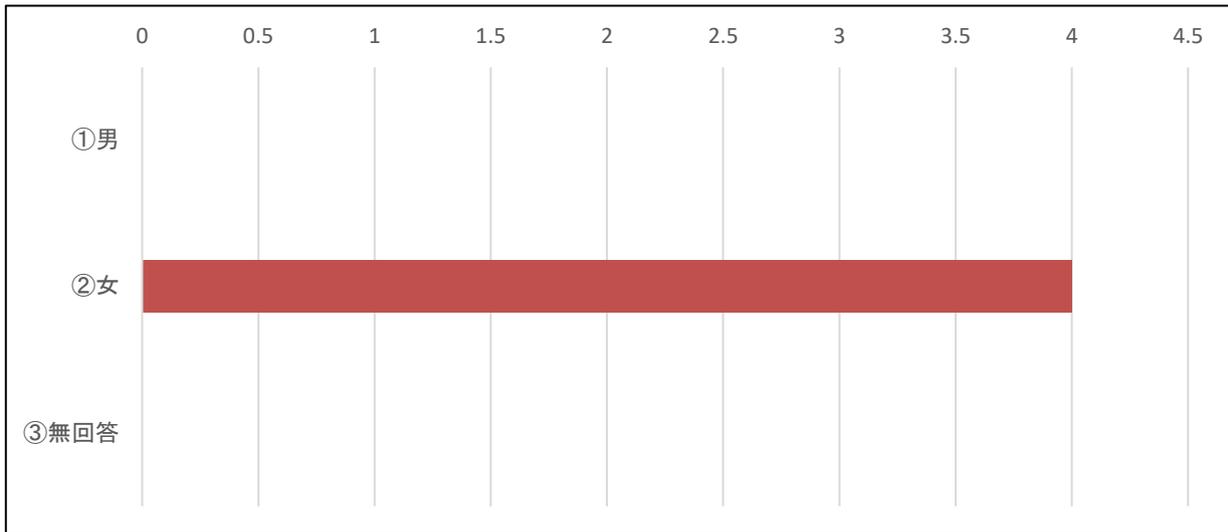
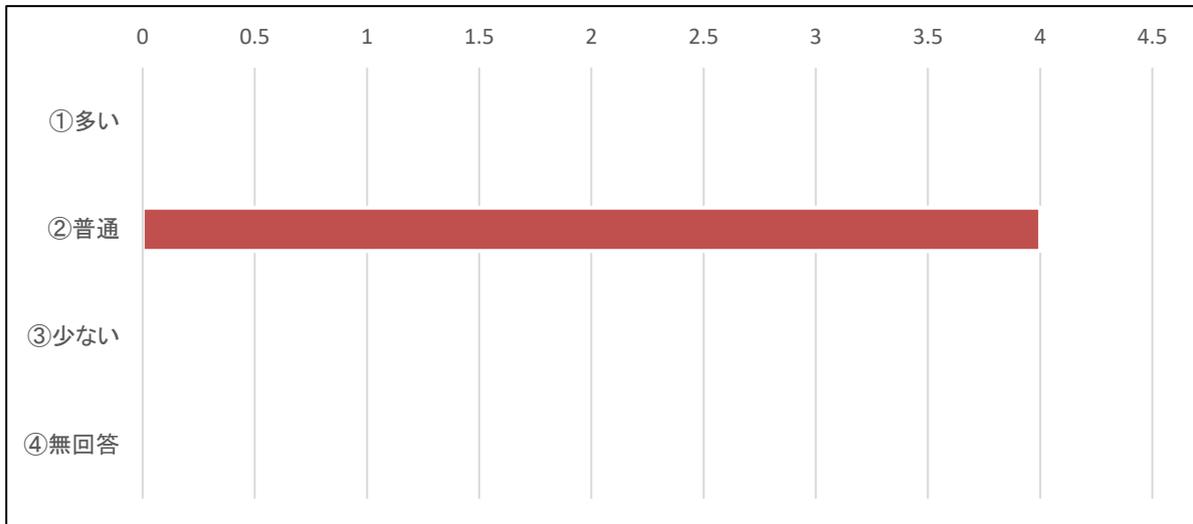


男女比率(回収率)

