

2025年3月10日 ～ 3月24日

お客様アンケート実施記録

実施概要

ValeoPro WEBアンケート

より良いサービスをご提供するために、
WEBアンケートを実施しています。
携帯電話にて下記QRコードから
回答画面へお進み、ご回答をお願いします。

【回答期限】2025年3月24日（月）



<https://forms.gle/u5r32NTUNgfr1K89>

アンケートにお答えいただいた方へ
クリスタルガイザー（お水）1本プレゼント!!

お渡しはアンケートの集計後となります。

※ 紙のアンケートが欲しい方は、フロントまでお声がけください。



質問数

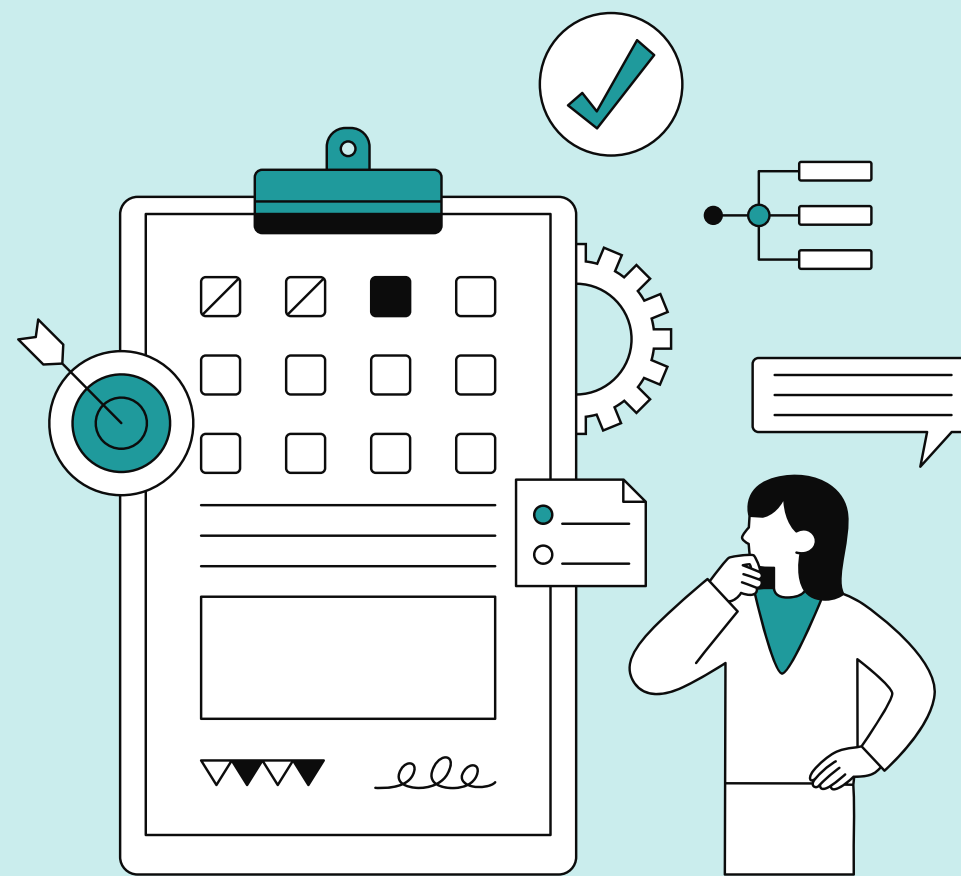
21個

回答人数

98名

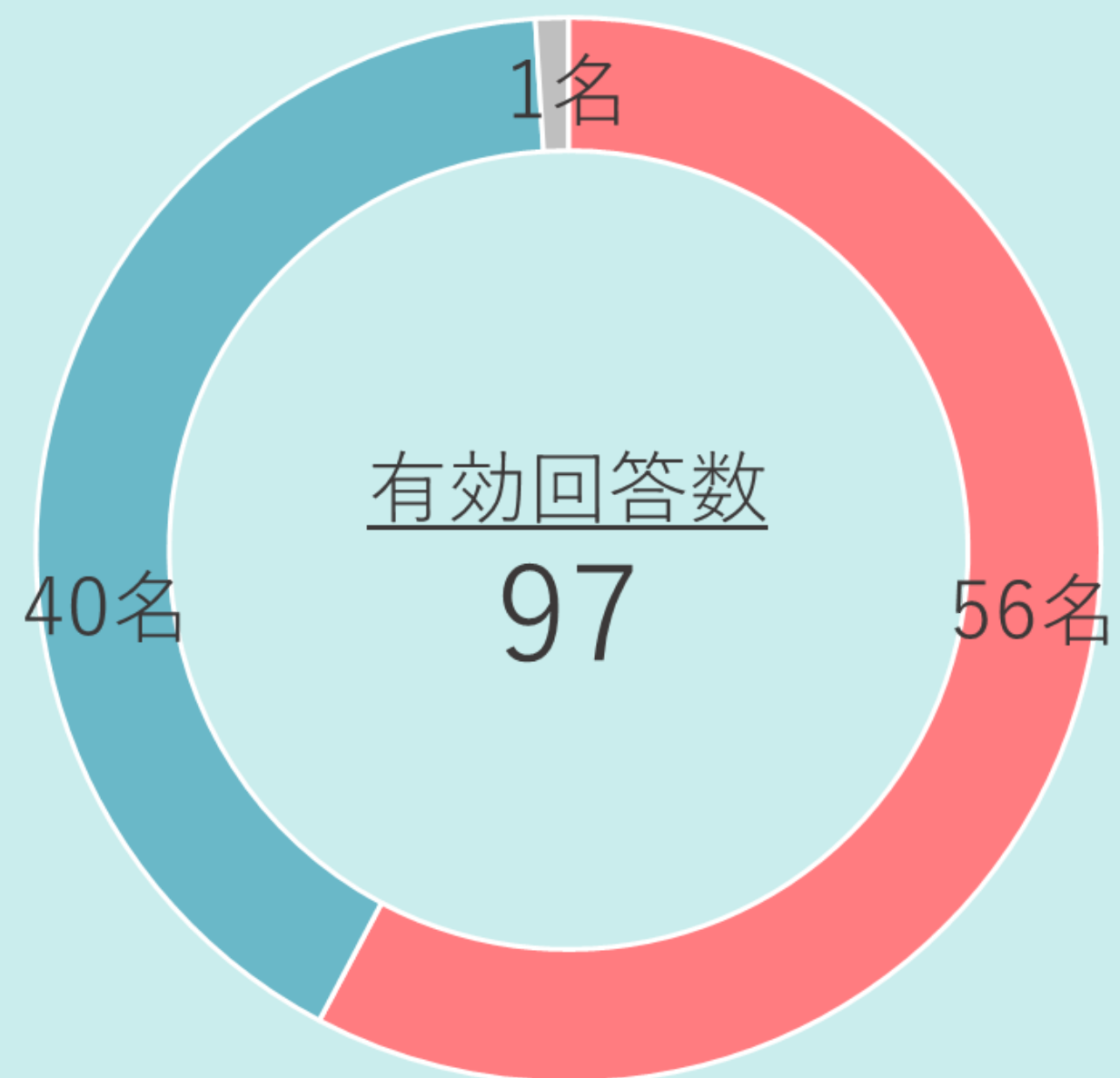
