

## ■第21回 日本スクエアダンス協会近畿統括支部 研修会 アンケートまとめ

参加者：59名、アンケート回収枚数：48枚、回収率：81%

### 1. 今回の研修会の参加理由についてお教えください

ア：研修のテーマに興味があった	35	73%
イ：周りに誘われたので	8	17%
ウ：その他	5	10%

理由：午前中の幹事会に引き続いての企画だったので

彼のことは他の情報で知っていて、よい機会と思った

ダンスをしていると書いてあったので、同じダンサーとして気になった

なんとなく

幹事会の流れで

### 2. 研修会の時間について

ア：ちょうどよい	38	79%
イ：長い	8	17%
ウ：短い	2	4%

理由：集中力・体力がつづかない

最後の30分間質問タイムをすたーとされたのは、聞きたい事がある方には良いと思いました

楽しかったので、アッという間に時間が過ぎた

初めは時間が長いかなと思ったが、実演を入れての研修で、飽きずに聞けて良かった

ただし、実務（実践）の時間もかんがえるとちょうど、と思う

無事終えられたから

内容による、今回はちょうどよい

楽しかったので、もっと長くても良いと思いました

話と踊りの時間のバランスが良かった

長いのですが、全体での動き、講師のユニークな会話、引き込まれました

楽しくて時間はあっという間でした

ちゃんとキャッチコピーにあった話をしており、おもしろく言っていて、あまりあきなかつた  
たのしかった、又参加したい

お話しも体操もダンスも楽しくて、アッという間でした

楽しかったので、あっという間に時間が過ぎた

体力不足

楽しい時間は短く感じます

### 3. 研修会の内容について

ア：とても良かった	44	92%
イ：まあまあ良かった	4	8%
エ：今ひとつ	0	0%
オ：良くなかつた	0	0%

理由：私たちの活動と、日常生活につながりがあることが、よくわかりました

堀川さんのお顔が見れました

いろいろ勉強になった、スクエアの前に行って、気分転換になって良いと思う

朝からの一日は、集中力が続かなかったです ←注：午前中の幹事会から参加の方

とても楽しかったです、例会で取り入れてみます

クラブに高齢の方が多いので、すぐに動ける運動を、わかりやすく講演していただいて有意義でした、  
これを機会に続けていきたいです

理論に基づいた楽しい動きは多くの人に受け入れられると思いました、

また、日頃のスクエアの例会にも取り入れられると思いました

楽しく色々な事が知れたし、間時間を持てました

筋肉運動ができました

皆さんで手を繋いで踊る楽しみが増えて良かった

有意義と思えた、実技を交え楽しかった

実技があるのはとても良かった、運動不足なので汗をかけてよかったです

ダンスと一緒に皆ですることで体のことを考えることが楽になった様に思います。

フレイルの意味、体を動かすことの大しさ、頭でわかつてもなかなか、ですが、

医学的、療法的な観点からわかりやすく教えていただき良かったです

どこの筋肉を鍛えればフレイルにならないのかがわかり、ダンスを通して楽しく予防することがわかった

とても楽しかったです

楽しかったです

楽しかった

会話もとても楽しく私たちにわかりやすくお話し下さり、とても良かった

座って話すことなく、全体を見わたしながら話されていて、親しみをもって聞くことができた

介護の現場で活用出来ると思ったので、無理なく、ゆっくりのペースで実践してみたいと思った

講義と実技が有ったこと

今回のように座学だけでなく、体を動かすほうが楽しく過ごせる

講演の内容が筋道だっていてわかりやすく、興味深く聞けた

ダンスは？体操！？はとても楽しかった

みんなが楽しそうだったから

よく慣れた若い講師でフレイルについて楽しく勉強できた、これから的生活に役立てようと思う

例会にも取り入れたいと思いました

SDを長く続けるために必要な事を学べた

すご~く楽しかった

講義と体を動かすことがバランス良かった

理論的に身体を動かせて、ためになり楽しかった

きれいな動き、むだがなかった

リズムに合せて体を動かす事、楽しくて、あっと言う間の時間でした

見ているだけなら、簡単そうにできそうなのに、いざ動いてみると笑いが出るほど、

ぎこちなかつたのがとても新鮮だった、お話しも楽しくて良かったです

腰も肩も悪いので、すごくためになった、保育士の研修会でもやってほしい

実際に体験できてよかったです

講師さんの指導がすばらしい

音楽に合わせて体を動かすのが楽しかったです

今まで知らなかつたことが沢山わかつた

今までなんとなく解っていた事が、自分なりに理解出来た

話もおもしろかったし、踊り＆体操とともに楽しかったです、話しだけで無いのが良い

以上

※作成：研修会担当役員：金子裕行