

TAMAフレイル予防プロジェクト参加者アンケート結果

参加者の視点に立った事業評価を実施するため、令和7年6月度実施分よりTFPP実施後にアンケート調査を実施した。

調査方法

大規模会場：会場出口付近で配布し実施

中規模会場：終了前に全参加者へ配布し実施

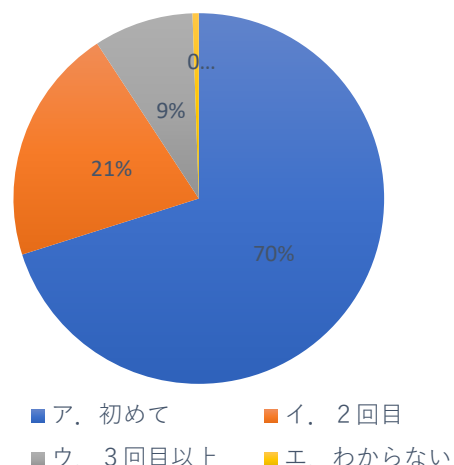
令和7年12月実施分までを集計。

				参加者数	アンケート 回答数
1	5月28日(水)	桜ヶ丘集会所	中規模	30	—
2	6月3日(火)	西1・2会議室	市役所	14	11
3	6月12日(木)	こぶし館	中規模	21	20
4	7月5日(土)	関戸公民館(朝顔市)	大規模	35	31
5	7月29日(火)	第二庁舎会議室	市役所	18	18
6	9月10日(水)	愛宕かえで館	中規模	6	6
7	9月16日(火)	第二庁舎会議室	市役所	4	4
8	9月17日(水)	東寺方老人福祉館	中規模	12	11
9	9月20日(土)	ベルブ永山(永フェス)	大規模	42	36
10	10月22日(水)	豊ヶ丘老人福祉館	中規模	11	11
11	11月12日(水)	諏訪老人福祉館	中規模	13	12
12	11月26日(水)	関一つむぎ館	中規模	11	11
13	12月10日(水)	トムハウス ホール	中規模	13	13
			合計	230	184

【TAMAフレイル予防プロジェクト 参加者アンケート集計】

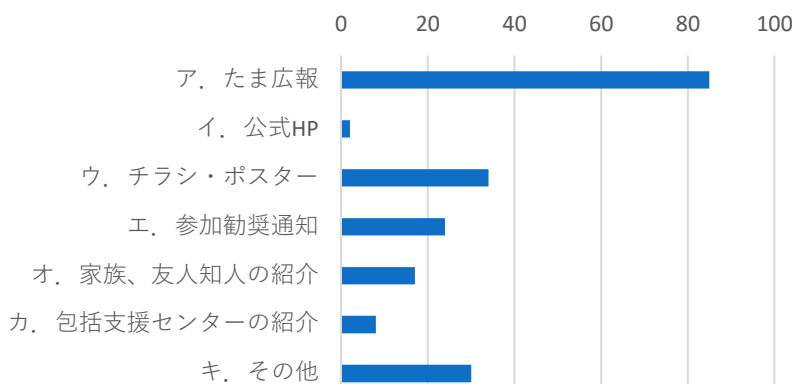
1. TAMAフレイル予防プロジェクトへの参加は何回目ですか。

ア. 初めて	129
イ. 2回目	38
ウ. 3回目以上	16
エ. わからない	1



2. このイベントを何で知りましたか。（当てはまるもの全てに○）

ア. たま広報	85
イ. 公式HP	2
ウ. チラシ・ポスター	34
エ. 参加勧奨通知	24
オ. 家族、友人知人の紹介	17
カ. 包括支援センターの紹介	8
キ. その他	30

