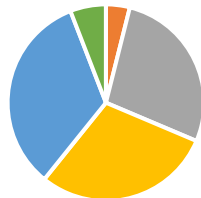


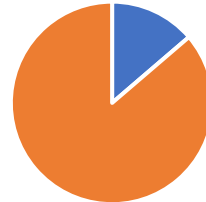
R4 年度 健康づくり推進事業 「転ばないためのがんばる体操」
 R4.11.09 AM10:00 ~ AM10:45
 AM11:00 ~ AM11:45

1. 当てはまる年齢



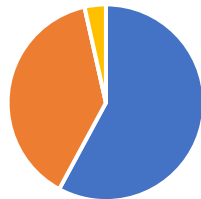
■ 60~64歳 ■ 65~69歳 ■ 70~74歳
 ■ 75~79歳 ■ 80~84歳 ■ 85~89歳
 ■ 90歳以上

2. 当てはまる性別



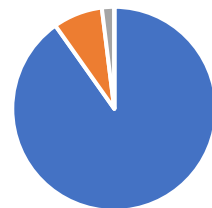
■ 男性 ■ 女性

3. どのように知りましたか？



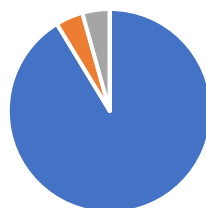
■ 高井田老人センター窓口チラシ
 ■ 市政たより
 ■ ホームページ
 ■ その他

4. 満足度は？(内容について)



■ 満足 ■ やや満足 ■ 普通
 ■ すこし不満 ■ 不満

4. 満足度は？(講座時間について)



■ 満足 ■ やや満足 ■ 普通
 ■ すこし不満 ■ 不満

5. その他、ご意見・ご要望・感想などありましたら、お願いします！

・これからも、続けて下さい

- いつもありがとうございました
- 先生の優しい語り口が素直に心に響きました。時間も長すぎる事も無く、負担もありません。
和やかに楽しい時間をありがとうございました
- 45分を60分ぐらいに長くしてもよいのでは？（2名）
- 次回、またよろしくお願いします（多数）
- 普段使わない筋肉を知り、大変参考になりました
- 簡単だから毎日続けるようにします
- 良かった！（多数）
- ずっと続けたいです
- 腰痛もちなのですが、この体操をして頂いてかなり改善しました
- 身体がほぐれて大変良かったです
- 最高です！
- 冷え性です。冷えが改善される体操を希望します
- スローですが、食のアドバイス等、一つ一つの運動の説明もいい！
- 身体がスッキリしました
- 身体があたたまりました
- とても良い体操だと思います。また当たりたいです
- 帰る時は体が楽になります。
- 毎回楽しく過ごすことが出来ました
- 座って出来る体操をもっとしたい
- ワンクール3回ではなく、6回ぐらいにして下さい
- 45分間×3回、あっという間に過ぎました
- やさしく、わかりやすく教えていただき、ありがとうございました。次回も是非参加したい。
お腹の肉がとれないので、その体操、もしありましたらお願いします
- 前回は参加させて頂き、良かったので今回も。いつも丁寧な説明をゆっくり、わかりやすく説明してもらえるので、助かります。次回も是非是非参加したいです