

## 【鳥取県会場】 アンケート結果 (数字は実数)

第1回 令和元年6月16日(日)

(鳥取県 北栄町北条体育館)

Q1 年齢

10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
-	4	3	7	6	6	2	28人

Q2 性別

男	女	計
16	12	28人

Q3 役職・立場

省略

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	あまり思わない	思わない	計
時間配分は適切か	18	5	2	3	-	28人
内容の充実は	26	2		-	-	28人
指導に役立つか	24	3	1	-	-	28人
パワーポイントは有効か	24	4			-	28人

\*ケガの防止に姿勢が関係あるのに、驚きました。理論を聞いて納得。肘、膝、気をつけてみたいと思います。(40代女性)

\*分かりやすかった。(30代女性)

- \*上半身、下半身の動きを見て、ケガを予防するポイントが学べて良かったです。  
(20代男性)
  - \*短時間でしたが、重点をしっかりと話された。(60代男性)
  - \*この講義はもっと聞きたかった。ためになる話が多かった。(40代男性)
  - \*日常の予防対策に本当に必要だと思います。子供たちとゲームなどを通して、注意していきたい。子供をよく見ていきたい。(60代女性)
  - \*不適切なトレーニング要因、驚いた。(40代女性)
  - \*もっと聞きたかったです。(50代女性)
  - \*今後の指導に参考になりました。(70代男性)
  - \*時間が決まっているので仕方ないが、(本講座は) 2日間でもよいと思う。(50代男性)
  - \*とても分かりやすく、すぐにでも実践できる内容でした。(50代男性)
  - \*理学療法士の復習が出来て、良かったです。(20代男性)
  - \*よく分かりました。姿勢のことを意識して生活したいです。(50代女性)
- ・時間が不足。1時間追加(してほしい)。(60代男性)
  - ・赤本・緑本のページ表示(パワーポイント中の)が大きいと見やすかった。(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	あまり 思わない	思わない	計
時間配分は適切か	16	8	2	—	1	27人
内容の充実は	25	3		—	—	28人
指導に役立つか	26	1	1	—	—	28人
パワーポイントは 有効か	25	3		—	—	28人

- \*肉離れ、打撲では、筋肉の状態に合わせて安静クーリングをすること、なるほど。  
(40代女性)
- \*もう少し具体的に知りたくなった。(30代女性)
- \*もっと講習したい。(60代女性)
- \*ケガ人を発見した時、最初に気分の確認をすることが大切と知り、良かったです。  
(20代男性)
- \*短時間でも、ポイントがよく解りました。(60代男性)

- \*参考になりました。(50代女性)
- \*とても良かったです。分かりやすかったです。アイシングの仕方など。(50代女性)
- \*ケガの防止には、しっかりと取り組んでいきたいと思います。(50代男性)
- \*POLICEについて、理解が深まり良かった。(20代男性)
- \*POLICE 最新のが聞けて喜んだ(良かった?)。(40代女性)

- ・時間不足。1時間追加でもよい。(60代男性)
- ・生命を脅かす緊急事態に、てんかんを書くのはどうかと思・・・てんかんの発作で急を要しないものもあります。(50代女性)

### <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	あまり思わない	思わない	計
時間配分は適切か	17	6	4	—	1	28人
内容の充実は	23	5	—	—	—	28人
指導に役立つか	24	4	—	—	—	28人
パワーポイントは有効か	22	6	—	—	—	28人

- \*食事面についても教えていくことが大切だと分かりました。(20代男性)
  - \*朝ご飯を食べさせてもらえない子供が多くいます。どうにかしてあげたい。(50代女性)
  - \*大切なことなので、また、皆さんにもっと聞いて知っていただきたい。(60代女性)
  - \*質問の時間(事前アンケート式)があると嬉しい。(40代女性)
  - \*分かりやすかった。(60代女性)
  - \*朝ご飯を食べる利点分かり、良かった。(20代男性)
  - \*食事の大切さを改めて感じました。(50代女性)
  - \*熱中症予防ドリンクを選ぶ時にいつも考えさせられていたので、参考になりました。子どもがスポーツドリンクを好かないので、成分を参考にします。(40代女性)
- ・食材に関しての量はgでなく、写真等の実際量が見たかった。豆腐は半丁?、1丁?(40代男性)
  - ・もう少しポイントを話してほしかった。(60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	あまり思わない	思わない	計
時間配分は適切か	17	5	2	—	—	24人
内容の充実は	19	5	—	—	—	24人
指導に役立つか	20	4	—	—	—	24人
パワーポイントは有効か	18	6	—	—	—	24人

\*ウォーミングアップ・クーリングダウンの意味が分かって良かったです。(50代女性)

\*ウォーミングアップ・クーリングダウンが、今やっているものでは足りないと分かりました。(20代男性)

\*前後の大切さが分かりました。(50代女性)

\*クーリングダウンしていないが、全体的な傾向など知れて良かった。(40代女性)