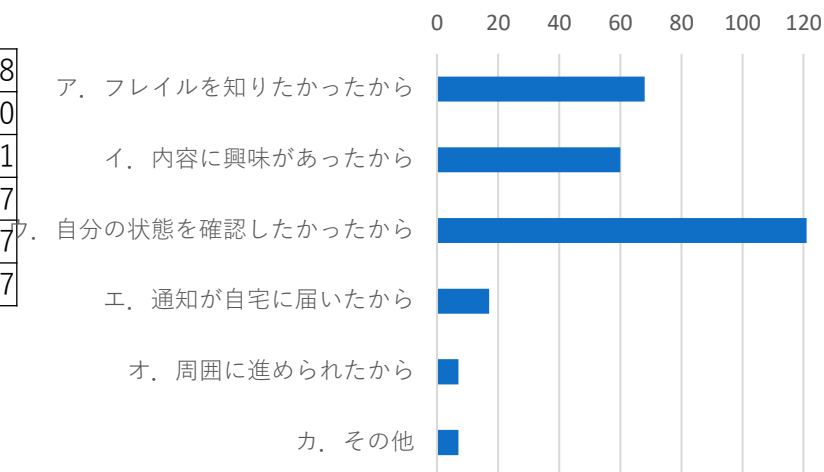


キ. その他（自由記述）

・会場での呼び込み・会場で声をかけられた・実施会場の広報誌・元気アップ体操・実施会場のお知らせ

3. 参加したきっかけを教えてください。（当てはまるもの全てに○）

ア. フレイルを知りたかったから	68
イ. 内容に興味があったから	60
ウ. 自分の状態を確認したかったから	121
エ. 通知が自宅に届いたから	17
オ. 周囲に進められたから	7
カ. その他	7



