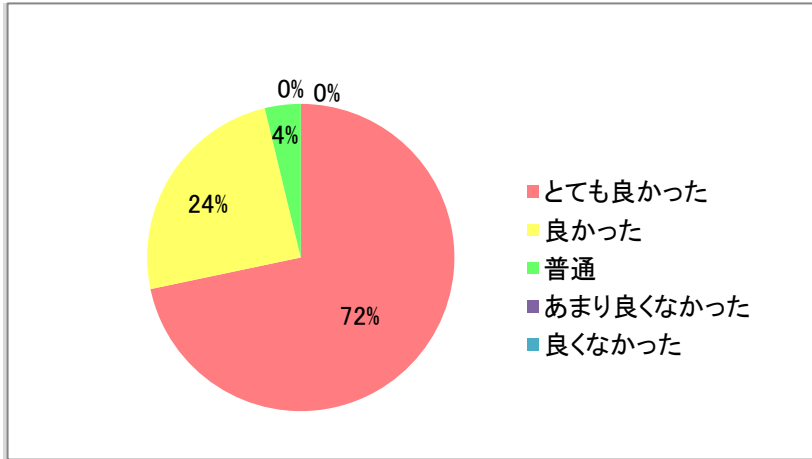


2017年 消費者講演会「漢方で妊娠しやすい体づくりを始めましょう！」（広島会場）
アンケート結果

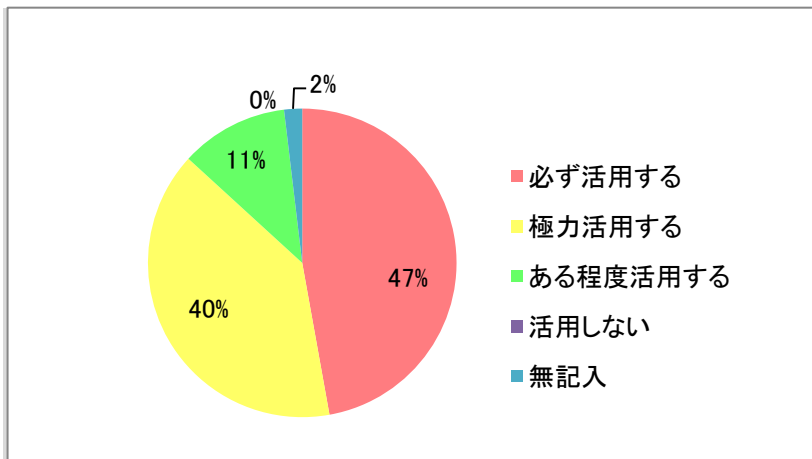
①講演会に参加いただいて良かったと思いますか？



	人数	%
とても良かった	38	71.7
良かった	13	24.5
普通	2	3.8
あまり良くなかった	0	-
良くなかった	0	-
計	53	100.0

➡ 96.2%の方が「参加して良かった」

②講演内容は、日常生活にご活用いただけますか？



	人数	%
必ず活用する	25	47.2
極力活用する	21	39.6
ある程度活用する	6	11.3
活用しない	0	-
無記入	1	1.9
計	53	100.0

➡ 98.1%の方が「内容を活用する」

③本日の講演で特に印象に残っていることはなんですか？

- 漢方を使って妊娠に役立つ体づくりができるということがあるということが、とても印象に残っている。
- まずは体をつくるのが大切というのが印象的でした。当たり前のことなのに、ないがしろにしていたなと思います。食べ物、生活習慣、漢方あわせて気をつけたいです。
- 自分の体の状態を知ることの重要性がよくわかりました。それと同時に今までどれだけ体のことをわかっていなかったかということを知られました。
- 生理痛は軽かったらあってもよいと思っていたが、それは間違っていたこと。冷え性はやはり改善しなければならぬこと。

- 基本的な知識はあるつもりでしたが、経血にかたまりが入ってはいけなかったり、生理周期が28日以内は未熟という事だったり、知らない事だらけで勉強になりました。ありがとうございました。
- おりものが多いのが良い、卵胞の成長と比例しているというのは初めて聞きました。大変勉強になりました。劉伶先生のお話、とても楽しかったです。ありがとうございました。
- 漢方の役目、すばらしいです。実践して役立てたいと思いました。
- 妊娠のしくみの基本的なことをきちんとわかりやすく説明していただいて理解が深まった。とてもためになりました。ありがとうございました。
- 基礎体温の基本(低体温期)を知ることもできよかったです。女性だけが原因でないと知れてよかったです。冷やさないことの大切さ。
- 妊娠に至るプロセス、女性の体の仕組みが意外に知らないことが多く、とても勉強になった。
- 具体的な数字なども示して頂けたので指針がわかりやすくとても良かったです。
- 生理痛は当たり前だと思っていたが、不妊につながる事だと知り、また改善できるものだと知れて良かった。他人と比べることが出来ないことなので、量や色など具体的なことが知れて良かったです。
- 生理や女性の体と漢方の利点についてよくわかりました。
- 生理期、卵胞期、高温期によって、気を付けることがちがうことなど初めて知りました。今後自分の状態を観察しながら、自分の身体を大切にしていこうと思います。
- 土台作りの大切さ。
- 基礎体温の大切さ。生理の日数：短いものは内膜がうすいこと。生理のかたまり：大きさには関係なく小さくても良くない。オリモノの大切さ。
- 食事に関してスープをとること。おりものに関すること。正常な舌の色・質。
- 妊娠についての話。生理中の食事での話。
- まずは体を調える事が大切だと思った。
- 基礎知識において「思い込み」の部分があり、誤った解釈をしていたことに気付くことができた。
- 妊娠に関して間違っていた事などたくさんあったことが分かりました。今日聞いたことを実践していきたいです。
- 基礎からわかりやすく説明して頂けたので、理解しやすかった。症状と原因が結びついて証での考え方、