項目	回答数
①男	0
②女	4
③無回答	0
合計	4

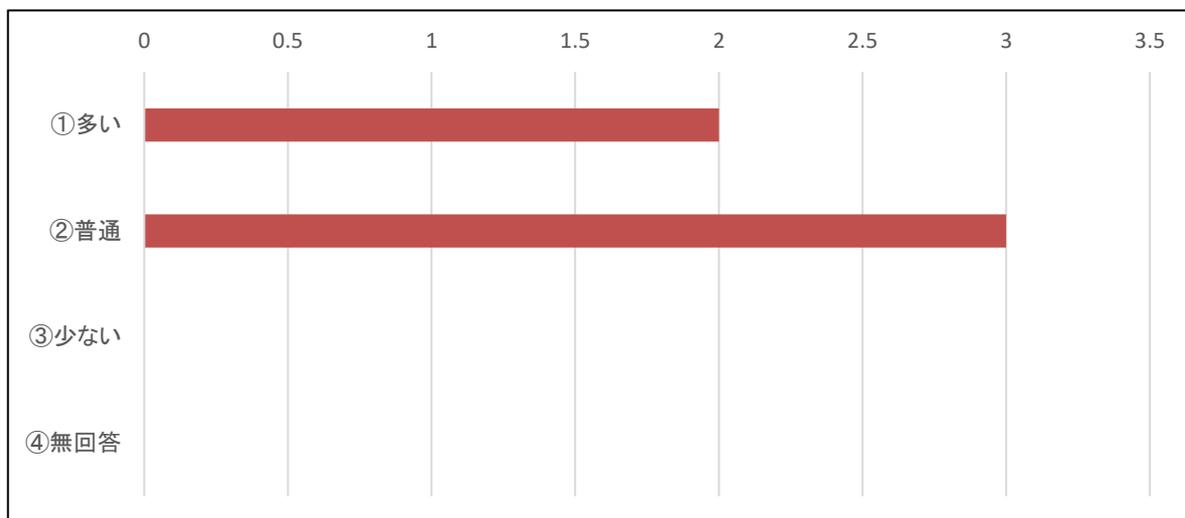


(1)教室の実施回数は適当でしたか？

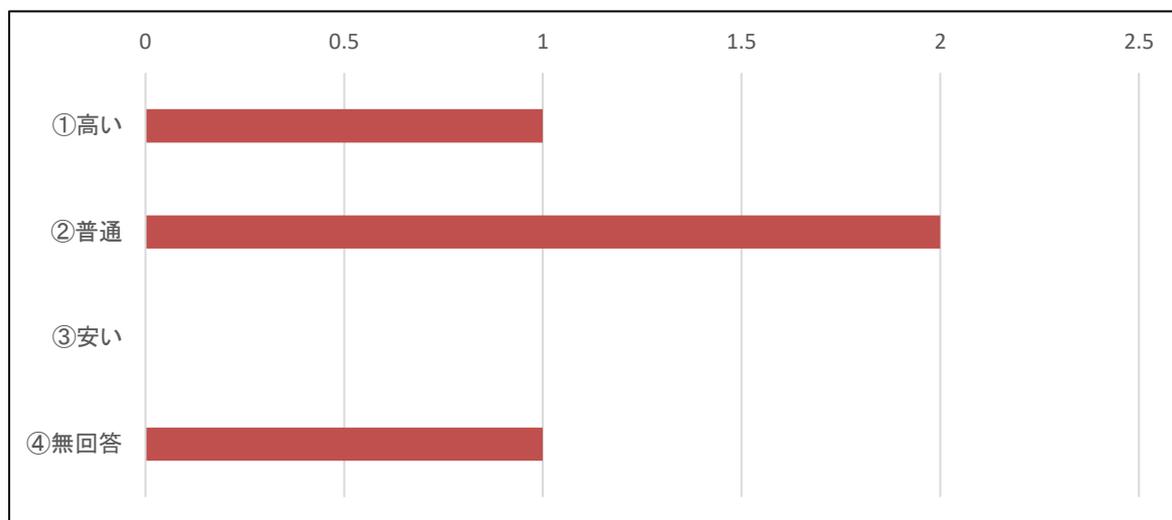


その他
・もう少し増えてもいい

(2)1回の運動量は適当でしたか？

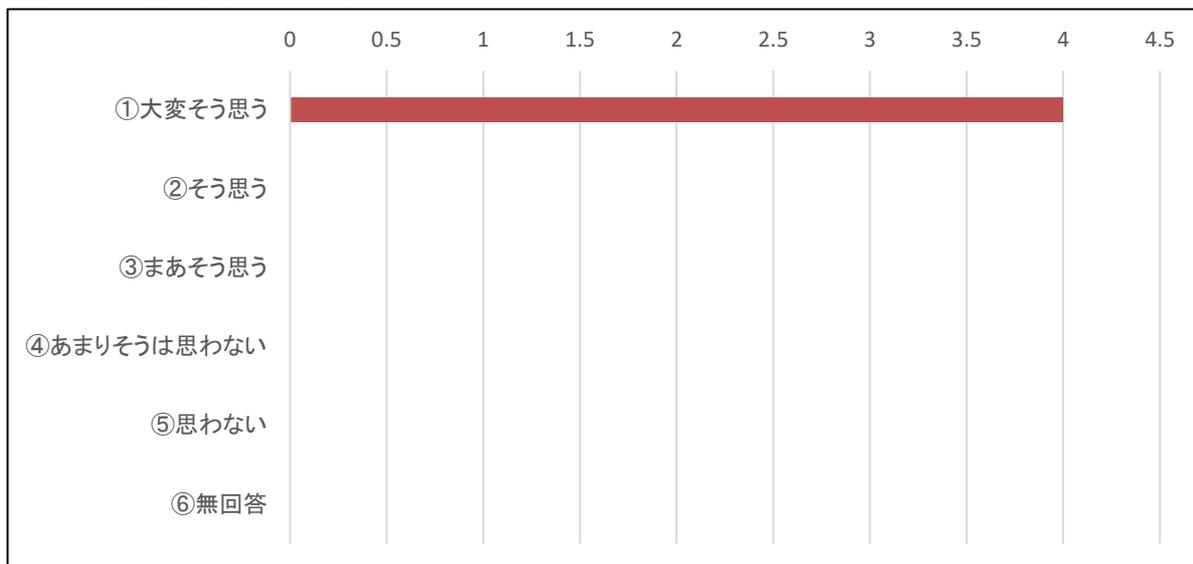


