

## 平成 28 年 2 月 21 日 県民公開講座アンケート結果

会員出席・・・68名うちアンケート回収17名（25%）

一般出席・・・177名うちアンケート回収78名（44%）

### 今回【県民公開講座】が開催されることを何から知りましたか（複数可）

接骨院・整骨院・・・52（67%） ホームページ・・・0 ラジオ・・・2（3%）

テレビ・・・5（6%） 家族・友人・・・15（19%） その他・・・14（18%）

白石体協、新聞、チラシ、学校、柔道協会、保育園 子育て広場、ヨガ教室、職場

### 今回の内容について、総合的にどのくらい満足していますか

満足・・・72（76%） やや満足・・・21（22%）

会員：満足・・・13（77%） やや満足・・・3（18%）

一般：満足・・・59（76%） やや満足・・・18（23%） どちらともいえない・・・1（1%）

### 会場についてお聞かせください（複数可）

狭い・・・3（3%） ちょうど良い・・・78（82%） 広い・・・3（3%） 聴講しやすい・・・21（22%）

聴講しにくい・・・2（2%） 便利・・・12（13%） 不便・・・2（2%）

会員：調度良い・・・13（77%） 聴講し易い・・・6（36%） 便利・・・3（18%） 広い・・・2（12%）

一般：狭い・・・3（4%） 調度良い・・・65（83%） 広い・・・1（1%） 聴講しやすい・・・15（19%）

聴講しにくい・・・2（3%） 便利・・・9（12%） 不便・・・2（3%）

### 今回の講演に対して会員の感想

- ・実技を含めて講座を受けたので非常に理解しやすかったです。治療に活かせるようにしたいと思います。
- ・とてもためになり今後にかせるようにしていきたいと思った。
- ・運動量の低下で動きが悪いわけではなく、運動の質の低下が原因とは気が付かなかったです。また、教わった呼吸法を患者さんに伝えられたら良いなと思いました。
- ・子供や来ている学生に対して使っていきたいです。
- ・また知らないことが増え次に活かせると思います。
- ・楽しく勉強できました。
- ・今後、意識して体幹を鍛えていくことは、赤ちゃんから大人まで健康に伸び伸びと生活していくうえでとても大切だと分かりました。ありがとうございました。
- ・視覚は最大のアピールとなります。今回の講演にあたりパンフを見ましたが今日ここに来て内容についての写真を目にしました。トレーニングの実技などについて可能な限り興味を持ちそうに載せてあれば市町村保険課等にもアピールし易くより多くの聴衆を迎える事ができたのではないのでしょうか。講演中の写真撮影ではフラッシュを発光させないでお願いしたい。
- ・内容がとても分かりやすかったです。×7
- ・動画もあり分かりやすかったです。
- ・実技時間が少なかった。

### 今回の講演に対して一般者の感想

- ・託児があれば良いと思った。腹式呼吸のやり方を教えてもらったのは役にたった。コアキッズ体操も今後やってみたい。
- ・子供の発達に興味があり申し込みました。腹式呼吸は自分にも役立つと実感し勉強になりました。発達→赤ちゃんの動きの影響があると分かっただけでも大きな学びになりました。家で子供達とトレーニングしたいです。
- ・講師の先生の説明が良くわかった。
- ・特別支援学校に勤めていますが、体のぎこちなさとか部位を動かさない子供が多いので今回の内容はとても興味のある話でした。
- ・体幹の意味がよく分かりました。体操をいかしてみます。
- ・もっと詳しく知りたいので一日かけて理論と実践を学びたかったです。
- ・知らないことを知った。×2
- ・県民公開にふさわしく分かりやすい。後半はある程度知識があったので分かったが初めての人も要点は分かったと思う。体操などすぐ今日からできる！！
- ・勉強になりました。
- ・配布資料は4つ切りでないと小さすぎて見えません。
- ・興味がわいた。
- ・体幹を鍛えると良いという事を学んだ。コアキッズ体操を実践したい。×2
- ・保育園でも取り入れてみたいと思う。
- ・赤ちゃんの時期の発達が起因になっていることに驚きました。乳児にたずさわる仕事なので大事にしていきたいです。
- ・目からうろこでした。生活に取り入れたいと思います。全国に普及するといいですね。
- ・今後の仕事に活かしていきたい。
- ・子供が生まれたばかりで今後の育児の一つとして大変勉強になりました。
- ・呼吸の仕方(深呼吸をただけ)で体が変わる事が体感できて良かったです。深呼吸をする習慣をつけようと思いました。
- ・とても楽しくて分かりやすかったです。先生の赤ちゃんの動きで飛び級しない方が良いと言われた話で、今野球で膝を痛めている次男は赤ちゃんの時に立つ、歩くのが出来ず(1才半過ぎころまで)ひざ立ちで動いていました。関係があるのでしょうか？動きの質、上げていきたいと思います。
- ・なかなか良い話が聞けて良かった。
- ・大変いいお話でした。もっと聞きたいくらいでした。
- ・内容が分かりやすかった。楽しかった。
- ・体幹について知りたかったから。
- ・コアが大切なことは聞いていましたがそれが理論に基づいた話が聞けて本当にためになりました。
- ・柔道整復師会の紹介はペーパーで頂ければ・・・
- ・子供たちに体幹トレーニングを是非していきたいと思います。すぐ実践できそうです。
- ・体幹を強化することが大事なことは知っていましたが、具体的には方法を知りませんでしたので大変参考になりました。
- ・実技もあって分かりやすかったです。×4
- ・理論から絵や図を示して見える化して頂いたので分かりやすかったです。
- ・説明が一般の私にもよく理解できました。
- ・パワーポイントで分かりやすかったです。
- ・体幹は大事だと思いました。
- ・体操が分かりやすかったです。

