

## <教室参加後アンケート>

本教室に御参加いただき、ありがとうございました。

今後の参考にさせていただきますので、アンケートに御協力をお願いします。

年齢： \_\_\_\_\_ 歳

性別： 男 ・ 女

### 1 教室に参加して、全体的な感想はいかがでしたか。(○を付けてください)

- ①とても良い      ②良い      ③普通      ④あまり良くない      ⑤良くない

\*上記回答の理由

[ \_\_\_\_\_ ]

### 2 教室に参加して、体調など良くなった点がありますか。(○を付けてください)

(1) 体の調子について

- ①良くなった      ②変わらない      ③悪くなった

\*具体的におしえてください。(例; 肩こりが無い。つまずきやすさがない等)

[ \_\_\_\_\_ ]

(2) 気持ち(心)の面について

- ①良くなった      ②変わらない      ③悪くなった

\*具体的におしえてください。(例; やる気がでる。外出が苦にならない等)

[ \_\_\_\_\_ ]

### 3 教室に参加して、運動習慣(体を動かす習慣)の変化はありましたか。

(当てはまるものに○)

- ① 意識して運動するようになった(週 \_\_\_\_\_ 回程度)  
② 変わらない(前から体を動かしている)  
③ 変わらない(前も動かしていない)  
④ 運動しなくなった

### 4 教室・先生方へのご意見やご感想、ご要望などがありましたら、ご記入ください。

[ \_\_\_\_\_ ]

\*ご記入ありがとうございました。

