

自由回答

今後、開催を望むスポーツ教室・大会

回答内容	居住地区	性別	年齢
スポーツ教室でトレイルランニングツアーや室内でボルダリングなども面白いと思う。	青梅地区	男性	20～24歳
夜間も出来るプール	青梅地区	男性	25～29歳
マラソン、ジョギング、ウォーキング	青梅地区	男性	30～34歳
アルペンスキー、西多摩大会 SL、GSL	青梅地区	男性	40～44歳
ソフトボール教室、野球教室	青梅地区	男性	45～49歳
野球、山歩き、釣り、カヌーなど	青梅地区	男性	45～49歳
スポッ的なもの。	青梅地区	男性	55～59歳
ウォーキング	青梅地区	男性	60～64歳
気軽に参加でき、健康維持出来るスポーツであれば、種目にはこだわる必要はない。	青梅地区	男性	60～64歳
軽い運動の出来るもの。	青梅地区	男性	70～74歳
テニス、ソフトボール	青梅地区	男性	70～74歳
大会等の時はかならず議員が来る。	青梅地区	男性	75～80歳
競い合うというより、楽しみながらできるとがしたい。	青梅地区	女性	25～29歳
ヨガ	青梅地区	女性	30～34歳
用具も貸してもらえそうなものがよい。キャンプなど、親子で参加できるもの。	青梅地区	女性	30～34歳
青梅マラソンのジュニアの部を5km位にして、もっと沿道で応援できるようになるとよい。	青梅地区	女性	40～44歳
ヨガ	青梅地区	女性	40～44歳
ビーチボール	青梅地区	女性	40～44歳
身近な所(公園など)で軽い運動、スポーツなど週に1～2回、自由参加(申し込み不要)方式なら条件次第で参加を希望します。(地区名、氏名のみ記入)	青梅地区	女性	55～59歳
高齢者向けフットサル教室。無理のない体操(ストレッチ)教室	青梅地区	女性	60～64歳
子供、孫達が元気に安心してスポーツが出来る教室や大会がいいですね！！	青梅地区	女性	60～64歳
屋内プールでのウォーキング。健康体操	青梅地区	女性	60～64歳
陸上競技・水泳	長淵地区	男性	30～34歳
ウォーキング。空手等の武道	長淵地区	男性	45～49歳
一流選手によるスポーツ教室を定期的に行い、大会を開催する。(サッカー、野球、バレーボール等)	長淵地区	男性	45～49歳
合気道(武道)	長淵地区	男性	45～49歳
キンボール	長淵地区	男性	50～54歳
ヨガ、ストレッチなど中高年のための体操教室	長淵地区	男性	50～54歳
市民ゴルフ大会をもっと多く。	長淵地区	男性	55～59歳
ジョギング教室。団体競技	長淵地区	男性	55～59歳
ウォーキング	長淵地区	男性	55～59歳
近場の名所めぐり、山や川(高尾山、御岳山、多摩川)、周辺のウォーキング、ウォークラリー	長淵地区	男性	55～59歳
総合型地域スポーツクラブを早期に開設しているいろいろな行事を実施してほしい。	長淵地区	男性	65～69歳
カヌー教室やトライアスロンの(複合的なスポーツ)なスポーツなど青梅の自然環境を生かした教室や大会。	長淵地区	男性	70～74歳

ゴルフ教室、ウォーキング	長淵地区	男性	70～74歳
歩くことが出来る。ウォーキング等	長淵地区	男性	70～74歳
陸上競技教室	長淵地区	男性	70～74歳
ウォーキングくらい	長淵地区	男性	70～74歳
種目としてはバスケットボール、体操なども見てみたい。	長淵地区	女性	25～29歳
ボーリング教室。ピラティス	長淵地区	女性	35～39歳
色々な年齢層でも気軽に参加出来るストレッチやエアロビなど。後、自宅で気軽に来出来る体操など教えていただけるイベントがあったら参加してみたいです。	長淵地区	女性	40～44歳
エアロピクス。ピラティス	長淵地区	女性	45～49歳
シニア向けの体操教室	長淵地区	女性	50～54歳
ウォーキング、ストレッチと、名所観光(ガイド付)をミックスしたような行事。スポーツのみに片寄らず、自然と体を動かせる教室。	長淵地区	女性	50～54歳
ラジオ体操&ストレッチ	長淵地区	女性	60～64歳
ウォーキング、キャンプ、ボーリング、運動会(年配者でも出来る種目)	長淵地区	女性	60～64歳
杖が必要な人のスポーツ教室。杖を使用している人のスポーツはどんなのがあるのかわからないので、あれば知りたいし、参加したいと思っています。	長淵地区	女性	60～64歳
ソフトテニス、卓球	長淵地区	女性	65～69歳
ゲートボール・ボーリング	長淵地区	女性	65～69歳
サッカー教室	長淵地区	女性	65～69歳
年齢に出来るスポーツを知りたい。	長淵地区	女性	70～74歳
卓球	大門地区	男性	20～24歳
水泳教室	大門地区	男性	25～29歳
柔道	大門地区	男性	25～29歳
フットサル、トレイルラン	大門地区	男性	30～34歳
フットサルの大会、小・中学生のサッカー、野球教室など。	大門地区	男性	35～39歳
家族対抗リレー大会。家族対抗フットサル大会	大門地区	男性	35～39歳
会社帰りに気軽に寄れる施設。	大門地区	男性	45～49歳
青梅マラソンをスポーツとしてではなく、もっとお祭りに変えて青梅市収入増にはどうでしょうか。	大門地区	男性	50～54歳
市民が自由に参加できる大会。テニス	大門地区	男性	50～54歳
ストレッチ、ジョギングなどの健康増進に関連する教室	大門地区	男性	50～54歳
ウォーキング。バドミントン	大門地区	男性	55～59歳
ボウリング、野球、登山	大門地区	男性	60～64歳
カナディアンカヌー	大門地区	男性	60～64歳
年令別ソフトボール大会	大門地区	男性	65～69歳
野球、70歳以上で構成されるチームがあれば仲間に入りたい。	大門地区	男性	75～80歳
ラクビー、ただし芝生のグラウンドで。	大門地区	男性	75～80歳
ウォーキング、ゴルフ、野菜づくり(自分流の健康管理)	大門地区	男性	75～80歳
スポーツ教室 - スケート。大会 - ボーリング	大門地区	女性	25～29歳
ダンス教室。ヨガ教室。エアロピクス教室	大門地区	女性	35～39歳
アスペルガ症候群 etc 発達障害の子が取り組める内容のもの。親子参加可で、発達障害を理解できる方が入って頂けたらと思います。	大門地区	女性	35～39歳
フットサル(夜間が多いので、午前中希望)。バドミントン(午前中)	大門地区	女性	35～39歳

武道のようなものや弓道もやってみたいです。	大門地区	女性	35～39歳
弓道・武道	大門地区	女性	40～44歳
家族(初心者向け・幼児が一緒)で歩けるウォーキング大会。	大門地区	女性	40～44歳
硬式テニスの Lesson(テニススクールのような...)	大門地区	女性	40～44歳
気軽に参加できる教室があったら良い。ピラティス・ヨガ・ストレッチのような内容	大門地区	女性	40～44歳
ノルディック・ウォーク	大門地区	女性	45～49歳
テニス、ゴルフ	大門地区	女性	45～49歳
ヨガ教室、太極教室など、体を柔軟にするような種目を望みます。	大門地区	女性	50～54歳
タイキョクケン	大門地区	女性	55～59歳
クラシックバレエ、ヨガ、乗馬	大門地区	女性	55～59歳
年をとっても気軽に参加出来るようなスポーツをぜひ！水泳(教室を)	大門地区	女性	60～64歳
健康体操、正しいウォーキングの仕方	大門地区	女性	65～69歳
自主クラブで週1回、ストレッチ、ゲーム、輪投げ等していますが、中高年でも出来そうな軽い運動がしたい。週1回では、少ないと思うからです。	大門地区	女性	75～80歳
ストレッチ	梅郷地区		70～74歳
男性のみのヨガ教室	梅郷地区	男性	35～39歳
ジュニアのスキー教室(2泊3日程度で検定も行う)	梅郷地区	男性	45～49歳
ゴルフ大会	梅郷地区	男性	50～54歳
ランニング・ウォーキングのスポーツ教室	梅郷地区	男性	60～64歳
カヌー初心者講習会	梅郷地区	男性	60～64歳
バスケットボール・ハンドボール	梅郷地区	男性	60～64歳
魚釣大会(ニジマス、ヤマメ、アユ)。ジョギング会	梅郷地区	男性	65～69歳
ウォーキング	梅郷地区	男性	70～74歳
今の状態で良いと思う。	梅郷地区	男性	70～74歳
野鳥観察会(スポーツ外ですか?)	梅郷地区	男性	75～80歳
球技大会	梅郷地区	女性	30～34歳
ダイエットを目的としたスポーツ教室	梅郷地区	女性	35～39歳
ヨガ、ストレッチ	梅郷地区	女性	40～44歳
ビーチボール	梅郷地区	女性	45～49歳
テニス(体育館の中でするテニス)	梅郷地区	女性	50～54歳
大会は出場したくない。教室は団体競技でない個人でできる教室に参加したい。	梅郷地区	女性	60～64歳
水泳をしてみたいです。	梅郷地区	女性	65～69歳
グランドゴルフ	梅郷地区	女性	70～74歳
高齢になり、思いがけず、腰痛や腱鞘炎など、自分の身体が思うようにならず、焦々する。でもゆっくりマイペースで楽しめるウォークラリーなど企画には目がいく。	梅郷地区	女性	70～74歳
青梅 奥多摩方面、青梅 日の出方面へのトレッキングコースがあるといい。	沢井地区	男性	45～49歳
サッカー	沢井地区	男性	45～49歳
武道、ゴルフ	沢井地区	男性	65～69歳
今、老人会の中ではグランドゴルフがさかんです。市でもグランドゴルフの大会など、あったらうれしいです。	沢井地区	女性	60～64歳
合同地域でやれるビーチボール大会。地域で(地区)年齢が高いのでやる人が少ない為、不参加になるので出来れば、地区ぬきで合同で。	沢井地区	女性	65～69歳

