

【東京都羽村市】

アンケート結果 (数字は実数)

第9回 平成31年3月17日(日) (羽村市スポーツセンター)

Q1 年齢

10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
—	2	1	4	11	6	2	26人

Q2 性別

男	女	計
15	11	26人

Q3 役職・立場

略

Q4 結果・感想

<ケガの種類・発生要因> 講義①

	そう思う	ほぼそう思う	少しそう思う	余り思わない	思わない	計
時間配分は適切か	12	7	3	4	—	26人
内容の充実は	19	7	—	—	—	26人
指導に役立つか	20	5	1	—	—	26人
パワーポイント有効か	21	5	—	—	—	26人

*最近の考え方が聞けたから、良かったです。このような話は、なかなか聞くチャンスがないです。

(50代男性)

*子供の特性についてよく分かりました。(40代女性)

- * 沢山の内容を効率的に教えていただき、とても参考になりました。 (50代女性)
- * 駆け足の講義内容、集中して具体例をイメージしてポイントをつかむのに大変でした。もっとゆとりをもってお話を聞きたかった。 (40代女性)
- * もっと時間をかけてやる必要がある。 (60代男性)
- * 時間が少ない中、重要なポイントを丁寧に教えていただき、良かった。 (50代女性)
- * 関節弛緩性は、柔らかいとケガしにくいというイメージと反対で、おどろいた。(50代男性)
- * 以前スポーツの指導を行っていたが、その時に知っていたら良かった事が多かった。(50代男性)
- * 時間が足りない。ただそれなりに充実しています。テキストを参考にします。(60代男性)
- * 子供たちと運動(スポーツ等)する時、特にケガ等に注意することが、よく理解できた。(70代男性)
- * 具体的に映像を見ながらのお話だったので、とても分かりやすかったです。(50代女性)
- * 講師の話が分かりやすく、パワーポイントも効果的だった。 (50代女性)

<ケガと応急処置> 講義②

	そう思う	ほぼそう思う	少しそう思う	余り思わない	思わない	計
時間配分は適切か	12	5	4	4	—	25人
内容の充実は	22	3	—	—	—	25人
指導に役立つか	21	4	—	—	—	25人
パワーポイント有効か	22	3	—	—	—	25人

* もう少し話を聞きたかったです。自分に一番かかわりがありそうな講義で、良かったです。

(50代男性)

* 実際に子供たちがケガをした際に、役に立つと思いました。圧迫が一番大切というのも参考になりました。 (40代女性)

* 私の所では、看護師を2名用意しています。 (60代男性)

* もう少しゆっくり聞きたかった。特に応急処置。 (50代女性)

* おでこをぶつけた時などに、冷えピタを子供たちにつけるため用意していたが、それよりは、氷、なければ濡れタオルで押さえる方が良い、ということなのですね！コールドスプレーを用意しておかなくても良いのだと分かりました。 (50代女性)

* 大事な部分ですから時間がほしい。 (60代男性)

* 圧迫の大切さを知りました。 (50代女性)

* アイシングの意味を初めて知りました。 (50代男性)

* ケガのないよう、多くの目で見守る。 (60代女性)

* 時間が足りない。ただそれなりに充実しています。 (60代男性)

*ケガ等で圧迫すること、冷やすことがよく分かりました。(70代男性)

*RICEを生かしていきたいと思いました。(50代女性)

・途中参加のため、未受講。(40代男性)

<食育(ケガをしないための食事)> 講義③

	そう思う	ほぼそう 思う	少しそう 思う	余り思わ ない	思わない	計
時間配分は適切か	13	7	3	2	—	25人
内容の充実は	18	7	—	—	—	25人
指導に役立つか	19	6	—	—	—	25人
パワーポイント有効か	18	7	—	—	—	25人

*食育について詳しく聞いたことがなかったので、興味深く聞きました。自分の食生活についても反省ばかりです。(50代男性)

*家庭での栄養に参考にさせていただきます。(40代女性)

*食育は、父兄にもっと伝えてほしい。(60代男性)

*子供たちだけでなく、自分や家族にも役に立ちます。(50代女性)

*アプローチの仕方など、具体例が現場の声を上げていたので、分かりやすかった。(40代女性)

*食の大切さをもっと伝えたいから、時間をかけて勉強したい。(60代男性)

*栄養と食事が分かりやすく表されていたので、頭に入りやすかった。(60代女性)

*これから成長していく孫たちの為に、嫁に伝えようと思います。(50代女性)

*納豆は副菜だと思ってました。(50代男性)

*大人の食生活が子どもに影響を与えていることがよく理解できました。(50代男性)

*ぜひ子ども会の母様方へ伝えたい。(60代女性)

*時間が足りない。ただそれだけに充実しています。(60代男性)

*ご指導通りの食事は、なかなか難しい。(70代男性)

*何をどのように食べるのかの大切さを、学ぶことができました。(50代女性)

*スポーツドリンクと経口補水液の違い、効果的な摂取法を知った。朝ご飯の大切さを痛感した。

(50代女性)

・途中参加のため、未受講。(40代男性)

＜ケガの防止対策 ウォーミングアップ・クーリングダウン＞ 講義④

	そう思う	ほぼそう 思う	少しそう 思う	余り思わ ない	思わない	計
時間配分は適切か	12	6	3	1	—	21人
内容の充実は	17	5	—	—	—	22人
2指導に役立つか	16	6	—	—	—	22人
パワーポイント有効か	17	5	—	—	—	22人

*以前は理論抜きで何となくやっていたが、今回の講義でよく分かりました。(50代男性)

*今までクーリングダウンはあまり気にしなかったのですが、よく理解して取り組みたい。(40代女性)

