

2022年MoMoジムお客様アンケート

24 件の回答

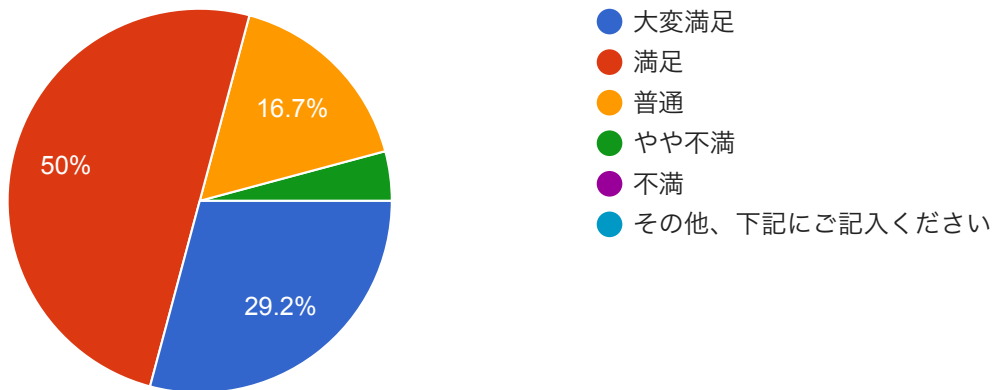
アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。
ピンクの字でコメントを記入しました。
これからのMoMoジム運営に大変貴重なご意見感謝です。

分析を公開

1. 施設や設備・器具の清掃やメンテナンスの状態はいかがですか？



24 件の回答



具体的なお意見があればご記入ください

4 件の回答

動きが見える鏡があると、自分の様子が見えて良いかなと思います。でも設備が大変ですね。 ◆鏡はない方が良いという意見もありますが、取外しの簡易なものの設置を検討してみます。

特に気になる事なく利用出来る。 ◆安心しました。

着替え室のカーテンレールを黒や茶にしたらもっと素敵かも。鏡があるとよいかも、募金してもよいですが(笑)(割れない軽い壁掛けもできる鏡、というももあります。)

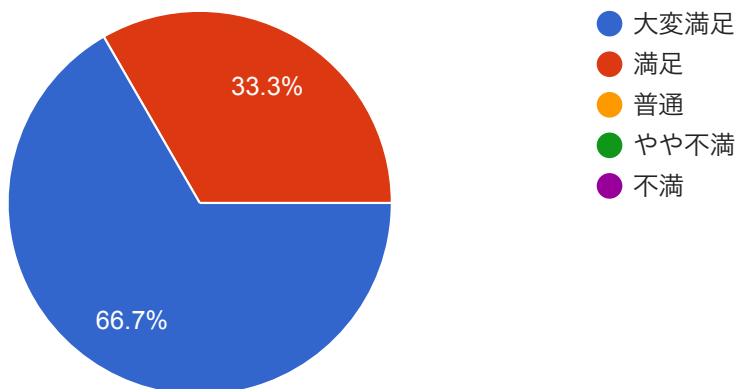
◆鏡はない方が良いという意見もありますが、取外しの簡易なものの設置を検討してみます。カーテンレールはその通りなんですよね、色塗れるかな。

