

平成29年度 体力測定 ① アンケート

配布／61 回収／44

体力測定に参加いただきありがとうございました。今後の参考とさせていただきたく次のアンケートにご協力よろしく申し上げます。体力測定に参加して感じたことをご記入ください。

1) 体力測定を何で知りましたか？(複数回答可)

1	館内ポスター・開催要項	12	2	プラザ職員	20
3	自宅に届いた開催要項	4	4	知人の紹介	3
5	プラザホームページ	3			
6	その他	5			
	・ふくしプラザの館内にある案内 ・しろがね職員に聞きました				

2) 体力測定にまた参加したいですか？

1	参加したい	44	○を付けた理由をお聞かせください。 ・今回測定した結果と次回の測定を比べてみたい ・自分の生活の状態を把握したい ・初参加で教えていただいたことを練習し成果を知りたいから ・週2回位、プラザに通い運動をしているので成果をみたい ・高齢により健康自己管理ができないから ・自分の健康、体力が不安なため ・自分の状態を把握するため ・体力維持ができていないか確認 ・運動の成果を知りたい ・体力をつけたいので
2	参加したくない	0	

3) 体力測定に関するご意見がありましたらご記入ください。

- ・自分の体力に不安があり、どの程度かを知ることができ、ちょっぴり不安の解消ができました
- ・自分の現在の体力がどれほどかわかって良いと思います
- ・歩き方の点検があればいいと思う
- ・今回初めて受けたので次回も受けたい
- ・体力がないので続けていけたら良いと思う
- ・今の自分自身の体のことを知りました
- ・専門の先生やキカイ(側手する)があれば良い
- ・若い人も気軽に参加できるようにしてほしい
- ・自分の測定、目標をもって
 - ・毎年してください
- ・良かったです
 - ・初めての経験でした
- ・非常に良かった
 - ・ぜひ毎回体験したい

4) 次回以降に向けてのご意見がありましたらご記入ください。

- ・私は初めての参加ですが、もう少し多くの人に知らせたらよいと思います
- ・次回に向けて日々練習しようという気持ちになりました
- ・もっともっと多くの方がやればよいと思います
- ・次回までに今回より前進していること
- ・ずっと続けてください
- ・体力に自信をもちたい
- ・悪いところを直していきたい
- ・がんばる

ご協力ありがとうございました。