

平成30年度 室内運動サポート アンケート

※該当する数字に○を付けてください。

配布 6 / 回収 5

1) 参加した主な目的、ねらいは何ですか？(複数回答可)

1	余暇を有意義に過ごすため	2	2	健康の維持や増進	5
3	参加者との交流、親睦	3	4	プラザを利用するきっかけ作り	1
5	その他	2	・プラザに来て開催されているのを見て参加したいと思ったので。 ・指導員と仲間に感謝です。		

2) 開催日・曜日・時間はいかがでしたか？

1	今回と同じで良い	4	○を付けた理由をお聞かせください。 ・週1回程度で開催希望します。 ・プラザが決めた曜日や時間帯に合わせて出席できるから。 ・土、日以外 何曜日でも 火は最高♡
2	違う日が良い		
3	その他	1	

3) この教室にまた参加したいですか？

1	参加したい	5	○を付けた理由をお聞かせください。 ・改めて体力をつける又 身体が硬いため ・1時間で、色々な種類の体操が出て良かったです。 ・健康保持に大変役立っているから。 ・よかった。よかった。いいよ～。
2	参加したくない		

4) 指導方法等はいかがでしたか？

1	大変満足	4	2	満足	1	3	普通
4	やや不満		5	不満			
○を付けた理由をお聞かせください。 ・少人数なのでわかりやすく雰囲気も良いです。個々にあわせて指導して下さるので無理なく出来ます。 ・やさしく説明して頂ける ・職員の方々が親切で、かつ熱心に指導してくれ、また運動内容も充実しているため。 ・無理なく、しっかり、やさしく、良かったです。							

5) 内容はいかがでしたか？

1	大変満足	4	2	満足	1	3	普通
4	やや不満		5	不満			
○を付けた理由をお聞かせください。 ・1時間が短いと思える事もあります。 ・運動内容を色々と研究と工夫をして指導してくれるので、大変満足しています。 ・タオルを使ってすぐできる。どこでもできて、やさしい 今日家でもやる。							

6) 要望やご意見がありましたらご記入ください。

・指導していただいた事を自宅に帰って復習という時、メモでも出来ていたらよかったナと思う事があります。

・以前は週1回のペースで実施していただけたのに、最近では月2回程度となってしまったので、少し残念に思っています。参加されている方々と職員さんの指導を受け一緒に運動することにより、充実した日々が送れるので、可能でしたら、週1回のペースに戻していただけたらありがたいと思っています。

・毎回ありがとうございます。月一回でも続けて下さい。感謝のみ。

ご協力ありがとうございました。