

令和7年度 第2回 ほっと広場 アンケート集計結果

荘内病院 3F 講堂

* 日 時 : 令和 7 年 10月 18日 (土) 13:30~15:00

* 内 容 : 「体を動かせば心も調う～姿勢と呼吸のお話」

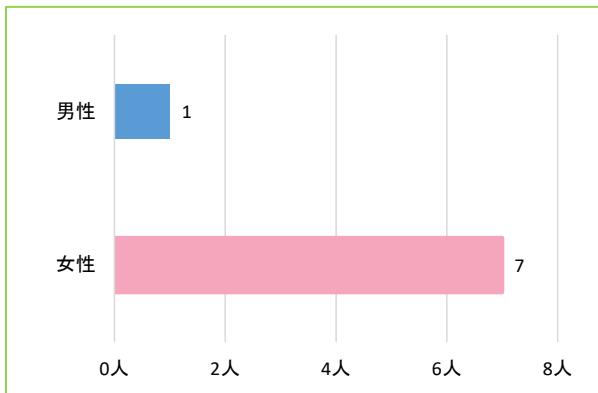
* 講 師 : パワーゲート 代表 伊藤祐輔 氏

* 参加者 : 8名 (男性 1名 女性 7名) スタッフ3名

Q1 性 別

年 齢

全員 70代



Q2 参加回数について

3回以上 全員

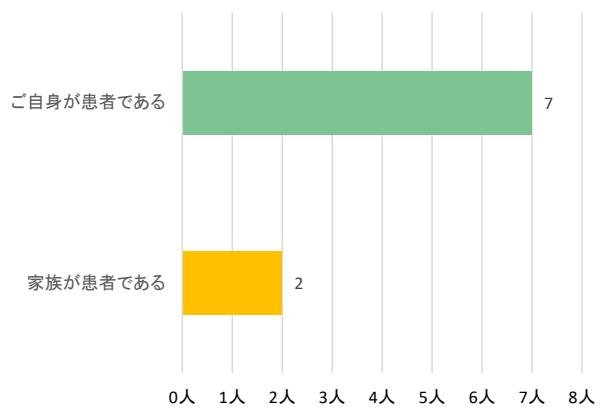


Q4 お住まいの地域はどこですか

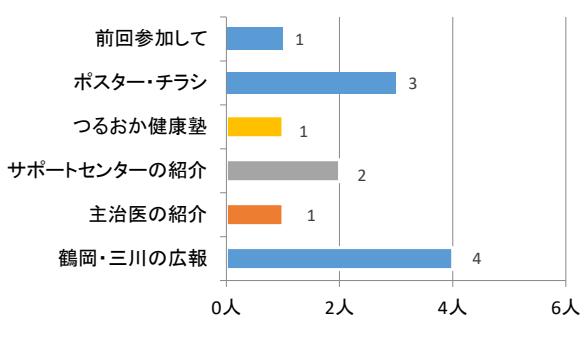
鶴岡市 全員



Q3 あなたご自身について (複数回答可)



Q5 「ほっと広場」をどのように知りましたか



Q6 本日の内容はいかがでしたか。参考になったこと、気が付いたことなど何でもご記入ください。

- * お話を運動もとても良かったです。
- * 体を動かすと血液がまわって良い事がわかりました。
- * 伊藤先生の講座が楽しみです。
- * 自分をかわいがる。大切にする。他人に優しくできる。
- * 体を左右対称に動かすようにする。
- * 伊藤先生の講座は初めてでしたが、大変ためになりました。

Q7 「ほっと広場」に希望することがあれば、何でもご記入ください。

- * 今日みたいな「ほっと広場」が良いと思います。
- * ぜひ参考にさせて欲しい。
- * 食品添加物についても教えてほしい。
- * 参加者が多くなるといいですね。

Q7 最近悩んでいることや困っていることはありませんか。何でもご記入ください。

- * 足がとぼとぼになってきました。
- * 心因性首下り症候群。
- * 筋違いをして両肩が痛いです。
- * 片足にむくみがあります。

