

「笑顔トレーニング ～表情筋を鍛えて第一印象アップ～」

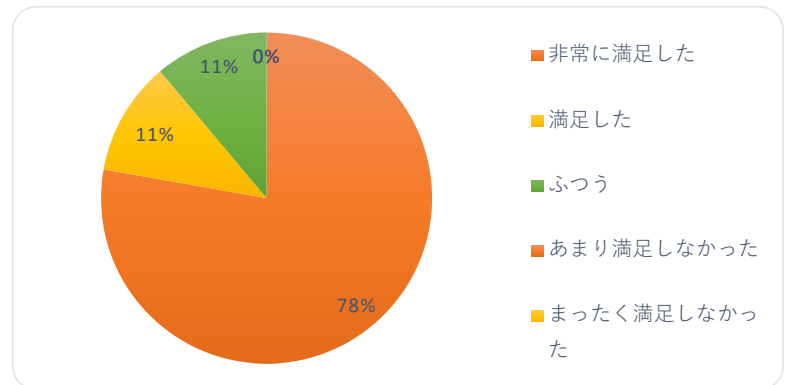
アンケート集計結果

(A I P 会員等)

◇ アンケート回収数 9名分

1. 今日のセミナーはいかがでしたか

非常に満足した	7
満足した	1
ふつう	1
あまり満足しなかった	
まったく満足しなかった	
合計	9



2. 今日のセミナーを受けて、これからどんな行動をしますか

- ・ 普段から眉間にシワを寄せない
- ・ 顔を柔らかくする練習をします
- ・ 顔の筋肉を意識してストローのトレーニングをがんばります！

3. 表情や笑顔について、どんなお悩みがありますか？ または、ありましたか？

- ・ 笑うと目がなくなる
- ・ 笑ったら、しわくちゃになり写メ撮ったらイマイチだなと思っています
- ・ ぎこちない

4. そのお悩みの解決の糸口は見つかりましたか？

- ・ 口でわらう
- ・ トレーニング方法がわかってきました
- ・ はい

5. 講師の先生へのメッセージがありましたらお願いします。

- ・ 毎日トレーニングしていきます。ありがとうございました。
- ・ あまりうまくできてなかったところも多かったですが、いろいろ丁寧に教えていただいてどうにか少しできた気がします。丁寧に教えていただいてありがとうございました。
- ・ 面白かったです。
あまり表情を気にしてなかったけど、気になりだしました。ありがとうございました😊

6. 今後、どんなイベント・セミナーがあったら参加してみたいですか

- ・ 南砺市内で短時間のもの
- ・ マッチングありとなしのイベント。
- ・ やや遠くでウォーキング