

【アライフラボ ～東洋医学のある暮らしで健康に～】 受講者アンケート結果

<アンケート回答者>

2014年11月～の受講生(2015年10月卒業)／5名／複数回答可

(問1)基礎講座11回はいかがでしたか？

- ・面白かった・・・5名
- ・まあまあ・・・1名
- ・難しかった・・・2名

→どんなところが難しかったですか？「正解がひとつではないところ」「用語」

(問2)基礎講座と薬膳専科、同時受講はいかがでしたか？

- ・1時間半・月2回ほどのペースで、良い感じで学べた
- ・最初は薬膳の方に興味があったが、基礎がわかっていた方がより理解出来て良かった
- ・同時受講だったので、繋がりがわかって良かった
- ・基礎は必要なので同時に受講出来て良かった
- ・月1回だと忘れてしまいそうなので、基礎と薬膳と交互に学べたのは良かった

(問3)薬膳の調理実習はいかがでしたか？

- ・薬膳をより身近に感じられて良かった
- ・食事もみんなで楽しくできるので良かった
- ・実際に調理することで身近な食材で日常的にできることがわかった
- ・実際の食材を手に取りながら学べて、実践的で普段のメニューにも取り入れやすかった
- ・四季折々のテーマでもっとできたらいいなと思った

(問4)1年間学んだ感想をお願いします

- ・通信で一人で勉強するより、人の話を聞くことで楽しく学べた
- ・学ぶまえより食事を作ったり食べたりするのが楽しくなった。
- ・思っていた以上に奥が深く難しいなと思った
- ・1年では学びきれないので講座が終わっても勉強したい
- ・栄養学に薬膳を上手に取り入れていけたら。。と思います
- ・まだまだですが、講座の中で繰り返し出てくる言葉や内容なども多く、そのたびに復習ができて良かった
- ・初心者でしたが 覚えた単語(用語)など目にしたらまたまた興味が湧きそう！
- ・長いようで短く感じる1年だった。まだまだ勉強続けたい気がする。
- ・身体に興味を持って生活していきたいと思う

受講いただき、ありがとうございました！
1年学んで頂いたことを、是非今後の生活に
役立てて頂けるよう願っています。
そしてたくさんの方にも教えてあげてくださいね！

T-CREATION

