

1.あなたの年代、性別を教えてください。

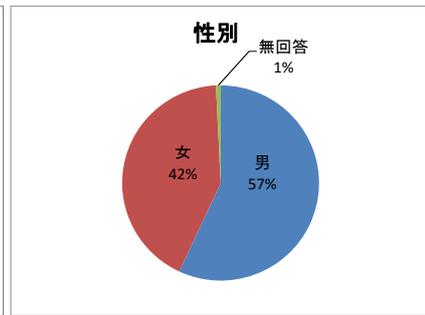
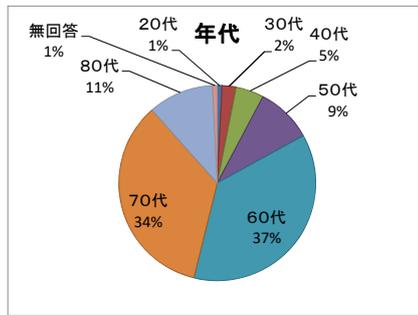
(単位:人)

20代	1
30代	3
40代	6
50代	12
60代	48
70代	45
80代	14
無回答	1

性別

(単位:人)

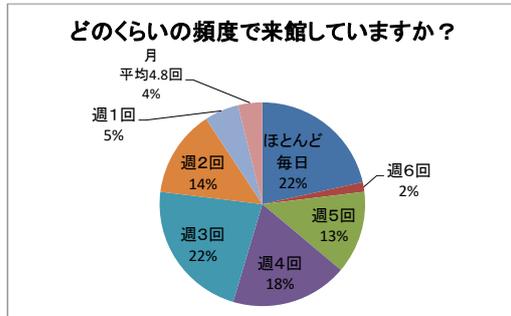
男	74
女	55
無回答	1



2.どのくらいの頻度で来館していますか？

(単位:人)

ほとんど毎日	28
週6回	2
週5回	17
週4回	24
週3回	29
週2回	18
週1回	7
月( )回	5
月10回	1
月6回	1
月4回	1
月3回	1
月1回	1

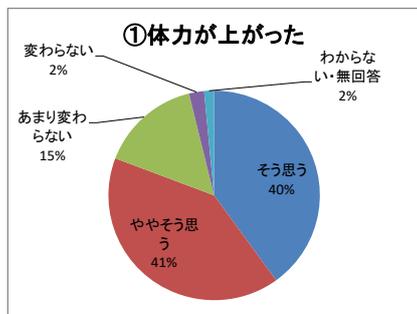


3.センターに通う前と通ってからではどのように変わりましたか？

①体力が上がった

(単位:人)

そう思う	52
ややそう思う	53
あまり変わらない	20
変わらない	3
わからない・無回答	2

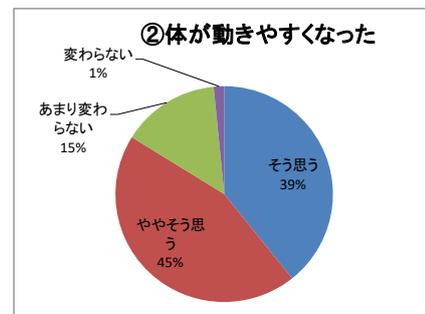


②体が動きやすくなった

②体が動きやすくなった。

(単位:人)

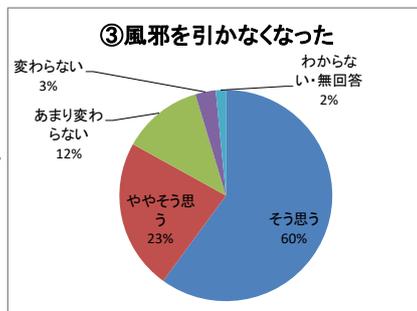
そう思う	51
ややそう思う	58
あまり変わらない	19
変わらない	2



③風邪を引かなくなった。

(単位:人)

そう思う	78
ややそう思う	30
あまり変わらない	16
変わらない	4
わからない・無回答	2

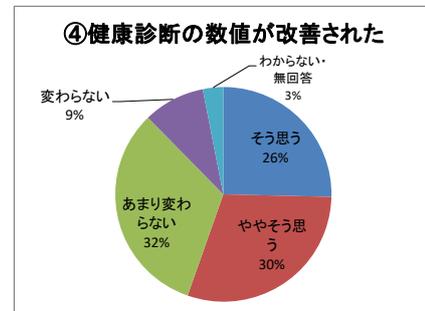


④健康診断の数値が改善された

④健康診断の数値が改善された。(血圧、脂質異常など)

(単位:人)

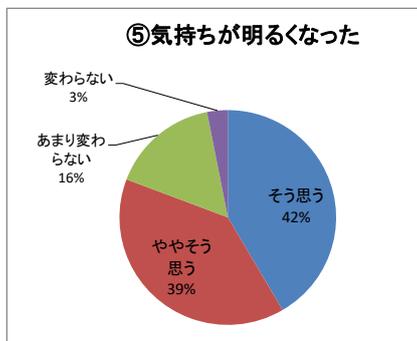
そう思う	33
ややそう思う	39
あまり変わらない	42
変わらない	12
わからない・無回答	4



⑤気持ちが明るくなった。

(単位:人)

そう思う	54
ややそう思う	51
あまり変わらない	21
変わらない	4

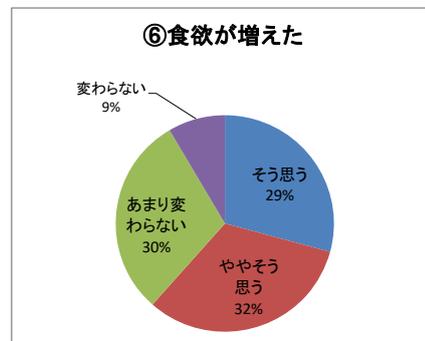


⑥食欲が増えた

⑥食欲が増えた。

(単位:人)

そう思う	38
ややそう思う	42
あまり変わらない	39
変わらない	11



4.その他・ご意見

- ・スタッフの皆さんの対応が良い。
- ・病気をしたのでリハビリを兼ねて毎日のように来ています。おかげで健康を回復しつつあります。
- ・5年ぶりにプールに復活しました。体力改善に向けて通います。
- ・腰痛が改善されています。プールのおかげでマイペースの生活が維持できています。
- ・集中力が増した。意欲が出た！
- ・とにかく気持ちがいいのでプールをずっと続けたいと思います。
- ・生活にリズムと計画性が生まれた。
- ・いろいろな人との会話が楽しい。
- ・友達もでき、会話もハズム。
- ・腰痛が改善とまではいかないが、悪化はしていない。
- ・健康指数の変化はあまり見られないが、現在の体力が維持できているのはB&Gの施設のおかげだと思っている
- ・水中だと下肢の痛みが軽くなり、可動範囲が大きくなる