

## 令和5年度 倉敷市地域福祉基金助成事業実施アンケート

助成期間: 令和<sup>3</sup>年度～ 年度

団体名: サロンなごみ

## 一年活動をしての感想

## ①健康維持のために楽しく体操をする。

- (1) 講師を招いて、専門的な指導を受けることができた。
- (2) 運動用具を購入することができた。
- (3) 継続して参加することで、健康維持に対する意欲が高まった。
- (4) みんなと一緒に楽しく体操することができた。
- (5) 新しい仲間作りができた。

## ②参加者の感想

- ・生活の中で意識して体を動かすようになった。
- ・継続して参加することで達成感が持てた。
- ・ほかのサロンとの交流ができて良かった。
- ・運動用具の正しい使い方を教えてもらうことができた。
- ・仲間と励まし合うことで続けて参加することができた。
- ・体操以外の情報も有り、仲間とおしゃべりも楽しい。

## ③地域福祉基金の有用性

本来ならできていなかったが、地域福祉基金があったので、

- ・継続して講師を招くことができ、専門的な指導を受けることができた。  
講師から習った運動などを、自主体操でも取り入れることができています。
- ・福祉基金で運動用具が充実し、運動機能を維持するためのトレーニングの種類が多くなった。開始時間より早く来て自主的に運動用具を使うこともある。
- ・今後も継続してサロン活動ができるようになった。

## ④今後の展開・夢・課題など

- ・地域の高齢者や障害者が、体操しながら交流できる場を維持継続し、より楽しく集えるような内容を加えていきたい。
- ・新しい仲間作りのため、サロンの様子などを幅広く知ってもらえるようにしたい。
- ・他のサロンとの交流を増やしたい。
- ・会場までの交通手段対策。(参加したくても徒歩や自転車で来られない)

※このアンケートは、地域福祉基金の助成を受けたことのある団体から、事業開始後5か年度の期間提出していただくものです。