

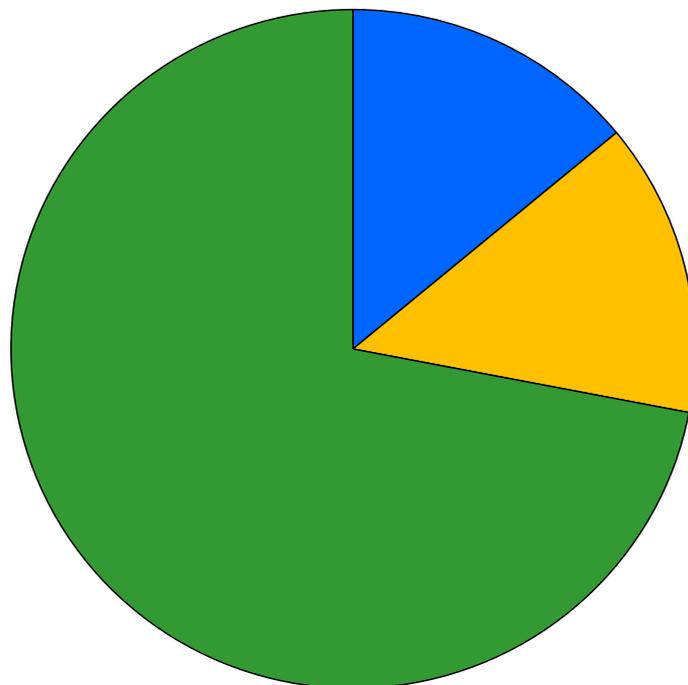
プログラム名 「衆生近きを知らずして・・・呼吸と体内生命の再確認」 第十四回 霞が関坐禅会 ～自分自身と向き合ってみよう～

単元名 RA

アンケートタイトル 「衆生近きを知らずして・・・呼吸と体内生命の再確認」 第十四回 霞が関坐禅会 ～自分自身と向き合ってみ

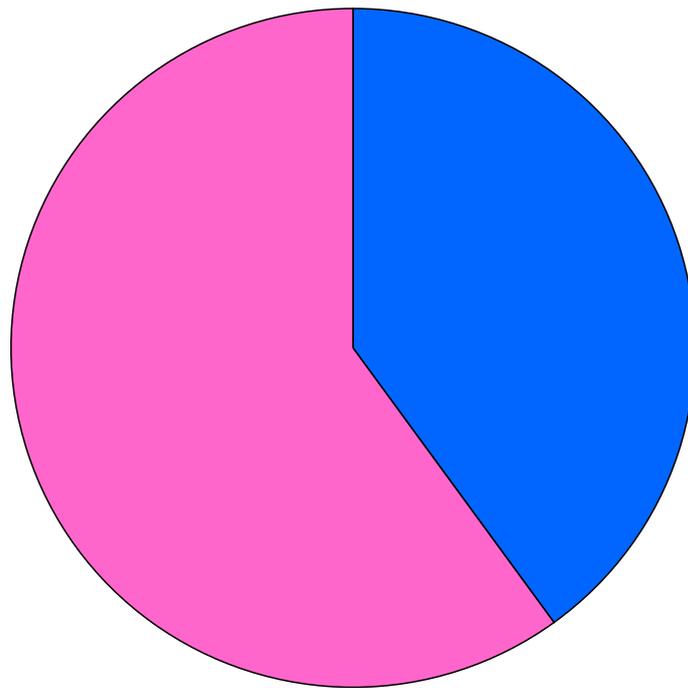
質問1 本プログラムを同僚や友人など身近な人におすすめしたいと思いませんか。1段階でお答えください（10＝必ず勧める ～ 0＝勧めない）（択一式）

No	解答	人数	%
1	10＝必ず勧める	1	14%
2	9	0	0%
3	8	1	14%
4	7	5	71%
5	6	0	0%
6	5＝どちらでもない	0	0%
7	4	0	0%
8	3	0	0%
9	2	0	0%
10	1	0	0%
11	0＝勧めない	0	0%
合計		7	