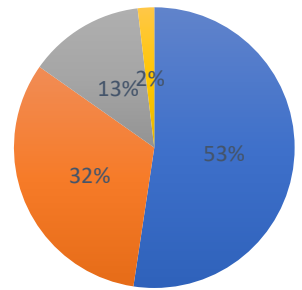
カ. その他（自由記述）

・時間があつたから・参加しないとまた案内が来る・催事は参加することになっているから・骨密度測定のため
・開催場所と時間

4. 「フレイル」という言葉を知っていましたか。

※7月以降参加した者のみ

ア. 言葉も内容も知っていた	55
イ. 言葉は聞いたことがあるが内容は知らなかった	34
ウ. 知らなかった	14
未回答	2

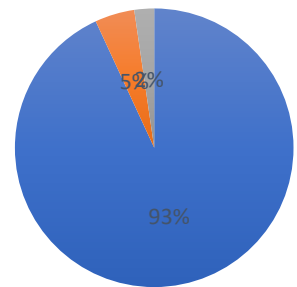


- ア. 言葉も内容も知っていた
- イ. 言葉は聞いたことがあるが内容は知らなかった
- ウ. 知らなかった
- 未回答

5. 今日の測定会の結果、フレイル予防は必要だと思いますか。

※7月29日以降参加した者のみ

ア. はい	81
イ. いいえ	4
未回答	2

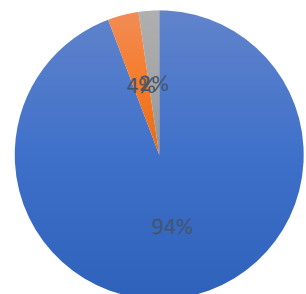


- ア. はい
- イ. いいえ
- 未回答

6. 今日の測定会の結果、フレイル予防に取り組みたいと思いますか。

※7月29日以降参加した者のみ

ア. はい	82
イ. いいえ	3
未回答	2



- ア. はい
- イ. いいえ
- 未回答

2回目以降の参加の方に、前回参加した後の状況についてお聞きします。

7. TFPPに参加したことによって、以前よりフレイル予防に気をつけるようになりましたか。 ※7月29日以降参加した者のみ

ア. なった	21
イ. かわらなかった	9
未回答	5

■ア. なった ■イ. かわらなかった ■未回答



8. TFPPに参加したことによって、以前より運動をするようになりましたか。 ※7月29日以降参加した者のみ

ア. なった	17
イ. かわらなかった	13
未回答	5

■ア. なった ■イ. かわらなかった ■未回答



9. TFPPに参加したことによって、以前より噛む回数、歯磨きや歯科受診など、歯や口の健康に気をつけるようになりましたか。 ※7月29日以降参加した者のみ

ア. なった	17
イ. かわらなかった	13
未回答	5

■ア. なった ■イ. かわらなかった ■未回答



10. TFPPに参加したことによって、以前より食事の栄養バランスや量、食事の時間や回数に気をつけるようになりましたか。 ※7月29日以降参加した者のみ

ア. なった	17
イ. かわらなかった	13
未回答	5

■ア. なった ■イ. かわらなかった ■未回答



11. TFPPに参加したことによって、以前より外出や他者との交流、社会活動の参加をするようになりましたか。 ※7月29日以降参加した者のみ

ア. なった	17
イ. かわらなかった	13
未回答	5

■ア. なった ■イ. かわらなかった ■未回答



(大規模会場のみ)

本日参加して良かったと思うものに全てに○をつけてください。

ア. 問診・測定	19
イ. 結果確認・相談	19
ウ. 脳トレ・体操の体験	17
エ. 栄養に関する講座・相談	11
オ. 担い手活動の紹介	4
カ. まるっと協議体	0
キ. ボランティアセンターの紹介	4

※7月5日大規模TFPP (朝顔市)

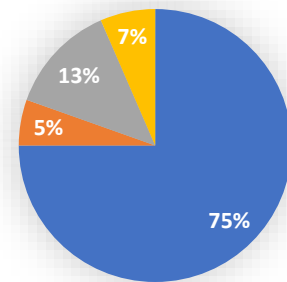
ア. 問診・測定	27
イ. 結果確認・相談	18
ウ. 脳トレ・体操の体験	14
エ. 口腔に関する講座・相談	20
オ. 咀嚼能力チェック	24
カ. 担い手活動の紹介	3

※9月20日大規模TFPP (永山フェスティバル)

.....最後に、**参加された方全員**にお聞きします。.....

12. TAMAフレイル予防プロジェクトに次回以降も参加したいと思いますか。

ア. 参加したいと思う	138
イ. 参加しないと思う	10
ウ. わからない	24
未回答	12



■ア. 参加したいと思う ■イ. 参加しないと思う
■ウ. わからない ■未回答

アと回答した方のその理由 (自由記述)

- ・運動不足のため運動 (リハビリ) を教わりたい。
- ・体力向上のため
- ・自分の変化を知りたい
- ・役に立ちそうだから。
- ・運動をしてみた効果
- ・健康の話色々聞きたい
- ・一人暮らしなので、何かなければ行く気にならないが、これから来るであろう不安に対応処置、
- ・自分の今の状態を知って改善したいと思う。
- ・話をする機会が少ないので、お話しする機会を多く持ちたい。
- ・自覚がないまま劣代が進まないよう警告を認知するため
- ・日々弱っていく体力をどう保っていけるか考えるきっかけ
- ・変化の確認
- ・年々体力低下を感じるので維持したい。
- ・健康な生活を続けたい
- ・いつまでも自立した生活を送りたいと思う
- ・数年ごとに変化を確認するため
- ・自分のフレイル状態を知りたい
- ・いつまでも元気に過ごしたい
- ・経過状況を知りたいため
- ・健康維持の参考になる
- ・今の状態以上に体の衰えを防止したい
- ・分からない事を聞いて知る事が大事だと思う。
- ・自分の状態を知っておきたい。
- ・この先も元気に過ごしたい

イと回答した方のその理由 (自由記述)

- ・講習内容が物足りない

ウと回答した方のその理由 (自由記述)

- ・他に参加している
- ・めまいがおこる
- ・自分の予定が合えば参加すると思う