

平成30年度 体力測定 ② アンケート

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。

配布28／回収22

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	10	2	プラザ職員	4
3	知人の紹介	6	4	プラザホームページ	0
5	プラザ以外の公共施設	1			
6	その他	3			

2) 体力測定にまた参加したいですか？

1	参加したい	21	<p>○を付けた理由をお聞かせください。</p> <p>体力仕事の為の確認 自分の体力の変化を観察していきたいと思います 毎回やっているから 自分の平均より弱いところ注意したいところがあったから。 健康増進 これからもやってください。 問題有り(特に片足立ち)について訓練した効果を見たいため。 測定してくれることが嬉しいです。 自分の現在の身体の様子が変わる。 自分の体力が分かるから。 楽しかったです。よかったです。 現状がわかる為 自分ではなかなか測定できないし血液検査ではできないこと</p>
2	参加したくない	1	

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。

初めての事ですが、とてもためになりました。
 このように測定する場所があつてありがたいです。
 反復横とび、50m走、上体そらし、背筋力など種類があつたら良い。
 脳トレなどがあつたらよいと思う。
 年に数回の体力測定を実施してくださっていますので健康管理に役立っています。助かります。

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。

続けて参加したく思います。
 たのしいです。
 同日に2～3回できたらよいと思います。
 次回もお世話になりますのでよろしくお願いします。

ご協力ありがとうございました。