

おれんじ運動クラブ 2024.9アンケート結果

Q1 参加してみた全体的感想。内容や時間、効果について。

・買い物も嬉しいですが、仲間の皆さんと笑いながらの足、タオルを使った腕まわし、頭の体操、帰りのバスの中での話を聞きながら家まで乗せてもらい帰る時間、楽しい時間です。昨日も痛かった腕がタオル体操のおかげで夜中の腕の痛みが軽くなるのを実感しています。おれんじ運動クラブにこれからも参加させて頂くのを願っています。

・私は平和堂へ毎日開店と同時に買い物に行っていましたが一階で体操をしておられるのを知りませんでした。ある日、二階で体操をしておられるのを見て、すぐに興味がわき、すぐにお声をかけて入会することができ今は大変良かったと思っています。毎回楽しく出席させて頂き、終わって帰る時は足も軽く充実した日が送れています。今後とも宜しくお願い致します。

・80歳を目前にして心身共に老いることへの不安感で一杯でした。そんな時、村田さんという方にめぐり逢い”運動クラブ”へ参加させて頂き、心から嬉しく思っています。これからは”おれんじ運動クラブ”を続けることを目標に前向きに暮らせる気がします。又、ほぼ同年齢の方たちと会ったり話したりして安心感を得ることができるのも良かったです。それに買い物は今まで週二回配達してもらっていたのですが一回だけにしてもらって、もう一回は自分で買い物できるのでありがたいです。これからも頑張りますので宜しくお願いします♪今の私には運動の内容や時間は丁度良いです。効果は心身共に元気になれたことです。

・参加して良かったです。効果はあるように思えます。

・年を重ね運動不足となり体力も落ちてきているのでこのような運動内容、時間的にも丁度良く、無理なく楽しみながら、毎回過ごさせて頂き、有難く感謝しています。また、送迎による買い物と運動に有難く、毎回大変感謝すると共に、1つの生活リズムができて健康維持ができて感謝しています。

・いつもお時間を与えて下さり感謝しています。私の方がメニエル病もありバランスがとれず困っています。膝腰などはとても良くなり喜んでいきます。他の人たちのことを考え、もっと足などの運動も考えてあげて下さい。

・未だ効果を感じることはありませんが、運動内容、時間共に丁度良いです。無理なく楽しみながら過ごしています。ありがとうございます。

・今の内容、時間は適当と思います。それに効果は期待できると思います。今後慣れてくれば筋力の強化がはかれるスクワットなど加えて頂ければと思います。

・週一回の参加ではあまり効果はないかもしれない。毎日の運動として参考になっている。人数も多くなって参加しやすい。場所が少し狭いように思う。できる限り参加したいと思います。自分のために！

Q4改善点

買い物もゆっくり出来るのでありがたいです。

体操をする場所が少し広いといいのにとおもいます。

いつまでも村田さんが担当して下さることを願っています。

送迎ありなので参加しました。

送迎による買い物と運動に大変感謝しています。今後とも宜しく申し上げます。

送迎など買い物なども考えて下さり感謝です。

現状でよい。

特になし。

場所の広さに問題があると思う。

Q2他者に紹介できるか（10点満点） ⇒平均8.94

10

10

10

10

9.5

8

10

8

5

Q3 金額の妥当性、どれくらいの価値があると思うか ⇒平均288

200円はありがたい

200円以上の価値は十分ありますがこのまま続けて頂きたいと思います。

500円

価値は分かりませんが初回無料と五回毎無料は考えるべき。

現状で良い。

500円

300円

300円

200円

10月9日現在、9名の方にご回答頂きました。ご回答頂きありがとうございます。

これからも楽しく、来てよかったと思って頂ける場所になるよう努めて参ります。担当：村田隆