(3)教室の参加料は適当でしたか？



その他(希望値段)
・12,000円くらい

(4)教室の内容は良かったですか？

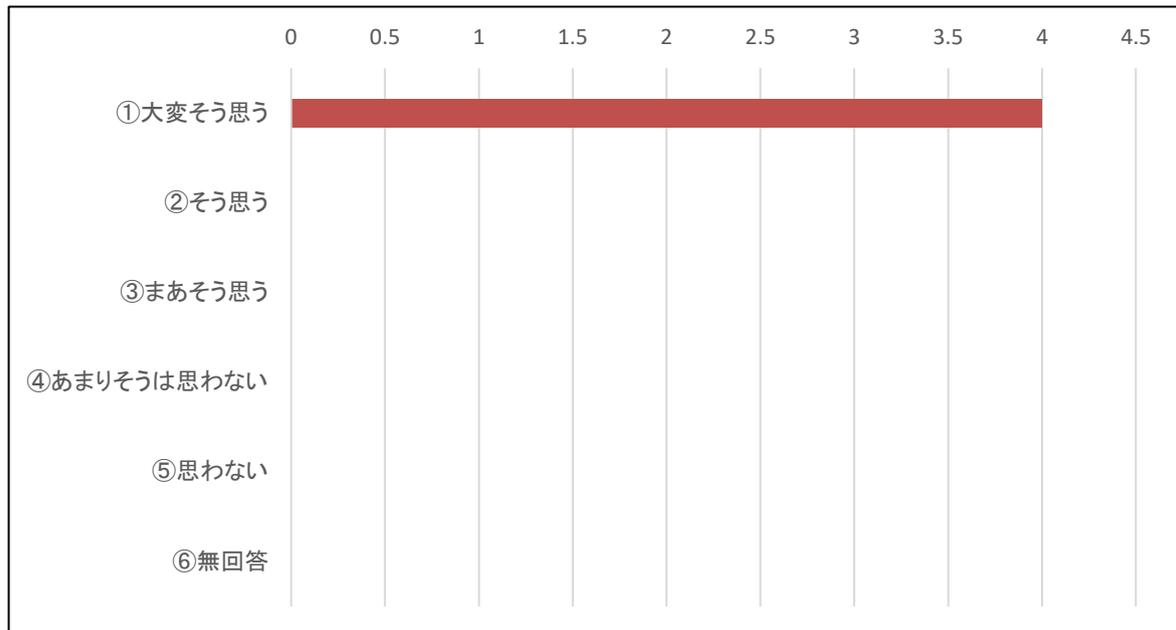


良かった点

- ・前期より柔軟→筋トレがハードになったが、それはそれでやりがいがある
- ・やった感があり、何回かやっているのだからわかりやすい
- ・楽しい！教室の雰囲気が良い

