

第2回「心臓を守る運動教室」アンケート結果（原文ママ）

- ・本日はありがとうございました。
- ・ありがとうございました。食事が大切というもよーくわかりました。
- ・とてもよかった。ありがとうございました。
- ・ありがとうございました。
- ・高齢のためききづらかったです。
- ・とても有意義な時間を過ごせました。ありがとうございました。
- ・運動不足で運動をしないとと思っていたところに、弁膜症（まだ経過観察ですが）が判明し、運動はどうすればいいんだろうと不安に思っていたので、とても勉強になりました。運動と食事に気を付けようと思います。
- ・楽しかったです。
- ・運動の実践が良かったです。普段より運動を心がけたい。救命方法を身につけたいです。