

# 令和7年度

財団事業参加者の意識調査及び財団事業の

効果検証について

～令和7年度群馬県長寿社会づくり財団事業参加者への

アンケート調査から～

公益財団法人群馬県長寿社会づくり財団

## 1 調査の目的

講座に参加したことでの自身の意識の変化、講座で得た知識の活用などについてアンケートを行い、講座に参加したことで得られるシニア世代の健康や生きがいをもたらす社会参加の効果について明らかにし、社会参加の促進を図る。

## 2 調査概要

### (1) 調査対象

令和7年度市町村等との連携による「人づくり」事業各講座参加者	
・シニア傾聴ボランティア養成講座	111人
・アクティブシニアのためのデジタル講座	19人
・シニアのeスポーツ講座	41人
・若返りリトミック講座	323人
・足の健康講座	112人
・感覚トレーニング講座	82人
・子育て応援ボランティア講座	25人
計	713人

### (2) 調査事項

- ア 講座を知ったきっかけ
- イ 講座に参加した感想
- ウ 講座で得た知識や経験の活用方法
- エ 今後参加してみたい講座
- オ 今回の講座についてのご意見、ご感想（記述式）

(3) 調査方法 Google フォームによるWeb 及び紙によるアンケート調査

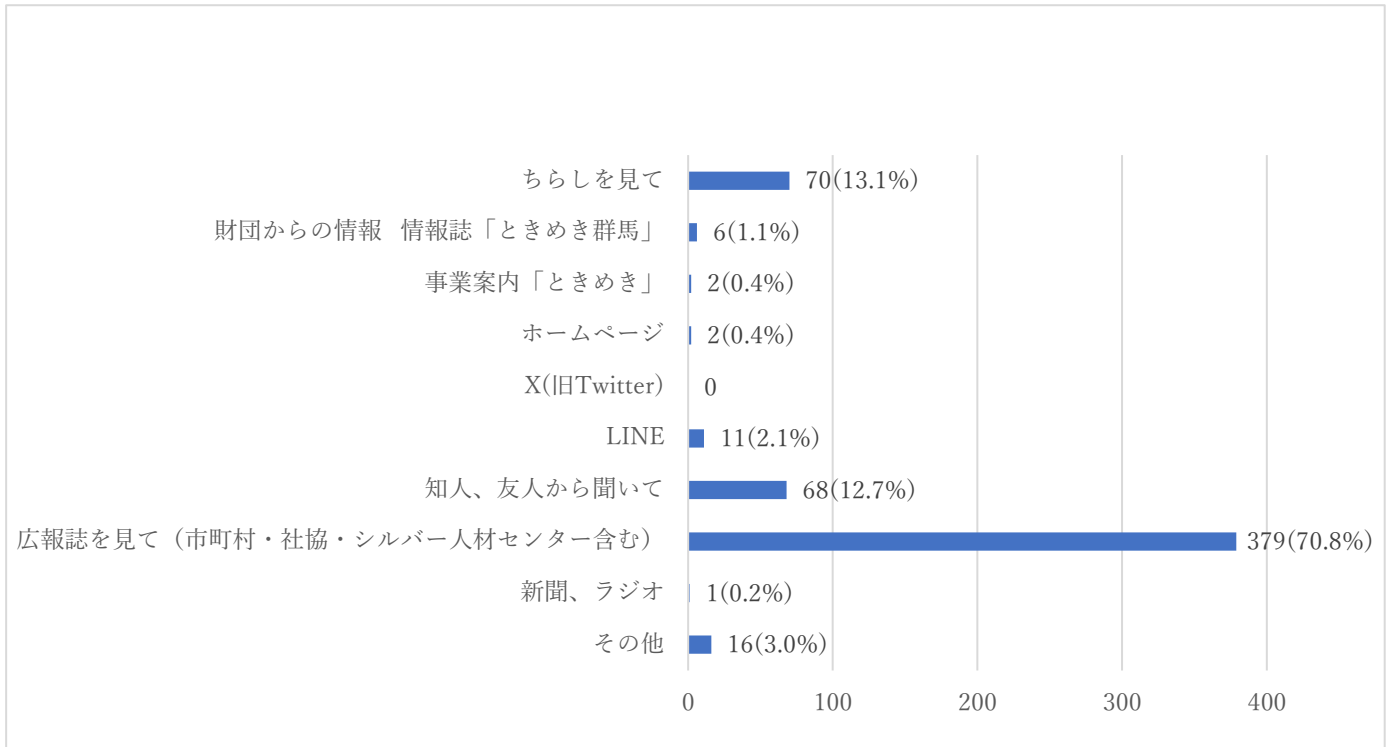
(4) 調査期間 令和7年7月2日～令和8年1月20日

(5) 有効回答数 535人（回答率 75.0%） Web325人 紙210人

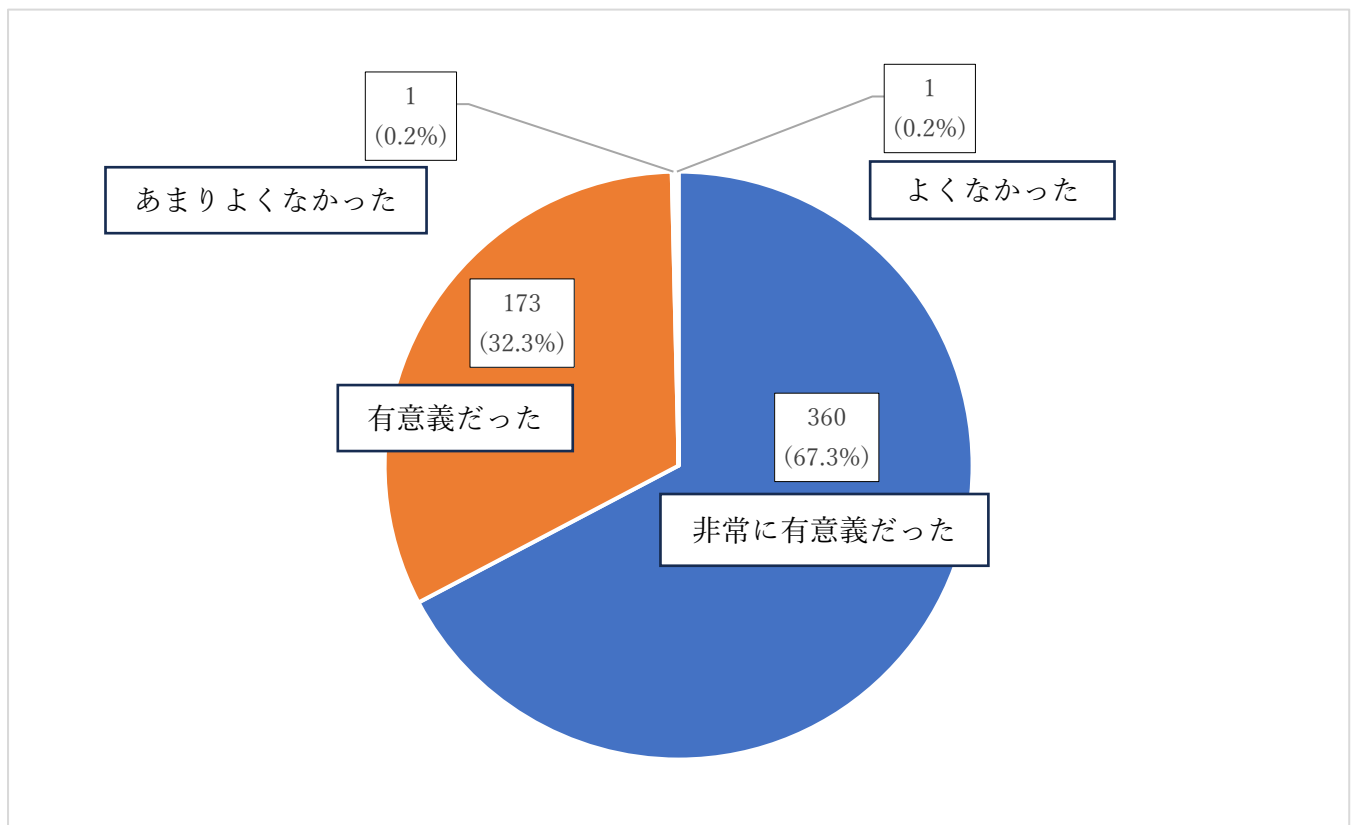
# 「令和7年度財団事業参加者の意識調査及び財団事業の効果検証」アンケート結果

対象者 713人  
アンケート回答者 535人  
(回答率 75.0%)