蛇口回りがキレイだと嬉しいです。でもざっくりした先生も素敵です。 ◆蛇口まわりスミマセン！クリーンアップタイムを設けて清潔に保ちます。

2. インストラクターの知識や技能、接客や指導の内容はいかがですか？



24 件の回答



具体的なご意見があればご記入ください

5 件の回答

わからない事などすぐに返答して下さるし一人一人丁寧に指導もしてもらえます。

◆ありがとうございます！学んでいます。

その時の体調等に合わせて臨機応変に対応してくれるのが非常にありがたいです

◆少人数ならではの！

よく参加させていただくミーナさんのレッスンは、気さくにお話できるがハキハキした声やメリハリのあるレッスンで集中しやすくて良いです。

◆ミーナが泣いて喜びます。ナンパした甲斐があります。

皆さん感じの良い方たちばかりで、毎回楽しみに通っています。

◆会員様が良い雰囲気を作ってくれています。

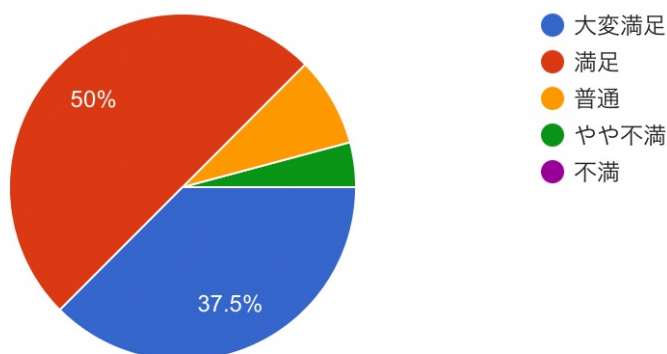
アロマがもっと専門的に勉強できると嬉しいです。

◆基本的なアロマの知識や効果をお伝えする機会を増やしたいと思います。専門的に勉強する場合、アロマ環境協会のアロマ検定からがおすすめです。



3. レッスンの内容についてどう感じていますか？

24 件の回答



具体的な意見があればご記入ください

4 件の回答

色々なレッスンがあるので、自分に合ったものを選ぶ。 ◆大切な部分なので嬉しいです

新しいことを取り入れてくれたりするので飽きが来なくて楽しいです ◆大事な部分なので嬉しいです

希望としては平日にもボクシングシェイプがあれば。 ◆平日のお昼間でしょうか？試験的に1月月曜13:30よりボクシングシェイプ入門を設定しました。ご都合が合えば良いのですが。。

ヨガがやりたくて入会したのに、希望の日がない。 ◆申し訳ございません。↓

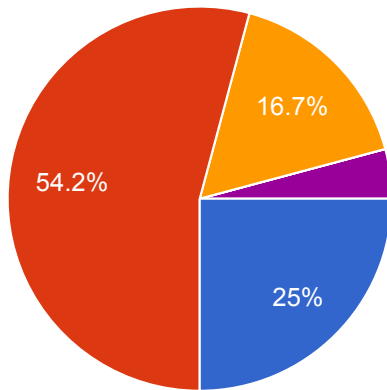
4. 予約システムや予約の取りやすさはいかがですか？



24 件の回答

ヨガクラス自体は他のクラス数より多いのですが、確かにご希望の日がないと全く受けられないですね。

来年オンラインも考えてはいますが、もしヨガだけを行いたい場合、ご相談ください。



- たいへん満足
- 満足
- 普通
- やや不満
- 不満

具体的な意見があればご記入ください

3 件の回答

coubicからの予約なので、空き状況が分かり易い。 ◆coubicを導入してよかったです

履歴が見れないので不安になる ◆アプリの予約リストからみれるようです。利用マニュアルなど準備不足で失礼しました。スタジオ&HPに用意しておきます。

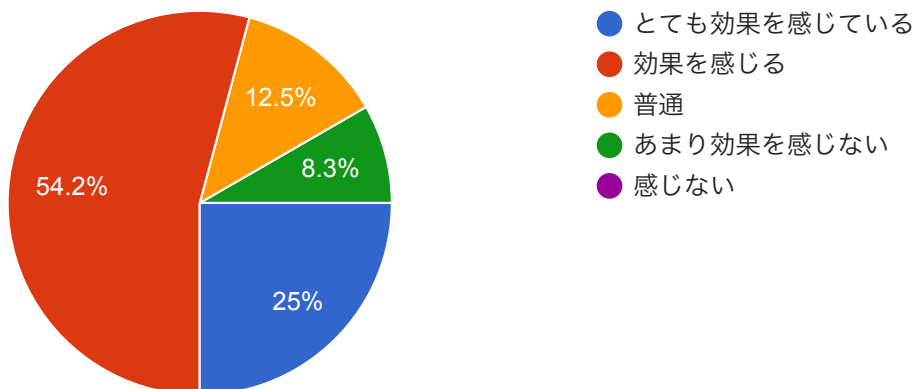
ラインでも対応していただけて感謝。
お休み連絡締め切りのあとに30でも予約可能時間があれば良いかも。8時がリミットならお休み受付終了を繰り上げるとか。

◆確かに!当日お休みにで枠が空いてしまうことがあります。
インストラクターの手配との兼ね合いがありますが、来年1月は試しに受付終了8時、予約可能終了8時15分にしてみます。