悪かった点

(5)講師の指導は良かったですか？

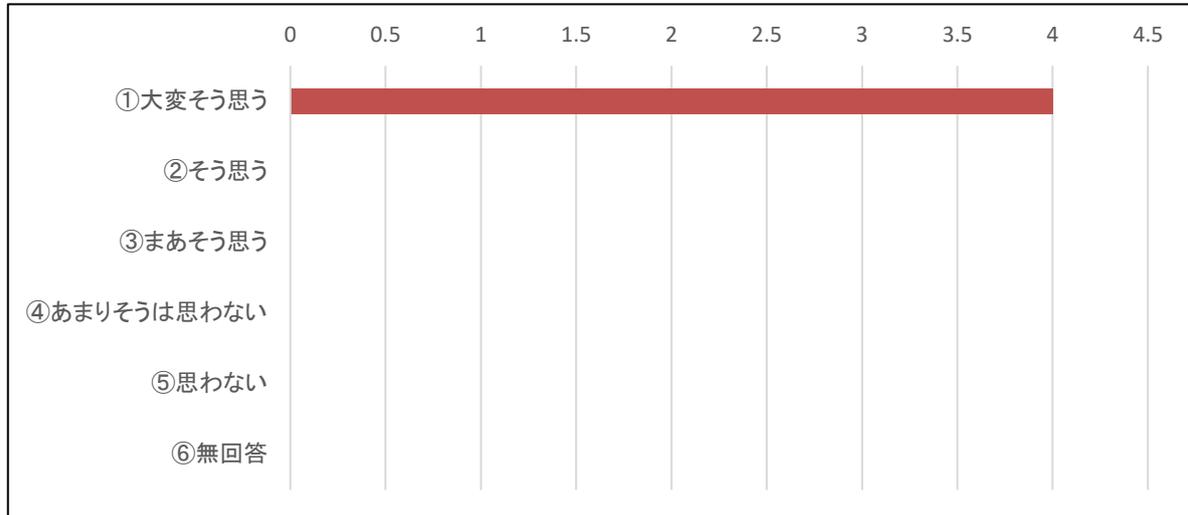


良かった点

- ・いつも丁寧です
- ・要点を仰ってくださるので、私はできていないけどわかります
- ・説明がわかりやすい
- ・声かけしながらやってくれるのでわかりやすい

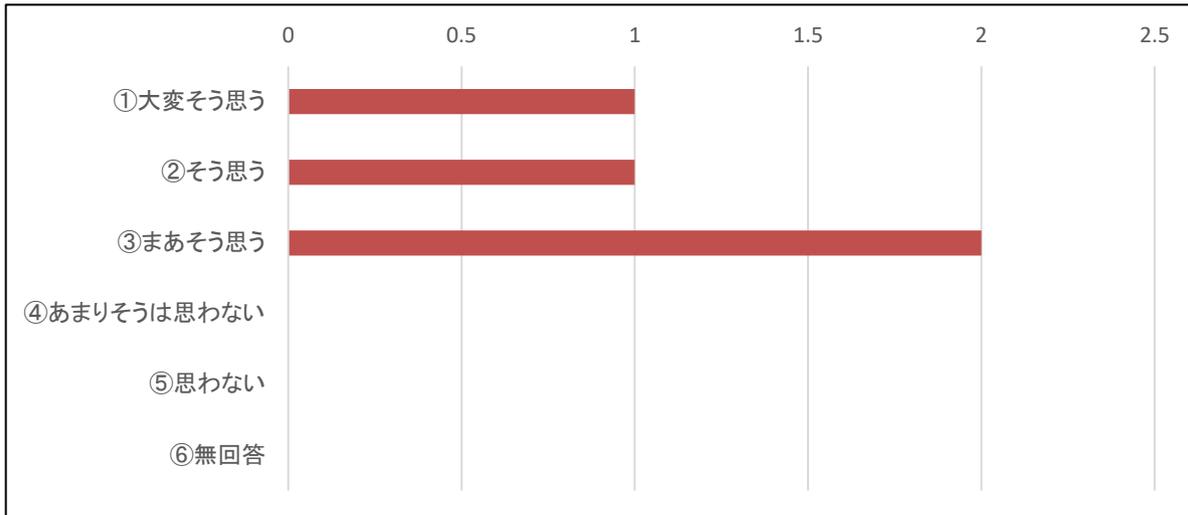
悪かった点