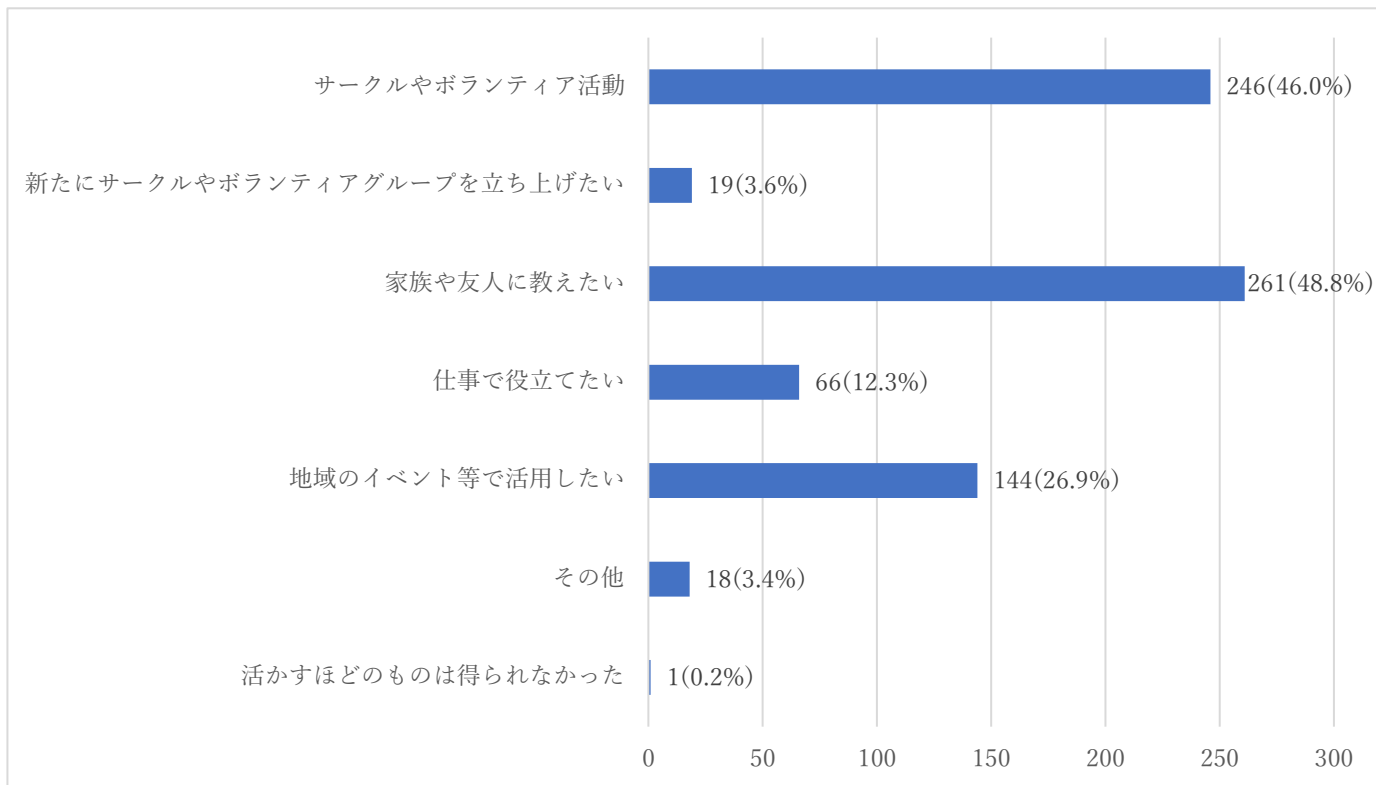
## 1 講座を何で知りましたか。(複数回答可)



