

「防災スポーツ」に関する調査

地域向け「防スポチャレンジin足立」
アンケート集計分析結果

【「防災スポーツ」に関する調査・概要】

スポーツ庁委託 令和2年度「Sport in Life推進プロジェクト」

1. 母集団 防災スポーツプログラム(防スポチャレンジin足立)参加者
2. 調査方法 自記式質問紙調査(防災スポーツプログラム実施前後2回)
1回目:直接配布・回収法
2回目:郵送法
3. 調査期間 1回目:令和2年12月12日(土)
2回目: // 12月26日(土) ~令和3年1月12日(土)
4. 回収状況 1回目調査:回収数31人/31人(回収率100.0%)
2回目調査:回収数31人/27人(回収率87.1%)
5. 調査項目 ①運動・スポーツに関する項目(スポーツの実施状況等に関する世論調査)
②運動・スポーツ関連行動への意欲に関する項目
③防災意識に関する項目
④防スポプログラム体験による影響・変化に関する項目 ほか

<調査実施主体者>

株式会社シンク

神戸大学マスタースポーツ振興支援室

協力:東京大学大学院工学系研究科 都市情報・安全システム研究室

◆防スポチャレンジin足立
2020.12.12(土)
防リーグ×防災ウォーク

スポーツ庁委託 令和2年度Sport in Life推進プロジェクト



スポーツで 災害に強くなろう

参加者の防災力(知力・体力)を高め、スポーツを習慣化することを目的とし、災害時に想定されることをスポーツ競技化した体験プログラム「防リーグ」、地域の防災をウォーキングしながら学ぶプログラム「防災ウォーク」を実施いたします。



防スポチャレンジin足立 2020.12.12(土)

10:45~13:00 [2部開催] 雨天決行

参加の方に家庭でできる防災対策「防トレ」プレゼント!

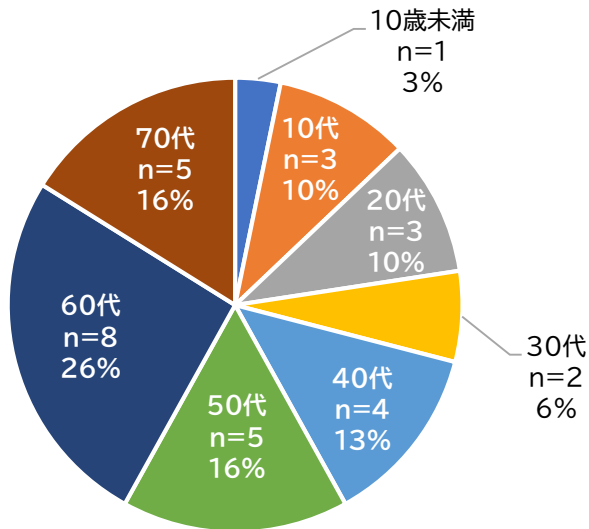
お一人でも、友人、ファミリー、シニアどなたでも参加できます

参加無料

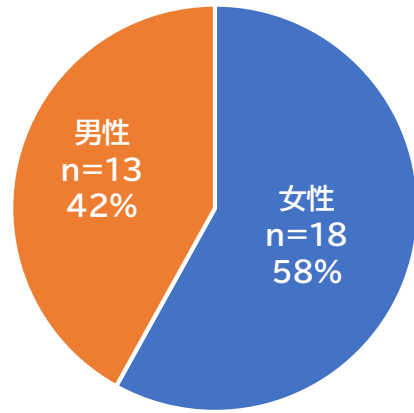
歩きやすい靴、動きやすい服装で参加ください

図1. 調査対象者の属性

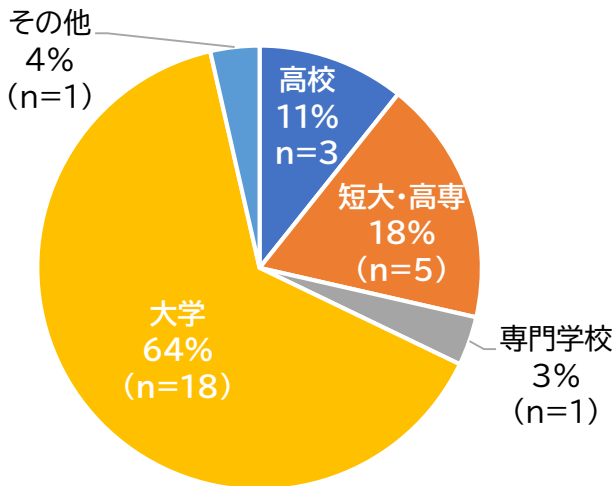
◆調査対象者の属性



<年代>



<性別>



その他回答:「未就学児」

<最終学歴>

選択肢	回答数
配偶者	13
父親・母親	3
子ども	8
兄弟姉妹	3
その他	1
一人暮らし	11

その他回答:「同居人」

<居住形態> ※複数回答可

第1回調査

【問1①】 防災(災害のこと)を考えたことがありますか。

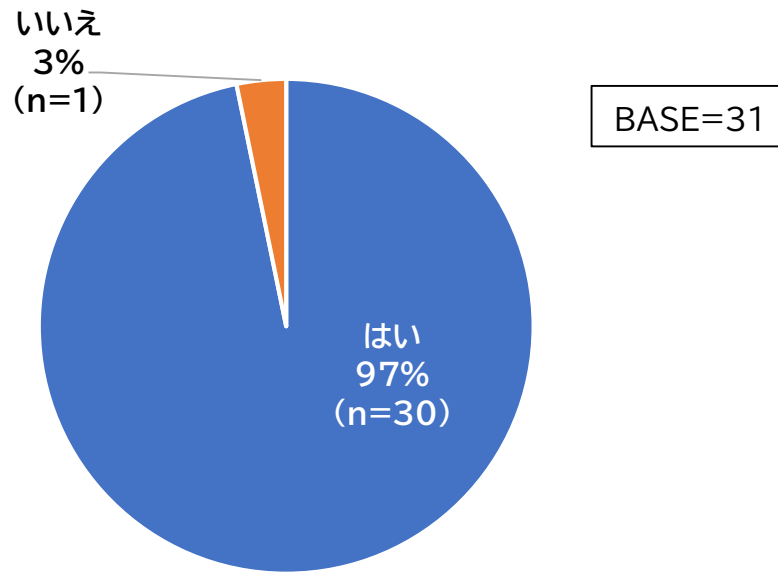


図2. 防災を考えた経験(1回目)

【問1②】 災害の時、自分の身を守ることができそうですか。

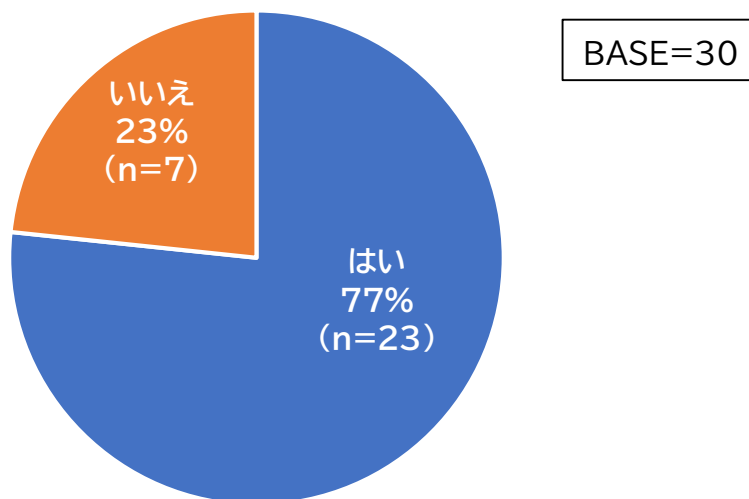
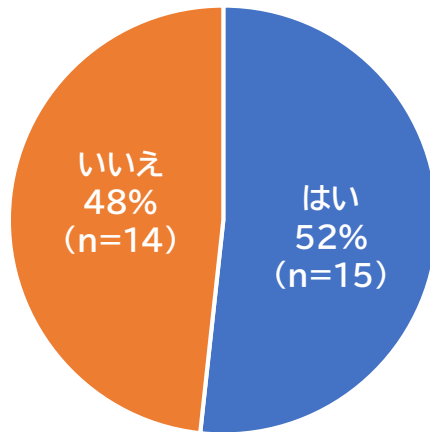


図3. 災害時に自衛できる自信(1回目)

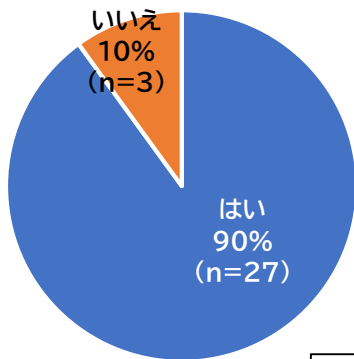
【問1③】 災害の時に、誰かを助けることができそうですか。



BASE=29

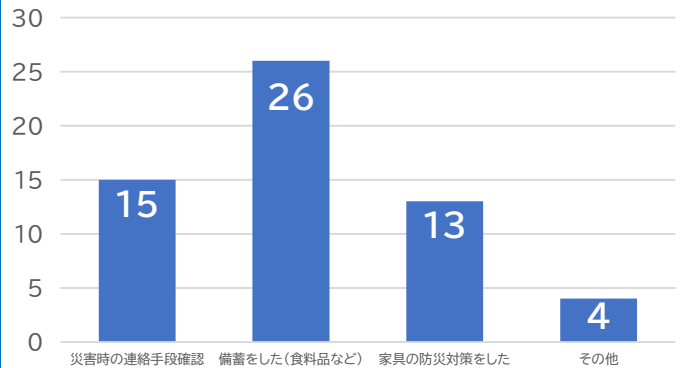
図4. 災害時に人を助けられる自信(1回目)

【問1④】 家庭で防災対策をしていますか。



BASE=30

(はい)具体的に何をしましたか？



(いいえ)今後する予定ですか？

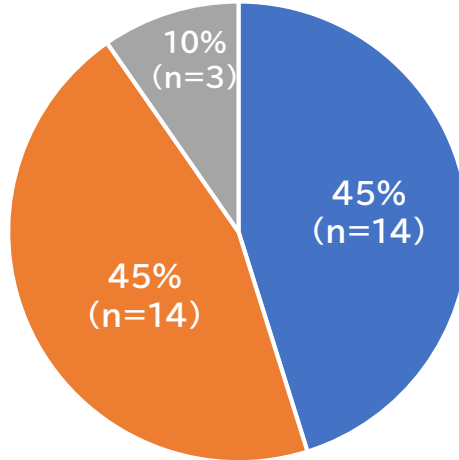


「その他」自由回答

災害時の集合場所の確認(2)
蓄電、防災グッズ
防災リュック

図5. 家庭での防災対策実施

【問2】 あなたは、このところ健康だと思いますか。

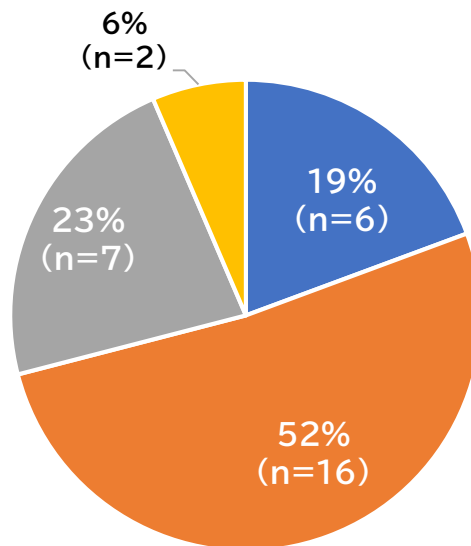


BASE=31

- 健康である
- どちらかといえば健康である
- どちらかといえば健康でない

図6. 健康自己評価(1回目)

【問3】 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。



BASE=31

- 自信がある
- どちらかといえば自信がある
- どちらかといえば不安がある
- 不安がある

図7. 体力自己評価(1回目)

