|  |
| --- |
| **ひかりサロン体験アンケート** |

本日はお忙しい中ご参加いただき、誠にありがとうございました。

下記アンケートにご協力ください。

|  |  |
| --- | --- |
| **１** | 普段の（これまでの）健康に対する意識はどの程度ありますか？ |

　　□ 1.あまり意識していない

　　□ 2.意識はしているが、何もしていない

　　□ 3.近いうちに何かしようと考えている

　　□ 4.すでに実行している

**【4を選択された方へ】**普段、どのようなことをされていますか？

|  |  |
| --- | --- |
| **２** | ひかりサロンの体験に参加して良かったですか？ |

* はい　 　 □いいえ　　　□ どちらとも言えない

**―「はい」と回答いただいた方にお聞きします。**

参加して良かったと感じる理由はどのような点ですか？（複数回答可）

□ 良い情報が得られた　　　□ 気持ちが前向きになった

□ リフレッシュできた　　　□ 参加者同士でコミュニケーションがとれた

□ その他

|  |  |
| --- | --- |
| **３** | 現在、健康面で困っていることはありますか？（複数回答可） |

□ 肩こり　 　　　　　　□ 腰痛　　　　　　　　　□ 体力の低下

□ 食生活の偏り　　　 　□ 食事時間が不規則　　　□ 睡眠

□ その他

※アレルギー情報、普段から気になっていること、医師から気をつけるよう言われていることなど

裏面にもございます

|  |  |
| --- | --- |
| **４** | 実際に、ひかりサロンのサービスを利用したいですか？ |

* はい　 　 □ いいえ 　　□ 検討したい

|  |  |
| --- | --- |
| **５** | その他（健康面以外の生活のお困りごとなど、ご自由にお書きください） |

最後に、よろしければクルー（職員）の印象についてお聞かせください。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 当てはまるものに〇をお願いします | はい |  | どちら  でもない |  | いいえ |
| 1. ポール体操の運動量や時間は適切でしたか？ | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. 全体のメニュー内容や指導は適切でしたか？ | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

**ひかりサロンへのご要望があれば、是非お願いします**

**アンケートは以上となります、ご協力ありがとうございました。**

**皆さまのご利用を心よりお待ちしております！**

**ひかりサロン○○〇〇**

**※ご記入いただいた個人情報について、ひかりサロンにおけるサービス向上のため活用させていただくものであり、  
紛失や漏洩等がないよう厳重に管理いたします。またご本人の同意がない限り第三者には提供いたしません。**