

平成29年度 ボランティア養成講座
活動者のための交流会～ストレスケア講座～

(講師：臨床心理カウンセラー 栃木さおり 氏)

アンケート集計

平成30年1月19日(火) 午前10時～午後4時 参加者17名

(1) 性別、年齢、職業を教えてください。

《性別》

男性	女性	無回答	合計
2	15	0	17

《年齢》

10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	無回答	合計
0	0	0	0	1	2	9	5	0	17

《職業》

小学生	中学生	高校生	学生	勤労者	主婦(主夫)	退職者	その他(*)	無回答	合計
0	0	0	0	3	12	2	0	0	17

(2) これまでボランティア活動に参加したことはありますか？

ある	ない	無回答	合計
16	1	0	17

(3) 今回の講座を何で知りましたか？(複数回答可)

広報よこぜ	ふくしよこぜ	インターネット	ポスター・チラシ	学校	家族	知人	その他(*)	無回答	合計
5	10	0	3	0	0	0	3	0	21

(*)その他・・・社協から聞いて、誘われて。

(4) 今回の講座はいかがでしたか？

よかった	どちらともいえない	つまらなかった	無回答	計
15	1	0	1	17

(5) 今後ボランティア活動に参加したいと思いますか？

ぜひ参加したい	機会があれば参加したい	参加しない	どちらともいえない	無回答	合計
6	10	0	1	0	17

(6) ご意見や感想を、自由にご記入ください。

- ・ ストレスに対しての向き合い方が参考になりました。(70歳以上男性)
- ・ 感情に〇×はないという話や、自分のタイプを知り、ストレス解消法を知っていく事の大切さ等とても勉強になりました。負のコトバをプラスのコトバに変換するネガポジシンキングは、発想の転換になって日常でもできると思いました。(40代女性)
- ・ ぶつかっている問題があり、先生に勉強させていただいて、リセットする方法がわかりました。(60代女性)
- ・ 今日はありがとうございました。ストレスは本当に大変です。考え方を变えて、ストレスから解放されたいと思います。勉強になりました。(60代女性)
- ・ とても解り易く伝えて下さり、ストレスについて良く理解でき、自分のストレス発散方法も教えて戴き勉強になりました。本日はお世話になり、有難うございました。(50代女性)
- ・ 相手のサインを見つけるのも大変ですね。一人暮らしの人に1年に1回訪問があるのでよけいです。傾聴ボランティアがなかなかうまくできなかつたのですが、うなずき相づち、やさしい視線を向けて笑顔でこたえることの大切さを知りました。回答がいらぬのというのが大切なのだと思います。(60代女性)
- ・ 言葉ひと言で共感、同感の違い、自分の存在、コミュニケーションがとれる事を知りました。アドバイス有難う御座居ました。次回は折り紙講座など、施設訪問に役立つ講座を希望します。(70歳以上女性)
- ・ 説明がわかりやすく大変良かったです。これからもいろいろな講座に参加したいです。(60代女性)
- ・ 感情に〇×はないと言う事、同感と共感の違い、勉強させていただきました。(60代女性)
- ・ 良い勉強ができました。(70歳以上女性)
- ・ 今後もメンタル面の講座を希望します。(60代女性)
- ・ 楽しく聞くことができました。勉強になりました。ありがとうございました。(60代女性)
- ・ 具体的な例等の講演会で、とても分かりやすく良かったです。(60代女性)