【問4】 あなたは普段、運動不足を感じますか。

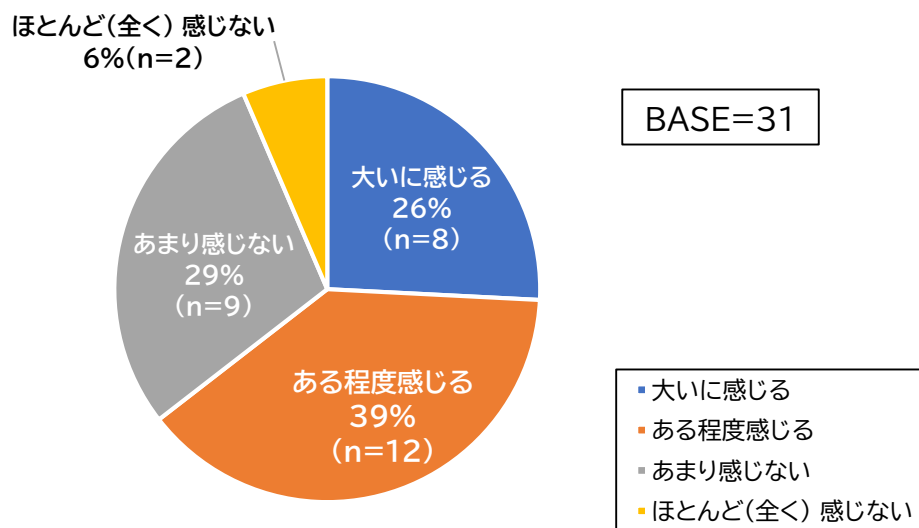


図8. 運動不足感

【問5】 あなたにとって運動・スポーツは大切なものですか。

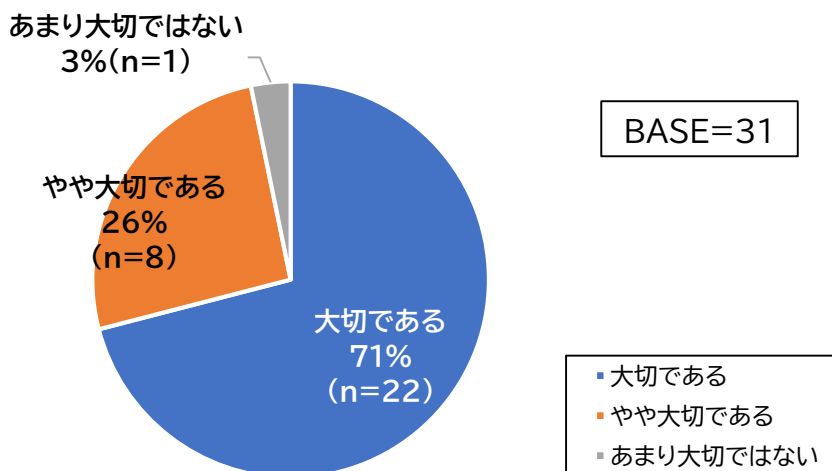


図9. 運動・スポーツの大切さ(1回目)

【問6-1】 この1年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか。

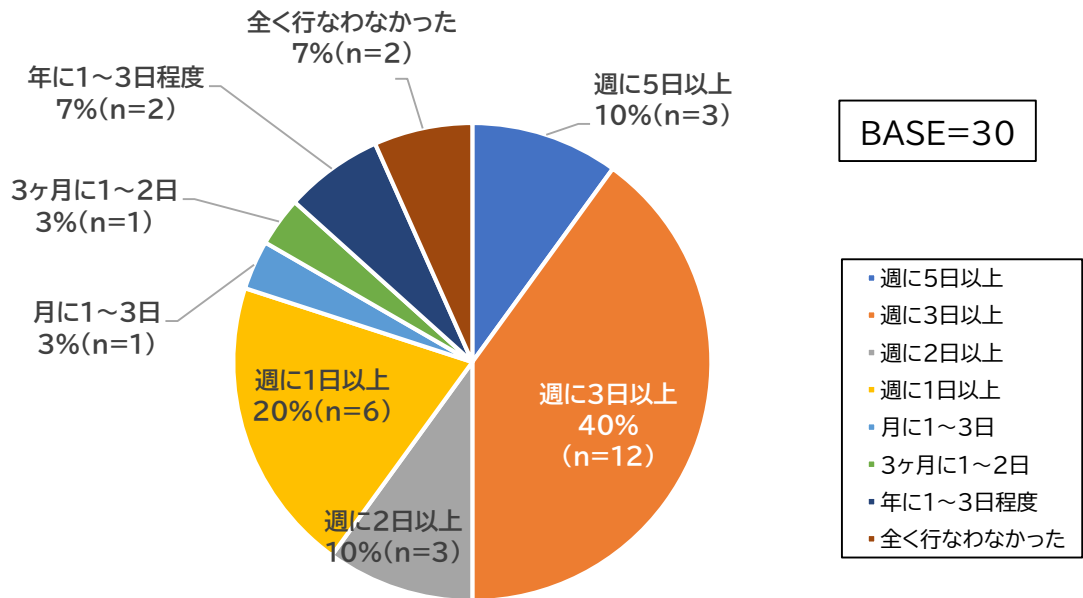


図10. 過去1年間の運動・スポーツ実施日数

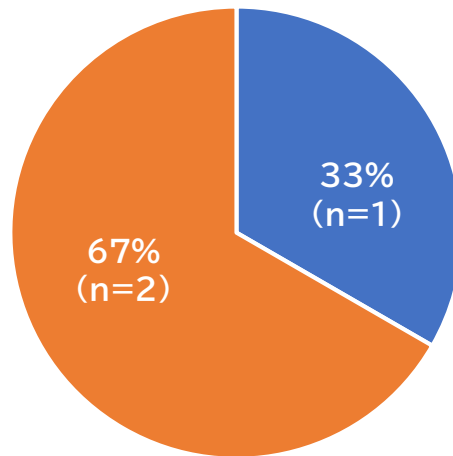
【問6-2】 【1】で「5. 月に1~3日」~「8. 全く行なわなかった」と答えた方にお聞きします。週に1日以上運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。この中からいくつでもあげてください。また、そのうち最も大きな理由はどれですか。

表1. 習慣的に実施できなかった理由(自由回答)

	選択肢	回答数	最も大きな理由(人数)
1	仕事や家事が忙しいから	6	4
2	子どもに手がかかるから	3	1
3	病気やけがをしているから	0	
4	年をとったから	3	
5	場所や施設がないから	1	
6	仲間がないから	1	
7	指導者がいないから	0	
8	お金に余裕がないから	1	
9	運動・スポーツが嫌いだから	0	
10	面倒くさいから	2	
11	運動・スポーツ以上に大切なことがあるから	1	
12	生活や仕事で体を動かしているから	1	
13	その他	0	
14	特に理由はない	3	2
15	わからない	0	

BASE=22

【問6-3】 【1】で「8. 全く行なわなかった」と答えた方にお聞きします。
運動・スポーツ実施について、今後の予定を教えてください。



- 現在運動・スポーツはしていないが、6ヶ月以内に始めようと思っている
- 現在運動・スポーツはしておらず、今後もするつもりはない

図11. 非実施者の今後の実施希望

【問7】 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。また、そのうち最も大きな理由はどれですか。

表2. 過去1年間の運動・スポーツ実施理由

	選択肢	回答数	最も大きな理由(人数)
1	健康のため	13	4
2	体力増進・維持のため	14	2
3	筋力増進・維持のため	7	
4	楽しみ・気晴らしとして	13	4
5	運動不足を感じるから	7	1
6	精神の修養や訓練のため	3	
7	自己の記録や能力を向上させるため	1	
8	家族のふれあいとして	3	
9	友人・仲間との交流として	7	3
10	美容のため	3	
11	肥満解消、ダイエットのため	8	2
12	その他	1	1
13	わからない	0	

その他回答
:「付き合いで」

【問8-1】この1年間に、スポーツの指導やスポーツ大会の運営、スポーツクラブの手伝いなど運動・スポーツに関するボランティア活動を行ないましたか。

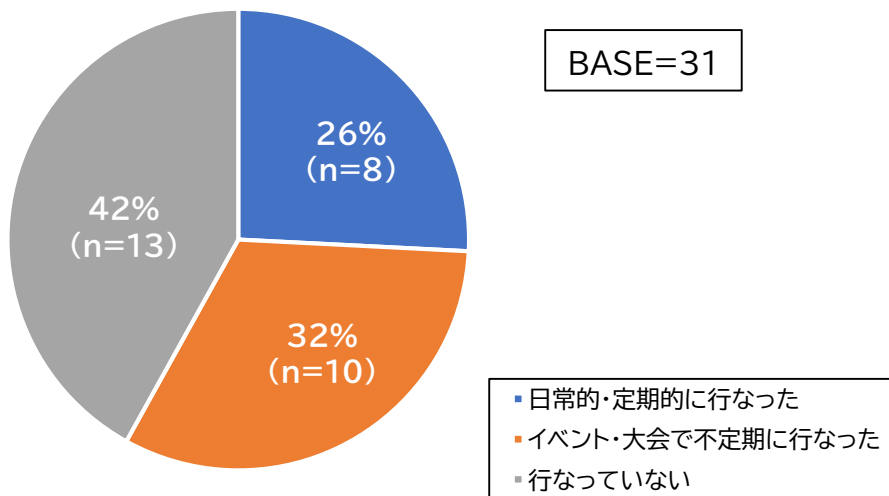


図12. 過去1年間のスポーツボランティア実施経験の有無

【問8-2】【1】で「1. 日常的・定期的に行なった」「2. イベント・大会で不定期に行なった」と答えた方にお聞きします。
そのボランティア活動は具体的にどのような内容ですか。(複数回答可)

表3. 具体的なボランティア活動

	選択肢	回答数
1	運動・スポーツの指導	4
2	スポーツの審判	2
3	スポーツクラブ・団体の運営や世話	2
4	スポーツ施設の管理の手伝い	3
5	大会・イベント運営や世話	10
6	自身やお子様が所属するスポーツ団体やクラブでの補助的な活動	2
7	その他	1

その他回答:
「ウォーキングの例会」

【問9-1】 運動・スポーツを合計で何日実施しましたか。

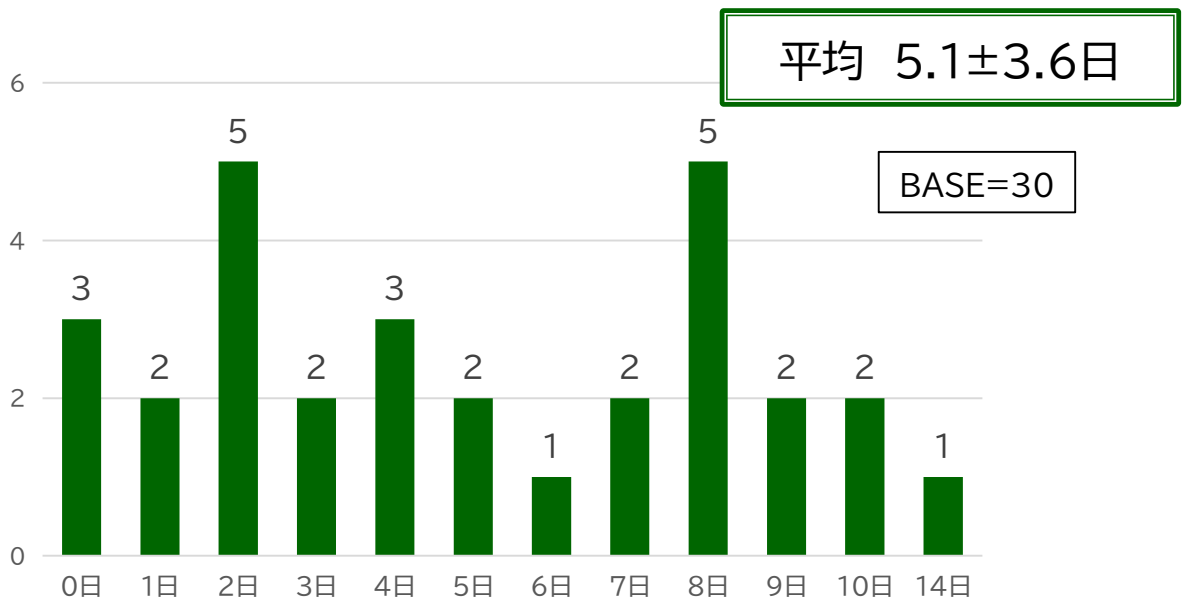


図13. 過去2週間の運動・スポーツ実施日数(第1回)

【問9-2】 強い身体活動を行なう日は何日ありましたか。
 (重い荷物の運搬、自転車で坂道を上ること、ジョギング、テニスなど)
 その際は1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行ないましたか。