- ・腹式呼吸をしっかり勉強できた。とにかく私も子供も体が硬くバランスが悪いので今日からでも子供と一緒に頑張りたいと思った。
- ・今回の講座で呼吸が大切だという事、乳児の時の動きの意味がわかりとても参考になりました。
- ・実際に体を動かしながらの研修会でわかりやすく子供から大人までわかるような内容だったので良かったと思います。
- ・内容がわかりやすく理解しやすかったです。
- ・子育てに役に立つと思いました。
- ・スライドの文字が見えにくかったのが残念でした。
- ・1才9か月の孫の育児の参考にさせていただきます。自分も体幹を鍛えようと思いました。
- ・姿勢の大切さ・腹式呼吸の大切さ・体幹トレーニングの大切さ・動きの質の大切さがよく分かりました。×2
- ・実技で体幹トレーニングをされた事がわかりやすかった。子供達と一緒に私もやっていきたいです。
- ・自分が腰が悪い為、今回の話で腹式呼吸が第一と初めて知りました。毎日実行してみたいと思います。コアキッズ体操も頑張ってみます。
- ・体幹トレーニングの話、振り返ってみて幼児の動きから今の自分にも良く解り日々のトレーニングとして行おうと感じました。
- ・今回は部分的すぎる、もっと全体的な話を。
- ・理論上だけでなく、実技もまじえた講話で為になった。
- ・もっと知りたいことがあります、またお願いします。
- ・指導の時に役に立つ内容がありとても勉強になりました。
- ・西原先生の体幹に対する考え方を学ぶ事が出来てよかった。
- ・すごく納得のいく内容でした。もっと友達を誘えばよかったです。最近の子供たちの運動能力の低下の原因の一つは「食」「化学物質（洗剤、大気汚染など様々）」など赤ちゃんの身体に入ってくるものもあると思います。赤ちゃんは今、胎児の時から化学物質で汚染されています。赤ちゃんの脳・神経・骨・筋肉などすべて食べた物で作られ、化学物質でそれらの動きがかく乱されることも原因にあると思います。福岡市に高取保育園というところがあります。食育や運動にしっかり取り組まれています。その子供たちの運動能力すごいですよ。一度見学に行ってみてください。全国的にとっても有名です。最近増えている発達障害は運動の問題がかなりあると思います。今日のお話はその子供達への手がかりであったと思います。ぜひぜひ来年も先生のお話を佐賀でお願いします。また、聞きたいです。発達障害の子供の為にも先程のお話は大切だと思います

#### 接骨院・整骨院に対する質問・要望のコメント

- ・現在動きの土台作りに取り組まれている県内の施設、院を教えてください。

■■■■@softbank.jp

- ・一般で申し込みました、〇〇〇〇（本名）と言います。子供長女（8歳）が発達障害・知的障害で、姿勢がとても悪いので改善すると良いなと思い参加しました。佐賀で赤ちゃんトレーニングを教えて頂ける整骨院があれば教えてください。よろしくお願いします。コア体操もやってみます。

メールアドレス：■■■■@hotmail.com