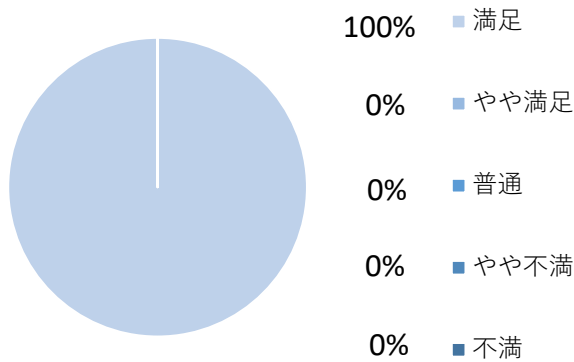


2024年3月健康づくり冬季講習会事後アンケート集計結果

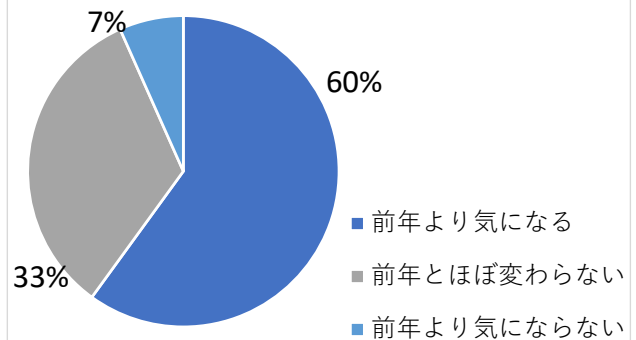
株式会社 保険のなかせき

実施日：2024年3月26日

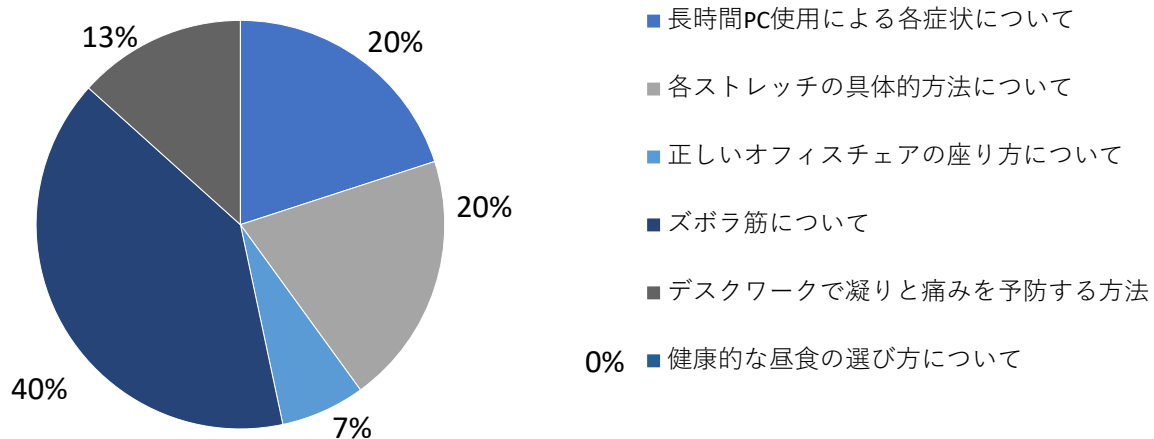
① 冬季講習会の満足度



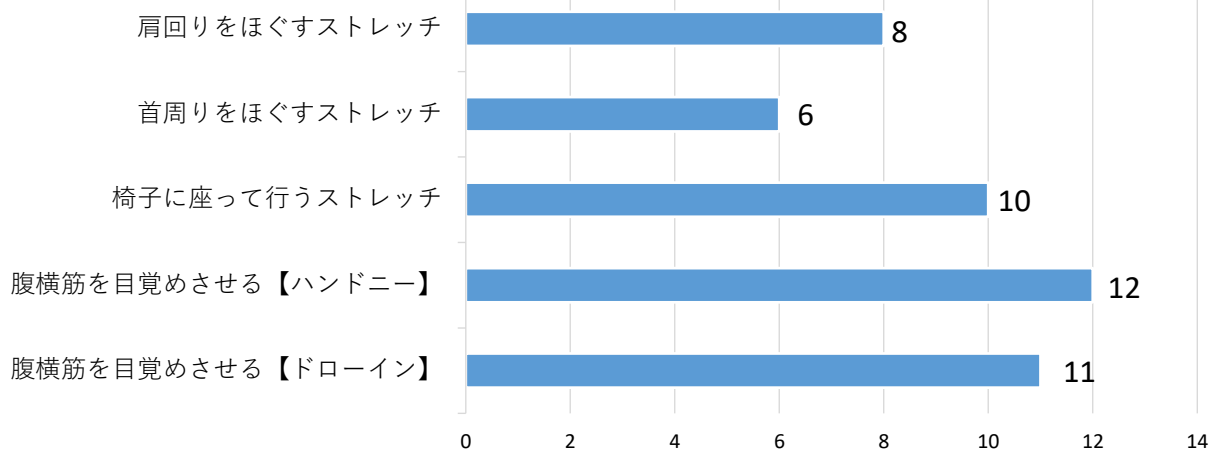
③ 2024年3月現在、自身の健康について



② 本日の講習内容で一番興味を持った項目



④ 実践したいストレッチはどれですか



【結果】

- ①冬季講習会については、全員に満足してらもうことができた。
- ②講習会内容としては、ズボラ筋について興味を持った人が多い。
- ③自身の健康について意識確認をしたところ、前年より気にしている人が多いが変わらないや気にならない人もいます。
- ④実践したいストレッチは複数回答の参加者が多かった。

【考察】

勤務時間中にストレッチを取り入れたいとの意向が見受けられるが、今後も継続的な意識付けへのフォローが必要。