

公開講座アンケート結果(腰痛体操)

2024年8月5日(金)実施

参加者32名

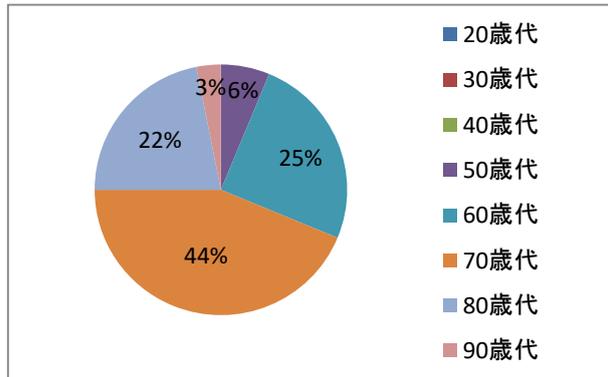
回収数32枚

回答率100%

*ご意見は原文通り転記

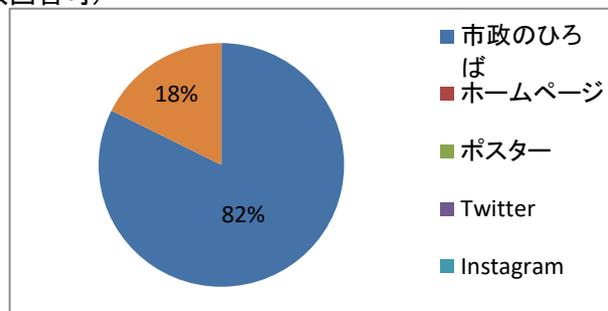
1. 年齢

歳令	
20歳代	0
30歳代	0
40歳代	0
50歳代	2
60歳代	8
70歳代	14
80歳代	7
90歳代	1
合計	32



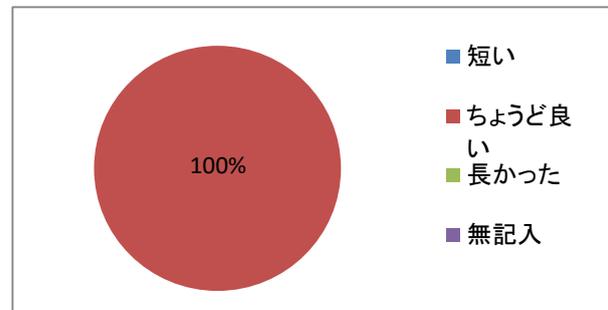
2. この講座はどこでお知りになりましたか?(複数回答可)

市政のひろば	28
ホームページ	0
ポスター	0
Twitter	0
Instagram	0
その他	6
無記入	0
合計	34



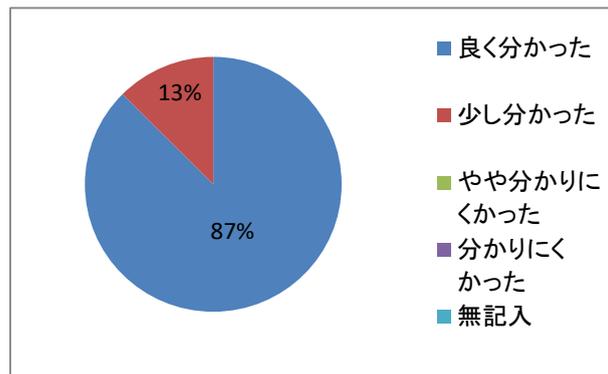
3. 全体の時間はいかがでしたか?

短い	0
ちょうど良い	32
長かった	0
無記入	0
合計	32



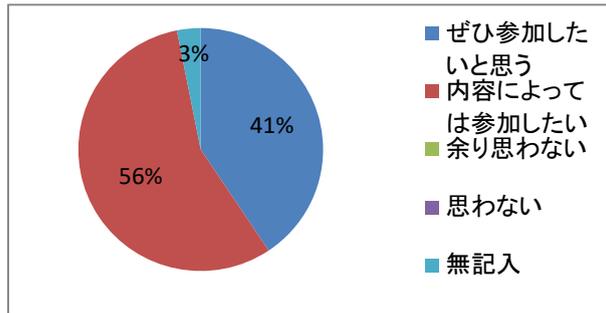
4. 講座の内容は分かりましたか?

良く分かった	28
少し分かった	4
やや分かりにくかった	0
分かりにくかった	0
無記入	0
合計	32



5. 今後の公開講座に参加したいと思いますか？

ぜひ参加したいと思う	13
内容によっては参加したい	18
余り思わない	0
思わない	0
無記入	1
合計	32



6. その他

ご意見や、今後開設して欲しい講座の内容など自由にご記入ください。

- ・とても興味深い内容の講座だったので、出席できてよかったです。本当にありがとうございました。
- ・今後高齢化、少子化が進む状況で、何が出来なくなれば、何の援助が必要になるとかの講座があればと思います。
- ・腰痛で悩んでいました。今日から体操します。すごく勉強になりました。ありがとうございました。
- ・皆々様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。今後とも、どうぞ宜しくお願い申し上げます。
- ・健康に関する事ならなんでも!!
- ・肩こり、首こり、スマホ首のストレッチもやってほしい。
- ・セルフメディケーションについての講座をお願い致します。講座の運動は、わかり易く、楽しく聴けました。ありがとうございました。
- ・ありがとうございました。たばこがやめれない69才の主人に本数を減らし、やめようと思える講座をお願いします。
- ・眼科に関する講演(白内障等)
- ・住空間の特異性と人の生活上の反応症状(季節を問わずのカビ、ほこりなど)は様々と思いますが、改善できることがあれば、やりたいと思っていますので。
- ・①趣味でランニングをしています。ランニング前後に実施すべきストレッチの具体的な方法を知りたい。
- ②腰椎圧迫骨折をしました。整形外科で安静療養をしていますが、圧迫骨折の手術方法について。
- ・便秘、不眠
- ・ヒザ痛の講座もやってほしい。
- ・とても勉強になり良かったと思う。
- ・良い講座でした。ありがとうございました。
- ・講師の話がしっかり聞こえるので、説明がはっきりわかった。すごく勉強になった。家でも取り入れようと思いました。声が大きくて、ゆっくり話してもらえて、すごくよかったです。理解しやすかったです。
- ・初めて参加で、良くわかり良かったです。
- ・高齢に伴う物事、腰痛あり。言葉がはっきりして聞きやすかった。ストレッチモギ体操あり。分かりやすかったです。指導・解説ありがとう。自分の為がんばります。
- ・大変勉強になりました。
- ・今迄全然動かす部位がなかった様な気がするが、教室で教えて頂いた事、家で復習します。気持ちよく受講が出来ました。
- ・腰痛の講座、大変よくわかりました。実行したいと思います。