

楽しく運動・ココロ Cafe 振り返りシートセミナー名： 楽しく運動 ・ ココロ Cafe

氏 名 _____

本日の内容について、ご記入ください。

質 問	内 容
① 時間管理について	該当するいずれかに○印を記入。 ↓ 開始時間前についた ・ 遅刻した（連絡した・連絡していない）
② 本日参加できたことは良かったですか？	該当するいずれかに○印を記入。 ↓ ・ 大変良かった ・ 良かった ・ 良くなかった ・ わからない 感想を記入。 ()
③ 参加前と参加後の 体調、気分の変化について	該当するいずれかに○印を記入。 ↓ ・ 良い ・ 普通 ・ 悪い
④ やってみたい内容がありましたら記入ください。	該当するいずれかに○印のうえ、ありの場合は内容記入。 ↓ なし・あり ()