NoベジNoライフ！セミナー　1回目　受講後アンケート

　　　　　　　　　　　　　　　　　No. 名前

**■本日のセミナーについてうかがいます。あてはまる番号を１つ選んで○をつけてください。**

【１】本日の講義は、いかがでしたか。

１．難しかった

１又は2に回答した方におたずねします。

難しいと感じた内容をご記入ください。

２．やや難しかった

３．ちょうどよかった

４．やや易しかった

５．易しかった

【２】演習「食生活を見直そう」は、いかがでしたか。

　　　　１．難しかった

１又は2に回答した方におたずねします。

難しいと感じた内容をご記入ください。

２．やや難しかった

３．ちょうどよかった

４．やや易しかった

　　　　５．易しかった

【３】演習「食生活を見直そう」についてうかがいます。

　　　・あなたの食生活のよいところ、改善すべきところを記入してください。

よいところ

改善すべきところ

　　　・本日作成した「食生活改善プラン」を記入してください。

【４】本日作成した「食生活改善プラン」を実行しようと思いますか。

　　　　１．実行しようと思う

2に回答した方におたずねします。

実行しようと思わない理由をご記入ください。

２．実行しようと思わない

【５】本日のセミナーを受講して、健康的な食生活や生活習慣に気をつける必要があると思いましたか。

　　　　１．受講前から必要だと思っていた　　　 ２．必要だと思った

３．どちらかといえば必要だと思った　　 ４．どちらかといえば必要ないと思った

５．必要ないと思った

【６】本日のセミナーを受講して感じたことを記入してください。

ありがとうございました。