

令和2年度加西市・多可町ポイント事業アンケート

問① ■ アプリを使ったポイント事業の参加歴は？(回答必須)

1 1年目(初めて参加)	234
2 2年目	581

問② ■ 令和2年5月以前から週1回以上、ウォーキングや体操、スポーツ等を行う運動習慣はありましたか？(回答必須)

1 はい	599
2 いいえ	216

問③ ■ 昨年と比較して運動回数は増えましたか？(回答必須)

1 はい	529
2 いいえ	286

問④ ■ 昨年と比較して1日の歩数は増えましたか？(回答必須)

1 はい	480
2 いいえ	191
3 わからない	144

問⑤ ■ 現在、あなたは週にどの程度運動(ウォーキングを含む)しますか？(回答必須)

1 ほぼ毎日	412
2 週4~5回	120
3 週2~3日	146
4 週1回	82
5 しない	55

問⑥ ■ 令和2年6月以降、新たに始めた運動はありますか？(複数回答可)(回答任意)

1 ウォーキング	285
2 ラジオ体操	122
3 ストレッチ体操	196
4 筋力トレーニング	84
5 ジョギング	29
6 その他	82

問⑦ ■ 「行きましたポイント」獲得のためにイベントや運動教室等に参加しましたか？(回答必須)

1 はい	445
2 いいえ	370

問⑧ ■ 上記質問7で「はい」の方は参加した加西市開催イベント等をお答え下さい  
(複数回答可) (回答任意)

1 玉丘史跡ウォーキング	77
2 イオンモールウォーキング・健康相談	139
3 青空ラジオ体操	71
4 イオンラジオ体操	143
5 健康福社会館運動教室	70
6 県立フラワーセンター	252
7 青野グラウンドゴルフ	40
8 北条鉄道	27
9 加西病院ボランティア	8
10 公民館事業	122
11 ボランティア関連事業	27
12 イベント関連事業	125

問⑨ ■ 上記質問7で「はい」の方は参加した多可町開催イベント等をお答え下さい  
(複数回答可) (回答任意)

1 多可の森健康ウォーキング関連	48
2 ウォーキングイベント (その他)	60
3 日赤はつらつ教室	0
4 日赤いきいき元気塾	1
5 日赤リフレッシュ教室	0
6 コークゼミ	0
7 元気あっぷ広場	1
8 子育て関連イベント	5
9 スポーツ関連イベント	12
10 その他イベント	54
11 アスパルトレーニングルーム	4

問⑩ ■ 上記質問7で「いいえ」の方は参加しなかった理由をお答え下さい  
(複数回答可) (回答任意)

1 イベント等の情報がわからなかった	73
2 興味関心のあるイベントが無かった	66
3 日程が合わなかった	302
4 その他	48

問⑪ ■ . イオンモール加西北条店薬品コーナーまたは多可町健康福祉センター (アスパル) の体組成測定器・血圧計を利用することで月1回ポイントが獲得できることをご存じですか? (回答必須)

1 はい	606
2 いいえ	209

問⑫ ■ イオンモール加西北条店薬品コーナーまたは多可町健康福祉センター（アスパル）の体組成測定器で測定した結果を比較（初回と最終測定）して良い変化が確認できるとポイントが獲得できる「結果にコミットポイント」をご存知ですか？（回答必須）

- |       |     |
|-------|-----|
| 1 はい  | 506 |
| 2 いいえ | 309 |

問⑬ ■ 加西市または多可町の指定のスポットを訪れることでポイントが獲得できる「名所にチェックインポイント」をご存じですか？（回答必須）

- |       |     |
|-------|-----|
| 1 はい  | 655 |
| 2 いいえ | 160 |

問⑭ ■ 特定健診結果、がん検診結果を提出することでポイントが獲得できる「健診受けたよポイント」をご存じですか？（回答必須）

- |       |     |
|-------|-----|
| 1 はい  | 660 |
| 2 いいえ | 155 |

問⑮ ■ あなたは現在、健康であると思いますか？（回答必須）

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 1 健康である         | 208 |
| 2 どちらかといえば健康である | 466 |
| 3 どちらでもない       | 80  |
| 4 どちらかといえば健康でない | 50  |
| 5 健康でない         | 11  |

問⑯ ■ 運動ポイント事業に参加したことで身体や心に変化、生活習慣などに変化はありましたか？（回答必須）

- |       |     |
|-------|-----|
| 1 はい  | 629 |
| 2 いいえ | 186 |

問⑰ ■ 上記質問16で「はい」の方は変化についてお答え下さい（複数回答可）（回答必須）

- |               |     |
|---------------|-----|
| 1 歩く習慣がついた    | 414 |
| 2 歩く回数や距離が増えた | 390 |
| 3 外出の機会が増えた   | 166 |
| 4 体重が減った      | 99  |
| 5 体が動かしやすくなった | 179 |
| 6 疲れにくくなった    | 86  |
| 7 何事にも前向きになった | 93  |
| 8 ストレスが解消された  | 121 |
| 9 かえって体調を崩した  | 2   |
| 10 足腰を痛めた     | 8   |
| 11 その他        | 20  |

問⑱ ■ 運動ポイント事業に参加していかがでしたか？(回答必須)

1 非常に良かった	220
2 良かった	509
3 どちらでもない	86
4 悪い	0
5 非常に悪い	0

問⑲ ■ 「加西・多可健幸アプリ」の使い勝手はいかがですか？(回答必須)

1 非常に便利	109
2 便利	380
3 普通	308
4 使いにくい	16
5 非常に使いにくい	2

問⑳ ■ 「加西・多可健幸アプリ」でお気に入りの機能はありますか？  
(複数回答可) (回答必須)

1 ランキング表示	344
2 消費カロリー表示	229
3 目標達成率	380
4 体重記録機能	204
5 血圧記録機能	190
6 グラフ表示機能	201
7 モールウォーキング機能	182
8 名所にチェックイン機能	220
9 特になし	68

問㉑ ■ ポイント事業に参加してのご感想やご意見、「加西・多可健幸アプリ」の機能などに関するご要望をお聞かせ下さい。(回答任意)

1 チェックイン機能がよかった	6
2 ポイントを見直してほしい。	19
3 ランキング上位の歩数が疑わしい。	3
4 事業を通じて友好関係が広がった	4
5 運動の(歩く)励みになっている。	91
6 事業を今後も継続してほしい。	37
7 事業に参加してから健康になった。	10
8 健康に気をつかうようになった。	9
9 歩数をカウントしない時がある。	17
10 スマートウォッチと連動するようになってほしい。	2
11 コロナで参加を控えた	9
12 イオンにいかないと測定できないのが不便。	4
13 スマホでできるようになって便利になった。	17
15 ポイント対象となる事業やチェックポイントを増やしてほしい。	25

16 スマホ以外でも参加できるようにしてほしい。	1
17 ランキングやポイントが気になって頑張りすぎる。	5
18 事業が終了してもアプリが使えるようにしてほしい。	2
19 スマホ（アプリ）の扱いが難しい	6
20 アプリの改善をしてほしい	13