5. 体に関する効果を感じますか？



24 件の回答



具体的な意見があればご記入ください

3 件の回答

◆努力の結果ですね！
少しずつコツコツが最強の運動習慣につながります。

少しずつですが、出来なかったことが出来るようになってきている気がします

以前より、膝の痛みが軽減され、体力もついた。

◆素晴らしいです！痛みが軽減すると生活の質向上になりますね。

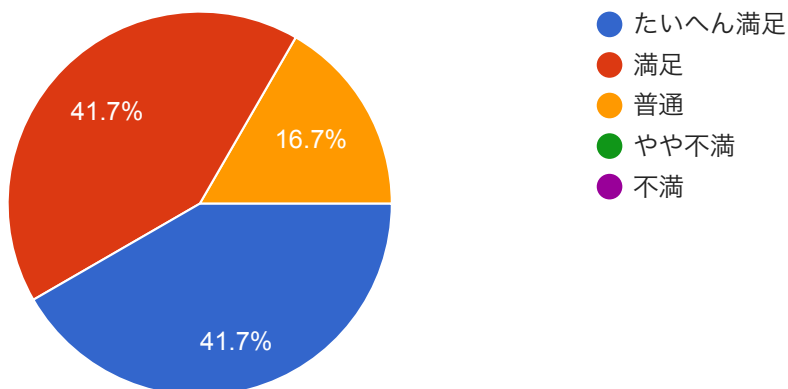
姿勢が良くなり、眠りもいい感じになった

◆おお！姿勢と眠りも関係性がありますので嬉しい効果です。

6. ストレスの軽減や心の健康に効果を感じますか？



24 件の回答



具体的な意見があればご記入ください

3 件の回答

ストレスがある時や、やる気のない時、MOMOジムでレッスンすると、気持ちも軽くなる。終わった後何かしようかなあと思う。 ◆嬉しい！まさに「ストレス解放」嬉しい。心の健康＝運動の効果です。

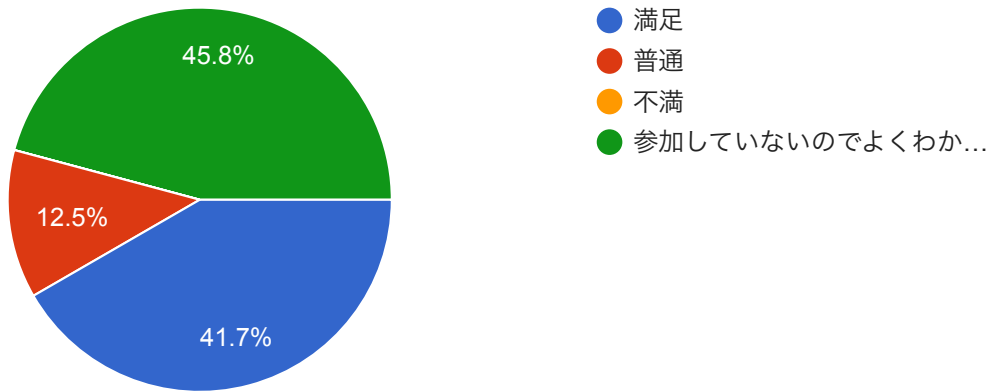
ひたすら話を聞いてくださるのでマキさんがストレスたまらないか心配です！ ◆話も健康作りの一つです。そう言ってもらえるだけで有難いです。