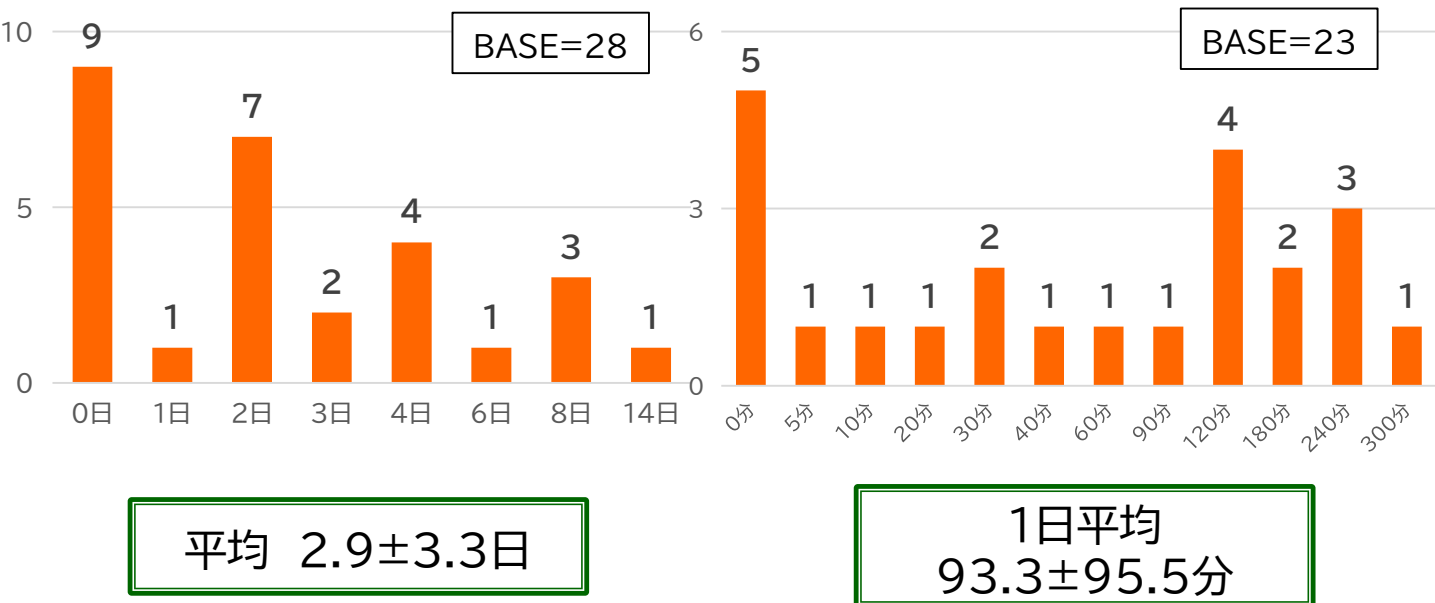
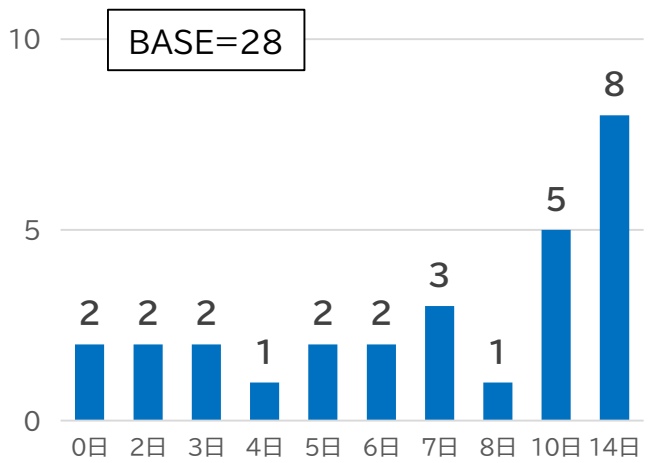
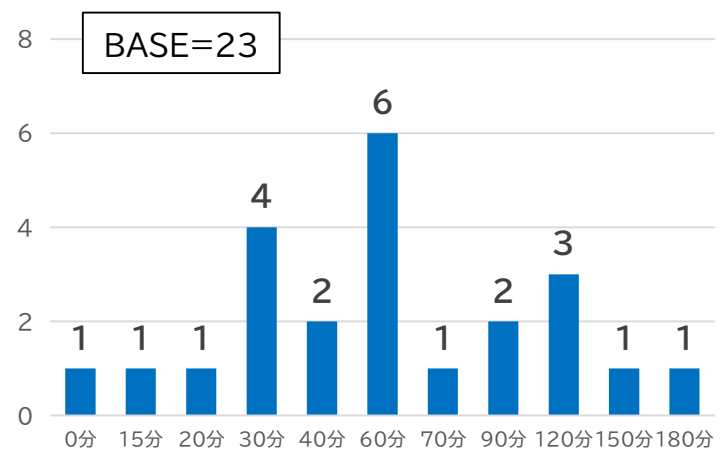


図14. 強い身体活動実施日数と1日の合計実施時間(第1回)

【問9-3】 10分以上続けて歩くことは何日ありましたか。
 (仕事や日常生活で歩く、ある場所から場所への移動、趣味やウォーキング、散歩などを含む)
 また、そのような日には、平均で1日合計してどの位の時間歩きましたか。



平均 8.1 ± 4.7 日



1日平均
 66.7 ± 45.6 分

図15. 過去2週間のウォーキング日数(第1回)

【問9-4】 普段の生活において、気をつけていたことはありますか。
(自由記述)

表4. 日常生活における留意点

BASE=17

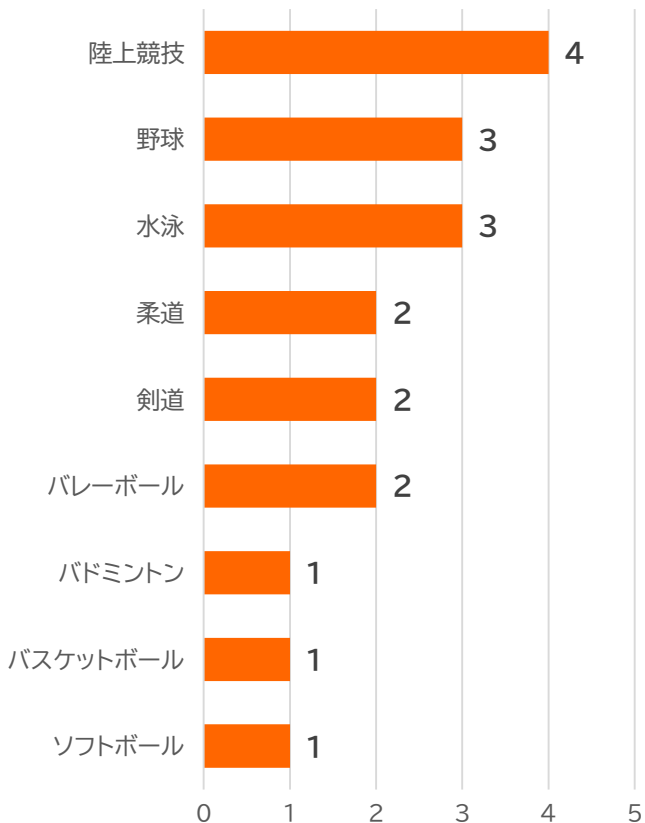
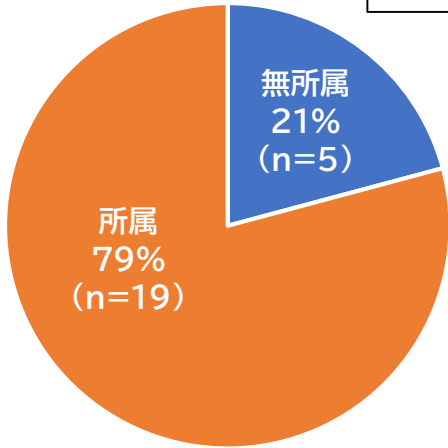
回答
家事、食事
食べ過ぎないように (※同回答2名)
食事
乳製品をあまり摂取しない
食生活、休みはパソコンから離れる
水を飲むこと
運動をする、食べ過ぎない
歩く
歩く時間を確保すること
有酸素運動を行なうこと
エスカレーターを使わず階段を利用しています
腰痛になり、無理はしないと思い、楽をしましたが、逆にそれではだめだと思い 少しずつ歩いたり、水泳したりするようにしました
子供が幼く、抱っこひもをすることが多く、身体がこるため、すき間の時間に軽くストレッチ
楽しい遊びを見つけること
早寝早起き
特になし

【問10】 小中高大学時代に、運動・スポーツに関する団体(部活動、クラブ等)に所属していましたか。「所属していた」場合には、続けてその団体のスポーツ種目名を記入してください。
 (※複数ある場合には最も長く実施していた種目名をご記入ください。)

図16. 小学校・中学校時代のスポーツクラブ所属経験

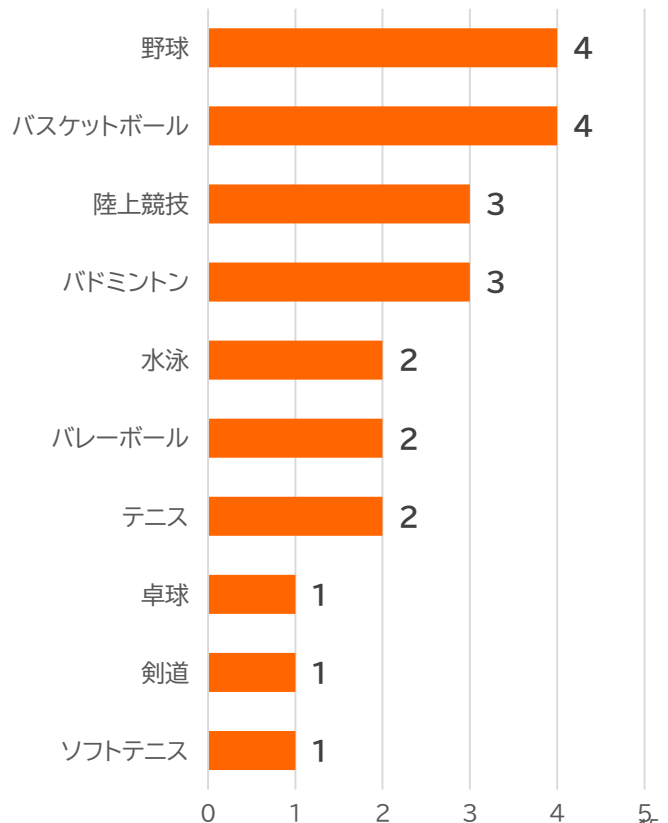
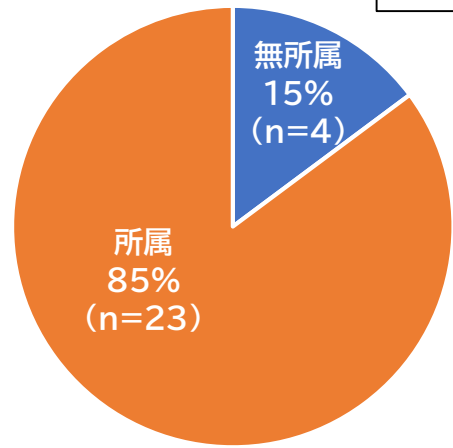
小学校時代

BASE=24



中学校時代

BASE=27

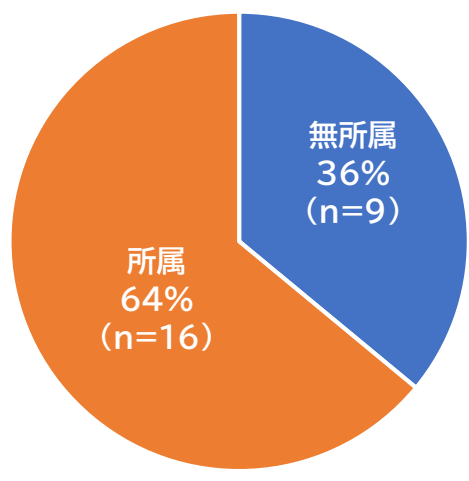


【問10】 小中高大学時代に、運動・スポーツに関する団体(部活動、クラブ等)に所属していましたか。「所属していた」場合には、続けてその団体のスポーツ種目名を記入してください。
 (※複数ある場合には最も長く実施していた種目名をご記入ください。)