(6)次回も参加したいですか？

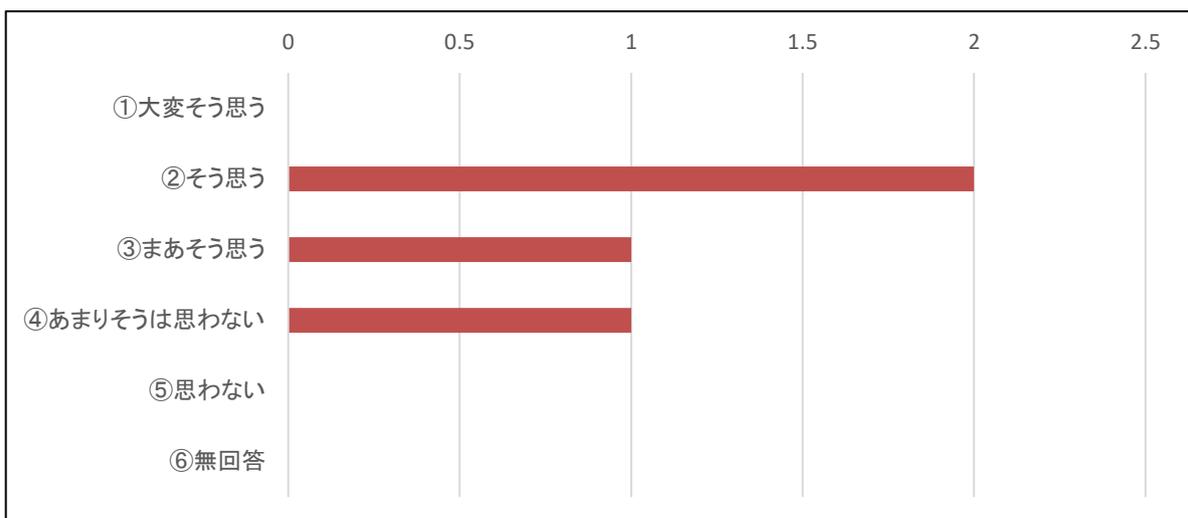


2. 教室に参加されてからの生活習慣等についておたずねします。

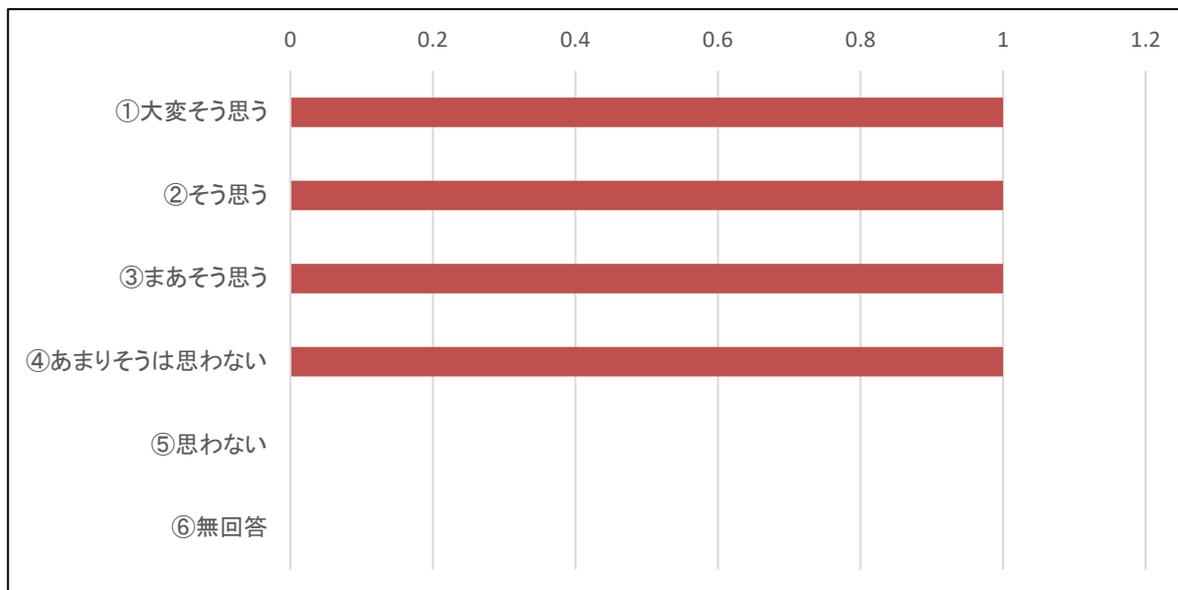
(1)規則正しい生活ができるようになった。



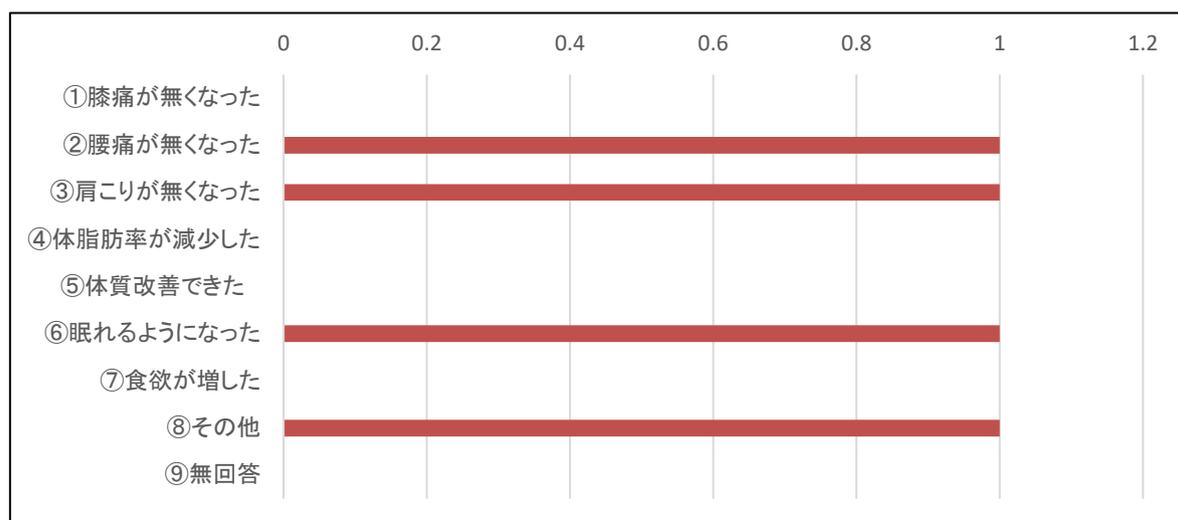