運動した日は、ぐっすり眠れて、朝スッキリ起きられます。 ◆良いですね！睡眠の質を上げるために運動は最高の薬です。

7. レッスン以外の取組み（4周年記念パーティー、アロマBAR、お金の勉強会、LINEのご案内）についてお聞かせください。



24 件の回答



具体的な意見があればご記入ください

2 件の回答

◆会員様同士の横のつながりが少しずつ活発になり嬉しい限りです。アロマBARは皆様作るのが早くなってきましたね。来年アロマBARをパワーアップしていきたいです。

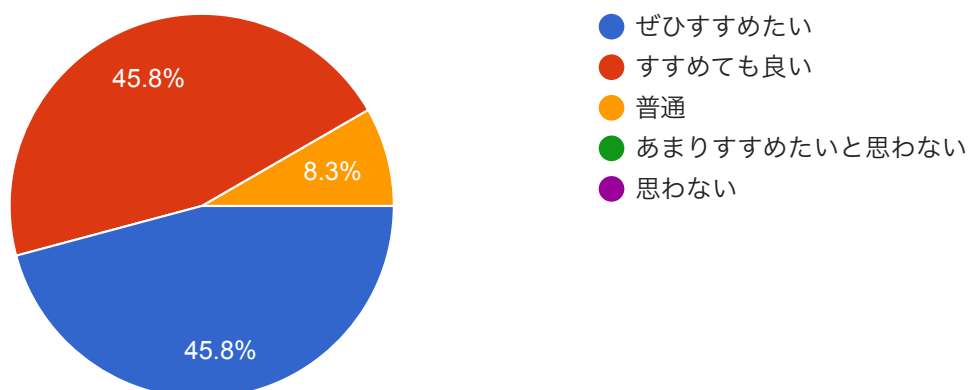
パーティなどは、普段お話ししない方との交流もあるので、楽しいです。アロマBARは、レッスン開始前後に短時間で作れるし、気分で香りも変えて作れるのでとても良いです。

単発のお金の勉強会があれば参加したいです。 ◆是非是非参加してください！来年定期的に単発行います。今年10回勉強会をやって学ぶ&実践の大切さを実感しました。私は数字が苦手ですが、国の制度も変わり個人事業主&シングルは特に自己防衛は必須です。難しいことは抜きにして一緒に学びましょう。

8. MoMoジムをご友人やご家族にもおすすめしたいと思えますか？



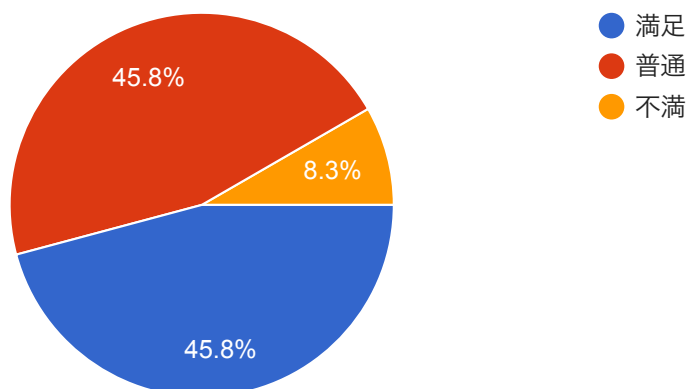
24 件の回答



9. レッスン時間や営業の曜日はいかがですか？



24 件の回答



10. MoMoジムに求めるものを1つ教えてください

13 件の回答

貴重で心優しいお言葉ありがとうございます！

MoMoジムの方向性に大いに参考にさせていただきます。

無理なく継続出来る環境なのでこれからもよろしくお願いします

運動の習慣

夜の時間帯のプログラムの充実

それぞれの年齢、レベルに合わせて楽しみながらできるレッスン。

手軽さ(月の回数のしぼり、料金)

安心感

なくならないでほしい。

オリジナルレッスン

ここにしかないオリジナルのレッスン

いつまでも存続ほしい。

インストラクターさん達の健康。

長く教えていただきたいので、ケガや病気をしないように気をつけてください。

そしていつまでも元気でいて欲しいです。

ストレッチ

良い先生

11. その他ご意見ご要望がございましたらご自由にお書きください。また、やってみたい運動、使ってみたい器具、イベントも教えてください

3 件の回答

◆見切り発車でエアヨガの話をしたが、諸事情で導入を取りやめることにしました🙏
エアヨガ体験できるスタジオ（千葉駅）があります。腹筋&背筋いいですね！ザ・筋トレに腹筋&背筋含みます。背中含む体幹強化&お腹「大人女子のセルフケア」は1月新設です。

エアリアルヨガは1度やってみたいです。あと、桃尻&腹筋のような腹筋&背筋の筋トレもあつたら嬉しいです

◆ヨガのクラスはございますが、日程が合わない場合は恐れ入ります。

ヨガ

なお、本格ヨガではないですが、産婦人科医高尾美穂先生指導のゆるらくヨガを含む「大人女子のセルフケアクラス」を新設します。

入口前の場所だと、ポーズによっては玄関の靴が顔の近くになってしまうので、もうすこし物の配置などに工夫出来ないかなあとと思います。 ◆なるほど！貴重な意見感謝です。