実施方法

スマートフォンでQRコードを読み取り
ご回答いただく



アンケート結果

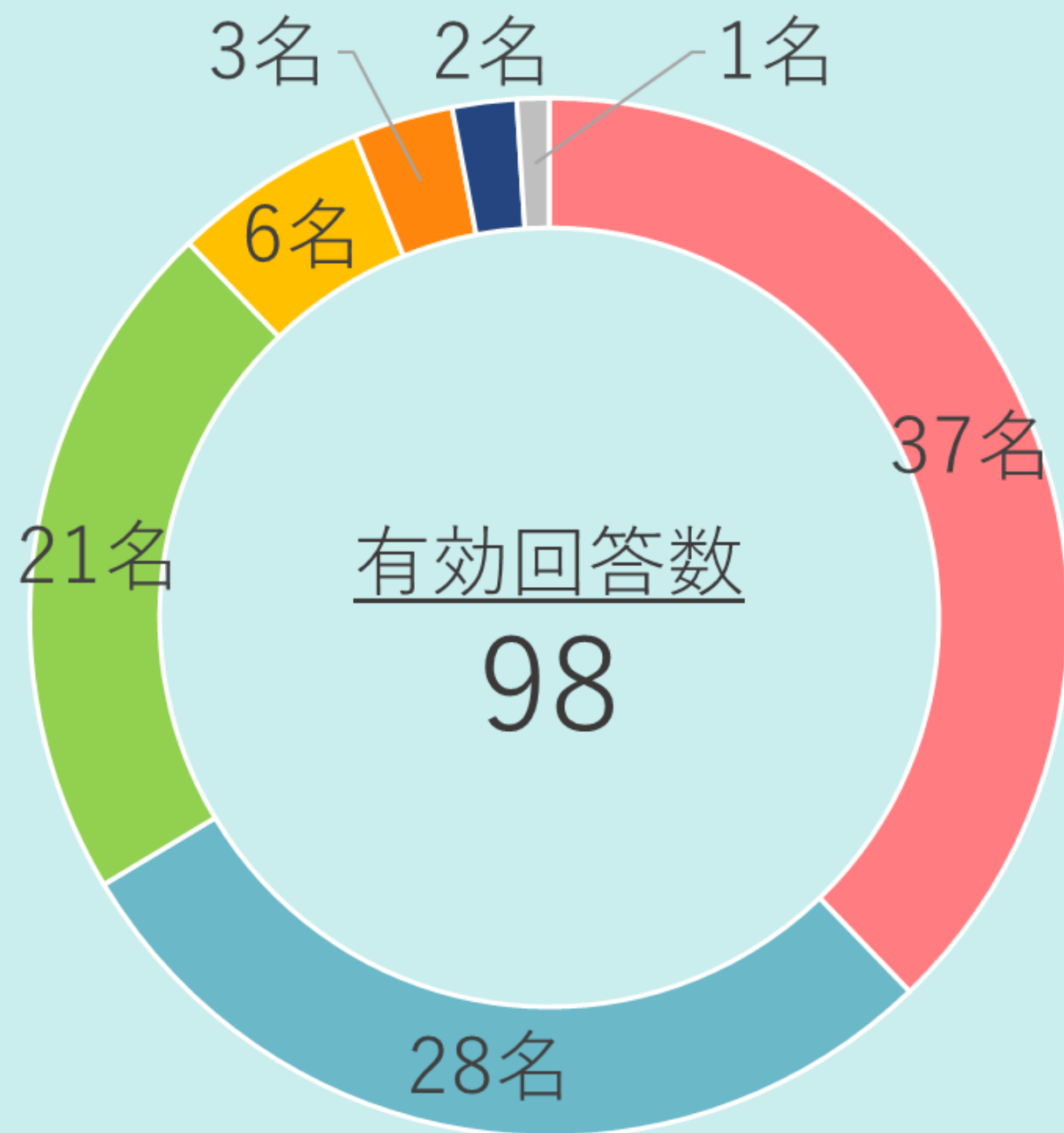
Q1. 性別を教えてください。



■ 女 ■ 男 ■ その他

	性別	人数	割合
	女	56人	57.7%
	男	40人	41.2%
	その他	1人	1.0%

