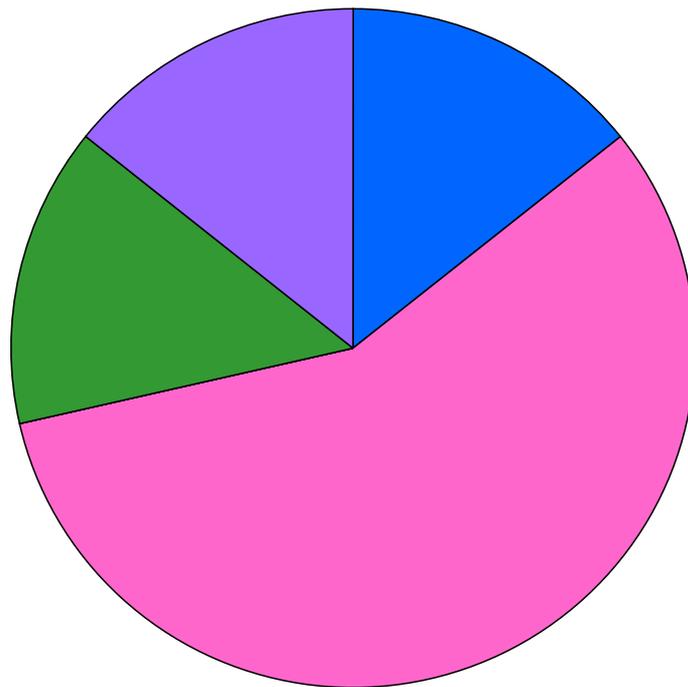


第四回霞が関坐禅会特別企画長野の開眼寺へ行こう！ アンケート回答集計

【質問】本プログラムをお知りになったきっかけを教えてください。

No	回答	人数	%
1	KK ² のWebサイト	1	14
2	KK ² のメルマガ	4	57
3	KK ² のSNS (Facebook、Twitter、YouTube、Instagram)	0	0
4	事務局からのご案内	1	14
5	その他	1	14
合計		7	



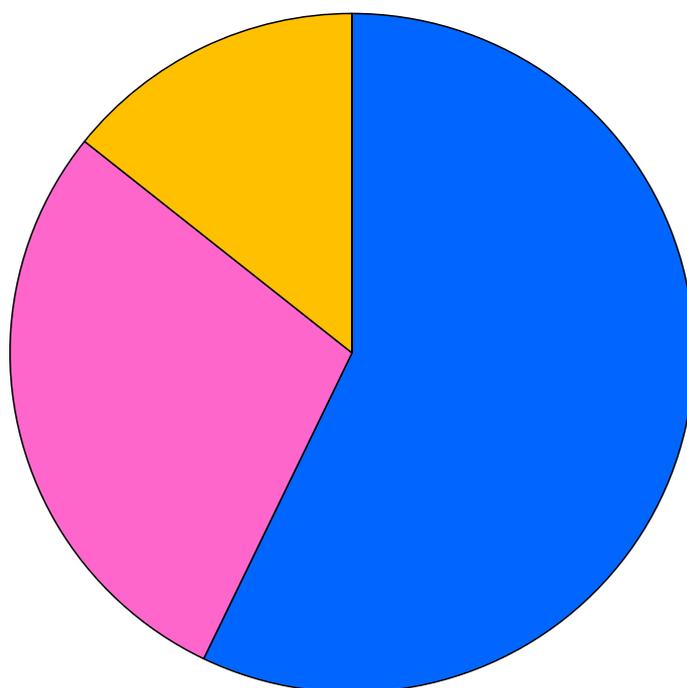
【質問】 質問1で「その他」を選択された方は、具体的に教えてください。（自由記述）

【自由記述】

- ・ 会社の先輩からの紹介

【質問】本プログラムに参加された動機を教えてください。

No	回答	人数	%
1	お寺で坐禅をしたい	4	57
2	講師が魅力的	2	29
3	心身ともにリフレッシュしたい	1	14
4	お寺に宿泊したい	0	0
5	その他	0	0
合計		7	