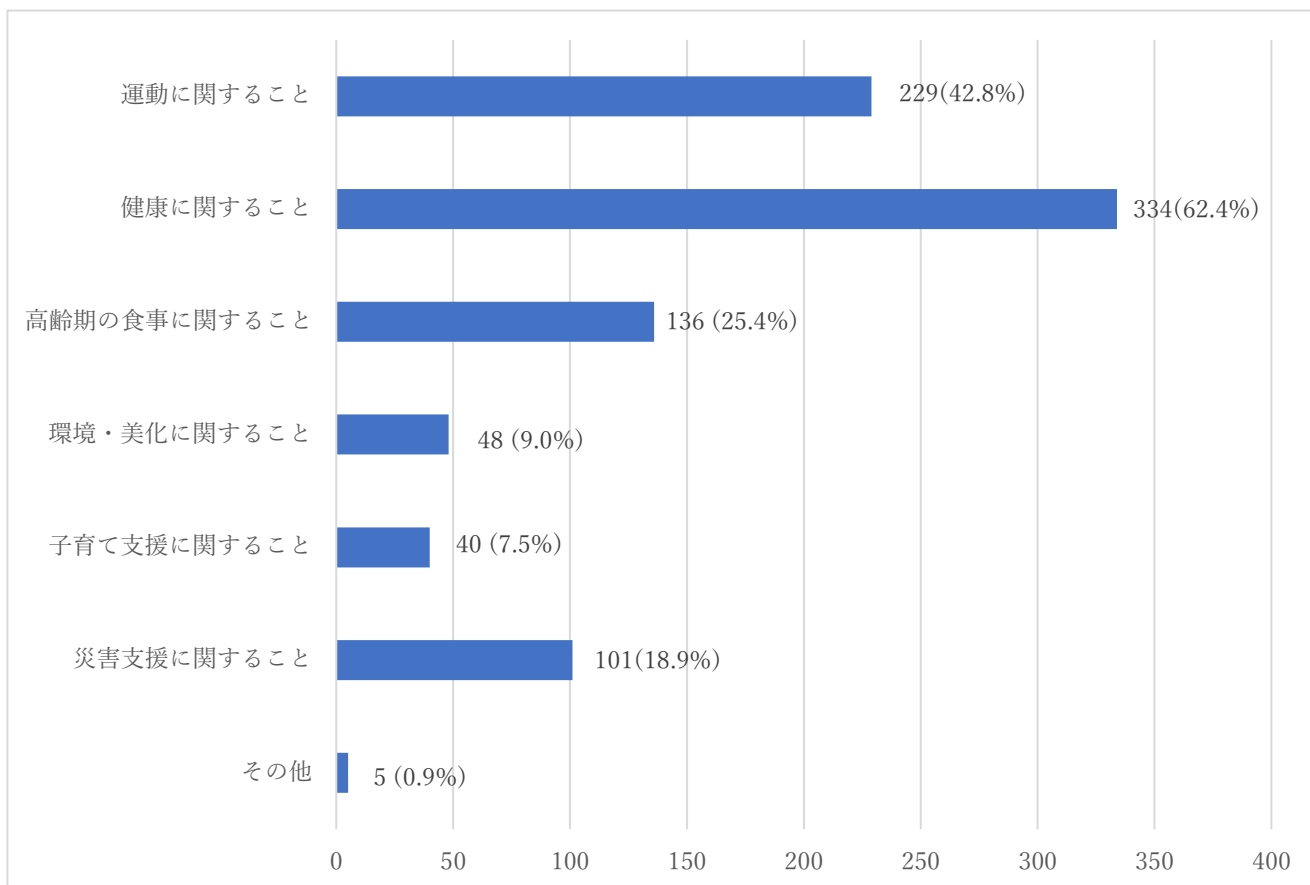
## 2 講座を受講してみてもいかがでしたか。



### 3 講座で得た知識や経験をどのように活用したいですか(複数回答可)



### 4 今後参加してみたい講座についてお聞かせください。(複数回答可)



## 5 今回の講座についてのご意見、ご感想をお聞かせください。(記述式)

### (1) シニア傾聴ボランティア講座(養成・スキルアップ)

- ・ この講座は、高齢者だけでなく日常の会話でもとても役に立つスキルだと感じました。相手の存在を認めて会話することを常に意識して傾聴での会話を楽しみたいです。
- ・ 一緒に傾聴ボランティアをやっている仲間ができてよかったです。
- ・ ボランティアだけでなく実生活でも人との関わりでも参考にさせていただきます。
- ・ 自分では気づけなかったくせ・人との接し方に気を付けながら、反省しながら活動していこうと思います。
- ・ ロールプレイによって具体的な指針が得られて参考になりました。
- ・ 機会があればもう少し実習を経験してみたいと思いました。
- ・ 傾聴の技法だけでなく、人の多様性と受容の大切さも学ぶことができました。この学びを続けていけば自分自身もこれから成長できるのではと思いました。
- ・ 友達もできてよかったです。

### (2) アクティブシニアのためのデジタル講座

- ・ 老夫婦や一人暮らしの高齢者が多くなり、スマホのことを相談できる人が身近にいないことで不自由していますので、スマホ講座は続けてください。
- ・ 今日の講座は後期高齢者の私にはとても有意義な講座となりました。時間が足りないうらいでした。またやってほしいです。

### (3) シニアのeスポーツ講座

- ・ 以前から興味がありました。楽しかったです。サロンでもやってみたいです。
- ・ eスポーツは遠い存在でしたが、楽しくできました。
- ・ 続けてやりたいがゲーム機の確保が難しい。
- ・ たかがeスポーツ、されどeスポーツ。新しい体験でした。
- ・ 思ったよりも身体を使い、身体が温くなりました。

### (4) 若返りリトミック講座

- ・ いきいきサロンで活用したい。
- ・ 地域の活動に今後反映させたいと考えています。
- ・ 職場で幼児リトミックをやっています。世代を超えて高齢者と子供、または障害者(児)などごちゃまぜでこのような楽しい時間が過ごせたらと思います。ピアノの生演奏で歌えて気持ちよかったです。
- ・ 音楽療法があまり知られていないように思います。もっと周知されるように、今後活かしたいです。
- ・ とても楽しい時間でした。高齢者体操の時や地域ミニデイに活かしたいと思います。

### (5) 足の健康講座

- ・ 日ごろから歩いてはいましたが、足と健康についてあまり意識しなかったもので、あらためて考える機会になり参加して良かったです。足のケアは1日目からずっと続けています。
- ・ 毎日のウォーキングに役立つので大変良かったです。
- ・ 足の健康が大切なことが学べてとてもよかったです。
- ・ 靴の紐をきつく結ぶことにより歩き方が変わり姿勢もよくなりました。いつまでも健康で転ばないように年を取りたいです。
- ・ 毎日お風呂上りに足の保湿、足のマッサージを続けたいと思います。
- ・ 普段歩き方を気にしていなかった。靴の履き方を再確認できて実践しようと思います。
- ・ 私は歩くときアゴを上げているみたいなので、今後注意して歩きたいです。歩幅も参考になりました。

(6) 感覚トレーニング講座

- ・ 「ときめき群馬」という冊子は63歳の私の日常では見たことはありませんでした。有意義な情報がたくさんありました。
- ・ 改めてバランスが大事と思いました。普段のウォーキングの時に活かしていきたいと思いました。
- ・ スポーツ少年団の練習等に活用します。
- ・ 呼吸、感覚の大切さを学びました。脳トレにもなり体にも気持ち良い時間でした。
- ・ 感覚統合に興味があったので、今回感覚トレーニングという講座に参加することができ、また違った角度から学ぶことができました。仕事に役立てたいと思います。

(7) 子育て応援ボランティア講座

- ・ 現在私は孫と2歳半のひ孫と暮らしています。時々絵本を読む時間をつくり、家族に聴いて欲しいと思います。
- ・ 太田朗読奉仕会の中で、お茶の間カフェ等地域の子供たちの子供会等で活かしたい。

