

スポーツ健康都市宣言記念事業

「第10回おおたスポーツ健康フェスタ」の実施結果について

1 概要

(1) 日 時 令和5年7月1日(土) 午前9時から午後4時まで

(2) 場 所 大田区総合体育館

(3) 趣 旨

誰もが気軽にスポーツを体験できるプログラムを多数提供し、
区民のスポーツ実施率の向上、健康の維持増進を図る。

(4) 参加者数 約5,500名(延べ)

(5) 評 価

ア メインゾーン

福田萌子さんと一緒に行うヨガ体験や、ろっ骨エクササイズなど、スポーツ実施率が低い30~40代の女性をメインターゲットとしたプログラムに加え、親子でできるかけっこ運動教室や腰痛にきくストレッチなど多世代で楽しめるプログラムを実施し、スポーツへのきっかけづくりにつなげることができた。

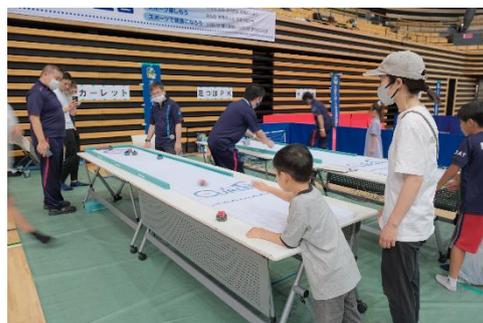
イ その他のゾーン

ボッチャやカーレットなど様々なスポーツが体験できるスポーツビュッフェゾーン、バーチャルサイクリング体験や血管年齢測定などの美容健康ゾーン、マッサージなど疲れた身体をリラックスさせるヒーリングゾーンなど、スポーツ・健康への幅広いニーズに合わせた内容で、区民の健康の維持・増進につなげることができた。

2 当日の様子



福田萌子さんと一緒に行うヨガ体験



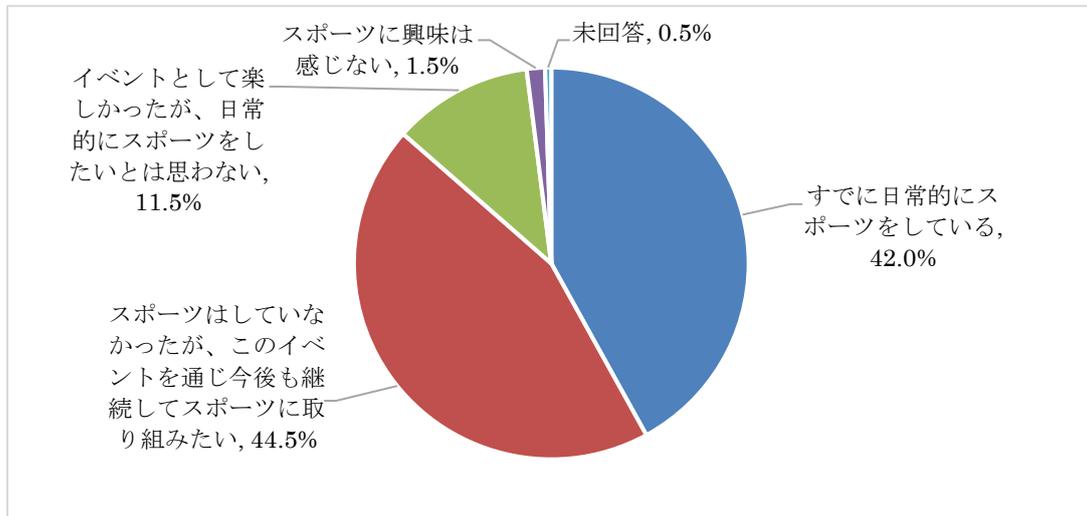
スポーツビュッフェゾーンでのカーレット体験

(次頁あり)

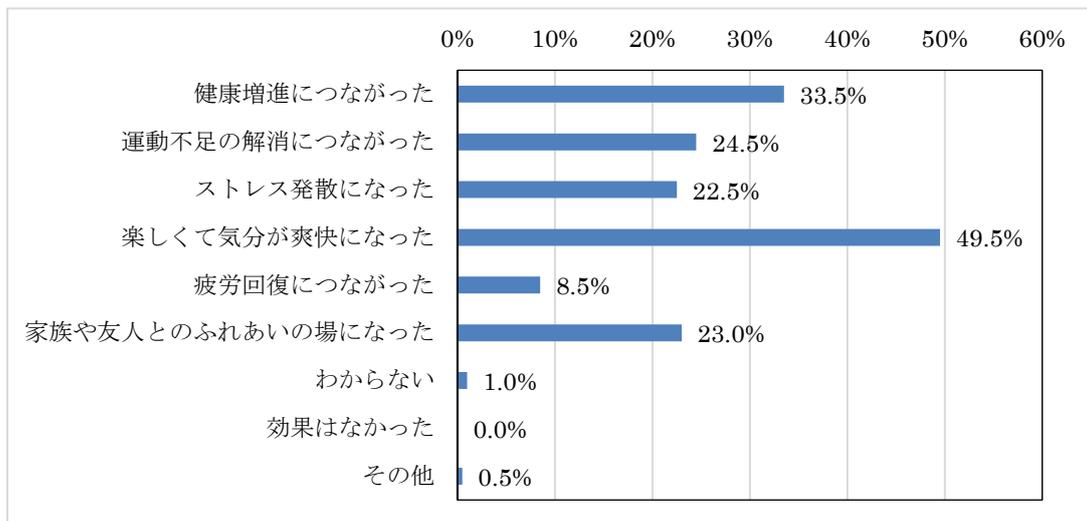
3 アンケート集計結果

回答者数：200 枚

(1) スポーツ健康フェスタに参加したことで、これまで以上にスポーツに取り組みたいと思いましたが？



(2) スポーツ健康フェスタに参加してどのような効果がありましたか？
(複数回答可)



・「すでに日常的にスポーツしている」が 42%、「スポーツはしていなかったが、このイベントを通じ今後も継続してスポーツに取り組みたい」が 44.5%で、スポーツに継続的に取り組む意欲のある人の合計が 86.5%を占めた。

・参加した効果については、「楽しくて気分が爽快になった」が 49.5%、「健康増進につながった」が 33.5%と上位を占め、参加者が心身ともに健康につながる効果を実感できたと考えられる。

・引き続き、区民のスポーツ継続実施のきっかけと健康増進につながる機会を提供していく。