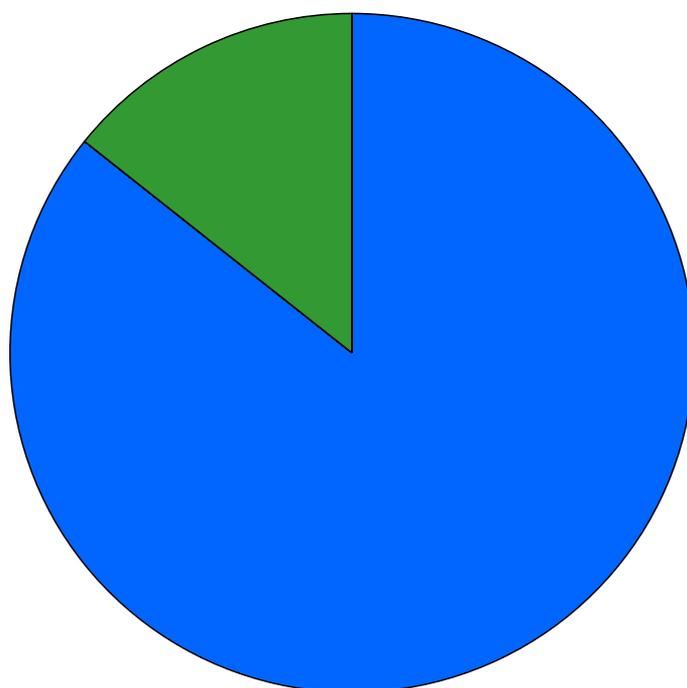


【質問】 質問3で「その他」を選択された方は、具体的に教えてください。（自由記述）

【自由記述】

【質問】 坐禅以外の体験で良かったことを教えてください。

No	回答	人数	%
1	お経・法話	6	86
2	作務	0	0
3	討論	0	0
4	交流会	1	14
5	その他	0	0
合計		7	



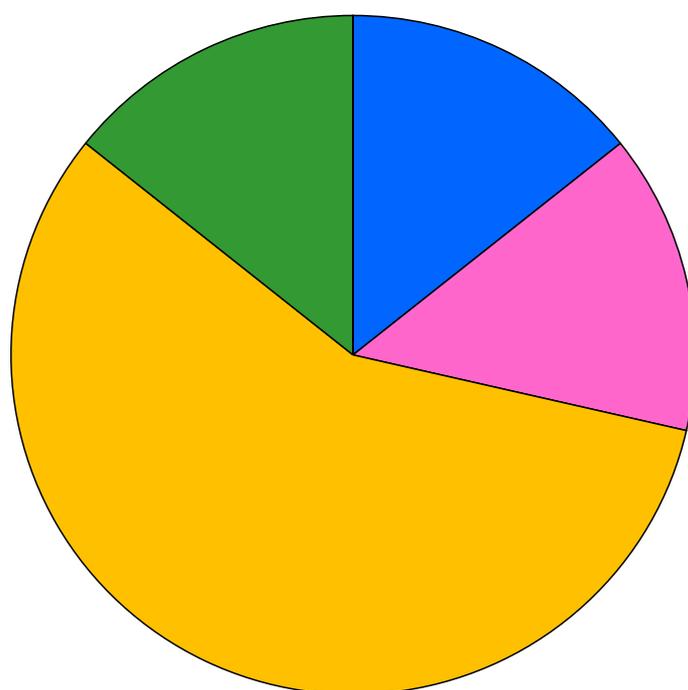
【質問】 質問5で「その他」を選択された方は、具体的に教えてください。（自由記述）

【自由記述】

【質問】プログラム全体を通じて得られたもの、感じたものを教えてください

。

No	回答	人数	%
1	自分自身と向き合う機会を得られた	1	14
2	心を調えることができた	1	14
3	リフレッシュできた	4	57
4	坐禅の魅力を知った	1	14
5	その他	0	0
合計		7	