## 1 調査の目的

講座に参加したことでの自身の意識の変化、講座で得た知識の活用などについてアンケートを行い、講座に参加したことで得られるシニア世代の健康や生きがいをもたらす社会参加の効果について明らかにし、社会参加の促進を図る。

## 2 調査概要

### (1) 調査対象

令和7年度市町村等との連携による「人づくり」事業各講座参加者	
・シニア傾聴ボランティア養成講座	111人
・アクティブシニアのためのデジタル講座	19人
・シニアのeスポーツ講座	41人
・若返りリトミック講座	323人
・足の健康講座	112人
・感覚トレーニング講座	82人
・子育て応援ボランティア講座	25人
計	713人

### (2) 調査事項

- ア 講座を知ったきっかけ
- イ 講座に参加した感想
- ウ 講座で得た知識や経験の活用方法
- エ 今後参加してみたい講座
- オ 今回の講座についてのご意見、ご感想（記述式）

(3) 調査方法 Google フォームによるWeb 及び紙によるアンケート調査

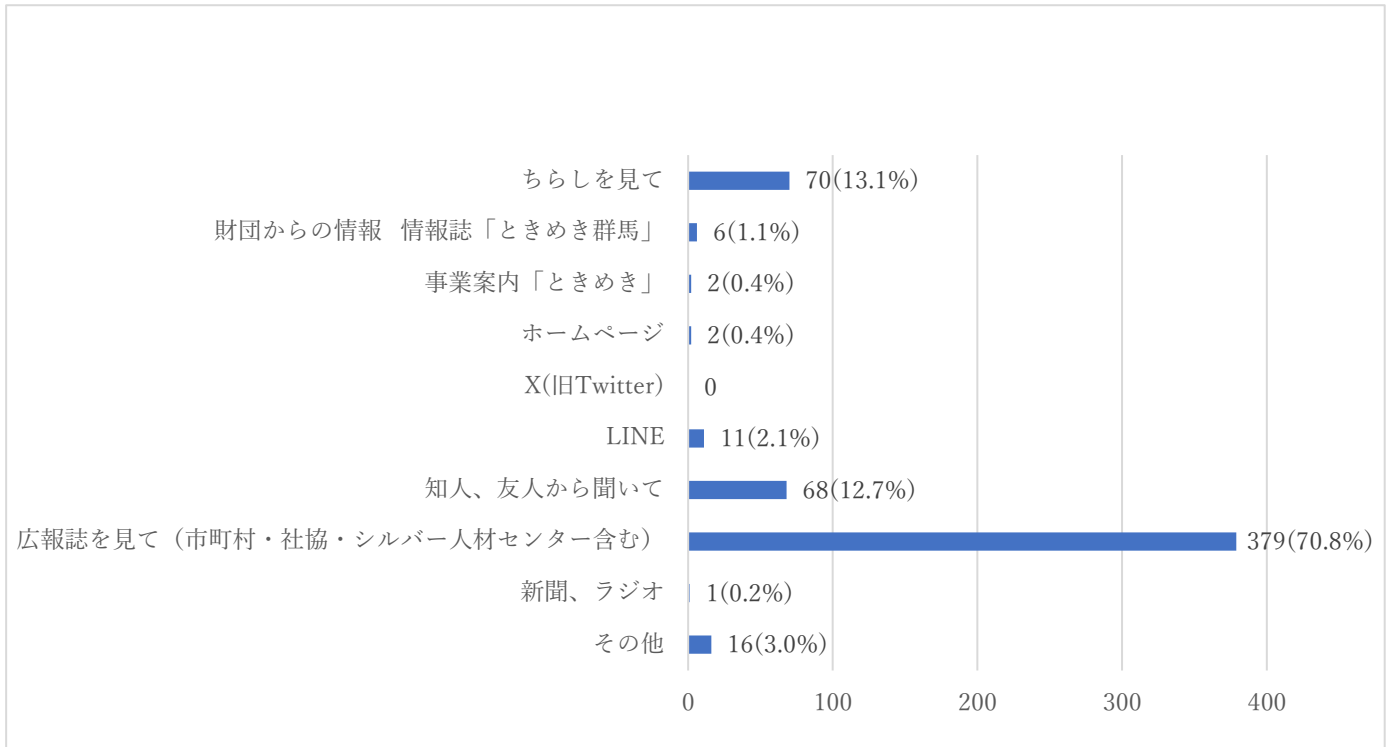
(4) 調査期間 令和7年7月2日～令和8年1月20日

(5) 有効回答数 535人（回答率 75.0%） Web325人 紙210人

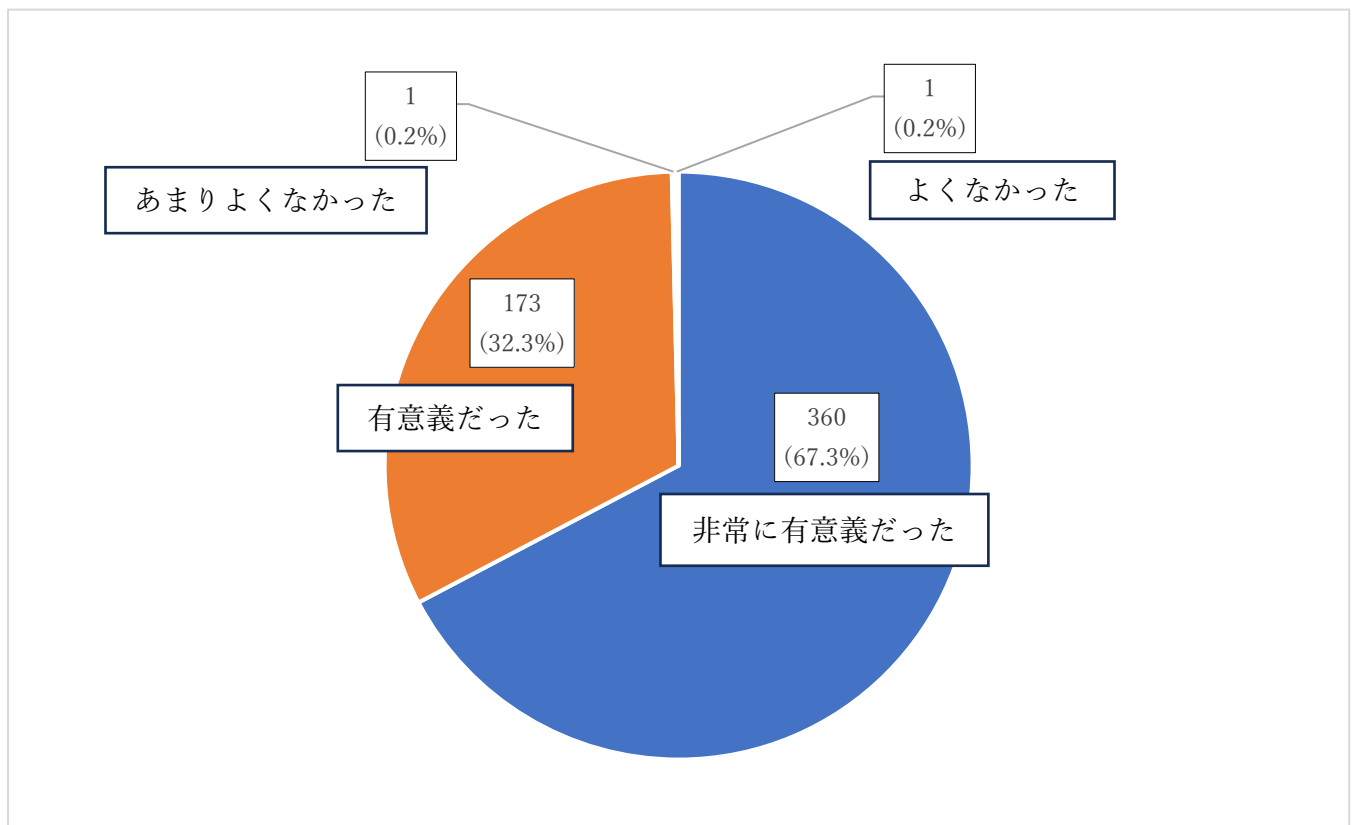
# 「令和7年度財団事業参加者の意識調査及び財団事業の効果検証」アンケート結果

対象者 713人  
アンケート回答者 535人  
(回答率 75.0%)