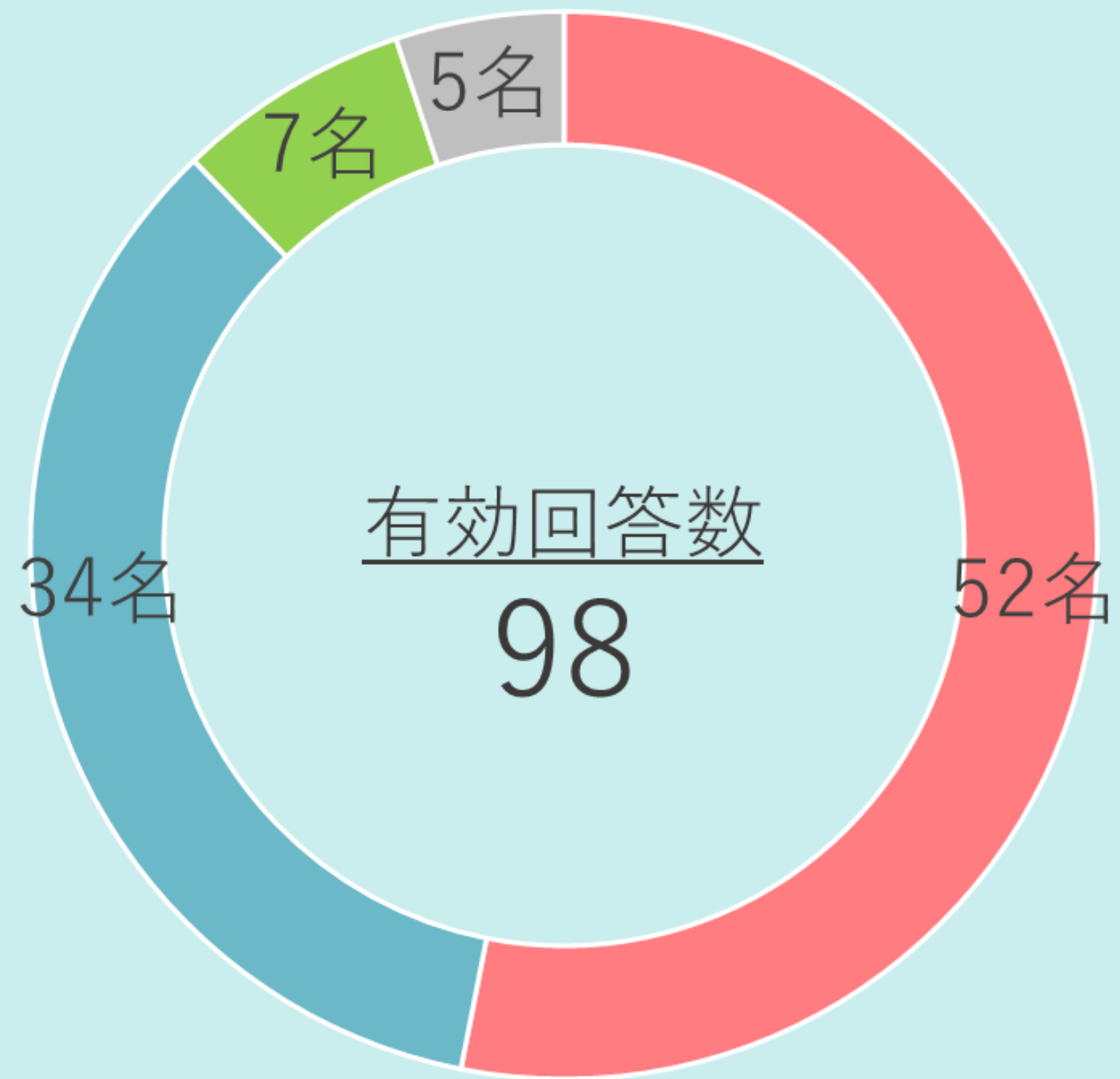
Q2. 年代を教えてください。



60代 70代 50代 40代
80代 20代 30代

	年代	人数	割合
	60代	37人	37.8%
	70代	28人	28.6%
	50代	21人	21.4%
	40代	6人	6.1%
	80代	3人	3.1%
	20代	2人	2.0%
	30代	1人	1.0%