野球教室・野球大会	小曾木地区	男性	20～24歳
水泳、バスケット、バドミントン、サッカー、ボウリング	小曾木地区	男性	25～29歳
小さな子供がいても参加できる内容ならいいと思います。	小曾木地区	男性	40～44歳
トレッキング、ハイキング教室	小曾木地区	男性	65～69歳
ハイキング。年齢に合った運動なら？	小曾木地区	男性	65～69歳
親子で参加できるもの。あまり道具は使わず、手軽にできるもの。	小曾木地区	女性	35～39歳
犬と一緒にできるスポーツが良い。	小曾木地区	女性	45～49歳
青梅市全体の自治会、つなひき大会など…。トーナメント式で	小曾木地区	女性	50～54歳
硬式テニス教室	小曾木地区	女性	55～59歳
初心者でも参加できるテニス・卓球・フラダンスなどの教室	小曾木地区	女性	55～59歳
ウォーキング、ハイキング	小曾木地区	女性	65～69歳
体力を維持できる、腰痛予防のストレッチ等、カーヴィーダンスのような。	成木地区	女性	55～59歳
スポーツゴミ拾い。自転車競技	東青梅地区	男性	20～24歳
ヨガ、水泳	東青梅地区	男性	35～39歳
EX.テーマ、ポイントを設ける等をした形でのウォーキング大会(つつじ、あやめ等)	東青梅地区	男性	45～49歳
デュアスロン大会(水泳、ラン)	東青梅地区	男性	45～49歳
バドミントン教室	東青梅地区	男性	50～54歳
ウォーキングやオリエンテーリング等、体力や経験のない市民が気楽に出来るもの。	東青梅地区	男性	55～59歳
卓球	東青梅地区	男性	55～59歳
クライミング・ハードな登山	東青梅地区	男性	60～64歳
テニス大会	東青梅地区	男性	60～64歳
青梅市は市民マラソン発祥の地です。是非ともフルマラソンを実施するべきと思います。それが創始者たる誇りと心意気と言うものです。	東青梅地区	男性	65～69歳
スキー教室	東青梅地区	男性	70～74歳
80才を過ぎた現在、ウォーキング以外のスポーツは無理になってきました。ウォーキングは毎日30分以上、わかさ公園でやっています。毎日歩け歩けます。	東青梅地区	男性	75～80歳
高齢化、想像以上に進む。グランドゴルフは右肩上がりでプレイヤーが増加しているのに、ゲートボール大会は有るが、グランドゴルフの市大会はない。	東青梅地区	男性	75～80歳
テニス	東青梅地区	女性	20～24歳
フットサル教室	東青梅地区	女性	20～24歳
ボウリング大会、ゲートボール大会、スケート教室	東青梅地区	女性	25～29歳
ヨガ、気功のような心身によいもの。	東青梅地区	女性	30～34歳
ヨガ教室、ゴルフ教室	東青梅地区	女性	35～39歳
休日のスポーツ教室。平日、夜のスポーツ教室。ヨガやストレッチ教室	東青梅地区	女性	35～39歳
ヨガ	東青梅地区	女性	35～39歳
親子で楽しめる。	東青梅地区	女性	40～44歳
テニス教室	東青梅地区	女性	45～49歳
ハイキング	東青梅地区	女性	50～54歳
・卓球、初級、中級教室(数回に分けて) ・筋力強化(インナーマッスル)教室(数回に分けて) ・登山机上教室	東青梅地区	女性	55～59歳
あまり体力を使わないもの。じきょう術・ストレッチ等	東青梅地区	女性	55～59歳
老若男女だれでも楽しめる大会があると楽しそうですね。	東青梅地区	女性	55～59歳

年令の高い人の体力いじ等の教室	東青梅地区	女性	60～64歳
健康ヨガ教室	東青梅地区	女性	60～64歳
ラジオ体操等、市が主催して行ってほしい。(地域ごとに)	東青梅地区	女性	65～69歳
ゴルフ	東青梅地区	女性	65～69歳
高齢者にやさしい教室でいつでもいける様な時間。	東青梅地区	女性	65～69歳
足が痛いので簡単なもの(温水プール等)	東青梅地区	女性	70～74歳
高齢なので、軽く無理のない体操などを希望する。(膝を悪くしているので)	東青梅地区	女性	70～74歳
フットサル、自転車レース	新町地区	男性	25～29歳
気軽に参加できる体力測定と、その結果に合わせたアドバイスがあるとうれしい。	新町地区	男性	35～39歳
1人でも参加できるようなもの。	新町地区	男性	35～39歳
ボーリング、ハイキング	新町地区	男性	40～44歳
自動車レース	新町地区	男性	45～49歳
バドミントン	新町地区	男性	45～49歳
優しい登山(御岳山、大岳山)。ウォーキング。なわとび(団体)	新町地区	男性	55～59歳
スポーツ教室(水泳)	新町地区	男性	65～69歳
卓球や体操などの一流選手のプレーを目の前で観戦したい。	新町地区	男性	70～74歳
皆で楽しめる運動を望む。	新町地区	男性	75～80歳
ボーリング大会、グランドゴルフ。地域全体で親睦と交流の深められる行事がほしい。	新町地区	男性	75～80歳
青梅マラソンに参加したいです。	新町地区	女性	20～24歳
軽い運動。ヨガ教室。	新町地区	女性	25～29歳
体操教室	新町地区	女性	25～29歳
平日夜に開催するもの。	新町地区	女性	30～34歳
小さな子供も参加できるようなスポーツや親子教室など。	新町地区	女性	30～34歳
バレーボール。バドミントン	新町地区	女性	30～34歳
ダンス	新町地区	女性	40～44歳
初めてでも1人でも気軽にできるようなストレッチ教室。	新町地区	女性	40～44歳
若くない人用の Hip Hop やいろんなダンス。ヨガ	新町地区	女性	40～44歳
スポーツと考えると重く感じる。しゅみのように手軽、手頃に遊んでみたい。	新町地区	女性	40～44歳
バドミントン	新町地区	女性	40～44歳
ジャズダンス、スケートなど	新町地区	女性	45～49歳
健康維持増進のための、ストレッチ教室等、出来れば体育館等も冷暖房の設備があるとうれしい。無しだと、冬や夏は実際は活動出来ない。	新町地区	女性	60～64歳
テニス大会開催日が改善されているので、良いです。	新町地区	女性	60～64歳
ウォーキング、ハイキング、水泳、卓球	新町地区	女性	65～69歳
ジョギング、エアロビクス等	新町地区	女性	70～74歳
軽い運動が出来るもの。体操	新町地区	女性	70～74歳
フラダンス。水泳教室。弓道	河辺地区		50～54歳
サッカー	河辺地区	男性	20～24歳
エアギター選手権	河辺地区	男性	25～29歳
剣道	河辺地区	男性	25～29歳