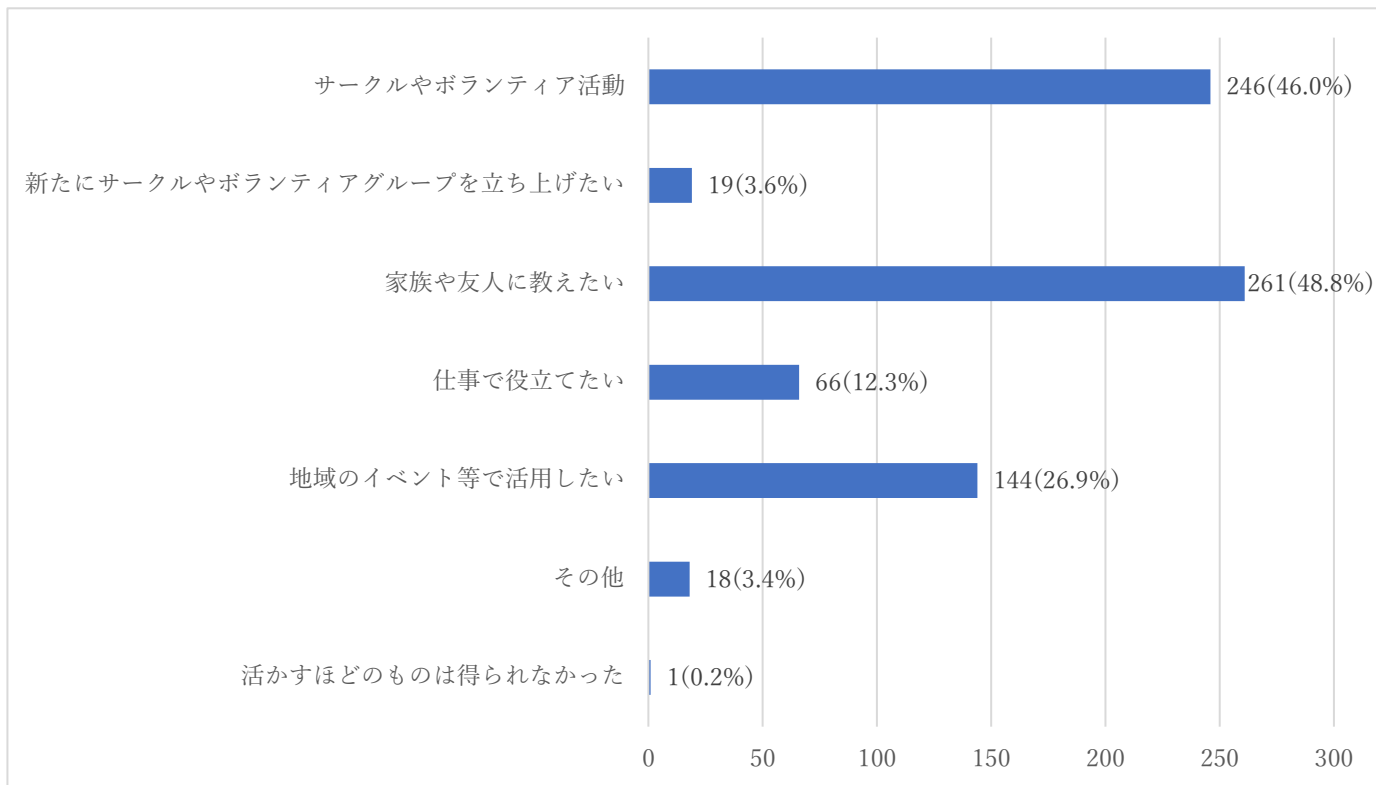
## 1 講座を何で知りましたか。(複数回答可)