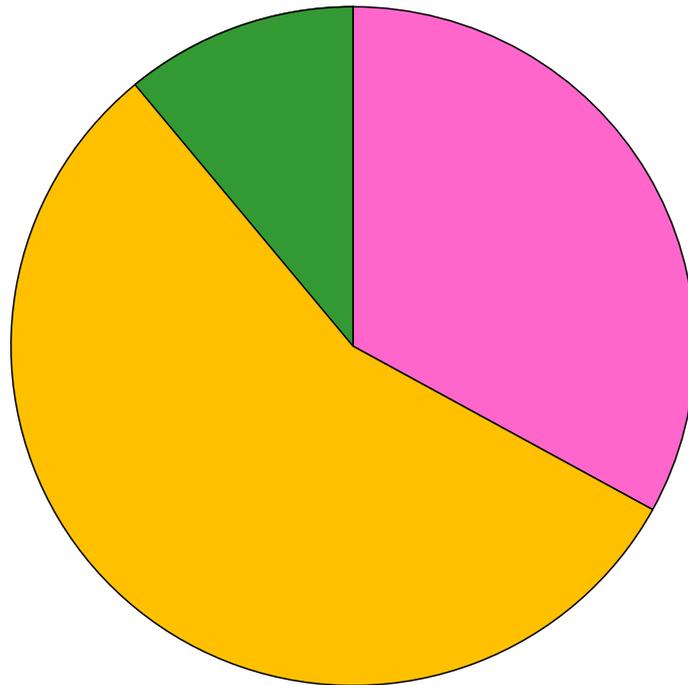
質問2 プログラムに参加された動機を教えてください。(複数選択式)

No	解答	人数	%
1	坐禅をしたい	4	40%
2	リフレッシュしたい	6	60%
3	禅を学びたい	0	0%
4	講師が魅力的	0	0%
5	その他	0	0%
合計		10	



質問3 プログラムを通じて得られたもの、感じたことを教えてください。（複数選択式）

No	解答	人数	%
1	自分自身と向き合う機会を得られた	0	0%
2	心を調えることができた	3	33%
3	リフレッシュできた	5	56%
4	坐禅の魅力を知った	1	11%
5	その他	0	0%
合計		9	



質問4 全体を通してのご感想やご意見、今後の開催に向けてのご要望等ございましたら、ぜひお聞かせください。（自由記述）

【自由記述】

- ・お話の中身について、これからの人生に活かしていきたいと思います。
- ・せっかくの座禅会ですが、参加者が少なく残念です。多くはリピーターのようでしたが、せっかくなので界限に勤務している方々にもっとPRしていただきたいです。
- ・日常の中に非日常の時間がちょっと入るだけで気分転換ができる。仕事帰りに手軽にできてよいが、やはり雰囲気がない。実際のお寺でやってみたいと思いました。（場所にこだわる時点で心が“無”になってないような気がします）。
- ・参加者の質問した内容が住職にちゃんと伝わっていないようで、不整合なお答えになっていた。質問マイクの音量の問題か？ステージ上演者に聞こえにくいのか？改善が必要です。  
また司会者が聴き取って、司会者から伝えるといった工夫が必要ではないでしょうか。  
お疲れ様でした！
- ・座禅の時間がもう少し長くても良かった。普段の考え方への気づきなどの講話がより詳しくあれば尚良かった。座禅体験はしてみたかったがなかなか機会がなかったのもまた参加したいと思いました。
- ・僧侶様、開催者様お疲れ様でした。僧侶様の法話は、企業でのご活躍経験がおありだからこそ腑に落ちて心地よいです。座禅では、眠気はなくとも他のことが浮かんだり集中力が足りずでした。  
申込時に椅子からマットへ変更可否についてご返答いただきありがとうございました。