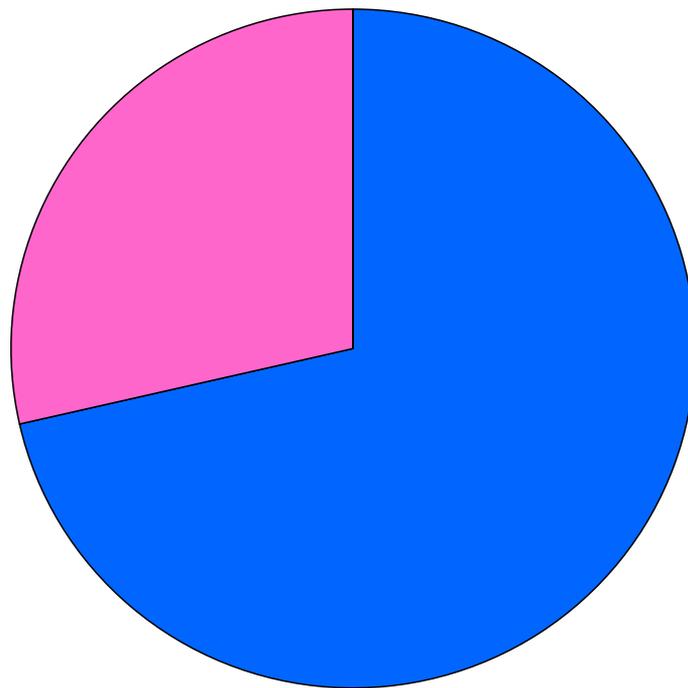


【質問】 質問7で「その他」を選択された方は、具体的に教えてください。（自由記述）

【自由記述】

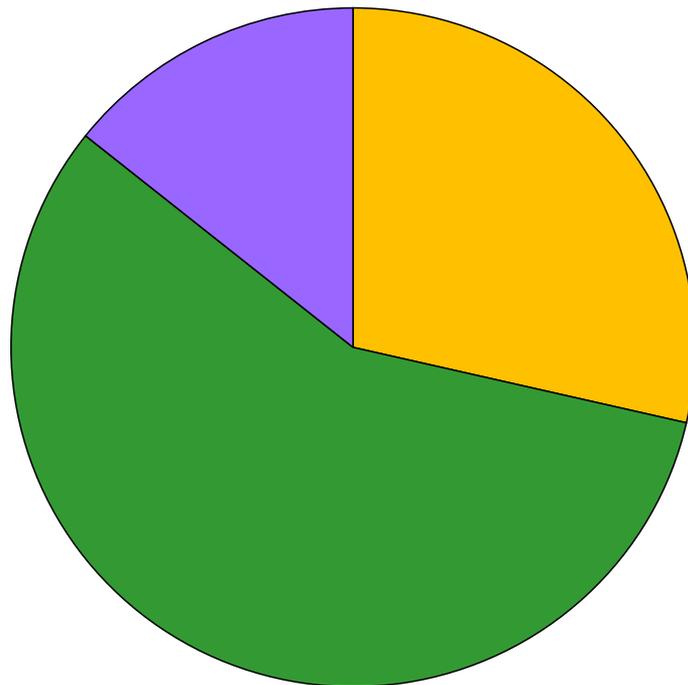
【質問】 本プログラムに今後も参加したいと思いますか。

No	回答	人数	%
1	参加したい	5	71
2	やや参加したい	2	29
3	あまり参加したくない	0	0
4	参加したくない	0	0
合計		7	



【質問】皆さまに配布したKK²のプログラムで、ご興味のあるものを教えてください。

No	回答	人数	%
1	10月3日(水)「人生100年時代の相続セミナー」	0	0
2	10月13日(土)「第19回 しごと力道場 ～思考力を高める対話型トレーニング～」	0	0
3	10月17日(水)「第2回 タフな心の育て方 『目標』～あなたはどこに向かうのか?～」	2	29
4	10月26日(金)「第49回 エキスパート・スタジオ メンタルトレーナー 加藤 史子さん」	4	57
5	興味はない	1	14
合計		7	



【質問】 ご感想やご意見、今後の開催に向けての改善点等ございましたら、ぜひお聞かせください。（自由記述）

【自由記述】

・この度は大変お世話になりました。

人と人、会って話すことはやはり大切なことだと思いました。年齢、職場を超えた交流。今此処からの生活に活かして行きたいと思います。

柴田和尚様のご縁です。企画ありがとうございました。

・パワースポット開眼寺で過ごした22時間、今後の自分の行動に活かしたい気付きが多々ありました。また行きたい、感謝です。

・坐禅という事でかなりストイックなプログラムなのかと（携帯使用禁止、化粧品等の持込禁止、私語厳禁等）、少し緊張していたのですが、坐禅の時以外は交流会やお茶の時間などリラックスして過ごす事ができ、初心者にとって丁度よいバランスでした。

また事務局の皆さまにも、多々お気遣いを頂き、何の不便も感じませんでした。ありがとうございました。

・座禅、食事の作法等、これまで体験したことがないことばかりで、大変勉強になりました。

夕食はお弁当ではなくて、精進料理だとよかったです。

・長時間座禅をするとのことで、不安なところありましたが、穏やかな雰囲気の中であっという間でした。普段生活に追われているので、とても贅沢に2日間を過ごし、心を整えることができたと思います。

柴田住職がおっしゃるように座禅を毎日数分でも取り入れたいです。ありがとうございました。

・非常に有意義で充実した時間を過ごさせていただきました。

お寺でする座禅はもとより、法話での宗教や仏教についての学びの他、食事の五観文や作法、作務等、宗教論議を超えてすぐに日常生活にも仕事生活に取り入れたい数々のプログラムでした。

素晴らしい企画と、事務局の皆様の運営に心より感謝申し上げます。