図17. 高校・大学時代のスポーツクラブ所属経験

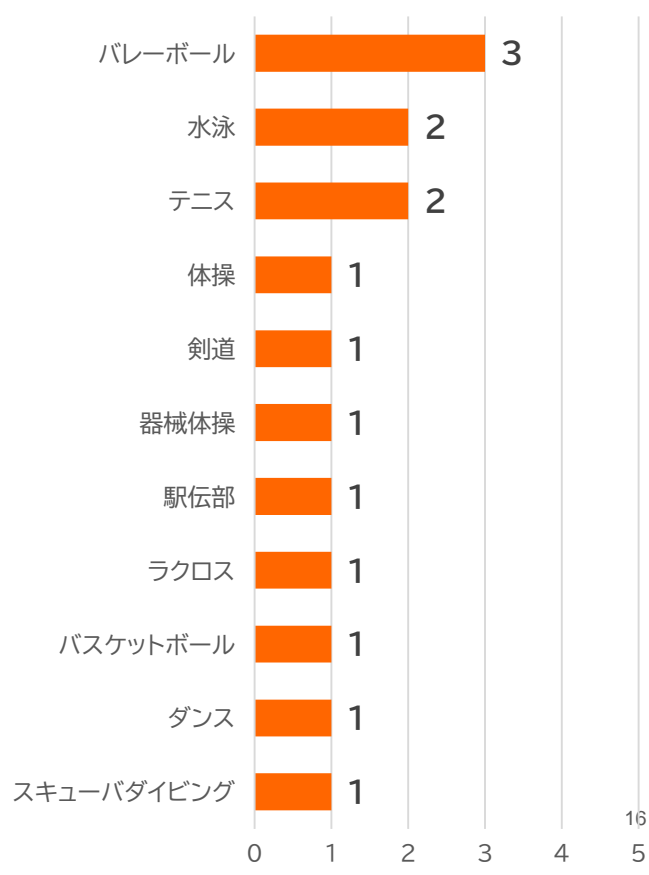
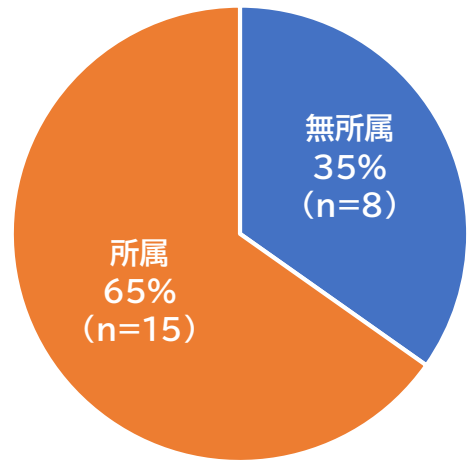
高校時代

BASE=25



大学時代

BASE=23



【問11】 あなたは、地域での付き合いをどの程度していますか。

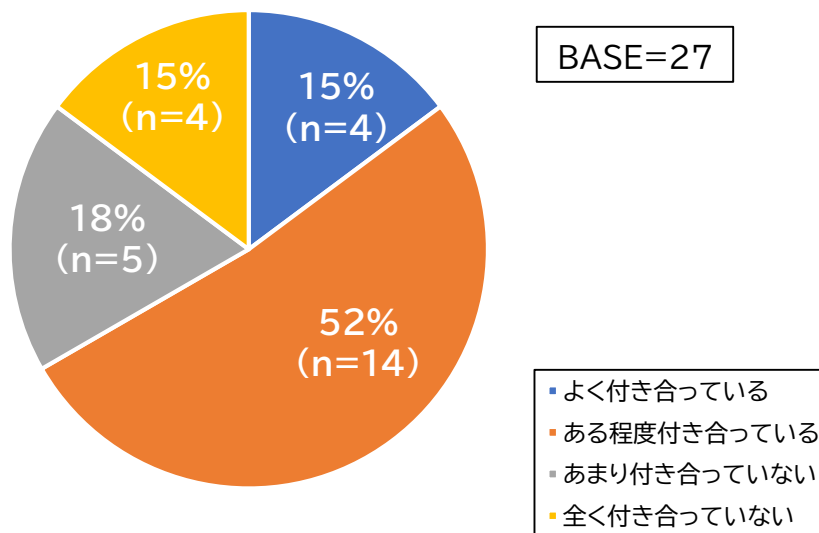


図18. 地域での付き合いの程度

【問12】 あなたは日常生活の中で、どの程度充実感を感じていますか。

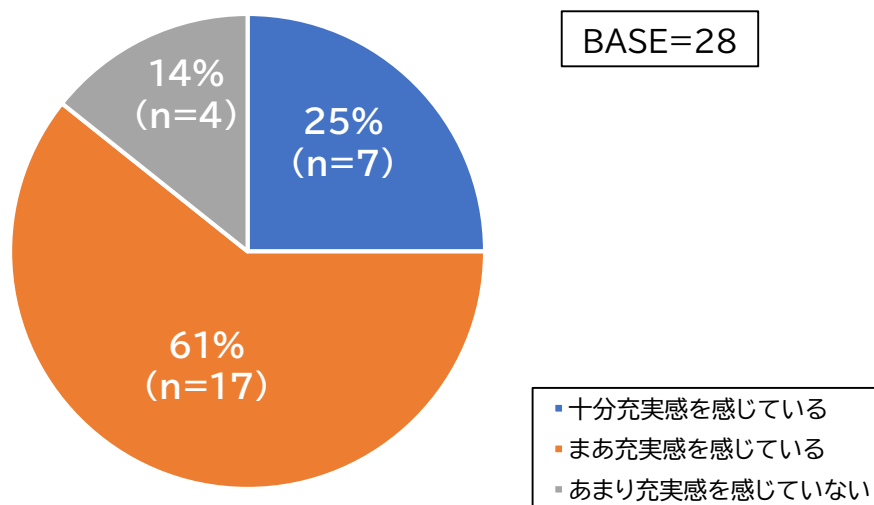


図19. 日常生活満足度

【問13】 以下の各文章について、あなた自身に最もあてはまる番号1つに○をつけてください

表5. フィジカルリテラシー認識の自己評価(第1回)

	全く そう思わない	あまり そう思わない	どちらとも いえない	やや そう思う	とても そう思う	
1 私の身体は歳相応に健康である	3.2%	9.7%	22.6%	25.8%	29.0%	BASE=28
	1	3	7	8	9	
2 私はスポーツに対して前向きであり、 関心を持っている	3.2%	0.0%	9.7%	41.9%	35.5%	BASE=28
	1	0	3	13	11	
3 私は(自分や他人が)スポーツをすることの 良さを知っている	0.0%	3.2%	6.5%	19.4%	61.3%	BASE=28
	0	1	2	6	19	
4 私は健康に対する自己管理スキルを 身につけている	9.7%	12.9%	25.8%	32.3%	9.7%	BASE=28
	3	4	8	10	3	
5 私は健康に対する自己評価スキルを 身につけている	9.7%	19.4%	22.6%	29.0%	6.5%	BASE=27
	3	6	7	9	2	
6 私は優れた社会的スキルを身につけている	3.2%	12.9%	35.5%	25.8%	6.5%	BASE=26
	1	4	11	8	2	
7 私は厳しい環境でも生きていく自信がある	6.5%	16.1%	38.7%	19.4%	9.7%	BASE=28
	2	5	12	6	3	
8 私は課題や困難に対処することができる	0.0%	12.9%	35.5%	35.5%	6.5%	BASE=28
	0	4	11	11	2	
9 私は健康に関するスポーツのメリットを 知っている	3.2%	3.2%	6.5%	38.7%	38.7%	BASE=28
	1	1	2	12	12	

【問14】 これから参加する防災スポーツプログラムは楽しみですか。

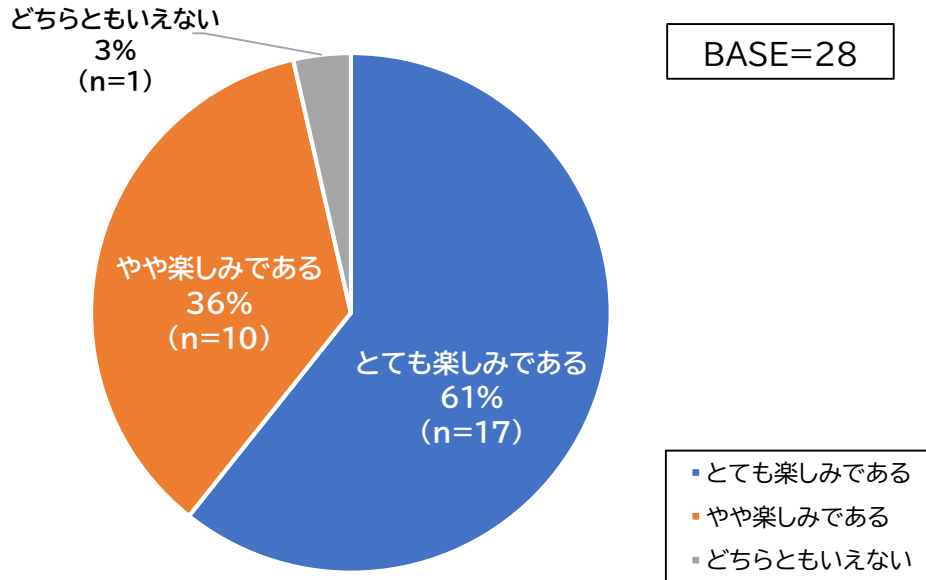


図20. 防災スポーツプログラムへの期待

第2回調査

【問1①】 防災スポーツプログラムで体験したことが災害のときに活かせそうですか。

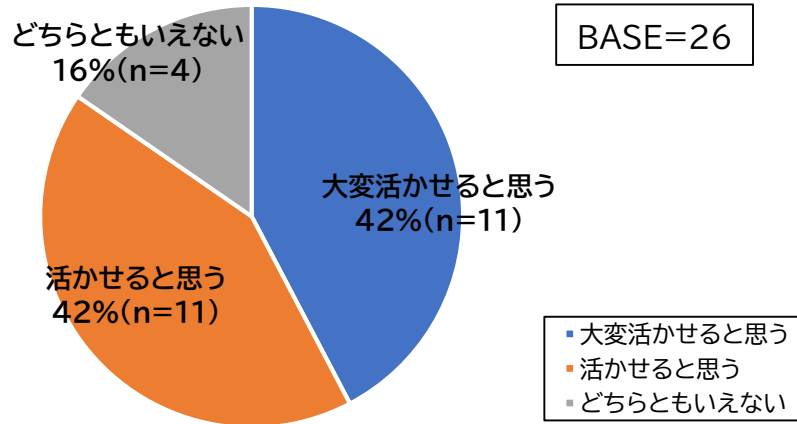


図21. 災害時の防災スポーツプログラム活用意欲

【問1②】 このプログラムで防災の知恵や技を体で覚えることができましたか。

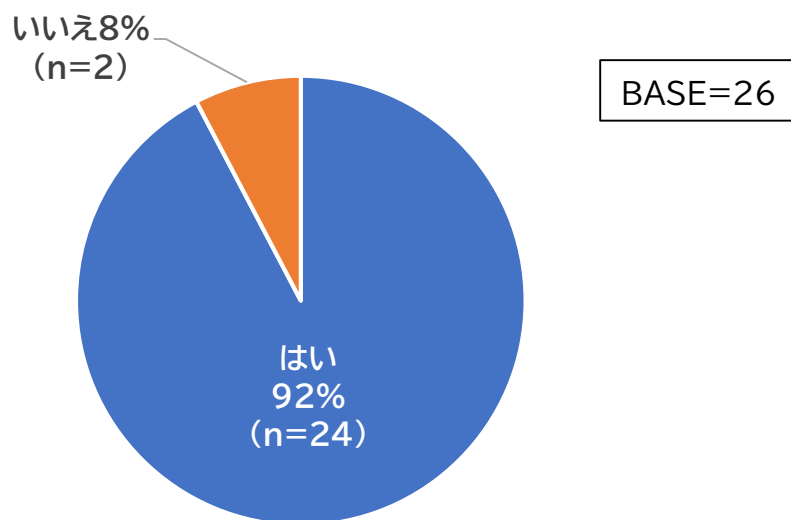


図22. 防災プログラム体得の自己評価

【問1③】 防災(災害のこと)について考えましたか。

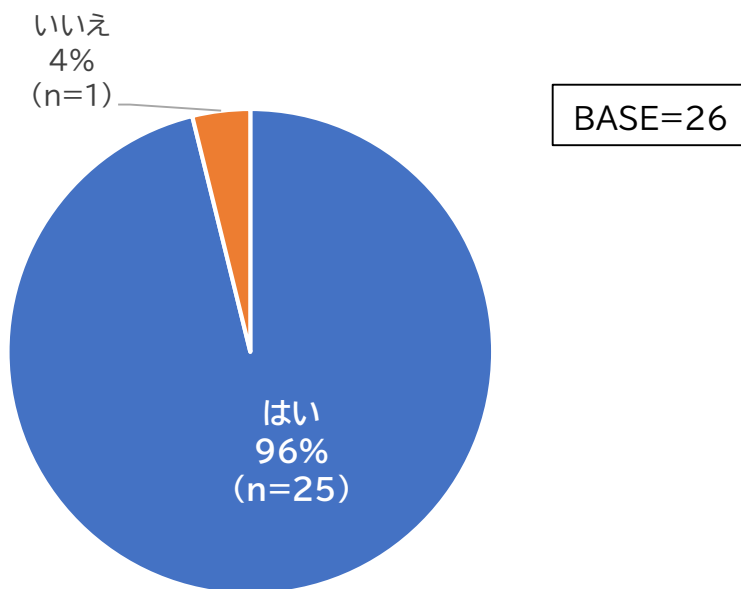


図23. 防災について考えたか(2回目)