ソフトボール、野球	河辺地区	男性	30～34歳
ソフトボール	河辺地区	男性	35～39歳
テニス、ゴルフ教室	河辺地区	男性	45～49歳
ソフトテニス。親子参加可能な教室	河辺地区	男性	45～49歳
合気道、弓道	河辺地区	男性	50～54歳
スノーボード、水泳	河辺地区	男性	50～54歳
ゴルフ教室	河辺地区	男性	55～59歳
ヨガ教室、ダンス教室。瞑想教室	河辺地区	男性	55～59歳
ウォーキング、ハイキング、登山教室	河辺地区	男性	55～59歳
釣り	河辺地区	男性	60～64歳
ゴルフ大会	河辺地区	男性	60～64歳
スポーツ種目毎に指導をして頂きたい。水泳、グランドゴルフ、インディアカ	河辺地区	男性	60～64歳
釣大会	河辺地区	男性	60～64歳
参加者が楽しめる大会。個々のレベル差を少なくする。	河辺地区	男性	65～69歳
ウォーキングフェスタ。市民健康のつどい	河辺地区	男性	65～69歳
体調が良くない。足が悪くなって余り歩けないので。	河辺地区	男性	75～80歳
フラダンスの大会	河辺地区	女性	25～29歳
青梅ながらではのもの。カヌーやボルダリングなど自然を活かしたもの。	河辺地区	女性	30～34歳
サッカー、フットサルをやりたいので、まずは、肥満撲滅の為の運動教室(食事指導)。	河辺地区	女性	30～34歳
体操、ヨガ、ストレッチ	河辺地区	女性	40～44歳
ヨガ教室	河辺地区	女性	40～44歳
ヨガ、水中の運動等	河辺地区	女性	45～49歳
ジョギングやウォーキング教室	河辺地区	女性	45～49歳
ウォーキング、ヨガ。ストレッチ。お年寄りのスポーツ(運動)の教室	河辺地区	女性	50～54歳
ビーチボールバレー。ジョギング 走る前後のストレッチ、呼吸法、走り方。筋肉をつける 体操 マシンを使用して筋肉をつける。ストレッチのやり方。	河辺地区	女性	50～54歳
誰でも気軽に参加できるスポーツ教室	河辺地区	女性	55～59歳
ハンパホッケーを是非やってみたいと思います。	河辺地区	女性	55～59歳
散歩位しかできないので、近くの若草公園等で体操教室等あれば参加したい。	河辺地区	女性	60～64歳
ヨーガ・太極けん教室	河辺地区	女性	65～69歳
軽登山やハイキング(いずれも市内で)	河辺地区	女性	70～74歳
卓球	河辺地区	女性	70～74歳
サッカーの教室、大会をやってほしいです。小中高とサッカーのチームがあっても、それから先はプロのチームに入らないと素人のチームは、あつまりはない。	今井地区	男性	20～24歳
サイクリング	今井地区	男性	35～39歳
ボーリング大会	今井地区	男性	55～59歳
市民ゴルフコンペ	今井地区	男性	65～69歳
ゴルフ教室	今井地区	男性	70～74歳
幼児も参加できる様なスポーツ大会	今井地区	女性	25～29歳
ダンス(ベリーダンス、タップ、ブレイクダンスなど)	今井地区	女性	30～34歳
私の場合、子供が中心なので、子供の教室はなんでも参加させたい。	今井地区	女性	35～39歳

ダンス教室があるといいです。子供からご年配まで内容によっては、はばひろくできるスポーツと思います。おريませで大会などひらけば、交流もあつていいのでは？！	今井地区	女性	35～39歳
これからその教室に1人で参加するにはかなり勇気がいります。スポーツ教室に参加している方の話を聞くと、あまり気が進みません。(人間関係等)	今井地区	女性	40～44歳
年齢、性別問わず参加出来る(気軽に)体力測定やスポーツテスト(知らない人ばかりでも気兼ねなくできるから)	今井地区	女性	45～49歳
40～50代向け女性のストレッチ教室、ヨガ、カーヴィーダンスなどの教室	今井地区	女性	45～49歳
初心者でも参加できる、健康を保つためのよなトレーニング教室。	今井地区	女性	50～54歳
勝ち負けにこだわらず、純粹に運動、スポーツを楽しめるもの。	今井地区	女性	55～59歳
高齢や障害がある人でも参加できるもの。弱くなつてるところをケアし、強くしていけるよう指導されると元氣な老人が増え、病院にかかる数が減つて来ると思ひます。	今井地区	女性	55～59歳
健康維持の為の基本的な運動や毎日のストレッチが継続的に出来る簡単な運動。	今井地区	女性	60～64歳
ラジオ体操	今井地区	女性	60～64歳
グランドゴルフ	今井地区	女性	65～69歳

市民のスポーツ活動を活発化するために

回答内容	居住地区	性別	年齢
青梅は自然に囲まれているので、トレイルランニングを積極的に推進してもいいと思う。ただ最近では走る女性も増えてきたので、成木の家のように一般利用がしやすい更衣室やロッカーなどを永山あたりに設置できれば、あとは山道の整備を定期的に行い、トレイルも設置する。市のホームページに山道・トレイルマップを掲示する。あとは、室内スポーツでボルダリングができるよう総合体育館に設置してもいいと思う。	青梅地区	男性	20～24歳
平日の仕事帰りによれるようにしてほしい。	青梅地区	男性	25～29歳
景気の回復	青梅地区	男性	40～44歳
スポーツ体験ブログ(写真などの良いイメージ)。ネットでのよびかけ。	青梅地区	男性	45～49歳
体育館のトレーニングジム等のマシンの充実。他市町に比べて少ない。	青梅地区	男性	45～49歳
スポーツ施設(グラウンドなど)の設置だと思います。	青梅地区	男性	45～49歳
駅などに案内をおいてほしい。その場合、運動・スポーツ活動に限定したポスター、小冊子にして欲しい。	青梅地区	男性	45～49歳
青梅マラソンの30kmを42.195kmのマラソンに出来る様にしてほしい。	青梅地区	男性	55～59歳
個人がゆとりをもてる、市がスポーツ選手を援助できるようにお金持ちになること。	青梅地区	男性	55～59歳
一人でも気軽に参加できるスポーツが必要です。仲間を連れて行くようなものはダメ。	青梅地区	男性	60～64歳
広報の仕方を工夫し、広くお知らせすべきであると思う。紙面及びインターネットで行っていても、見る人と見ない人、様々な人がいるため、市の施設に開催されるスポーツ等の案内コーナーを設け、広報に努めるべきと思う。	青梅地区	男性	60～64歳
スポーツに対する意識づけには、きめ細かい広報、繰り返し広報が必要になるでしょう。	青梅地区	男性	65～69歳
スポーツ指導員の充実、各スポーツに置く。	青梅地区	男性	70～74歳
市民スポーツ活動＝体協という図式ではなく、地域で地味に活動している人たちにも目をくばりそういう人達が活動しやすくする事と共に、その育成にも気をつけて見守る。	青梅地区	男性	70～74歳
何の為に知っているが、かならず議員が出て来るのが変ですね。	青梅地区	男性	75～80歳
まずは環境の整備。あとは、広報の充実、青梅市のスローガンを作って積極的に市民に参加を呼びかける。多分市民は、スポーツ振興をやっていることを知らない。	青梅地区	女性	30～34歳
保育つきのスポーツ教室があるといいです。お母さんたちのストレス解消になるような。	青梅地区	女性	30～34歳
広報の催しや教室などはよくチェックしています。手頃な費用で体験できる各教室は良い機会になると思います。施設を借りる際の手続き、費用が以前より大変になった？	青梅地区	女性	40～44歳
誰もが、気軽に参加できる様にする。	青梅地区	女性	40～44歳
もっと個人で参加できる気軽な運動施設ができれば...と思う。	青梅地区	女性	40～44歳
広報に情報を流す。一部の人の為だけにならないようにする。無料の入門コースを。	青梅地区	女性	55～59歳
一支会、市民運動会の競技について毎年同じで参加することが出来ない。年令的にも参加種目が少なく無理な事が多い。得点の競い合いのため、特定の人達の為の運動会ですね。孫と地区は同じですが、町名が違うため、一緒に参加できない。	青梅地区	女性	55～59歳
ヴァリエティに富んだスポーツを提供してほしい。参加できるスポーツ教室あるいはクラブ、グループがどこに、どのようなものがあるか一般市民に知らせてほしい。インターネット上で見られるようにしてほしい。	青梅地区	女性	60～64歳
高齢者でも参加出来る運動クラブやスポーツセンターが身近にあったら、参加できる。	青梅地区	女性	60～64歳
健康と仲間作りで楽しい場所を願いたいと思います。	長淵地区		75～80歳
市の体育館には、あまり備品が整っていなかったり、暗く感じるような所もあります。もう少し充実していただけると、よいかと思います。	長淵地区	男性	30～34歳
プロ野球、プロサッカー等の試合ができる市民球技場を整備し、試合を開催する。	長淵地区	男性	45～49歳
サッカークラブチームが出来れば楽しい。地域での応援等もあがるのではないかな。	長淵地区	男性	50～54歳
身近でできること、費用をやすくまたは無料にする、頻繁に開催するなどして、気軽に参加できることを重視する。	長淵地区	男性	50～54歳
私はボランティアで歩行ラリーのコースを作り、私の関連会社で行いました。だれでも参加出来る、ウォークラリーのようなスポーツを市内で行えると良いと思います。	長淵地区	男性	50～54歳