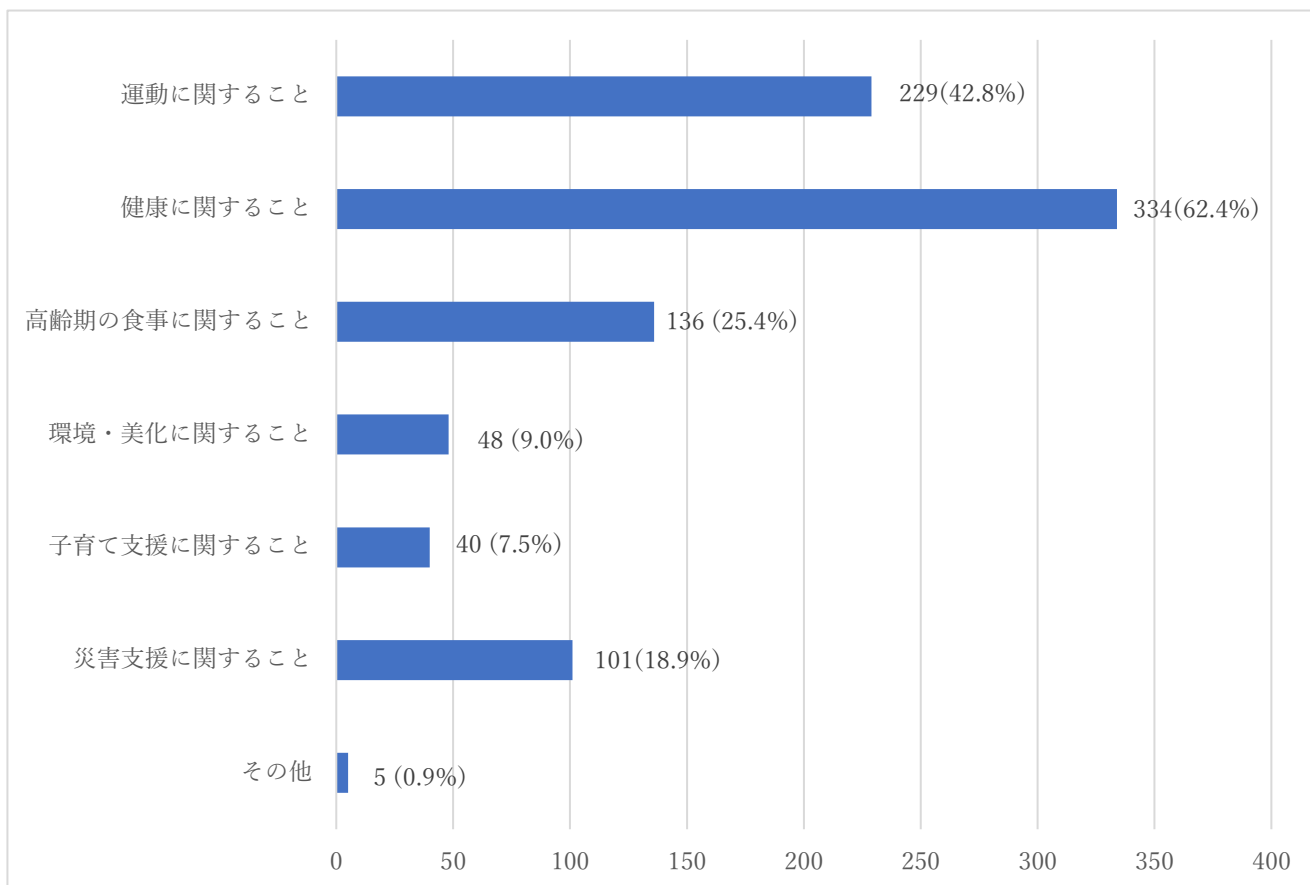
## 2 講座を受講してみてもいかがでしたか。



### 3 講座で得た知識や経験をどのように活用したいですか(複数回答可)



### 4 今後参加してみたい講座についてお聞かせください。(複数回答可)



## 5 今回の講座についてのご意見、ご感想をお聞かせください。(記述式)

### (1) シニア傾聴ボランティア講座(養成・スキルアップ)

- ・ この講座は、高齢者だけでなく日常の会話でもとても役に立つスキルだと感じました。相手の存在を認めて会話することを常に意識して傾聴での会話を楽しみたいです。
- ・ 一緒に傾聴ボランティアをやっている仲間ができてよかったです。
- ・ ボランティアだけでなく実生活でも人との関わりでも参考にさせていただきます。
- ・ 自分では気づけなかったくせ・人との接し方に気を付けながら、反省しながら活動していこうと思います。
- ・ ロールプレイによって具体的な指針が得られて参考になりました。
- ・ 機会があればもう少し実習を経験してみたいと思いました。
- ・ 傾聴の技法だけでなく、人の多様性と受容の大切さも学ぶことができました。この学びを続けていけば自分自身もこれから成長できるのではと思いました。
- ・ 友達もできてよかったです。

### (2) アクティブシニアのためのデジタル講座

- ・ 老夫婦や一人暮らしの高齢者が多くなり、スマホのことを相談できる人が身近にいないことで不自由していますので、スマホ講座は続けてください。
- ・ 今日の講座は後期高齢者の私にはとても有意義な講座となりました。時間が足りないうらかったです。またやってほしいです。

### (3) シニアのeスポーツ講座

- ・ 以前から興味がありました。楽しかったです。サロンでもやってみたいです。
- ・ eスポーツは遠い存在でしたが、楽しくできました。
- ・ 続けてやりたいがゲーム機の確保が難しい。
- ・ たかがeスポーツ、されどeスポーツ。新しい体験でした。
- ・ 思ったよりも身体を使い、身体が温くなりました。

### (4) 若返りリトミック講座

- ・ いきいきサロンで活用したい。
- ・ 地域の活動に今後反映させたいと考えています。
- ・ 職場で幼児リトミックをやっています。世代を超えて高齢者と子供、または障害者(児)などごちゃまぜでこのような楽しい時間が過ごせたらと思います。ピアノの生演奏で歌えて気持ちよかったです。
- ・ 音楽療法があまり知られていないように思います。もっと周知されるように、今後活かしたいです。
- ・ とても楽しい時間でした。高齢者体操の時や地域ミニデイに活かしたいと思います。

### (5) 足の健康講座

- ・ 日ごろから歩いてはいましたが、足と健康についてあまり意識しなかったもので、あらためて考える機会になり参加して良かったです。足のケアは1日目からずっと続けています。
- ・ 毎日のウォーキングに役立つので大変良かったです。
- ・ 足の健康が大切なことが学べてとてもよかったです。
- ・ 靴の紐をきつく結ぶことにより歩き方が変わり姿勢もよくなりました。いつまでも健康で転ばないように年を取りたいです。
- ・ 毎日お風呂上りに足の保湿、足のマッサージを続けたいと思います。
- ・ 普段歩き方を気にしていなかった。靴の履き方を再確認できて実践しようと思います。
- ・ 私は歩くときアゴを上げているみたいなので、今後注意して歩きたいです。歩幅も参考になりました。

(6) 感覚トレーニング講座

- ・ 「ときめき群馬」という冊子は63歳の私の日常では見たことはありませんでした。有意義な情報がたくさんありました。
- ・ 改めてバランスが大事と思いました。普段のウォーキングの時に活かしていきたいと思いました。
- ・ スポーツ少年団の練習等に活用します。
- ・ 呼吸、感覚の大切さを学びました。脳トレにもなり体にも気持ち良い時間でした。
- ・ 感覚統合に興味があったので、今回感覚トレーニングという講座に参加することができ、また違った角度から学ぶことができました。仕事に役立てたいと思います。

(7) 子育て応援ボランティア講座

- ・ 現在私は孫と2歳半のひ孫と暮らしています。時々絵本を読む時間をつくり、家族に聴いて欲しいと思います。
- ・ 太田朗読奉仕会の中で、お茶の間カフェ等地域の子供たちの子供会等で活かしたい。