*自分の体のことを改めて意識した。ケガ防止や疲労回復に役立てたい。(50代女性)

*ウォーミングアップの中にも、いろいろな方法・効果があると初めて知り、すごく勉強になりました。
(40代男性)

*クーリングダウンは大切と習っていましたが、改めて感じました。(50代男性)

*時間が足りない。充実していた。(60代男性)

*普段簡単なウォーミングアップ(ラジオ体操くらい)しかしていないので、大変参考になりました。
(70代男性)

*クーリングダウンの大切さを、改めて感じました。(50代女性)

＜ケガの防止対策 ストレッチング＞ 実習①

	そう思う	ほぼそう 思う	少しそう 思う	余り思わ ない	思わない	計
時間配分は適切か	16	4	3	—	—	23人
内容の充実は	19	4	—	—	—	23人
指導に役立つか	18	5	—	—	—	23人
パワーポイント有効か	18	4	1	—	—	23人

*実技では説明と一緒に、どこの筋肉に効果があるかよく分かりました。(50代男性)

*実際にやってみて、ストレッチされる場所の違いがよく分かりました。(40代女性)

*ストレッチが心地よかった。(50代女性)

*よく分かりました。なまった体が伸びて、気持ちよくなりました。(50代女性)

*実際やってみると、実感できました。(50代女性)

*種類のストレッチでも、伸ばし方、曲げ方ひとつで、こんなにも違うことに感動です。(40代男性)

*体の伸ばす方向によって、使用されている、伸ばされている場所の違いが分かり、面白かった。

(50代女性)

*自分の体の固さがよく分かりました。(50代男性)

*ストレッチングは自分が学生の頃に行っていたが、改めて考えさせてくれた内容だった。

(50代男性)

*大変参考になった。(70代男性)

*疲れた。(50代男性)

*体が本当にしっかり伸びて、気持ち良かったです。(50代女性)

<ケガの防止対策 コーディネーショントレーニング①> 講義⑤・実習②

	そう思う	ほぼそう 思う	少しそう 思う	余り思わ ない	思わない	計
時間配分は適切か	16	4	3	—	—	23人
内容の充実は	20	3	—	—	—	23人
指導に役立つか	19	4	—	—	—	23人
パワーポイント有効か	19	3	1	—	—	23人

*けっこう厳しかったです(笑い)。(50代男性)

*子ども会活動のレクリエーションで、すぐに導入できるなと思いました。(40代女性)

*とても楽しかった。(50代女性)

*楽しく学べました。子ども会活動でも取り入れたいと思います。(50代女性)

*実際の映像を用いて(小学校での)、具体的に体力テストなどのレベルの低下状況が把握しやすかった。(40代女性)

*実践できそうな講義でした。いい汗をかきました。(50代女性)

*なかなか思うように動けず残念。でも楽しかったです。(50代女性)

*「楽しかった」と思えることが大切だと思いました。(50代男性)

*スポーツ団体に取り入れるだけでなく、楽しみ中心の球技大会等にも組み込めると思った。アイスブレイクに近いと思った。(50代男性)

*子供会で、すぐ実践できそうです。(60代女性)

*本当に疲れた。(60代男性)

*いろいろな体験ができて良かった。(50代女性)

<その他、感想・気づいた点など>

*子ども会活動で生かしていきたいと思います。ありがとうございました。(50代女性)

*幼児体育の現場が活かせる内容が沢山ありました。ありがとうございました。(20代男性)

*全体を通して、とても理解しやすかった。ありがとうございました。(60代女性)

*短時間ながら充実した内容で良かった。地域活動に役立てようと思います。(50代男性)

*とても分かりやすく、為になりました。事例を示してくれるのが特に良かった。(50代男性)

*地元羽村市での開催だったので、このイベントを知ることができましたが、もっと必要な情報だと思うので、同様なイベントをどんどんやっていただきたいと思います。また羽村市でやっていただけるのであれば、続編を期待しております。(30代男性)

*ケガはしてしまうのではなく、前もって防ぐことができるものと教えていただき、ありがとうございました。(50代女性)

*これだけ素晴らしい講習会を開いて頂き、ありがとうございます。ただ、やはり時間が、もうちょっと質問できる時間がほしかったです。(40代男性)

*質問をする時間があつたら、もっと良かったと思います。(20代男性)

*今後の活動に役に立つ内容で、活かすことができたなら……と思います。思っていたより数倍素晴らしい講義内容でした。ありがとうございました。(50代女性)

*1日では時間的に不十分であり、できれば2日くらい使い、しっかりとやりたい。(60代男性)

*今後、現場で子供達に、どのような視点で観察し、健康的にすやかにケガのないように課外活動に参加できるようにしていくと良いか？各ポイントの講義を1日受けられてよかったです。

(40代女性)

*熱中症対策の水分補給、1時間に2~3回くらい、少しずつということ理解していましたが、150~200mlを一日に補給したほうが良いのですね。子ども会のキャンプなどで、40~50人分用意する時の参考になります。一日、大変勉強になりました。どうもありがとうございました。(50代女性)

*どの講義・実習も、沢山の内容を分かりやすく効果的に教えていただき、たいへん有意義な一日となりました。お世話になりました。(50代女性)

*内容が濃くて、どこも参考になりました。自分の娘も運動をやっているのです、自分事としても参考になりました。(40代女性)

*いろいろ日々知ることができない話が聞けて、良かったです。(50代男性)

*これまでも子供たちのケガ防止に努めてきましたが、今日の講習を更に生かし、ケガ防止やもしもの時の適切な対応に努めていきたいと思います。(50代男性)

*子ども・指導者に教えられるかな……。 (60代男性)

(下線は成田)

以上