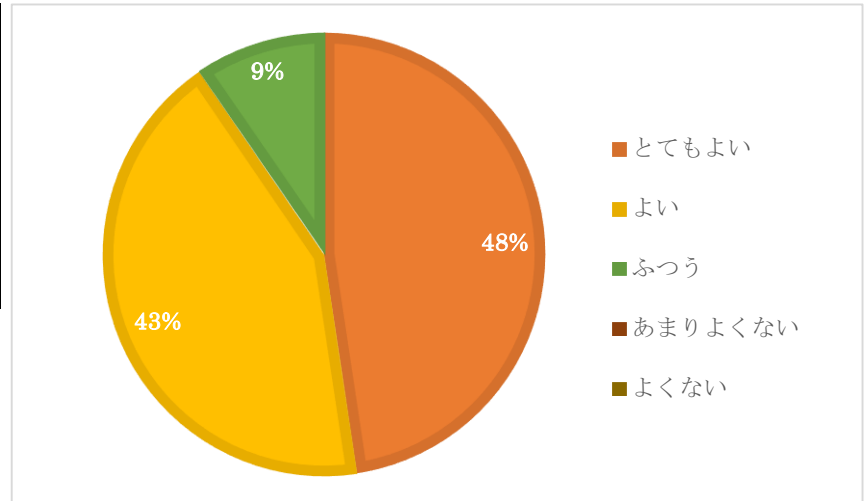


◇ アンケート回収数 21 名分

1. 『なんと赤い糸婚活 人間塾・美人塾』はいかがでしたか？

とてもよい	10
よい	9
ふつう	2
あまりよくない	
よくない	
合計	21



2. 質問1の理由をお聞かせください。

- ・ 普段全く考えていないことに気が付けた。
- ・ 身だしなみを整えることの大切さを今一度学ぶことができた
- ・ 自分自身の幸福度を上げるために重要な事柄を知った
- ・ おもしろくていい勉強になった。
- ・ 人と比較して自分を判断することがあるが、比較自体はいいけど、それで自分を判断してはだめだということが印象に残った。

3. 今回の人間塾・美人塾で、一番心に残ったお話や内容は何ですか？

- ・ 野澤先生の「考えが浅い、もっと深く考えろ」という話がすごくよかった。
- ・ 自分自身、よく比較して自分はダメだと決めてしまうことがあるけど、今日からそれをやめることを決意しました。
- ・ 永田さんの“幸福学”についてもう少し知りたいと思い、帰ってネットで調べたいと思った
- ・ 考えて行動する。
- ・ 人に対して、思いやりを持って行動すること。
- ・ 「身だしなみ」に対して無頓着でありすぎた。
- ・ お金は大事なものより必要なもの

4. 今回の人間塾・美人塾を通して、どんな学びや気づきがありましたか？

- ・何をするにしても、思いやりが必要だと学びました。
- ・結婚することで幸福になれると考えがちだが、日常から、今のうちから幸福になるように努力することが大切であると知った。
- ・毎日自分が成長するために何をするかを、いかに何も考えないで生活しているか。
- ・日々の習慣を整えることが重要であると思った。
- ・今まで自分のことだけよくなっていけば良いと考えていましたが、人に思いやりを持って行動していったら、さらに幸福感が得られると思いました。
- ・「思いやり」については、婚活だけでなく、部下や上司との接し方にも役に立ちそう。
- ・相手に合わせるだけでなく、自分を分かってもらえるようにすることが必要。
- ・幸福度を上げるために、特別なことは必要ない。
- ・ネガティブな考え方や生き方は、異性にもバレてしまっている。

5. 日々の生活の中で成婚に向けて継続してやってみようと思うことを教えてください

- ・1日の中で瞑想する時間をとる。
- ・スーパーマンのポーズを2分間することで、自己肯定感を高める。
- ・身だしなみをよくすること。
- ・声を出すくらい笑う。
- ・人と比較して自分を決めないと心に刻みます。
- ・21日間、ありがたく思うことを毎日新たに3つずつ書いていこうと思う。
- ・個性を上手く出す、出せるように毎日少しでもいいので考える。

6. 今後も今回のような恋愛塾に参加したいと思えますか？

思う	13
やや思う	6
どちらともいえない	2
あまり思わない	
思わない	
合計	21