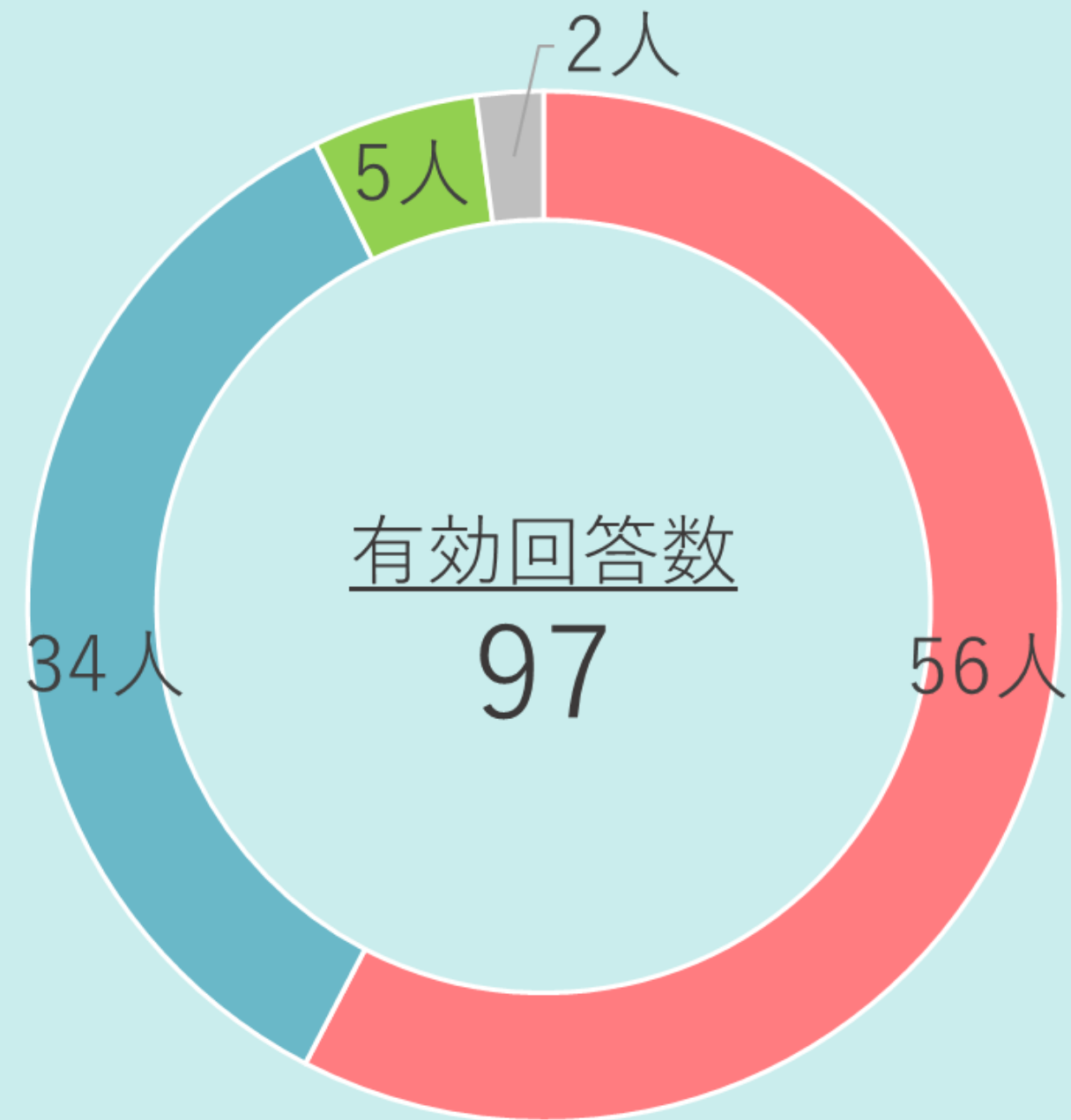
Q3. 利用頻度を教えてください。



■ 週2～3回 ■ 毎日 ■ その他 ■ 週1回

	利用頻度	人数	割合
	週2～3回	52人	53.1%
	毎日	34人	34.7%
	その他	7人	7.1%
	週1回	5人	5.1%

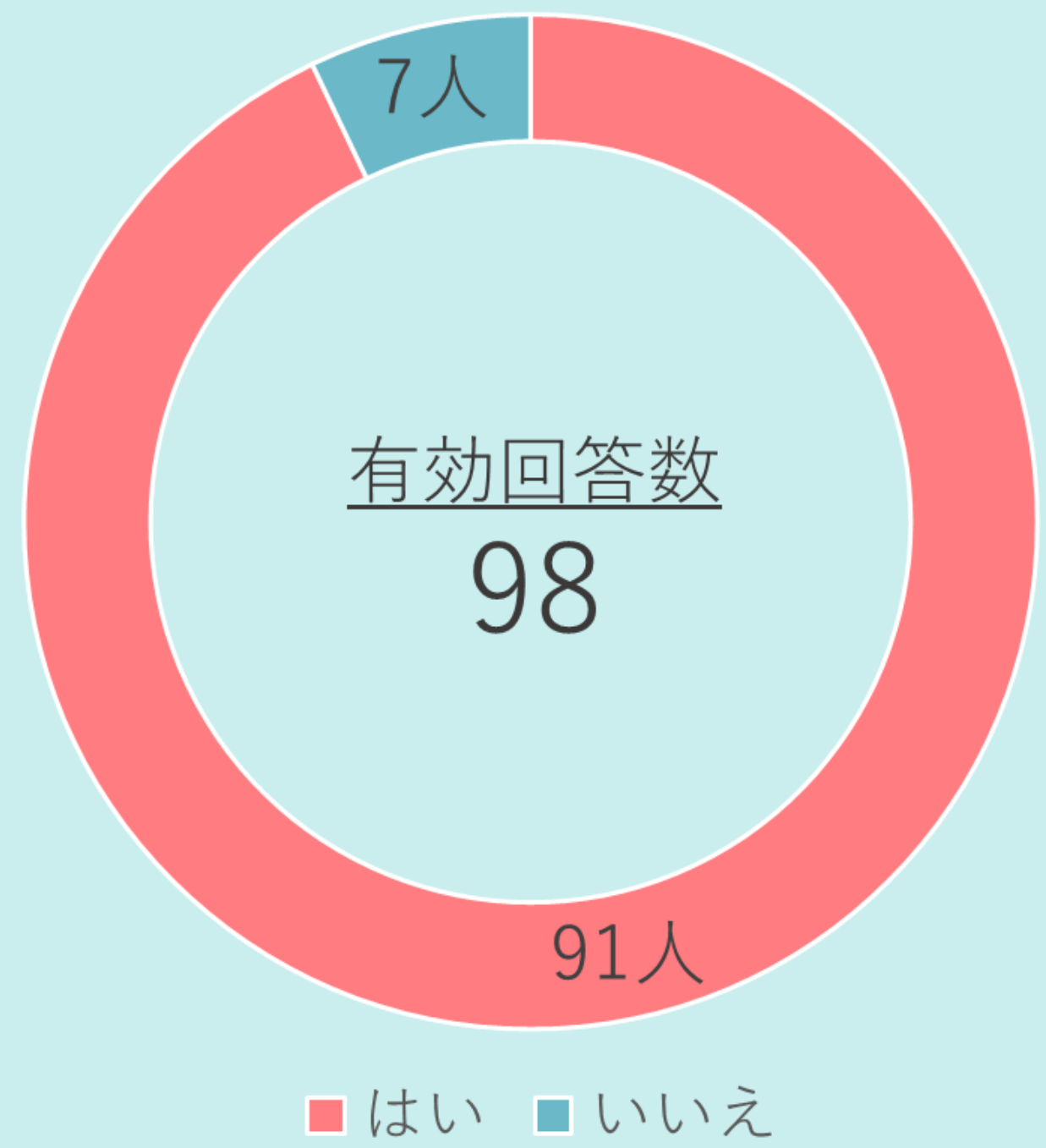