運動する事で健康にどのような良い影響があるかの周知活動。	長淵地区	男性	50～54歳
企画・運営をしっかり行い、気楽に参加出来る行事を考えてもらいたい。又、参加者が交流できるレクリエーション的なスポーツも良いですね！個人でも参加したい。	長淵地区	男性	55～59歳
介護老人を抱えての二人三脚生活なので、現状でスポーツに言及する余裕は有りません。因に、子供の頃は野球小僧であり、遠泳を友人と競い、中～高の6年間はテニス部に在籍、会社での部対応、ソフトボール大会にも参加等していました。	長淵地区	男性	60～64歳
ジュニアを中心としたスポーツ振興の充実を！	長淵地区	男性	65～69歳
リハビリを兼ねた活動	長淵地区	男性	65～69歳
継続的に気軽に参加できるスポーツ教室等の充実。市のスポーツ教室、市内のスポーツ団体等の積極的な広報(充実した教室があるので)。永山遊歩道や御嶽山、高水山、御嶽渓谷等、青梅市の自然環境を生かしたスポーツ活動の企画(日常的に継続して活動できるものがよい)	長淵地区	男性	70～74歳
公式・公認、全天候陸上競技場は是非ともほしいと思います。	長淵地区	男性	70～74歳
保育士さんなどがある保育所みたいな施設があって、少しの間だけでも見てくれたらイベント毎に参加も出来ると思いました。産後のお母さん方は体力が落ちてきてるので、預けたらなって。	長淵地区	女性	25～29歳
体育施設を利用しやすくするため、足を運びやすくする。無料の送迎バスを出したり教室を開いてみたり。	長淵地区	女性	25～29歳
子供たちだけで安心して参加できる環境の整備(今は、とかく親同伴が多いので、仕事をしていると、参加することすらできないので)	長淵地区	女性	35～39歳
子供にスポーツをやらせたいが(男の子)、サッカーくらいしかなく...野球もかな?地域でできる活動の種類を増やして欲しい。	長淵地区	女性	35～39歳
平日の昼間の時間帯だけではなく、サラリーマンなどを対象にしたスポーツイベントを行い易くするためにも、夜間や土・日にも開催して欲しいです。	長淵地区	女性	40～44歳
年令も年令なので、健康に気づかったスポーツをしていきたいと思っています。	長淵地区	女性	40～44歳
年齢や運動経験の有無、障害の有無にかかわらず、だれでも参加できることは本当にすばらしいのぞましいが、個々の特性(障害など)の理解が不可欠であり、今の環境では、まだ理解がうすいと考える。	長淵地区	女性	40～44歳
もっと一般の人が利用できる様、スポーツ施設を充実させ、増やしてほしい。出来れば、指導者がいる施設を作ったら一人での利用も可能となり、誰でもスポーツが出来る環境になると思います。個人的に土日や平日夜間のスポーツ教室を増やしてほしいです。	長淵地区	女性	45～49歳
・日頃運動不足で機会があれば、運動をしたい、ジムに行きたいと思っている人はたくさんいると思う。しかし、時間がなかったり、ひとりでは参加しにくかったり、ジムに行くほどのお金をかけられなかったりという人は多いと思う。市の施設として、利用しやすいものが、総合体育館以外にもあればいいと思う。 ・健康体力増進、運動不足解消、肥満予防など楽しく手軽にできる教室があればよいと思う。(平日の昼間だけでなく、仕事帰りや夜に参加できるもの)	長淵地区	女性	50～54歳
青梅に居住して17年になりますが、(私を含め)高齢者が多く住める町と思います。沖縄のように高齢者が、笑顔で、楽しめる(体を動かせる)スポーツがあったらいい。	長淵地区	女性	60～64歳
車いすや障害者用のスポーツがあれば、参加したいです。障害者でも色々段階があると思うので、それに合ったスポーツ施設や教室があれば、いいと思います。	長淵地区	女性	60～64歳
高齢者が気軽に毎日行ける施設がほしい。スポーツをしたり、色々な遊びが出来る場所がほしい。	長淵地区	女性	65～69歳
体育施設の充実。夜間出来るサッカーグラウンド	長淵地区	女性	65～69歳
スポーツの出来る場所を知る事。市の図書館のように地図で知った上でやろうの気持ちがあってもスポーツする場所がわかりません。	長淵地区	女性	70～74歳
まずは個人が健康体に戻って、初めて好きなスポーツを選ぶことが出来るように思う。	長淵地区	女性	75～80歳
運動不足と思っていても遠くまで出る事が困難。でも、地域ごとにこまかい運動が出来る場所があったら一人でも出掛ける事が出来るのではないかな。	長淵地区	女性	75～80歳
私は今、スポーツ施設建築(工事)会社に勤めていますが、スポーツは施設があってこそだと思います。品質の良い競技場、野球場等をつくりあげるために、行政の力は必要だと思います。良いスポーツ施設で市民の方がスポーツ等を行えば、興味もわくと思います。今ある施設の点検等今一度見直されたいかがでしょうか？	大門地区	男性	20～24歳
時間の調整	大門地区	男性	25～29歳
開放的なスポーツクラブの設定。ホームページを利用したクラブの紹介。サイクリング専用道路の整備(青梅街道の幅拡張)。幅広いレベルのスポーツ大会開催	大門地区	男性	35～39歳

年齢、性別、経験を問わず、参加すれば笑顔になれる雰囲気集まりと、逆に勝ち負けにしっかりこだわる集まりを同じ種目で2つつくると、参加しやすいと思います。	大門地区	男性	35～39歳
広報おうめ以外の情報収集手段がないので、地域の活動については、知らない。	大門地区	男性	35～39歳
市内のスポーツ施設が分散しすぎでは？明星大のグラウンド、体育館、テニスコートなどを市民が気軽に利用できるようにしてほしい。	大門地区	男性	35～39歳
大人の方がやっているスポーツは小さい頃からやっていたものが多いと思います。市が小学校、中学校と協力し、さまざまな競技を体験できる機会と市の施設を自由に使える環境をつくるのが大切です。	大門地区	男性	45～49歳
温水プールなど気軽に寄れて、遅くまでやっている施設が駅の近くにあると良い。年会費などでなく1回数百円程度で利用できると良い。	大門地区	男性	45～49歳
スポーツを通して、青梅市の発展につなげるようなことはできないでしょう。今のままでは、税金を使うことばかりなので、税収が入りスポーツも発展することが望ましいのではないかと考えます。多摩地区にない全天候型のドームの建設などして他市から人が来るような対策も必要ではないでしょうか。(箱もの的な声は出るでしょうが)	大門地区	男性	50～54歳
体育施設の充実とそれぞれの種目での教室、市民が参加しやすい形。	大門地区	男性	50～54歳
各年代に適したスポーツの推進。PR活動	大門地区	男性	50～54歳
一般市民にも分かる様、広報活動を積極的にやってほしい。	大門地区	男性	55～59歳
指導者の地域活動の育成	大門地区	男性	60～64歳
広報活動の充実化	大門地区	男性	60～64歳
すり足で歩いている高齢者を見ると、ああなりたくないと思う反面、本人は自覚が有って、治したいと思っているのだろうかと思う。そうならない、させない啓蒙が必要だと思う。	大門地区	男性	60～64歳
河辺下の人工芝のテニスコートの整備に多大な費用を投資することは、市民のテニス人口から考えて不必要と思う。青梅市は自然がたくさんあり、これから高齢者人口が増加することを考えてもマレットゴルフ場をぜひ創設することを希望します。	大門地区	男性	60～64歳
親子、親族と子で運動競技等を行う。	大門地区	男性	65～69歳
・施設が使用しやすい環境を作ってほしい。・施設には気軽にすわっておしゃべりが出来たり、お茶がのめる場所もほしい。	大門地区	男性	65～69歳
皆が集ってやる事がきらいな人がどの位居るか不明だが、多い様なら、一人で出来るスポーツ施設を作る事も必要と思う。例えば、カラオケの様に、個室を沢山作るとか。	大門地区	男性	70～74歳
高齢者向けのスポーツの普及、および大会の開催。	大門地区	男性	75～80歳
高齢者が気楽に参加できる活動の計画。	大門地区	男性	75～80歳
学校のグラウンドに芝生を植えて下さい。質問が多すぎだと思います。このアンケートをスポーツ行政に生かすのはむずかしいですね。	大門地区	男性	75～80歳
予算をつけて活性化を図る。	大門地区	男性	75～80歳
運動オンチの人や、腰の重い人も参加できる、したくなる様な「市民誰でも参加OK」な明るい雰囲気の教室やチームや、大会を開く。賞品を出したりして、「家族で参加しよう！」みたいな、ゲームかんかくで、楽しめるものなど。	大門地区	女性	25～29歳
もっと広報活動をすべき。今、山が流行しているのだから、山がたくさんあるのだから、自然をたくさん使った行事をやったらいいと思う。また、大人向けではなく、子供向けをもっとたくさん考えて、親子で参加できるものもかなり必要と思う。	大門地区	女性	25～29歳
小学校、中学校の夜間のグラウンド(体育館含む)開放(ナイター設備等)	大門地区	女性	30～34歳
スポーツ活動をしていることさえ知らなかったのだから、知ってもらうために、もっと分かりやすく伝わり方を話し合った方がいいとおもう。	大門地区	女性	35～39歳
誰にでも参加できるようにハードルを下げると共にレベルの高い低いにあわせて、行事を設定する。リーダーを育てていく。楽しみ もっとやりたい、やってみたいを育てる。	大門地区	女性	35～39歳
主婦もスポーツを日常生活にとり入れられるように、午前中の教室がほしい！！	大門地区	女性	35～39歳
興味があっても時間が難しいときや、全4回土曜日となると難しい時もあります。サークル活動のように気の合う仲間が集まり、スポーツ(興味のある)をして、その中で指導員が来てくれると広がるような気がします。	大門地区	女性	35～39歳
3年前に青梅に引っ越して来ましたが、クラブやサークルが全くわかりませんでした。(今でもわかりません)初心者でも加入しやすいクラブ、サークルの紹介があるといい。	大門地区	女性	40～44歳
気軽に参加できること。青梅市内にある高校のテニスコートやプールを学校が休みの時無料で使えるようにするといいと思います。	大門地区	女性	40～44歳