【問1④】 昨日までに用具を使って体験(練習)をしましたか。

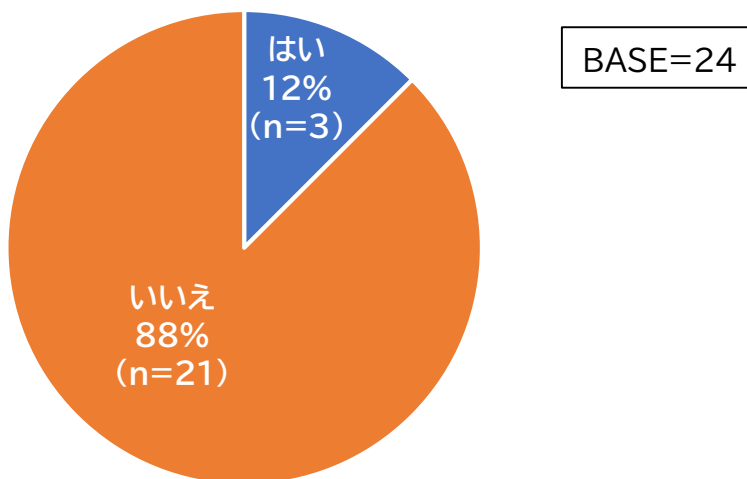


図24. 用具を使って練習した経験

【問1⑤】 災害のとき、自分の身を守ることができそうですか。

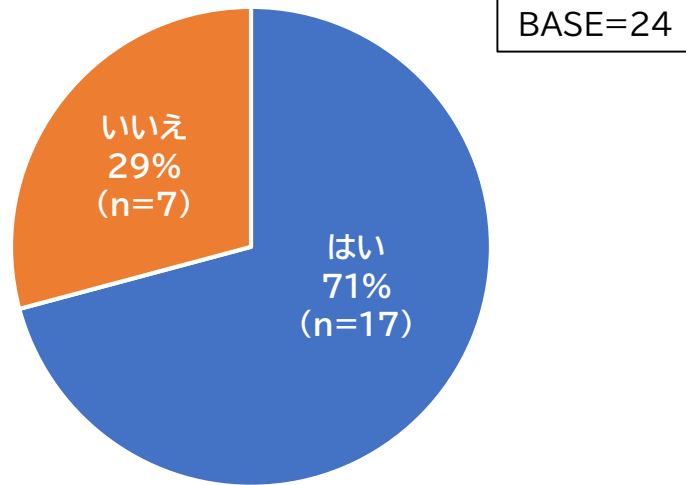


図25. 災害時に自衛できる自信(2回目)

【問1⑥】 災害の時、誰かを助けられることができそうですか。

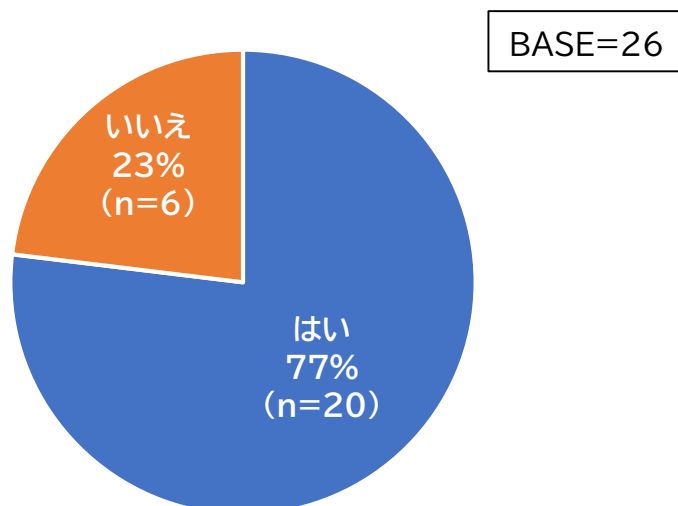
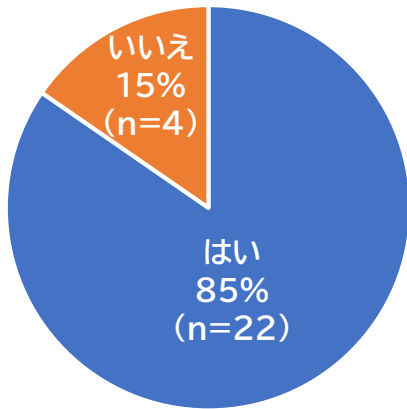
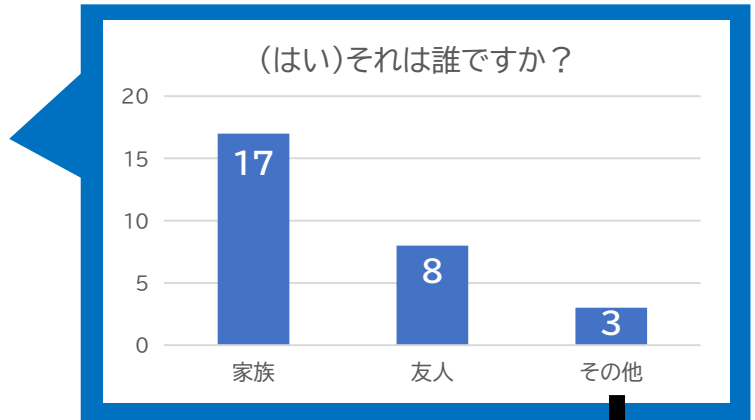


図26. 災害時に人を助けられる自信(2回目)

【問1⑦】 防災の内容を誰かに話しましたか。



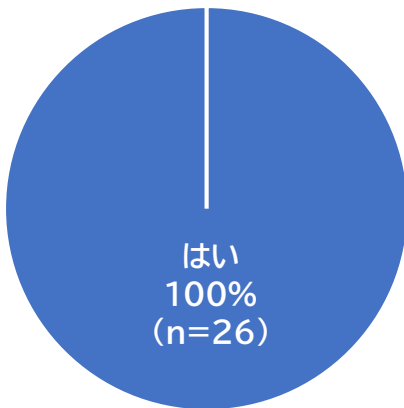
BASE=26



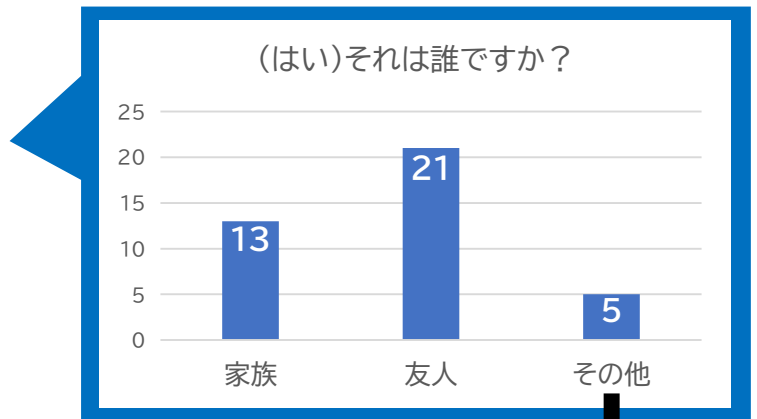
「その他」自由回答	回答例
同僚(2)	:同僚、同僚社員
部員(1)	:部員

図27. 防災の内容を話した相手

【問1⑧】 このプログラムを誰か他の人に伝えたいと思いますか。



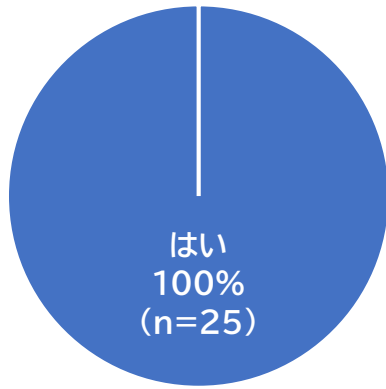
BASE=26



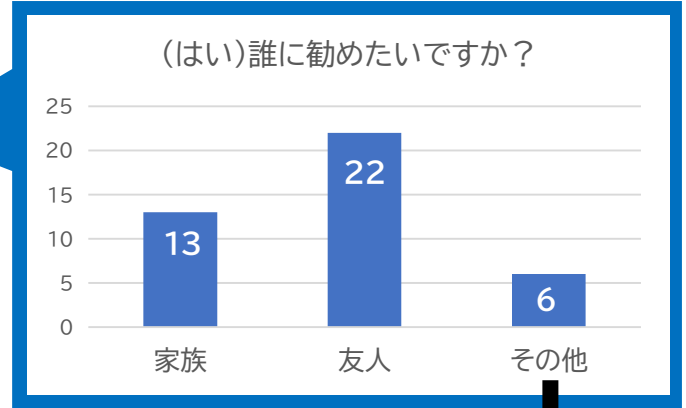
「その他」自由回答
小学校、幼稚園、PTA、父母会、自治体 子供たち
同僚社員
地域住民

図28. 防災スポーツプログラムを伝えたい相手

【問1⑨】 このプログラムを誰か他の人に勧めたいと思いますか。



BASE=25

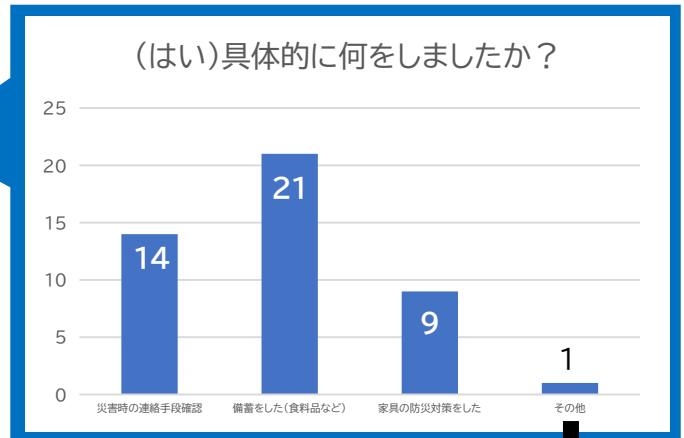
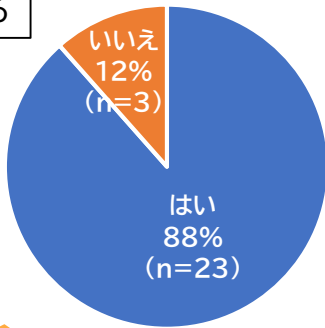


