

開催日

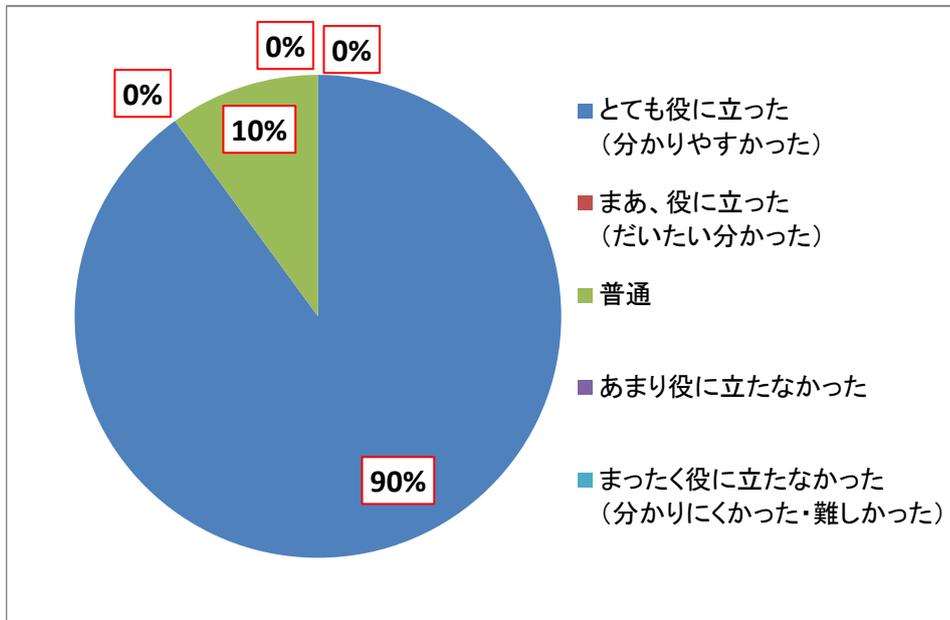
2024/2/13 テーマ 眠くなる話

申込者 青森市浪岡野沢公民館

アンケート結果

配布 16 件
回収 10 件
回収率 62.5%

評価	合計	
とても役に立った (分かりやすかった)	9	90%
まあ、役に立った (だいたい分かった)	0	0%
普通	1	10%
あまり役に立たなかった	0	0%
まったく役に立たなかった (分かりにくかった・難しかった)	0	0%
感想	5	
質問	0	
要望	0	



感想

- とても参考になりました。良いお話でした。わかりやすくありがとうございました。
- 分かりやすかった。とても説明がわかりやすかった。
- 夜9時頃寝る、朝4時起床がほとんど毎日ぐっすり寝れています。
- 降圧剤と安定剤の毎日、退職後に安定剤を止めるのに大変でした。今は降圧剤のみです。
- 一つでも止めるためがんばろうと思う。
- 大変良いお話でした。ありがとうございます。

質問

要望