市で行っている活動は、自宅(マンション)に広報も届かない為見えてこない。以前済んでいた羽村市瑞穂町ではアパートでも届いていたので、自分が市や町の行事などに参加しなくても、どのようなことを行っているかは何となく把握できていた。	大門地区	女性	40～44歳
体育施設の充実。子どもがいても参加できるよう工夫してほしい。	大門地区	女性	40～44歳
現在は全く運動をしていないので、市がどのようなスポーツ活動をしているのか知りません。まずは知ってもらうことが必要なのではないでしょうか。	大門地区	女性	45～49歳
自治会などで団体でまともになくても、一人でも参加できるもの。そして時間帯も色々あれば、参加する人が増えるのでは...と思う。(障害者も同様)	大門地区	女性	50～54歳
広報を読むと就労者は時間が合わないのがほとんどで、スポーツをしたくてもできないのが実状です。時間帯を考えていただきたい。etc PM9迄だとできますと思います。	大門地区	女性	55～59歳
市民の大会に他の市町村も出て来るが、市民には料金を安くする方法も必要だと思います。大会(ゴルフ)を開催する際の曜日がいつも同じように感じます。曜日を変更して開催して頂ければもっともっと参加したいです。お休みが火曜日なので出来たら是非参加したいです。	大門地区	女性	55～59歳
子供から老人まで自由に動いて集えて運動できる場所、都立あきるの公園みたいな所がいいですネ。夏でも木かげが走ることができるし、若い人は、全天候の競技場で走ってるし、東原は中途半端でせまいし、たばこすったりしてる人の横走るのいやだし、野球にくる人が立ちションしてるし困る。	大門地区	女性	55～59歳
中高年が利用できる様に、公共の施設で利用料が低価格で、日々の筋力トレーニングが出来る設備がある所が欲しい。また施設が少ない。	大門地区	女性	60～64歳
病気後はどのスポーツでも気持ちは有るのに体が思う様についていけず、やむなくあきらめます。激しくなく、汗をかけるすっきり出来る様なスポーツをさがして下さい。(ちなみに病気による障害は有りません)私的には、水泳がかしたいのですが、運転出来ず、プールにも行く時面倒と言うか、不自由しています。指導員がいるのは知っていますが、何かつき合いづらい気がします。	大門地区	女性	60～64歳
自治会に入っていない為、地域で行うスポーツには参加出来ません。又、高齢者対象のスポーツがあれば良いと思う。	大門地区	女性	65～69歳
人を市外から呼びこめるような行事。ウォーキングルートの開設とマップの作成	大門地区	女性	65～69歳
誰でも参加出来るような広報活動が大切だと思います。スポーツがにが手な人でもスポーツをしてみたいと思うような広報が必要な気がします。	大門地区	女性	65～69歳
体を動かさすと言う事はストレス、汗を流す等気持ちの良いものです。若い人、中高年にしても、それぞれに合った運動をすれば健康を保つ事が出来、明るい生活につながると思います。	大門地区	女性	75～80歳
年間を通して出来る教室。	梅郷地区		70～74歳
ランナーの多い青梅街道の駅間に距離表示の看板を設置したらいい。これから、ラン・ウォークを始める方のモチベーションを上げる。	梅郷地区	男性	35～39歳
自治会へ加入への促進啓発。体育部とスポーツ推進委員を通じた地元スポーツ行事への広報活動とPR等。軽スポーツ大会のPR等	梅郷地区	男性	40～44歳
各団体を仲良しクラブ 開かれた組織にし、体育施設を充実させる。	梅郷地区	男性	45～49歳
地域住民の理解	梅郷地区	男性	50～54歳
教えることができるスポーツ指導者とスポーツ教室の開講(基礎技術の向上を狙う)	梅郷地区	男性	60～64歳
体育施設の充実・整備と指導者の育成(専門的知識をもった)。施設面では、芝のサッカー場と温水プールは必要と思う。	梅郷地区	男性	60～64歳
アイススケート場等の施設の建設。浅田真央選手を呼ぼう。	梅郷地区	男性	60～64歳
気軽に出掛けられるスポーツ施設を、各地域にもう少し増設してはどうか。スポーツジム等もあれば、是非行って見たいと思います。	梅郷地区	男性	65～69歳
青梅スタジアムがもっと使えるようになるといい。あれだけの設備がもったいない。	梅郷地区	女性	35～39歳
かわいいキャラクター等を作ったらいかがでしょうか。	梅郷地区	女性	35～39歳
ケーブルTVで告知。青梅市運動・スポーツ専用のHP。申し込みもHPで手続き手きる更新されると、ケイタイへ通知がくる。図書館・駅などにポスター、会場、行っているスポーツ記載の小冊子。	梅郷地区	女性	40～44歳
年齢に応じたスポーツが良いと思う。宣伝も必要だと思う。	梅郷地区	女性	45～49歳
仕事なされている主婦は土・日曜日のスポーツ教室があればと考えていると思いますが...、私はパートをしているので時間はかなり自由にありますが...	梅郷地区	女性	60～64歳
・スポーツ指導者の育成をお願いしたい。偏見、差別をする指導員の話をよく耳にする。	梅郷地区	女性	70～74歳