Q4. 運動内容を教えてください。



■ 両方 ■ ジムエリアのみ ■ その他 ■ スタジオのみ

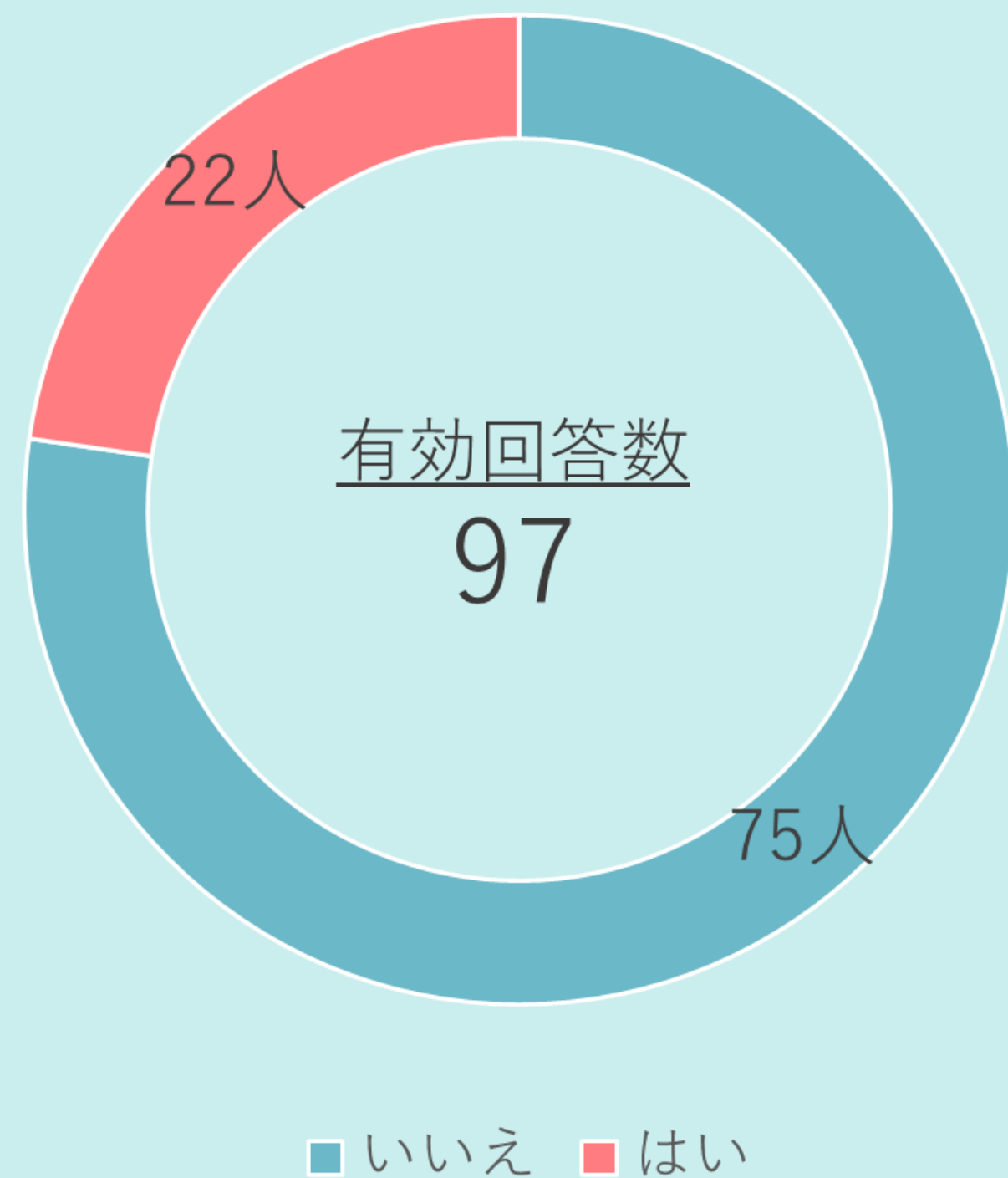
	利用箇所	人数	割合
	両方	56人	57.7%
	ジムエリアのみ	34人	35.1%
	その他	5人	5.2%
	スタジオのみ	2人	2.1%

Q5. ヴァレオプロは医療費控除対象の施設であることをご存じですか？



		人数	割合
	はい	91人	92.9%
	いいえ	7人	7.1%

Q6. ヴアレオプロの会費を医療費控除として申請されましたか？



		人数	割合
	いいえ	75人	77.3%
	はい	22人	22.7%

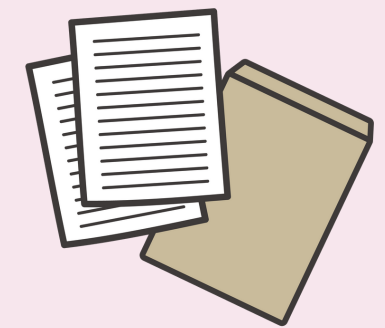


ValeoProで運動すると...