(2)よく食べるようになった。



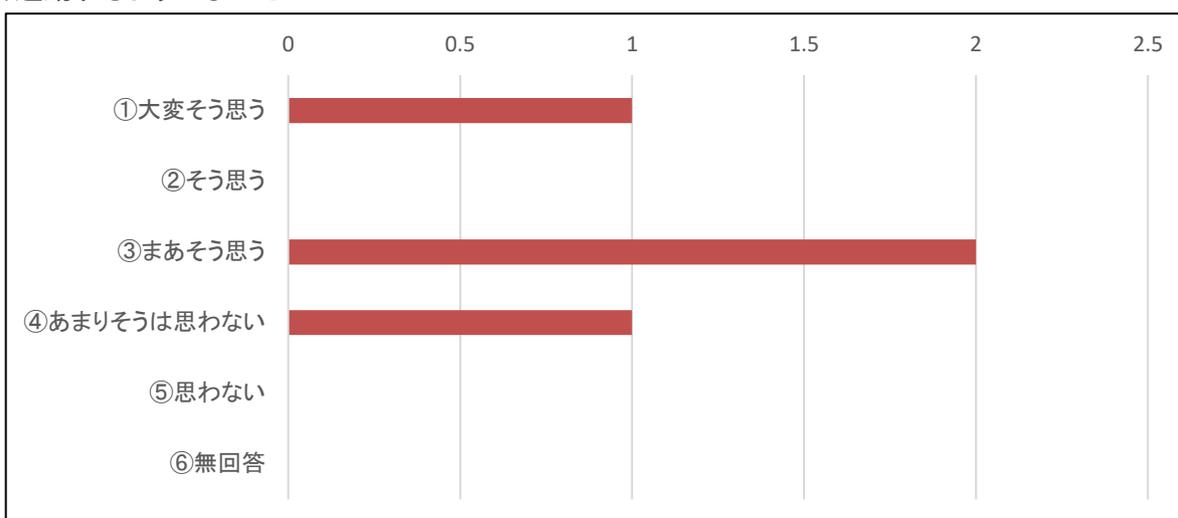
(3) 身体を動かしたりスポーツすることが好きになった



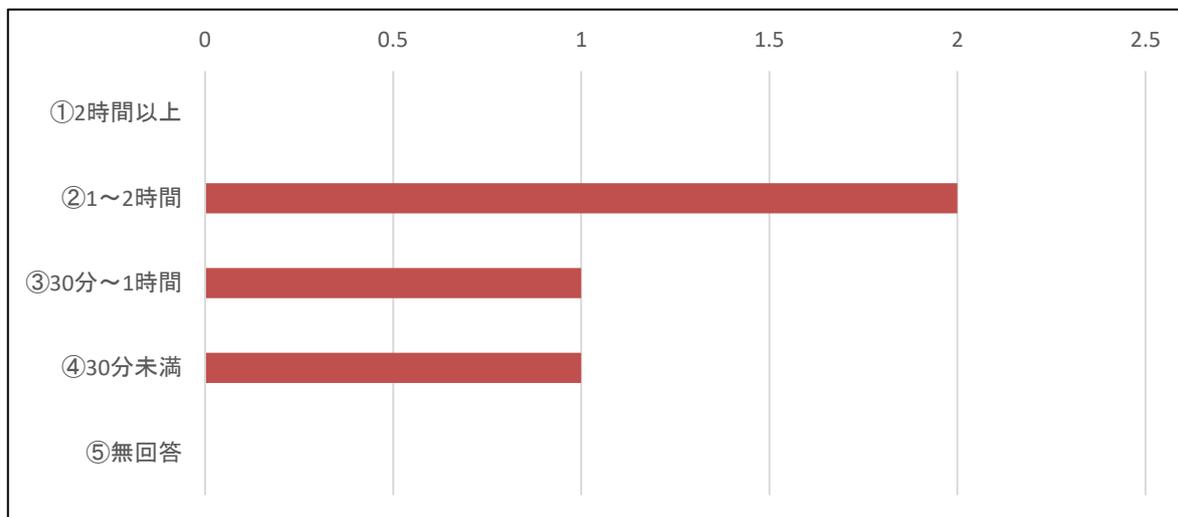
(4) 身体的変化は感じられましたか？



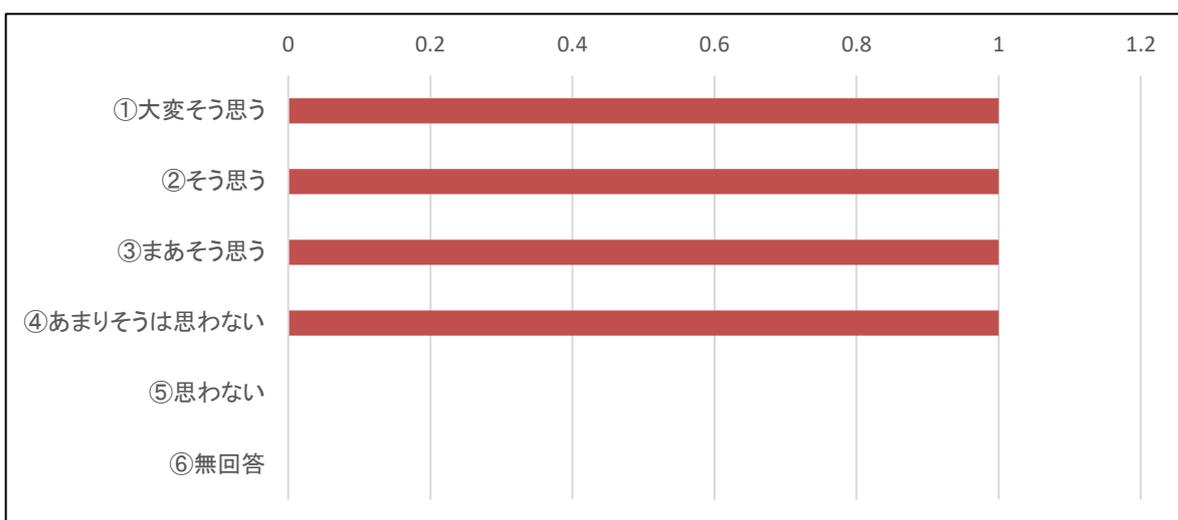