地域性を生かしたメインスポーツ(青梅マラソンの様に)例えばカヌーなど、振興をはかる(市内在住の方を対象に、教育育成、他流試合、合宿交流などを行う中で。) 誰でもが、特に素人の高齢者が特技がなくても参加できるウォークラリー。マラソンの様に車椅子・杖コース、のんびりコース、楽々コースなど設定、ゴールは釜淵の様な河原で若いボランティアの人と共にバーベキュー大会を行うなどはどうか。	梅郷地区	女性	70～74歳
施設利用手続(予約等)を簡単に。	梅郷地区	女性	75～80歳
高齢者を対象とした運動内容の活動をやってみたらどうでしょうか。 やさしくて楽しくてみんなで協力して続けられるようなスポーツはないでしょうか。	梅郷地区	女性	75～80歳
市のPR	沢井地区	男性	45～49歳
生活にゆとりがあってからのスポーツ。スポーツに無理に税金を使うな。	沢井地区	男性	60～64歳
高年齢でも参加のできるクラブの設立。	沢井地区	男性	65～69歳
1.近くに施設があること。2.学校、公民館等の使用が簡単であること。	沢井地区	男性	75～80歳
地元の方とは、わずらわしくめんどくさいし、仲間もないので、参加したくないのが本音です。一部の人達だけが夢中になっていて、バカみたい。毎年、運動会に参加する人は決まっています、その輪の中に入っていけないし、入りたくもありません。一人でも参加できる様な、会費を払ってでも知らない人達と運動する方が楽しいです。	沢井地区	女性	50～54歳
このアンケートは健康な人を対象として書かれていますが、スポーツをやりたくても出来ない人(少しの障害)も沢山います。私はあきる野の温水プールにリハビリと運動不足解消のために通っています。このプールには青梅市民も沢山行っています。セントラルでは、お金がかかるし、(日曜日は2時間で400円で開放していますが)あきる野では3ヶ所温水プールがあります。65才以上は2時間200円、外部の人は400円ですが、それでも自由な時間に入出入り出来るので人気です。青梅にも1つ位この様なプールが欲しいです。以前市長さんの公約にもあった様な気がしますが、いかがでしょうか？	沢井地区	女性	65～69歳
息子達が今は沢山に色々なスポーツに出ていますので、活動しています。休みの時などは、ホント出てる様です。	沢井地区	女性	75～80歳
元スポーツ選手(プロ、アマチュア)による直接指導、座学による講演などで子供から大人までふれあえる機会を設けて欲しい。	小曾木地区	男性	25～29歳
広告やHPなどで告示をもっと手広くしてほしいわかりやすく。	小曾木地区	男性	50～54歳
誰もが自由に、手軽に参加できるスポーツ教室の企画、又、指導者のいる施設の充実。青梅の自然環境を生かした運動(カヌー、自転車、ハイキング、トレッキング、ウォーキング、釣りetc)の普及、充実。	小曾木地区	男性	65～69歳
もっと推進委員の活用を。	小曾木地区	男性	65～69歳
スポーツに関する広報があまり行われていないような感じがする。良い指導者、良い施設があっても知らなければ使われない。まずは、知らせる事から始まるのでは！？	小曾木地区	女性	35～39歳
スポーツ教室を無料で主催する。	小曾木地区	女性	45～49歳
自治会の活性化が必要。市内の過疎地にも目を向けてほしい。	小曾木地区	女性	50～54歳
自宅の近くにスポーツ施設がない(センターや学校の体育館はありますが遠いので)し、今は仕事があるのでなかなか参加出来ませんが、近くにあったら、仕事やめたら参加できるかもしれませんが...。もっと、気軽に参加できるシステムになっていたら、参加しやすい(年令も高いので、既存のグループの中にはなかなか入っていけない)	小曾木地区	女性	55～59歳
手軽に参加できるようにする。	成木地区	男性	55～59歳
・指導者の育成と地域に密着した各市民センターが主体となった活動が必要と思う。 ・スポーツ推進委員だけでは、実行性に欠ける面がある。個々のスポーツ毎に年令に関係なく、推進委員を設置したらよいと思う。(各地区の実情に合わせて)	成木地区	男性	65～69歳
優秀な指導員と環境	成木地区	女性	55～59歳
青梅の森の有効活用	東青梅地区	男性	20～24歳
各種スポーツ教室を開催して頂くと、なじみのないものでも、参加しやすくなります。	東青梅地区	男性	35～39歳
温水プールから河辺駅前の温泉施設に変わってしまうくらいなので、市の施策には何も期待していません。民間温水プール借り上げは、委託先の管理・監督を適正にやってほしい。以前行った時、水深1mもないところを大人に泳がせるなんてありえない。予算のたれ流しである。	東青梅地区	男性	40～44歳
手軽に、身近に手が出せる環境づくり。	東青梅地区	男性	45～49歳

空前のランニングブームと言われる昨今、全国のランナーが集う「青梅マラソン」という優良な資産があるにも関わらず、同コースの歩道の整備が、行き届いていないのが残念です。加えて沿道に公衆トイレ、水道が整備されていないのも、何とも「もったいない」状況であると思われます。	東青梅地区	男性	45～49歳
仕事の勤務体制が不定期なことや、介護などで自分で自由に使える時間が固定できない。夏の節電で土日を出勤日する会社もあるように聞く。 市民(国民)にゆとりある生活や暮らしがないように思う。時間はつくるものかもしれないが、自分ひとりの生活でないので、家族に負担を強いれない。	東青梅地区	男性	50～54歳
クラブ、小中高等学校、スポーツの愛好会などに対する市からの運営補助金。	東青梅地区	男性	50～54歳
私は年齢が50後半になります。今まで仕事に追われたりで、スポーツに親しむ機会がありませんでした。今、体力の低下など感じ運動・スポーツ等に関心を持つようになりましたが、特定のスポーツの経験もなく、始めるキッカケがつかめません。教室みたいな、初心者、未経験者が体験参加出来るような催しが、多数あるといいと思います。	東青梅地区	男性	55～59歳
体育施設の充実・整備	東青梅地区	男性	60～64歳
何がどこで、いつ開催されるかを周知させることが大切ではないか。 そして、何よりもスポーツを理解した指導者がいなければ、面白さは伝わらないと思う。	東青梅地区	男性	60～64歳
テニスの場合、壁打ちのできる場所をつくる。長い壁で多くの人が壁打ちできるようにする。手軽にできるのでスポーツを始めるきっかけになると思います。	東青梅地区	男性	60～64歳
市民の運動・スポーツ活動の活発化の為の提案。私は40歳頃から老後の「体力維持」を考えてジョギングを始めました。10回程「青梅マラソン、30km」の部に参加し、マラソン競技を止めてからは今日までウォーキング(2km以上)を続けています。現在は至って健康です(たまには風邪などをひいたりもいたしますが)、「自分の身は自分で守れ」を実践致しております。「健康の秘訣は体力があるか無いかです(これだけでは有りませんが)」。 さて本題に入りますが、私の家の近くに小学校があります。若しグラウンドが開放されていたならば「インターバル走」とか「ダッシュ走」とか一般道ではやりにくい練習が出来たのにと当時残念に思っておりました。もし小・中学校のグラウンドや体育館が開放されたならば、少なからずスポーツの振興に役立つ様な気が致します。どんなスポーツをどの様に進めるかは各自治体に任せ、又、2年や3年で良い結果を求めるのではなく、5年、10年と長い目で見て、指導されたら如何でしょうか。 グラウンドや体育館の閉鎖に至ったのはそれなりの事情があった訳ですが、マイナス面ばかりを気にしてプラス面を殺してしまうのは勿体ない様に思います。 多くの人は「おっくうだ」とか「面倒だ」とか「物ぐさ人間」です。わざわざ遠くの体育館だとか運動場に足を運ぶ人は「少数派」で熱心な人達です。 自宅から歩いても何分もかからない近所にスポーツ施設があったならば、参加してみようと思う人が出てくるかも知れません。毎日少しずつ永く続ける事が健康を維持する「コツ」です。 人間は、何十万年も、農耕民族も狩猟民族も、日の出とともに起き、日没迄働き続けて来た(大変にゆっくりと動く)のです。人間は身体を動かす事で「新陳代謝」を促して来たのです。これ等の事は、ほんの百年位前迄続けてきたのです。人間の身体にしみついた生活のリズムを急に変えたりする事は出来ません。その事に対処するには「運動」をするしかありません。 人は楽しくなければ消極的になります。個々人に適した運動はスポーツに限りません。例えば「舞踊(日本舞踊・民謡・社交ダンス・フォークダンス・フラダンス・その他)」「家庭菜園・園芸・その他」「歌唱(色々)」「その他」 全く多種多様何でもありでいいのです。まずは「身体を動かす」事が肝心です。こうする以外に良い方法は有りません。 是非とも、小中学校の体育館及びグラウンドを開放されたら如何でしょうか。以上	東青梅地区	男性	65～69歳
若くてスポーツマンがより多く出せる青梅にしてください。	東青梅地区	男性	65～69歳
リタイヤされた方々の中には、ある程度指導力のある方もいられると思いますが(現役中に活動されていたスポーツに関して)、そのような方で、核になっていただけるとよいと思います。	東青梅地区	男性	70～74歳
市では各種スポーツと参加人員の的確なデータがあるのだろうか。やはり多い順から対策を進めることを望む！我田引水は問題ありますが一。	東青梅地区	男性	75～80歳
スポーツクラブ、月謝に対しての補助。	東青梅地区	女性	20～24歳
チラシや広告で、いろいろな人に情報を提供する。簡単にだれでもできる体操の考案。	東青梅地区	女性	25～29歳

