

令和3年度 くらわんかウォーカーズアンケート（令和4年4月実施）

回収率85%（回答数：95／発送数：112）

くらわんかウォーカーズの代表者に対し、活動に関するアンケート調査を実施
アンケート内容は選択式で次の2つとしました。

【問1】 ノルディック・ウォーキングがグループ員の健康につながっていますか。

【問2】 くらわんかウォーカーズはグループでの活動を推奨しています。

グループでの活動のメリットをどのように感じていますか。

【問1の調査】

くらわんかウォーカーズ活動とグループ員の健康感
グループでの活動時間や活動頻度と健康感との関係性

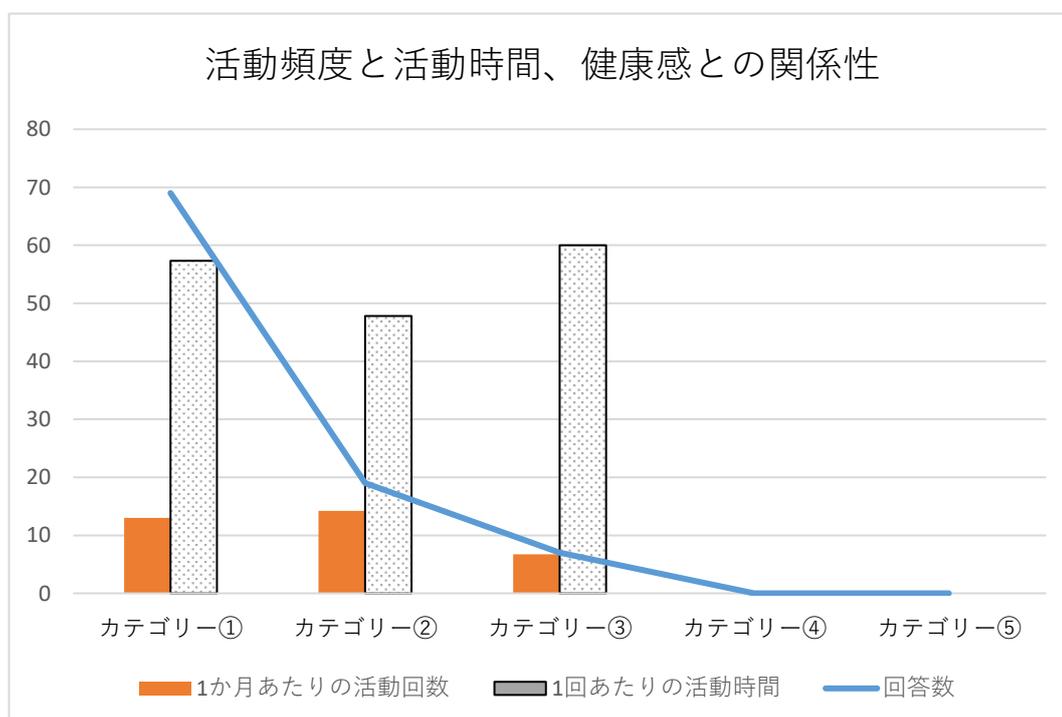
【問1の結果】

■88グループ（93%）が「健康につながっている」と感じている。

■1回あたりの活動時間が長いと、活動回数が少なくなる傾向にある。

■1か月あたりの活動回数が多い方が「健康につながっている」と感じる傾向にある。

分類	回答数	回答内容
カテゴリー①	69	グループ員全員が健康につながっている
カテゴリー②	19	グループ員の半数以上が健康につながっている
カテゴリー③	7	変わらない
カテゴリー④	0	グループ員の半数以上が悪くなった
カテゴリー⑤	0	グループ員全員が悪くなった



【問2の調査】

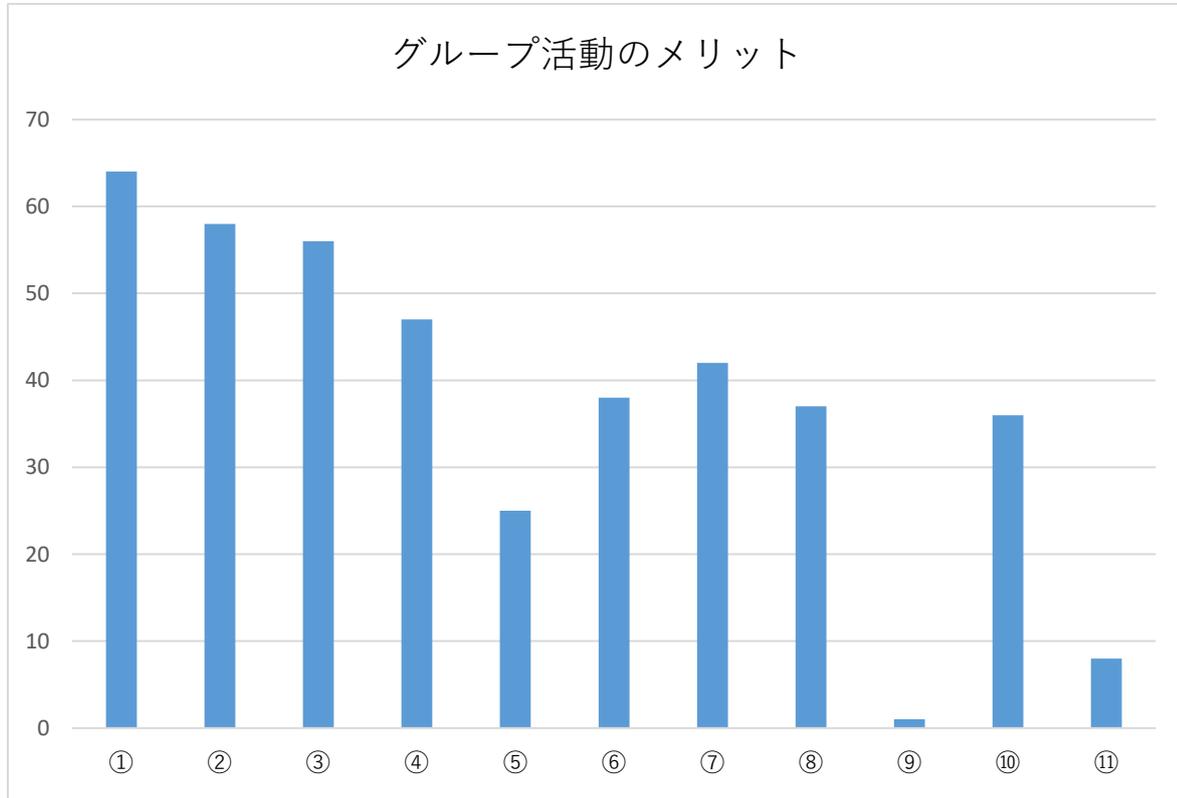
グループ活動のメリット

【問2の結果】

■屋外で、かつ距離をとりやすい活動のためコロナ禍でも62%がグループで活動していた。

■そのため、グループ活動の効果である「続けられる」との回答が半数を超えている。

■活動継続の動機となる「楽しい」「支え合い」についても半数を超えている。



感じていること (※複数回答可)	回答数
①グループだから楽しく活動できる	64
②グループだから続けられる	58
③グループだから仲間で支えあい活動できる	56
④グループだから始められた	47
⑤グループだから防犯上等、安心して活動できる	25
⑥グループだから歩くコースを相談できる	38
⑦グループだから歩き方等を注意し合える	42
⑧グループだから体調等の悪い人を気遣い合える	37
⑨グループのメリットを感じない	1
⑩新型コロナウイルス感染症拡大のためグループでの活動ができていない	36
⑪その他	8