「その他」自由回答	回答例
家族(1)	: 両親
職場関係(2)	: 同僚社員、職場
地域・その他(2)	: 自治会(防災組織) : 子供たち

図29. 防災スポーツプログラムを勧めたい相手

【問1⑩】 家庭で防災対策をしていますか。

BASE=26



「その他」自由回答
水、携帯トイレ

(いいえ)今後する予定ですか？

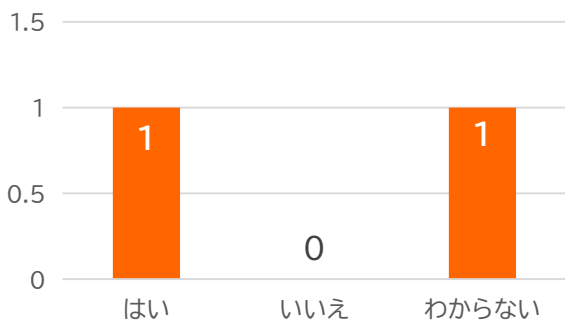


図30. 家庭での防災対策

【問1⑪】 協力することの大切さを学んだ

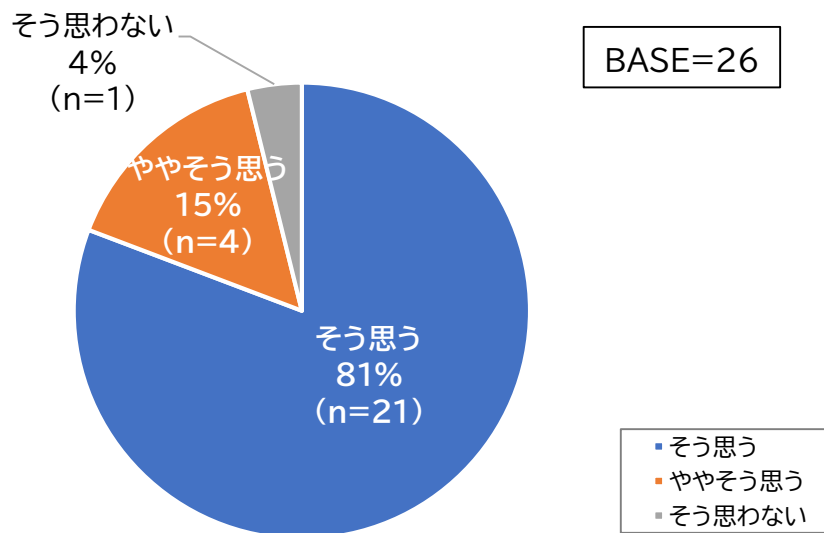


図31. 協力する大切さ

【問1⑫】 スポーツが防災に役立つことを学んだ

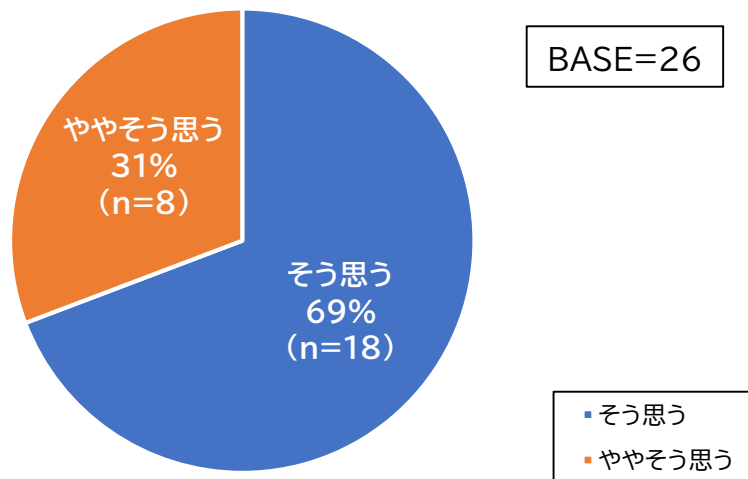


図32. 防災へのスポーツの有用性

【問2①】 あなたは、このところ健康だと思いますか。

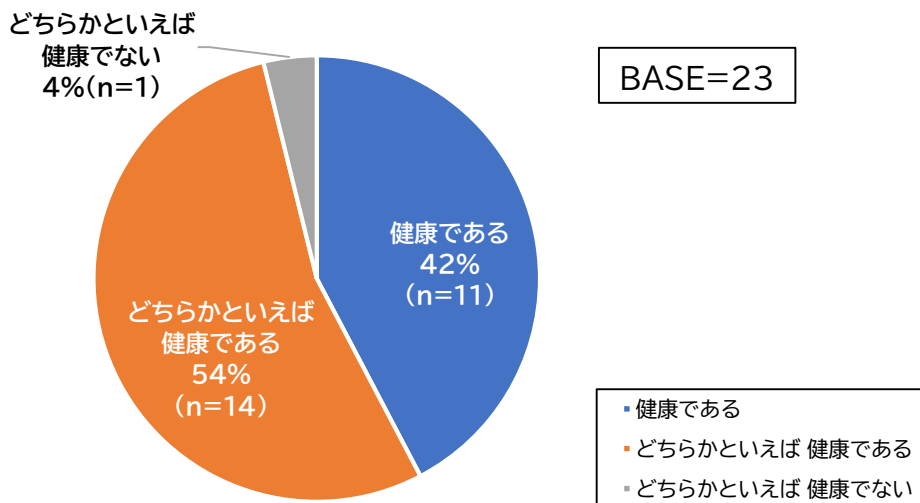


図33. 健康自己評価(2回目)

【問2②】 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。

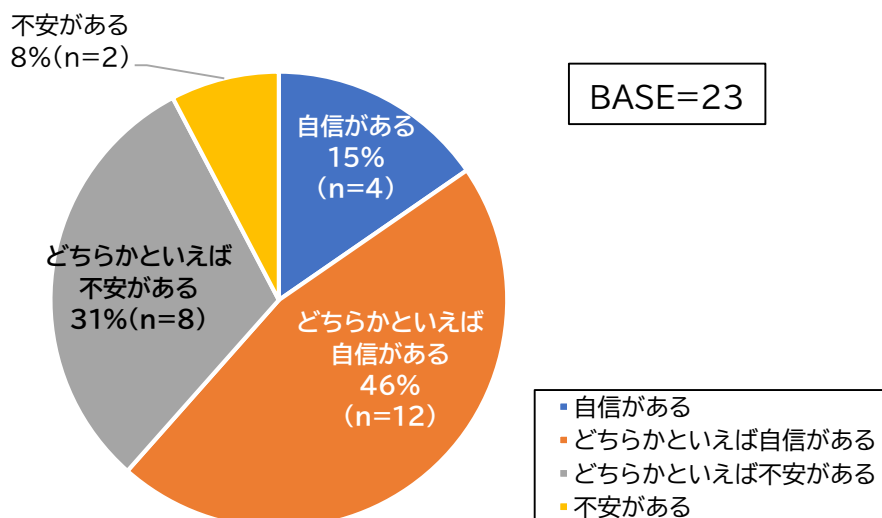


図34. 体力自己評価(2回目)

【問2③】 あなたにとって運動・スポーツは大切なものですか。

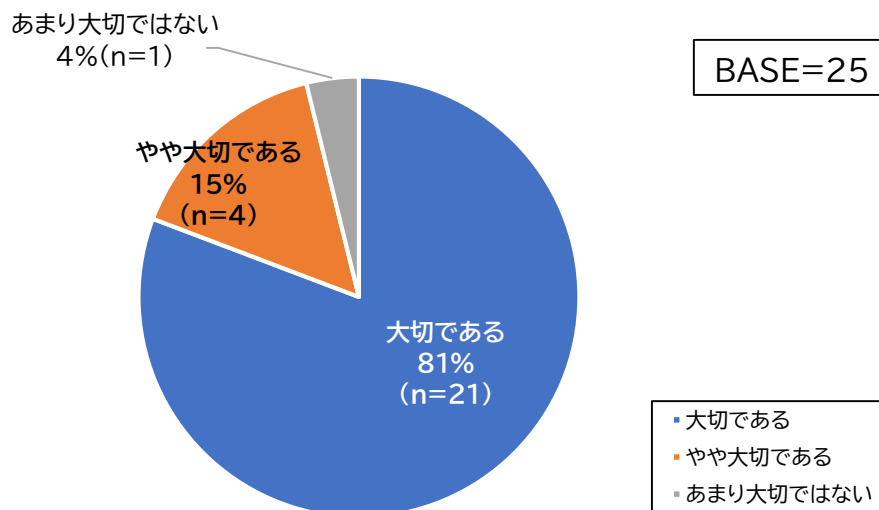


図35. 運動・スポーツの大切さ(第2回)

【問2④】 あなたは現在の運動・スポーツの実施頻度に満足していますか。

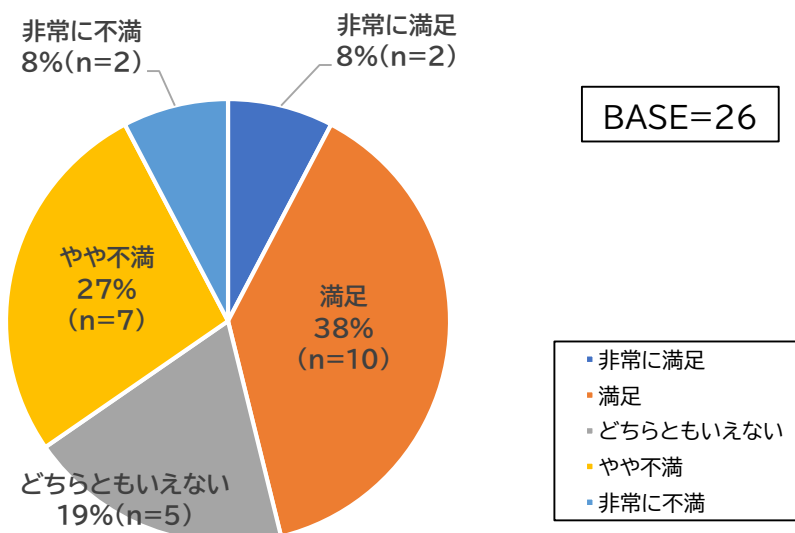


図36. 現在の運動・スポーツ実施満足度(第2回)

3. あなたご自身の防災スポーツプログラム実施後この2週間の活動についてお聞きします。

① 運動・スポーツを合計で何日実施しましたか。数字でお答えください。



図37. 過去2週間の運動・スポーツ実施日数(第2回)

② 強い身体活動(重い荷物の運搬、自転車で坂道を上がる、ジョギング、テニスなど)を行なう日は何日ありましたか。また、その際は1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行ないましたか。

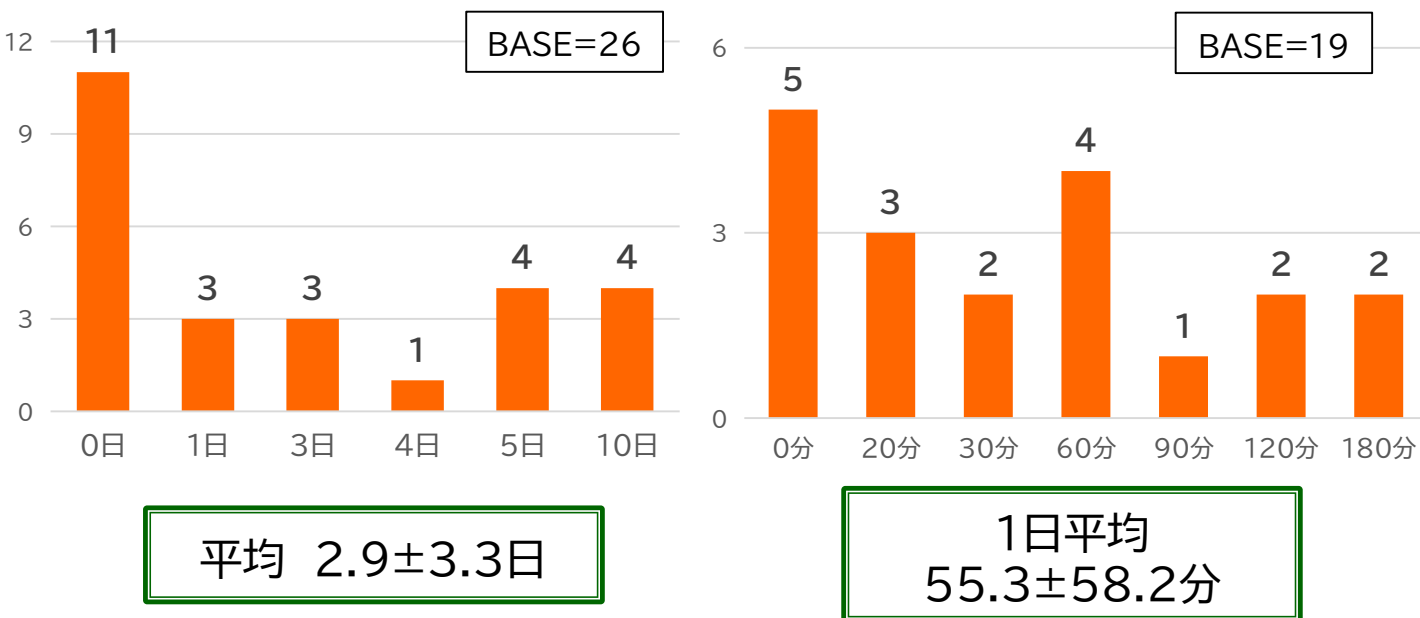


図38. 強い身体活動実施日数と1日の合計実施時間(第2回)

③ 10分以上続けて歩くことは何日ありましたか。
 (仕事や日常生活で歩くこと、ある場所から場所へ移動する、趣味やウォーキング、散歩などを含む)
 また、そのような日には平均で1日合計してどの位の時間歩きましたか。

