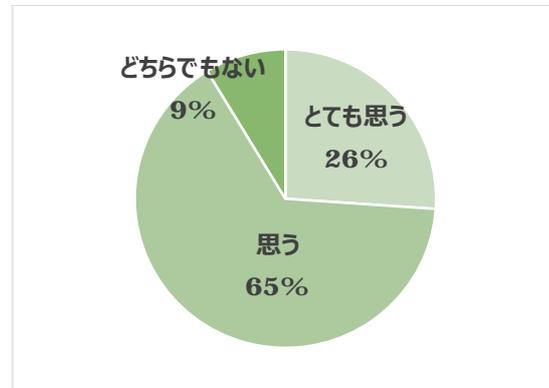
【質問 9】体操などゲームとは別の内容の認知症予防教室があったら通いたと思いますか。

選択肢	合計
とても思う	2人
思う	18人
どちらでもない	2人
思わない	1人
まったく思わない	0人



【質問 10】「身体を動かすゲーム」による認知症予防の教室が実施される場合、家族や友人にも広めたいと思いますか。

選択肢	合計
とても思う	6人
思う	15人
どちらでもない	2人
思わない	0人
まったく思わない	0人



以上