漢方の選び方の参考になった。

- 妊娠しやすい仕組みが色々と勉強になりました。
- 病院も大事ですが、漢方も大事ということがわかりました。生理の色とか卵巣・卵胞など少し理解できた感じがある。漢方で治る病気もあって、私はわらをもつかむ思いですが。高齢出産ですが勇気になりました。
- 低温期と高温期で体のケアの仕方を変えた方が良いこと。
- 生理や女性の体と漢方の利点についてよくわかりました。
- 生理期のケア～流産防止・流産後のケアまで具体的に説明して下さったので、分かりやすかったです。
- 症例とその時に服用するとよい漢方例があり、わかりやすかったです。亀鹿仙の試供品はうれしかったです。
- 体温が高いことと冷え症はちがう。漢方で体づくりをしてからの妊娠。
- 自分に当てはまる症状が多く聞かれました。たくさんの漢方が紹介され、どれを摂取したらいいのか悩みました。相談に行ってみようと思います。自分の体を知る、今の状況を知ること!!からもう一度妊活を考え直してみようと思います。
- 自分自身勉強不足なこともたくさんあり、ためになりました。
- 中国と日本では妊活に対する考え方や食事内容も異なっていることや、まずは自分の身体のことを知ったうえで心身ともに妊娠しやすい体づくりをしていくことが大事であることが印象に残りました。
- 自分の体の事を良く知ること。
- チキンスープが身体によいのはありがたい情報。
- 血が少ないと体の不調に影響するため、普段の食生活や睡眠は気をつけなければならないということ。
- 基礎体温の重要性。ストレスは回避する必要がある。生理の周期・質や量で妊娠しやすいかがわかる。結婚適齢期。
- いいタイミングの日数が短い。
- 低温相と高温相の差が大切、日頃から自分の体をよく知り、体調を整えておくことが大切。
- 女性の体のしくみ、何がいけないのか。
- 日本人と中国人の生活習慣の差が大きい事。食べ物が悪いことはショックでした。気を付けていきたいと

思った。本日の講演で聞いた事を生かして、生活していきたいです。

- 生理がきちんとあったとしても、その内容によっては体が万全な状態でなかったり、排卵がない可能性があるということ。
- 中医学だけど西洋医学の話が主で、それも勉強になったけど。

④講演会、当研究会へのご意見ご要望がありましたら、ご自由にご記入下さい。

- 無料でこんなにためになる講演会をありがとうございました。
- また妊活のことは何度でも聞きたいので、この様な講演会をして欲しいです。
- 有意義な講演会をありがとうございました。
- 不妊の原因を分かりやすく説明して頂きありがとうございました。
- 不妊だとすぐに病院に行くことを考えてしまいがちですが、まずは体作りをすることが大事だということがわかり、大変勉強になりました。
- とても勉強になりました。ありがとうございました。
- 初めての参加でしたがとても勉強になりました。又、参加させて頂きたいと思いました。
- 様々なテーマでまたセミナーを聞いてみたいです。漢方がもっと身近になったらいいです。
- ありがとうございました。とても勉強になりました。
- とても分かりやすく、今後の生活に役立つお話をありがとうございました。ただ座る位置によってスライドの下部(漢方の名前が書いてある部分)が見えにくく、残念でした。名前がむずかしくメモしづらいので、小さくてもいいのでスライドが印刷されたレジュメがあると嬉しいです。
- 治療してない私には分かりにくい所が第一部ありましたが、徐々に分かりやすくなり第二部も勉強になりました。ありがとうございました。
- 東洋医学＝養生について知りたい。漢方薬ならたくさん種類より限定して詳しい解説があれば嬉しい。
- 高齢出産なので気をつけることなどあれば教えて下さい。子宝は神社に心願成就してありますが、不安なこと(父の介護など)があるので心配です。
- 漢方の金額がわかれば…。
- 漢方で、冷え・肩こり(婦人病)などの不調を整えるセミナー。