運動をすると、体にはこんな効果があるというように、いかに体を動かすことが体に健康的なのかを広報活動で示せたらいいのでは。世代を問わないもの、特に、20～30代で独身でも参加しやすいもの、時間帯。とにかく、知らないだけで、知ったらこんなのあるんだと興味は向く。	東青梅地区	女性	30～34歳
その業界で有名な方の指導が受けられるなど。	東青梅地区	女性	35～39歳
利用料を初回無料とか1度体験できると思う。	東青梅地区	女性	35～39歳
体育施設の天下りが多すぎる。体育館やテニスの受付の働いている人の対応が悪すぎる。そういうこともできてないのに、新しい事ができるとは、思えない。	東青梅地区	女性	35～39歳
羽村市の公園(富士見公園、あさひ公園)にあるような、トレーニングもできる遊具があると運動が身近になると思う。	東青梅地区	女性	35～39歳
家事育児中はたくじがないと全く自由がききません。子供を見てくれる人がいたり、一緒に出来ると参加しやすいです。	東青梅地区	女性	40～44歳
プロの選手またはアマチュアの活躍している方を呼んで、実際にデモンストレーションなどをしていただく。	東青梅地区	女性	45～49歳
資金	東青梅地区	女性	50～54歳
・いつまでも心身共に元気に健康的に活動したいと思うものですね…。気軽に思い立ったら個人でも利用出来る各センター、体育館か、新たな施設があればと思います。 ・総合体育館の午前と午後間の休み時間は必要ですか？利用料は午前、午後別々でも結構ですが、あるいは時間制ではどうでしょう。 ・指導員は無償のボランティア？…指導して頂いている時に、他の知人とおしゃべりし、こちらは遠慮するしかないのですか？(問39の4に関連して…) ・是非参加したい！！と思える様な教室を！！(ダンスでも、登山でも、ハイキングでも)	東青梅地区	女性	55～59歳
小学校、中学校、高校時代に運動に参加する方向に、興味をもてるようにする事が大事だと思います。キャンプ等校外学習の充実	東青梅地区	女性	55～59歳
昼間は仕事をしているので、夜間に運動をしたいが、施設が早くに閉まってしまうので、なかなか利用できない。ウォーキング専用コースなどあれば良いと思います。	東青梅地区	女性	55～59歳
ラジオ体操とか、太極拳とかを隔週・公園等で行っている。そして自由に参加できるようになると良いと思う。	東青梅地区	女性	65～69歳
地域にスポーツの出来る施設がないため、車で家から移動しなければならない。現在は運転出来る状態なので、良いが、この先、さらに高齢になるとむずかしくなる。	東青梅地区	女性	65～69歳
高齢者が気軽に参加できる場所があり、指導者がいてくれる所。運動も軽いもの。	東青梅地区	女性	65～69歳
羽村のくるりんバスのような市内、スポーツ会場を循環バスが必要です。	東青梅地区	女性	70～74歳
有名なスポーツが青梅マラソンしか知名度がないと思う為、もっと宣伝や広告などで広めるべきだと思う。	新町地区	男性	30～34歳
個人的にスポーツを楽しもうと思っても、どのように施設を利用してよいかかわからない。家族で楽しめる利用の仕方を教えて欲しい。気軽に利用できる施設を充実させる。	新町地区	男性	35～39歳
初心者向けの無料教室等でまずはやってみることを支援すると良いのではないか。	新町地区	男性	40～44歳
お金がかかりすぎて困る。子供が元気にサッカーをしたり、バドミントンなどが毎日できる場所がほしい。	新町地区	男性	45～49歳
運動出来るグラウンドや体育館の数が少ない。どこで練習したら良いかわからない。	新町地区	男性	45～49歳
ある程度の年齢で未婚だと、地域のスポーツ行事には参加出来ません。	新町地区	男性	45～49歳
大きな大会で優勝するような選手がいれば、その種目は活発になると思います。また、そのような選手を育てられる指導者がいれば、活発になると思います。	新町地区	男性	50～54歳
スポーツを苦手としている者、コンプレックスを抱いている者にとって、意識改革できる様なイベントがあれば良いのだが、高レベルな人の集まりには合わない。	新町地区	男性	50～54歳
有名なスポーツ選手に広告塔になってもらい、優良企業の社長に会長をやってもらう。若い人は新聞を取ってないようで、ポスターを作成する必要があると思う。その為、駅や病院、店舗に貼ってもらう。	新町地区	男性	55～59歳
「市」の視点だけでなく、「広域(羽村、福生、秋川 etc)」に目を向け考える時代だと思う。ひとつの市だけで新しい体育施設やスポーツクラブの設立をしていたのでは、財政が持たない。市民税との関係もあるが、近隣の市との協力関係を深めて欲しい。	新町地区	男性	60～64歳
青梅市を象徴するスポーツと言えば、マラソンでしょうか。詳しくは知りませんが、市民マラソンの草分け存在です。さらに盛り上げて行くには底辺を広げる必要があると思います。それには地域スポーツクラブの創設は理に適っていると考えます。埼玉の竹内選手のような市民ランナーの生まれる事を望んでいます。	新町地区	男性	70～74歳
リーダーになれる人の育成	新町地区	男性	75～80歳

スポーツをしに行きたくなる環境、人をさそいたくなる、おすすめしたくなる場所づくり、多少高くても清潔感のある施設があるといいなと思います。	新町地区	女性	20～24歳
いつ、誰が使ってもいい場所が欲しい。安全な場所が無い。	新町地区	女性	25～29歳
近所に運動ができる場が少ないのが現状です。公共の施設がもっとほしいです！！	新町地区	女性	25～29歳
チラシを各家庭に配る。各学校にチラシを配布する。	新町地区	女性	25～29歳
自治会等地域コミュニティの活発化	新町地区	女性	30～34歳
市内で行われているスポーツクラブが何があるのか情報をもっと公開してほしい。	新町地区	女性	30～34歳
制約等に縛られてやるのは大嫌い。自由に気兼ねなくやりたい。簡単に誰でも使えるところがあればいい。参加費等を払ってまでやりたくない。それが自分の身になるのか疑問。本格的に教えてもらえるならそっちに行く。	新町地区	女性	30～34歳
子供も一緒にできるとか、気軽に頼める託児があると、参加しやすい。幼稚園に入る時期になれば、午前中などに週一ぐらいでスポーツを楽しめる時間が作れる。	新町地区	女性	35～39歳
各センターや総合体育館などで広く施設がかりることができるようにしてほしい。総合体育館の受付ににいる人の対応が悪すぎる。問い合わせに対し「いまさら空いてるわけないだろう。」「そんなんじゃない...」など人として常識ある対応を強く望みます！！	新町地区	女性	40～44歳
以前、自治会に加入していましたが、自治会の運動会は実際、参加してみると楽しいのですが、選手あつめが大変で、ふたを開けてみると自治会の役員・組長ばかりが参加の運動会でした。そうするとほぼ強制的に思い、嫌がる人もいますので、もっと自治会をはずして、皆が楽しく気軽に参加できる運動会があると楽しいと思います。	新町地区	女性	40～44歳
羽村みたいな温水プールやプログラムが出来る施設がほしい。(結局羽村に行っている。青梅にほしい)夜しか時間がないので、夜おそくまでやってほしい。	新町地区	女性	40～44歳
夏のラジオ体操のように気軽に誰でも参加できる。中国の太極拳を広場でやっていたりだと、通りがかってやってみたい。型にはまるビジネススポーツは自由人には、なかなか参加できません。	新町地区	女性	40～44歳
温水プールを作してほしいです。	新町地区	女性	40～44歳
勝ち負けにこだわらず、仲良くなるための運動会や競技も、毎年同じ物やハードな物でなく、午前中で終わり、午後は打ち上げができるような時間配分と楽しくできる物を多くする。何をどこでいつやっているか良くわからない。もっとわかりやすくしてほしい。	新町地区	女性	50～54歳
誰かと一緒じゃないと入れないのではなく、1人でも参加できる雰囲気作り。	新町地区	女性	50～54歳
我が家には84才の母がおります。糖尿病が持病ですが、数値を下げる為10分位のウォーキングをすすめたところ、腹回りもへこみ体重も減りました。このように高齢者で持病がある方でも少しの努力で病の悪化を防ぐことができると思います。そのような高齢者を一人でも多く外に出て頂くようなお声かけが必要だと思います。(方法論は別にありませんが)医療費の削減にも繋がるのでは.....。	新町地区	女性	60～64歳
私的には、今年60才となり、自身のためには、無理のない運動も、生活に取り入れていきたいとは思っています。一人では難しいので、仲間がいてくれたら有難いです。公報は良くみますので、自分が出来そうな活動があったら、参加させていただきたいです。「無理のない運動」の教室をお願いします。	新町地区	女性	60～64歳
あまり、スポーツをやった事のない人に対して、「きっかけ」を作って、スポーツを体験させてあげられる様な対策を。	新町地区	女性	60～64歳
市が主催、運営することにあまり細かい規則や指導を押しつけないことは、大切だと思っている。	新町地区	女性	60～64歳
運動・スポーツは何かのきっかけから始まりますので、体育館各センターで、行事・大会を増やし続ける活動が必要だと思います。	新町地区	女性	65～69歳
このアンケートは体育課が行っているようですが、高齢社会に向けて、健康増進・維持を目的の一つとして他の課とも協力して考えるといいのでは。市報に新宿・青梅のウォーキング大会がきていましたが、5k、10k、20k等のコースを青梅市で整備してほしい。三鷹や飯能は実施している。転居してきたマンション住まい者は、自治会に入っていない。各所の市民センターが年代別の振興スポーツ、健康増進の企画、指導を日常的に行ってほしい。	新町地区	女性	65～69歳
住居の近くに適当なスポーツ施設が是非欲しい。安価な利用料で週に2～3回程度スポーツをしたい。	新町地区	女性	70～74歳
模範となるチーム、団体をフューチャーする。既に活動をしている方々は盛り上がる。潜在的なスポーツ市民は活動の場やモデルが市内に多くあることを知り触発される。	河辺地区	男性	25～29歳
広報の充実。	河辺地区	男性	35～39歳
体育館等の施設を使用する際の予約等を誰でも簡単にできるような仕組み。	河辺地区	男性	35～39歳