・時間が少なかった。(60代男性)

### ＜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	あまり思わない	思わない	計
時間配分は適切か	20	4	1	—	—	25人
内容の充実は	22	3	—	—	—	25人
指導に役立つか	22	2	—	—	—	24人
パワーポイントは有効か	23	2	—	—	—	25人

\*実際にストレッチをやってみて、どこが伸びているかを意識できたことは良かったです。(50代女性)

\*リスク管理が大切だと感じました。(20代男性)

- \*2人組とかは、力の加減に気を付けなければいけないと思いました。(50代女性)
- \*実技と講義と一体となっていて良かった。(40代女性)
- \*テキストだけでは分からなかった部分が、実技で分かった。(50代女性)
- \*自分の仕事にも生活にも、どんどん楽しみながら指導してゆきたい。(60代女性)
- \*講義で教わったことが実習でできたので、分かりやすかった。(40代男性)
- \*とても良く伸びました。(50代女性)
- \*参考になるストレッチング、たくさんありました。(60代男性)

### <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	あまり思わない	思わない	計
時間配分は適切か	21	3	—	—	—	24人
内容の充実は	23	1	—	—	—	24人
指導に役立つか	22	2	—	—	—	24人
パワーポイントは有効か	22	2	—	—	—	24人

- \*楽しみながらも、頭も体もしっかり使っていることがよく分かりました。(50代女性)
- \*子供達に向けた活動に活かせると感じた。(20代男性)
- \*とても良かったです。百聞は一見にしかず。(50代男性)
- \*いろいろな年齢でできると思いました。内容盛りだくさんで、今後現場で使えると思えました。とっても良かったです。楽しい時間でした。(50代女性)
- \*レクとして25年くらい前から知っているものもあったが、年(加齢)で反応が遅れていたことが分かり驚いた。(40代女性)
- \*楽しく体を動かし、トレーニングできた。(50代女性)
- \*とても楽しく体を動かすことができました。(50代女性)
- \*ゲームをすることで仲間づくりやケガ予防、コミュニケーションなど、実行していきたいと思えます。(60代女性)
- \*もっと学年別でのレパトリーを知りたいので、どこで学べるか教えてほしい。  
(30代男性)
- \*楽しかった。(40代男性)
- \*楽しかったです。(50代女性)
- \*とても楽しかったです。(60代男性)

\*子供とやってみようと思います。スポ少でも取り入れてみます。(30代女性)

### <その他、感想・気づいた点など>

\*全体を通してPPの教科書参照ページが見えにくかったことが残念でした。

(教科書をめくれば、どのページか分かったので、困りはしませんでした。)

\*講座はとても分かりやすく、活動する上で大切なことを学ぶことができ、とても充実した一日でした。ありがとうございました。(20代女性)

\*参加して良かったです。子供に関わる時にケガのこと意識していくことは、大切だなと感じました。(50代女性)

\*とても楽しかったです。ありがとうございました。(20代男性)

\*スポ少指導者にももっと声掛けをして、参加してもらえばよかったと思います。また是非やってください。河野先生のお話はとても分かりやすく、勉強になりました!! スタッフの皆様ありがとうございました。弁当もおいしかったです。(50代女性)

\*今日は参加させていただき、ありがとうございました。トップチームに関わる方のお話、より専門的な内容を聞くことができ、有意義な一日でした。いつも行っている動きを、どの部分を伸ばしているかを確認することができました。(30代女性)

\*大変素晴らしい先生方のお話を、もりだくさんで受講でき、大変貴重な経験ができた。理論と実技(コツ)のバランスもすごく勉強になった。(40代女性)

\*すべての講義の内容が深く、充実した内容でした。実際の活動に生かしたいと思います。どの講義も、今日のプログラムの中の時間配分は適当だったけれど、それぞれの先生方の話を詳しく聞きたいと思った。(50代女性)

\*午前の座学の部、もう少し時間があつたら良いなと思いました。せめて質疑応答があれば。全体を通して、とてもためになる講習会でした。ありがとうございました。(50代女性)

\*姿勢の大切さなど多くの気づきがあり、とても良かったと思います。ありがとうございました。もう少し時間が・・・残念ですが、またよろしくお願いします。(60代女性)

\*私にとって、たいへん良い一日になりました。ジュニアリーダーの行事のときに色々してみたいと思いました。一日、ありがとうございました。(50代女性)

\*ありがとうございました。(50代女性)

\*クーリングダウンも大切なことを学べて良かったです。(20代男性)

\*ポイントが絞られていて振り返りが出来たところ、また疑問が解消されたところもあり、とても勉強になりました。ありがとうございました。質問する時間を設けていただけると良かったです(時間の関係で難しいとの返答はいただきましたが)。(40代男性)

\*スポ少でも講演頂くとよい内容だと思いました。(40代女性)

・時間がもう少し長いほうが良いと思う。(60代男性)

以上  
(下線は成田)