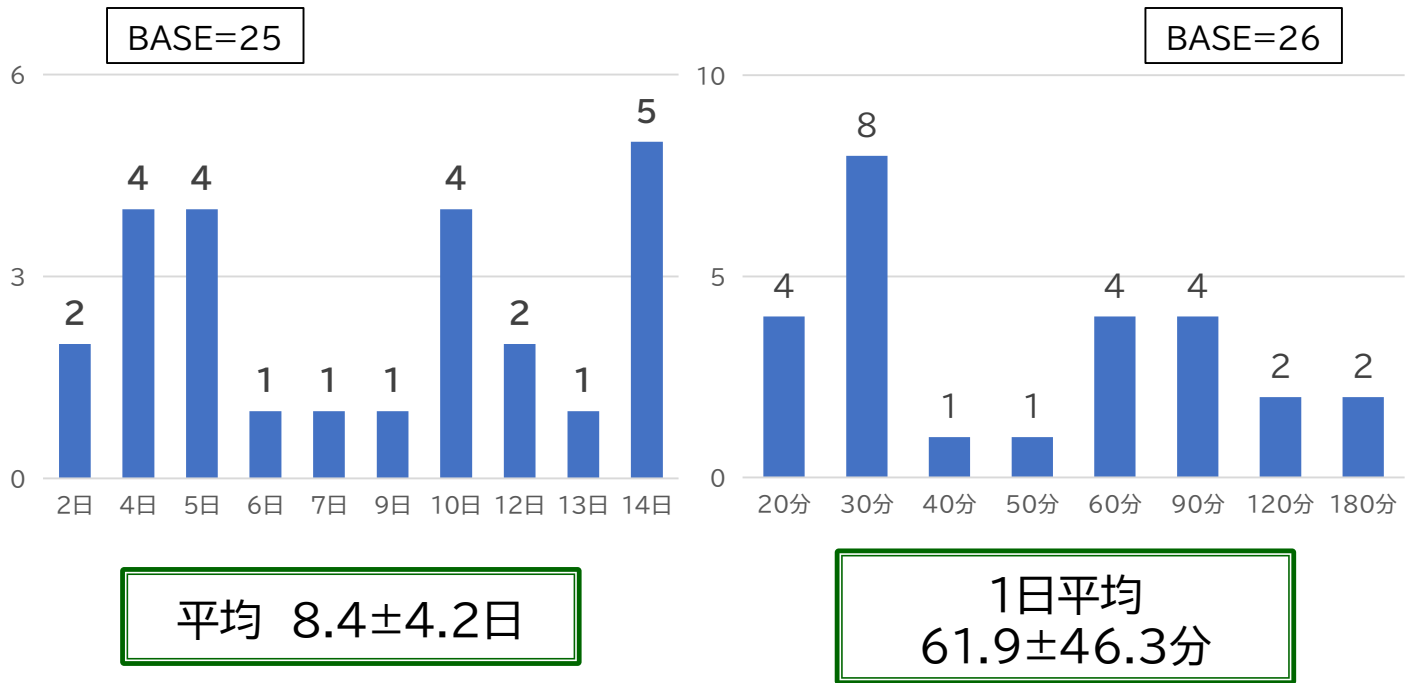


図39. ウォーキング実施日数と1日の合計実施時間(第2回)

【問4④-a】 (この2週間で実施した方)
 あなたが運動・スポーツを実施したのはどのような理由からですか。
 (自由記述)

表6. 過去2週間の運動・スポーツ実施理由(第2回)

カテゴリー	回答例
健康維持増進	健康維持、体力を保つため 健康維持の為 健康の為 体力をつけるため、健康のため 体型維持、運動不足解消のため 運動不足
部活動	部活 部活動 部活動 部活動、習い事 部活動の活動で動いたから
ウォーキング	ウォーキング ウォーキング(自身の為と自然観察の為) ウォーキング ウォーキング・ジョギング
日常生活での身体活動	通勤 運動・スポーツではなく仕事上歩くことが多い為
習慣	日頃の習慣 趣味
リフレッシュ	心身のリフレッシュ

BASE=20

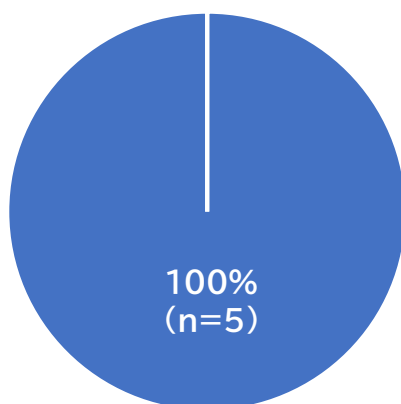
【問4④-b】 (この2週間で実施しなかった方)
 あなたが運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。
 (自由記述)

表7. 過去2週間の運動・スポーツ非実施理由(第2回)

カテゴリー	回答例
多忙	仕事が忙しい為
	多忙の為、ケガの為
	仕事・家事などのすき間の時間に時間が作れなかった
	時間を取れなかった
	育児に時間を取られて
その他	自粛

BASE=6

【問4④-b2】 (この2週間で実施しなかった方)
 実施状況と今後の予定について教えてください。



BASE=5

- 現在運動・スポーツはしていないが、6ヶ月以内に始めようと思っている
- 現在運動・スポーツはしておらず、今後もするつもりはない

図40. 非実施者の状況と今後の実施希望

【問4】 以下の各文章について、あなた自身に最もあてはまる番号1つに○をつけてください

表8. フィジカルリテラシー認識の自己評価(第2回)

	全く そう思わない	あまり そう思わない	どちらとも いえない	やや そう思う	とても そう思う	
1 私の身体は歳相応に健康である	3.2%	22.6%	12.9%	16.1%	32.3%	BASE=27
	1	7	4	5	10	
2 私はスポーツに対して前向きであり、 関心を持っている	3.2%	6.5%	12.9%	22.6%	41.9%	BASE=27
	1	2	4	7	13	
3 私は(自分や他人が)スポーツをすることの 良さを知っている	3.2%	0.0%	3.2%	25.8%	54.8%	BASE=27
	1	0	1	8	17	
4 私は健康に対する自己管理スキルを 身につけている	3.2%	19.4%	22.6%	22.6%	16.1%	BASE=26
	1	6	7	7	5	
5 私は健康に対する自己評価スキルを 身につけている	6.5%	16.1%	29.0%	25.8%	9.7%	BASE=27
	2	5	9	8	3	
6 私は優れた社会的スキルを身につけている	0.0%	12.9%	45.2%	25.8%	3.2%	BASE=27
	0	4	14	8	1	
7 私は厳しい環境でも生きていく自信がある	0.0%	22.6%	29.0%	25.8%	9.7%	BASE=27
	0	7	9	8	3	
8 私は課題や困難に対処することができる	0.0%	9.7%	38.7%	32.3%	6.5%	BASE=27
	0	3	12	10	2	
9 私は健康に関するスポーツのメリットを 知っている	3.2%	6.5%	12.9%	29.0%	35.5%	BASE=27
	1	2	4	9	11	

【問5①】 今回の防災スポーツプログラムに参加してみて、楽しかったですか。

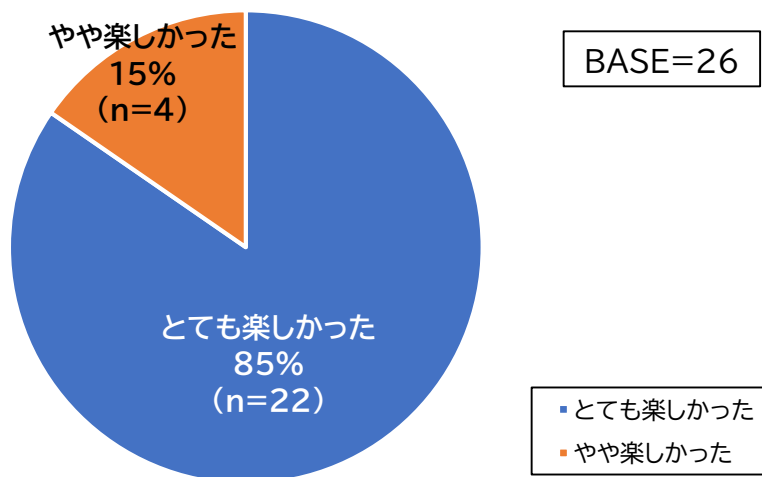


図41. 防スポプログラムの感想

【問5②】 今回の防災スポーツプログラムを通して、あなたが最も楽しかったことは何でしたか。（自由回答）

表9. 今回のプログラムで最も楽しかったこと

カテゴリー	小カテゴリー	n	回答例
防スポ	全種目	1	全ての種目
	防災ウォーク	13	ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング
			ウォーキング(途中ゲーム的なものがあったから)
			ウォーキングをしながら防災について学んだこと
			防災ウォーク
			防災ウォーク
			防災ウォーク
			防災ウォークの中で防災設備を地図で探すこと
防災知識トレーニング	2	防災スポーツのクイズ 問題を解くプログラム、ウォーキング	
レスキュータイムアタック	3	レスキュータイムアタック 毛布運び 屋内のレスキュー	
ハイキング	1	ハイキング	
防スポの体験	2	競技性があること、普段はやらないプログラムであること 防災に関して、スポーツを行いながら学ぶことができたことです	
他者との協力	2	初めて会った参加者同士で救助活動に生かせる作業を協力できたこと 協力すること	

BASE=24

【問5③】 今回の防災スポーツプログラムをまたやってみたいと思いますか。

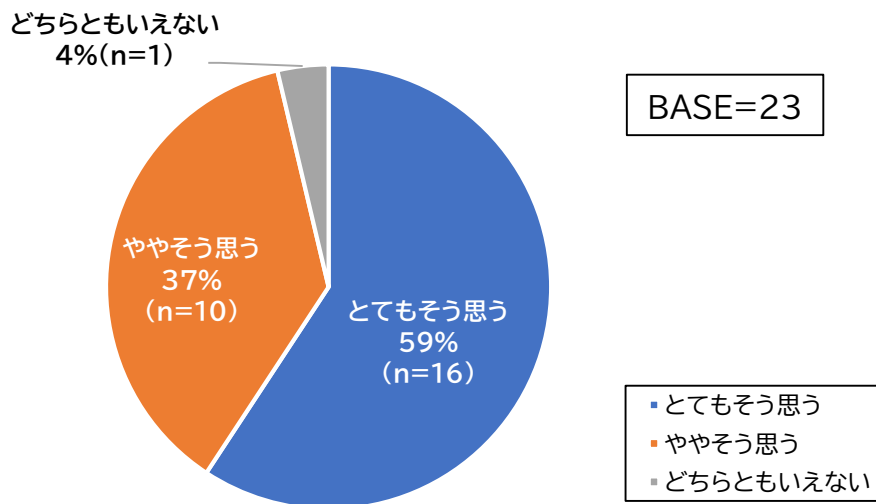


図42. 防スポプログラムの再実施希望

【問5④】 今回の防災スポーツプログラムに参加して、運動やスポーツをすることを好きになりましたか。

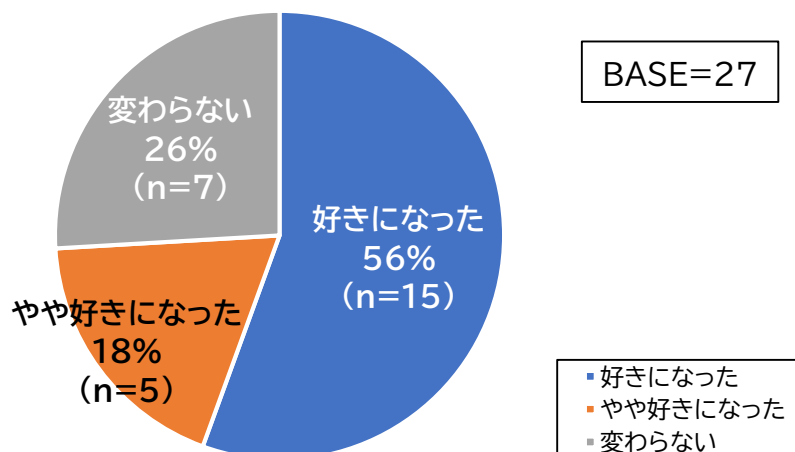


図43. 防スポプログラムに対する感想

【問5⑤】 今回の防災スポーツプログラムを通して、
もっと運動・スポーツを試してみたくありませんか。

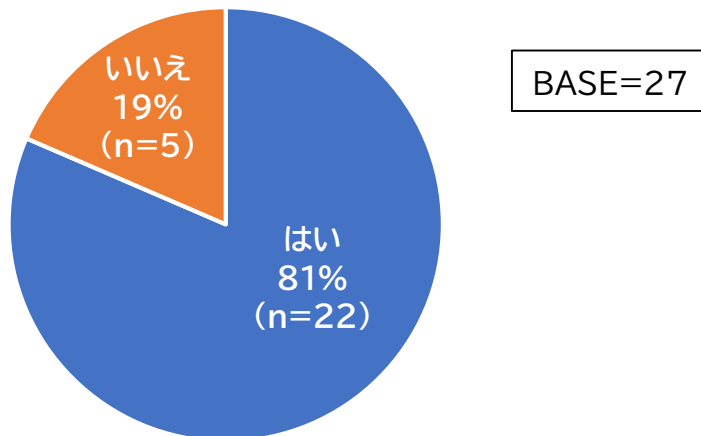


図44. 防スポプログラムの運動・スポーツ実施意欲への影響

(1. はいの方)その理由を教えてください。

表10. 今後の運動・スポーツ実施希望の理由

BASE=21

カテゴリー	回答例
運動・スポーツの必要性再認識	楽しかったから 体を動かすことが楽しかったから 改めて体を動かすことの楽しさを体験したから 改めてスポーツの楽しさと、大切さを実感できたから 運動することの大切さを再確認できたから 身体によいと感じたから
体力低下・運動不足	自分が思っていた以上に体力が低下していたから 体力が落ちた(つかれた)ため 運動不足の為 体力筋力をつけたいと思った 重い物を運べるように筋力をつけたい
非常時への備え	いざという時にすぐ体が動くようにしたいから 危険が迫った時に迅速な動作が出来るようにしたい 実際の災害時ではもっともっと体力が必要だと感じたから 体力があった方がいざというときに自身の身を守れ、誰かを助けられると思ったから
実施のきっかけ	スポーツに興味を持って、できる機会がほしいから 様々なスポーツに興味を持ったから 良い機会になりました
プログラムの楽しさ	プログラム内容が充実していたので、防災ウォークをスポーツとして楽しめた プログラムを自分の活動に生かしたい
その他	長生きをする為