(5) 運動するようになった



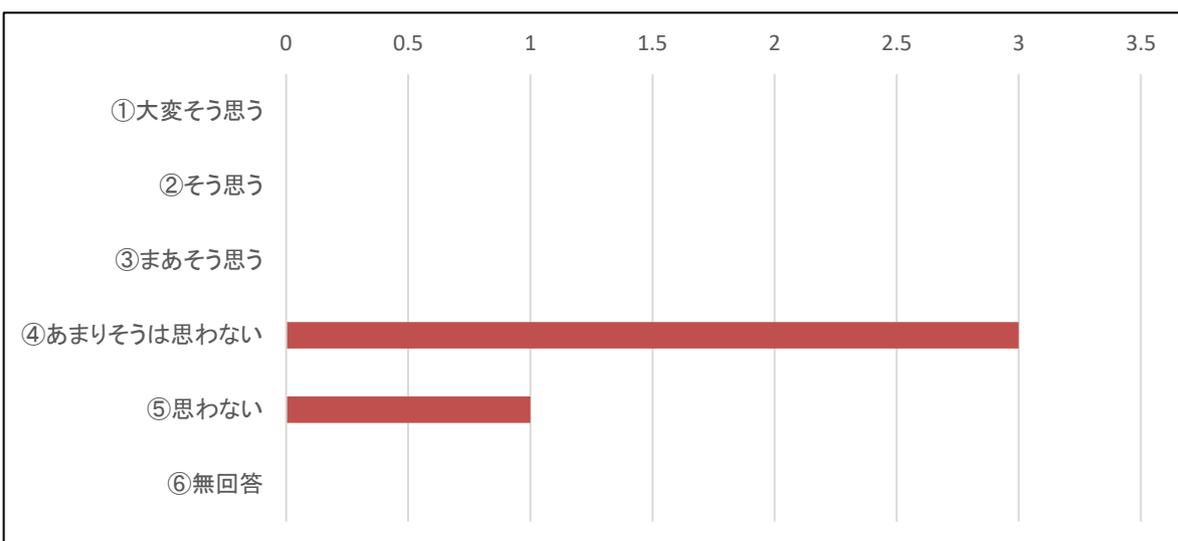
(6)運動する場合、1日の運動時間(総時間数)。



(7)外出する時間が増えた

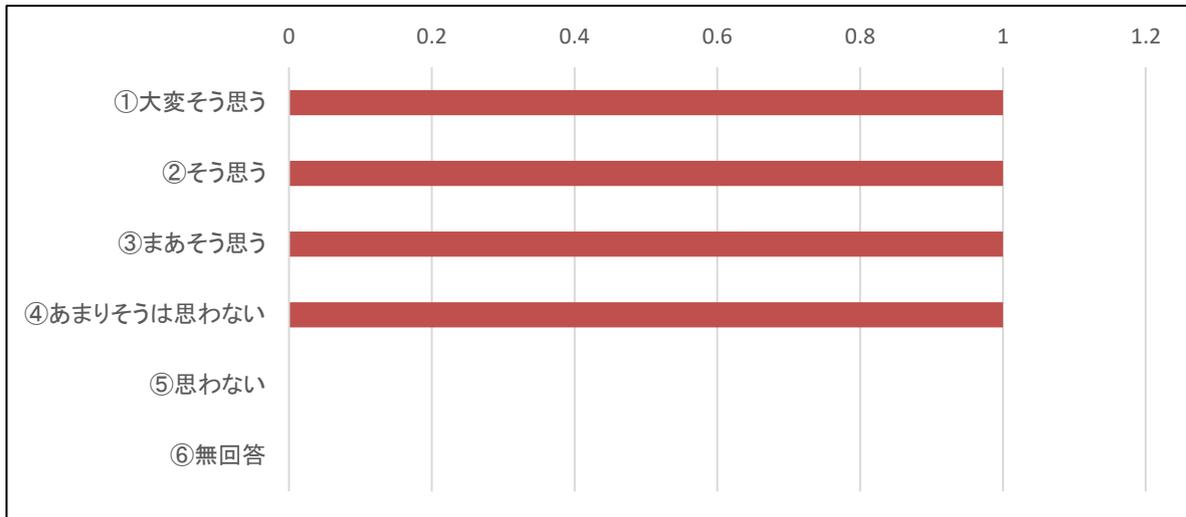


(8)友人・知人とスポーツする時間が増えた

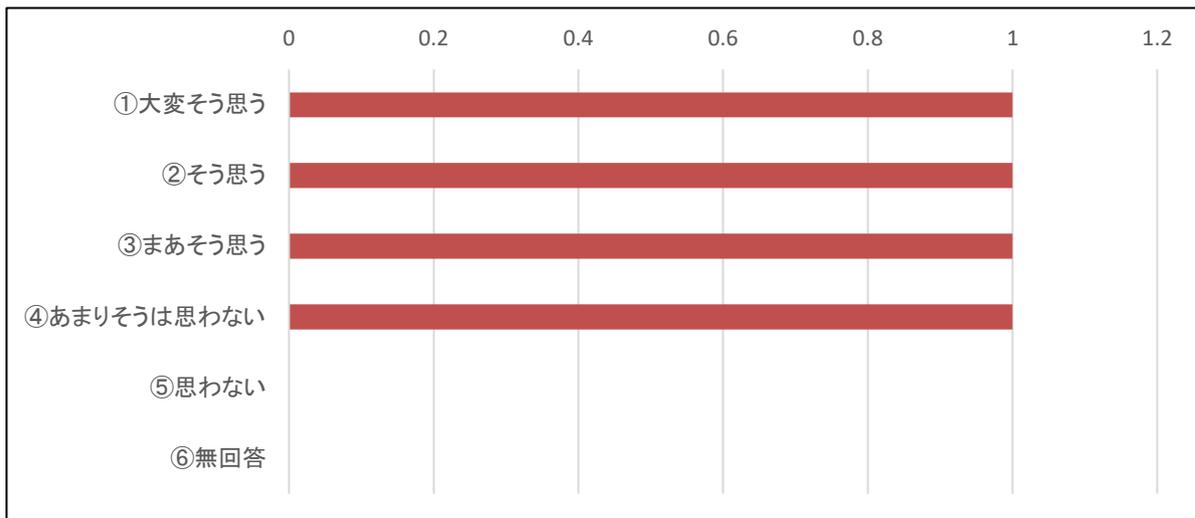


3. 精神的変化はありましたか？

(1)明るくなった。



(2)前向きになった。



4. 意見・要望・感想など

- ・和室のお掃除ありがとうございました！綺麗になっていました！来期もよろしくお願いします。
- ・施設も良いので、気持ちよく通っています！体重はなかなか落ちないけど現状維持で良いかなと思っています。
- ・着替える場所があると良い
→ご要望ありがとうございます。検討いたします。