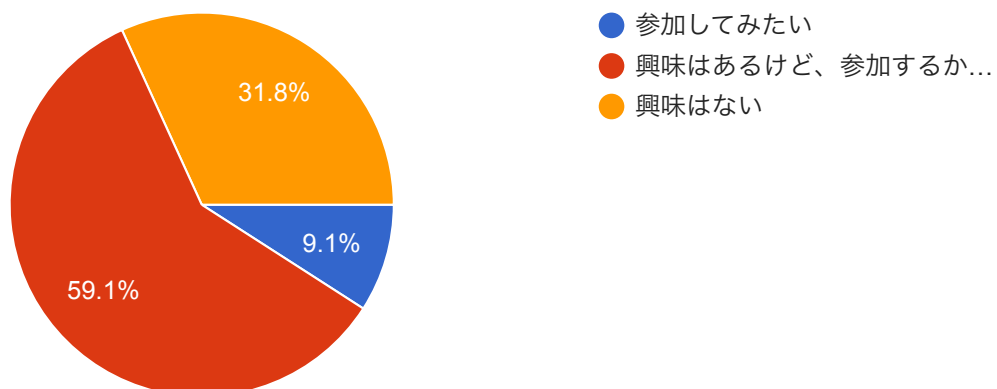
下駄箱設置などで対応します。

【任意】今後のMoMoジム取組みについてのアンケート

1. オンラインレッスンに興味はありますか？

 コピー

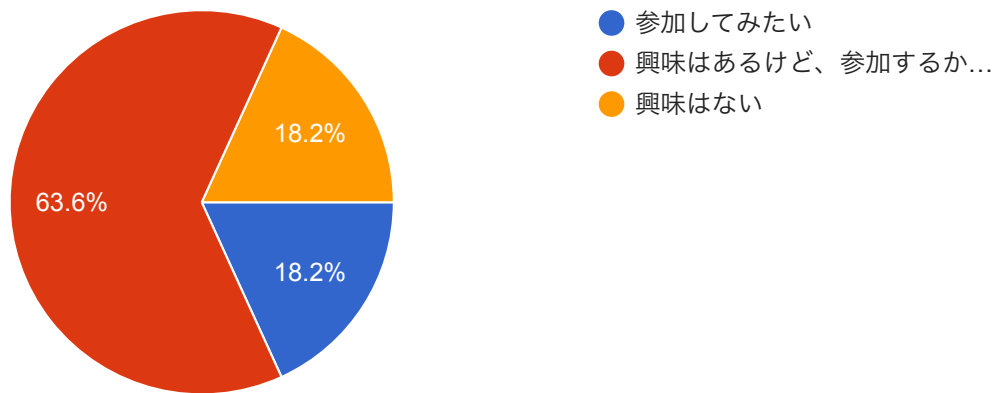
22 件の回答



2. 趣味や女性の悩み、生活習慣改善などのLINEチャットやイベントに興味はありますか？



22 件の回答



3. 現在および将来への悩み・ストレス・不安がある場合、その原因は何ですか？

(例：更年期症状でめまい、職場の人間関係)

14 件の回答

◆リアルな声ありがとうございます。更年期というより、仕事関係の方が多いことになるほどと思いました。病気・お金・加齢・人間関係のストレスについてストレス解放ジムとして何ができるか検討していきます。

体力の低下

私のストレスの原因は明らかに仕事が100%です。

無し

職場のストレス

相談する相手がいない

膝痛で運動ができなくなる不安 高血圧による疾患 癌

更年期 仕事

仕事をいつまでできるか

病気、貯蓄、仕事

職場の人間関係

これからの介護

心身の老化

仕事の量の多さ

子どものこと 仕事のこと

4. 3を解決するのに必要だと思うことを教えてください。

11件の回答

◆ヒントになるキーワードをたくさんいただきありがとうございます！
気持ちや知識の部分でできることを増やしていきます。
過激な意見もありますが笑、MoMoジムで発散になると幸いです。

MoMo ジムに通う

主人が亡くなるのが1番手っ取り早い解決法なのですが(笑)現状はただただ私の我慢のみです。

そろそろ仕事を辞めてみる

セルフケア 体重コントロール 食生活

お金

身体と知識の向上

睡眠

自分の意識改革かな...

気持ちの持ち方

時間

整えることと学ぶこと

このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。 [不正行為の報告](#) - [利用規約](#) - [プライバシーポリシー](#)

Google フォーム