【問5⑥】 この防災スポーツプログラムに参加した前と後での運動・スポーツへの意欲の変化について教えてください。

1) 時間について

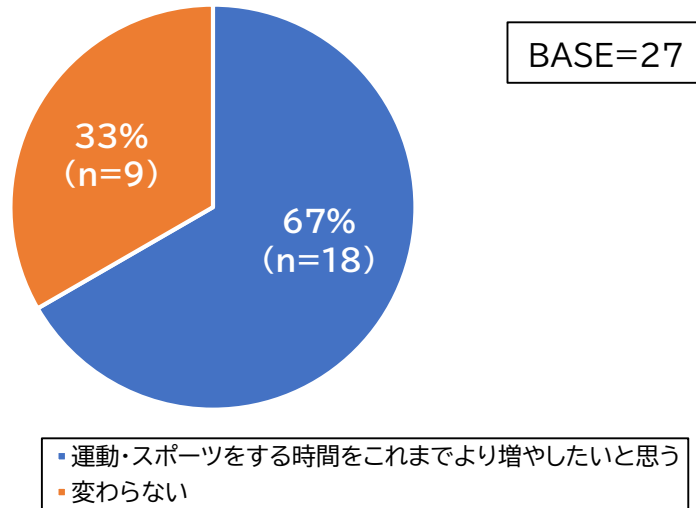


図45. 運動・スポーツへの意欲の変化(時間)

2) 日数・頻度について

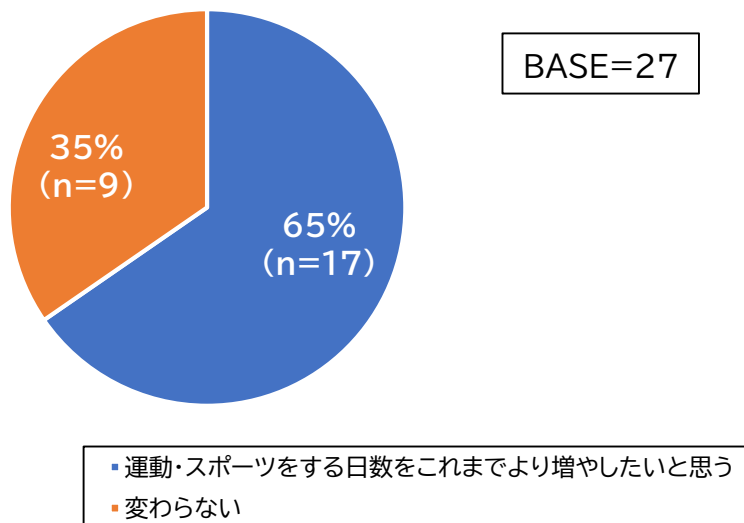


図46. 運動・スポーツへの意欲の変化(日数・頻度)

3) 1)時間か、2)日数の少なくともどちらかで「1. 増やしたい」と答えた方にお聞きします。
あなたが最も行ないたい種目は何ですか。
具体的な運動・スポーツ種目があれば書いてください。(自由記述)

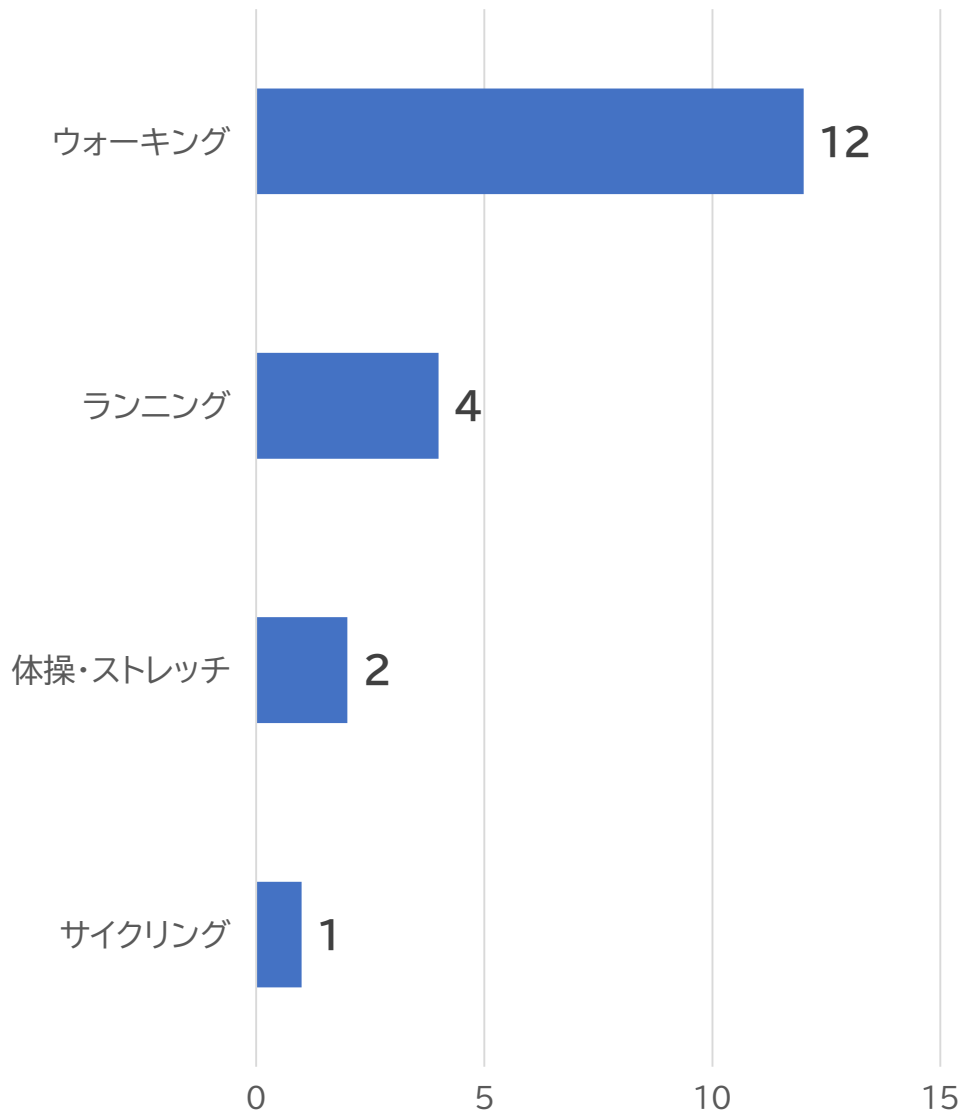


図47. 最も行ないたい具体的な種目

BASE=19

【問5⑧】 今回の防災スポーツプログラムに参加したことで、あなた自身やあなたの周りに何か影響がありましたか。
以下の3つの側面に分けてお答えください。(自由記述)

表11. 防スポ参加による影響・身体面(自由回答)

カテゴリー	回答例
日常での運動実践	移動手段が徒歩増えた
	駅ではなるべく階段を使うようにした
健康意識の高まり	健康の意識が高まった
	運動を心がけるようになった
	運動をする日数を増やそうと思っている
	自転車などを使わずに、少し歩いてみようと思うようになった
	災害時などに体が思うように動かなければ死に直結したり人を助けられないのでいつも健康でいたいと強く思うようになった
体力の必要性の実感	体力をつける必要があると感じた
	災害の対策は体力が必要と思いました
	心身共に健やかに、体力をつけるために行動しなくては
	災害時、結構力仕事が大切だとわかったので、今後は体力だけでなく、力をつけることもしていきたいと思いました
	運動促進の必要性
	体重を減らし、身のこなしを速くしたい
防災行動の実践	避難所の確認
	防災士との交流で情報提供を行うようになった
防災プログラム体験の効果	おしり周りが筋肉痛になった
	体力がついた

【問5⑧】 今回の防災スポーツプログラムに参加したことで、あなた自身やあなたの周りに何か影響がありましたか。
以下の3つの側面に分けてお答えください。(自由記述)

表11. 防スポ参加による影響・心理面(自由回答)

カテゴリー	回答例
防災意識の高まり(12)	防災意識が高まった
	防災について、改めて考えさせられた
	今の状況で災害が起きたら、何がどうなって、どういう行動をとるべきか、考える機会が増加した
	災害を想定し、備えることが必要だという意識を持つようになった
	自宅周辺の防災システムに関心を持つようになりました
	実際、災害現場に居合わせた時、とっさの判断で人を救助できるのか、深く考えるようになりました
	自分の家の周りの避難場所など確認するようになった
	自分の保身と共に周囲の人たちにも気を配ることが大切と思うようになった
	震災の映像を思い出すことは未だに避けたい思いがある。 しかし今後に起こるかもしれない災害に備えなくてはいけない
	防災への意識が高まる昨今、対策への知識が不足していることを痛感しました。 いつ何が起こるかかわからないので命を守るための備えが大切なこと
	防災や体力の衰えについてより意識するようになった
	誰かを助けられるようになりたいと思った
運動意欲・健康意識の向上	運動・スポーツのモチベーションが上がった
	スポーツに対する意欲が向上した
	健康の意識が高まった
体力不足の認識	体力が無くては意欲は出てこない
	もっと体力をつけないといけないと思った
積極性の向上	前向きに行動
	前向きになった
	何かやらなきゃと感じました
その他	一時的に勉強になった
	少しだけ自信がついた

【問5⑧】 今回の防災スポーツプログラムに参加したことで、あなた自身やあなたの周りに何か影響がありましたか。
以下の3つの側面に分けてお答えください。(自由記述)

表11. 防スポ参加による影響・環境面(自由回答)

カテゴリー	回答例
日常での防災意識向上	<p>周囲の方に防災スポーツについて、興味があると感じられるようになった</p> <p>周囲の防災について気にかけるようになった</p> <p>日々生活をしていて、ふとした時に「被災したらこのエレベーターは使えないな」とかシミュレーションをするようになった</p>
周辺の防災情報の収集	<p>日頃から家の周りの防災関係について学んでおこうと思いました。</p> <p>自分の地域を調べなくては…</p> <p>避難する際の経路や危険個所の確認の必要性。引越したばかりなので区の防災マップをチェックしました。不断に備えることを家族や周囲にも伝えていきます</p> <p>備品、家の中の物をもう一度見直し改善したい</p>
防災体験の共有	<p>家族で防災の話をした</p> <p>家族や友達にこのプログラムの話をするようになった</p> <p>子供会に伝えました。とても良い企画なので</p>
防災知識の共有願望	<p>防災スポーツを周りの人に宣伝したくなった</p> <p>防災の知識は繰り返し行う必要があると友人に伝えたい</p> <p>防災の知識を他の人に勧めたい</p> <p>このプログラムがもっと世間に広まるのが大事だと思います</p> <p>周囲に普及したい</p>
その他	<p>チャレンジして社会貢献したい</p>

BASE=16

【問5⑧】 今回の経験を今後自分が運動やスポーツをするために活かしていきたいと思いませんか。

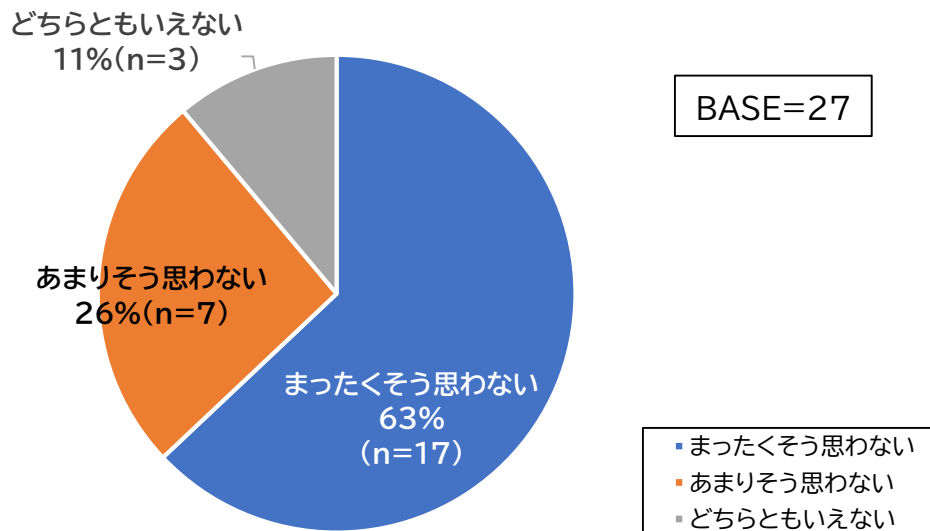


図48. 今後の防スポプログラムの活用意識