平日が、休日の為、土日に必ず平日でも自由に参加出来るスポーツ教室等が幅広く多 種目においてであると良い。有料でも良い。	河辺地区	男性	45～49歳
・体験的スポーツ教室開催。・広報充実	河辺地区	男性	45～49歳
子供から大人まで遊べる、水に入って遊べる、多摩川の整備。車が川のすぐ横に行け て、浅瀬、ファミリーカヌーもできるような自然のプールがあって、キャンプもできる。自転 車(ロードが走れる)など、川や山を主体とした、整備が青梅には合ってる。そこに、アウト レットモールを組み込めればおもしろいと思う。	河辺地区	男性	50～54歳
体育館などの有料化により、空予約が無くなり、利用したい人が使う事が出来、良い対 策だと評価します。	河辺地区	男性	50～54歳
クラブのバスを出す。	河辺地区	男性	55～59歳
総合体育館のスポーツ教室の充実。	河辺地区	男性	60～64歳
私の場合、定年後に体育館のトレーニングRを利用するようになったが、40～50才時に も、休日にはその様な運動をすべきであったと感じる。もっと色々なスポーツが体験でき たのではないかと。40才以降の壮年に進めるプログラムをつくってみてはどうでしょう。	河辺地区	男性	60～64歳
手軽にいつでも出来るウォーキング、雨の日でも出来るような場所を作ってもらいたい。	河辺地区	男性	60～64歳
1.スポーツ活動のPR及び参加者募集。2.指導者養成と紹介(定年退職者等の特技を 生かした指導)。3.スポーツ施設の充実と予約の簡素化。	河辺地区	男性	60～64歳
スタジアムの整備、プロの二軍程度の試合とか高校野球、少年野球の出来る観客席の 整備と駐車場の設置。高いレベルの試合によって子供達の技術の上達を計る(サッカー、 陸上等)	河辺地区	男性	65～69歳
すべての事は無理、家族なし自信持てない。血圧も高く、通院中なので、食事制限有 り、無理。今でもヒザ、手首のシビレ有り、無理な事です。	河辺地区	男性	70～74歳
青梅市はスポーツができる施設が少ない気がする。もっと施設が充実すれば、市外まで 出てスポーツをしていた人達が、青梅市で活動するようになると思う。	河辺地区	女性	25～29歳
運動をしたくても小さな子供を抱えていると無理です。親子で参加できるものや、保育し てくれる人がいるとよい。子供の頃から運動を取り入れた方がよいと思うので、幼児から 参加できる企画があるとよい。小学生は意外とあるが、幼児はないと思います。	河辺地区	女性	30～34歳
・親子で参加できるゲーム(おにごっこ)しながら運動できるようなものを企画する。 ・「運動苦手な子、集まれ！」というような企画があったら、うれしいです。参加させたい。 ・中高年の方に健康診断を受けるように促し、運動不足の方は多いと思うので、スポー ツしましょう!とPRする。	河辺地区	女性	35～39歳
他の市町にくらべて施設が少ない。室内プールを作ってほしい。	河辺地区	女性	35～39歳
ウォーキングモデルコースの提案、整備(多摩川に遊歩道つくるなど)。子供がサッカー できる広場をふやしてほしい。(サッカー不可の公園が多く、サッカーで遊べない。)	河辺地区	女性	40～44歳
施設の充実度が偏っていると思います。	河辺地区	女性	40～44歳
予約、使用料等不要のグラウンド(使用申し込みなどが不要の所まで、手続きが必要になり、 ちょっとした時間で、体を動かせなくなりました。)遊歩道、ジョギングコース等	河辺地区	女性	45～49歳
スポーツ施設の充実を図り、市民が気楽に参加できる競技や種目をふやして、広報活 動を盛んに行なって欲しい。また、お年寄りが参加できるような教室も作って、なるべく自 立、自活できるように手助けする事も大事だと思う(少子高齢化の時代なので)	河辺地区	女性	50～54歳
・市営の「スポーツジム」を作る。スポーツジムには日常的に沢山の人が集うからで す。スポーツジムでは質の高い運動が出来るから。 ・民間の「カーブス」のような30分で運動が出来る施設を作り、マシンを設置する。 ・運動すると、良い面などを、市報などで知らせ、毎日通える場所を設ける。	河辺地区	女性	50～54歳
青梅市には、防災青梅と放送はしているけれど、ほとんど聞きとれない。広報活動等細 かくやってもらいたい。今、新聞等とる家も少ない。隣近所とも話もあまり交流がないの で、知る方法も少ないので、家に入る時間が多く気軽に行ける所があればと思います。	河辺地区	女性	60～64歳
・市民公報は月1度の配布にして、市民コミュニティなど(スポーツ、イベントなど)月1度 配布をして、もっと身近かに感じるようにしてもらいたい。	河辺地区	女性	60～64歳
温水プールの設置	河辺地区	女性	65～69歳
・一部の人だけのものにならないような配慮が必要。 ・地域の運動会など、子供がいない人や中高年になって転入してきた人には、遠い存在 で、会場に行っても居場所がない状態で、次から行かなくなる。	河辺地区	女性	70～74歳
・お金がかからず、だれでもできるスポーツ教室、大会をひらく。 ・時間も、24時間やっているスポーツセンターをつくる。24時間やっていないと、市民が 全員、仕事、学校で行けないので。	今井地区	男性	20～24歳
スポーツへの興味促進	今井地区	男性	35～39歳

安全で気持ちよく過ごせるランニング、ジョギングなどできる公園。	今井地区	男性	50～54歳
個人の年齢・体力・能力に合ったメニューを作成し、地域のスポーツ施設で個人で体力向上を図る。	今井地区	男性	55～59歳
運動施設を充実させ、整備し、誰もが簡単に気軽に借りられるようにした方が良い。例えば、借りる方法を明確に。どこに書類(借りる為の)を出せばいいかわからない。	今井地区	男性	55～59歳
よい指導者が必要。	今井地区	男性	65～69歳
青梅市民が市民になって良かったと思える、ジュニア世代から数種類(サッカー・野球・陸上競技・カヌー)を選んだ市スポーツクラブの設立。市民全員参加の資金拠出。(1人5000円以内)年間。	今井地区	男性	65～69歳
スポーツ週間などを作り意識を向上させる。	今井地区	女性	25～29歳
気軽に参加出来るような制度。仕事や他の活動もあり、毎回参加は不可能な人が多いと思うので、そういう環境でも参加できるとありがたい。	今井地区	女性	30～34歳
広報に市で行われている活動(スポーツ)をすべて載せると(いっぺんに)いろいろ選べて、行きやすくなると思います。しかも詳細をかいいて、自分にあったものが見つかりやすくするととても選びやすいです。今みたいに小出しで載っていると、選べないです。子供も肥満傾向にあるので、子供向けのものもたくさんのでほしいです。号外としてたまに出してもいいのでは?スーパーにおいてあるのでけっこうみんな見えます。	今井地区	女性	35～39歳
私は小さな子供がいて、なかなかスポーツが出来ないので、子供と一緒に参加できたり、子供は隣で遊べて、親はその隣でスポーツができる環境があれば、うれしいです。	今井地区	女性	40～44歳
引越してきたばかりだったり、知らない人ばかりで地域になじめない人は、なかなか参加できません。しょうと思っても、仲間はずれにされたり、孤立する事が多くて、嫌になる。	今井地区	女性	45～49歳
忙しい人でも気軽に参加できるスポーツクラブのような場を作る。時間帯をいろいろ設定して参加しやすい場を作る。	今井地区	女性	50～54歳
多くの人参加できるラジ体操を地域の広場、公園などで開催されるといいと思います。夏休みの小学校でのラジ体操にも行けたらいいですね。	今井地区	女性	60～64歳
健康維持するためにも個々が楽しみながらできるリーダーの育成が大事だと思います。	今井地区	女性	65～69歳
若くはないし、年をとっていますので、なにも出来ません。	今井地区	女性	70～74歳