運動処方せんが発行されれば**月会費が医療費控除の対象**になります！

対象となるのは…

- ① 生活習慣病等【高血圧・糖尿病等】により各医療機関の医師から運動処方せんを発行された方
- ② 週1回以上の頻度で、8週間以上運動を続けた方（月4回以上が目安です）



POINT

黒沢病院なら運動処方せんを**無料で発行**できます！

運動療法処方せんの発行費用は通常3,000円程度ですが、黒沢病院なら無料で発行できます！（診察料や検査費用は別途支払）

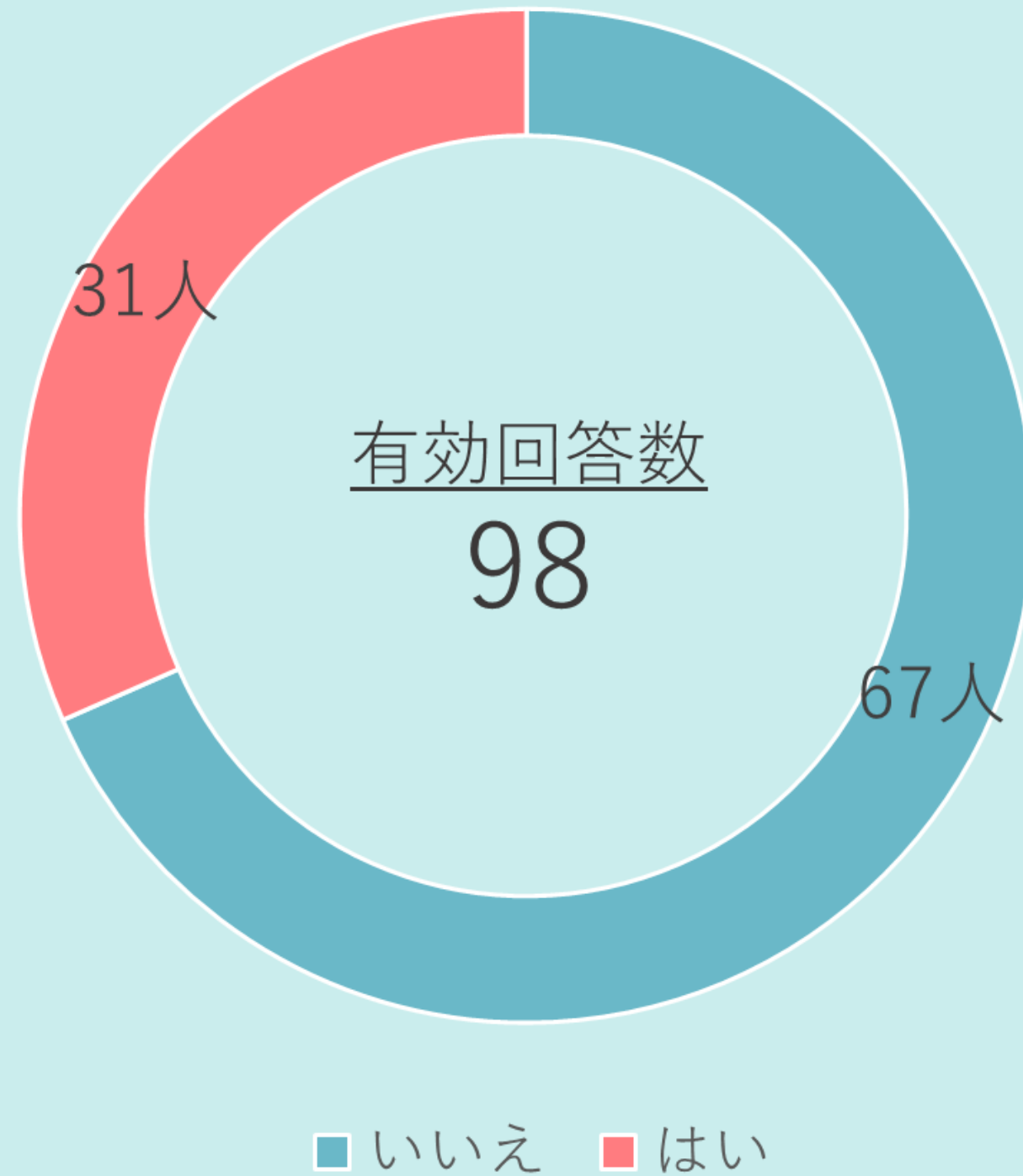
FLOW

運動処方せんの発行 → ヴァレオプロに提出（発行後すぐにご提出下さい） →
ヴァレオプロから必要書類を発行（1月中旬～下旬） → 控除申請

※詳細はフロントまでお問い合わせください。

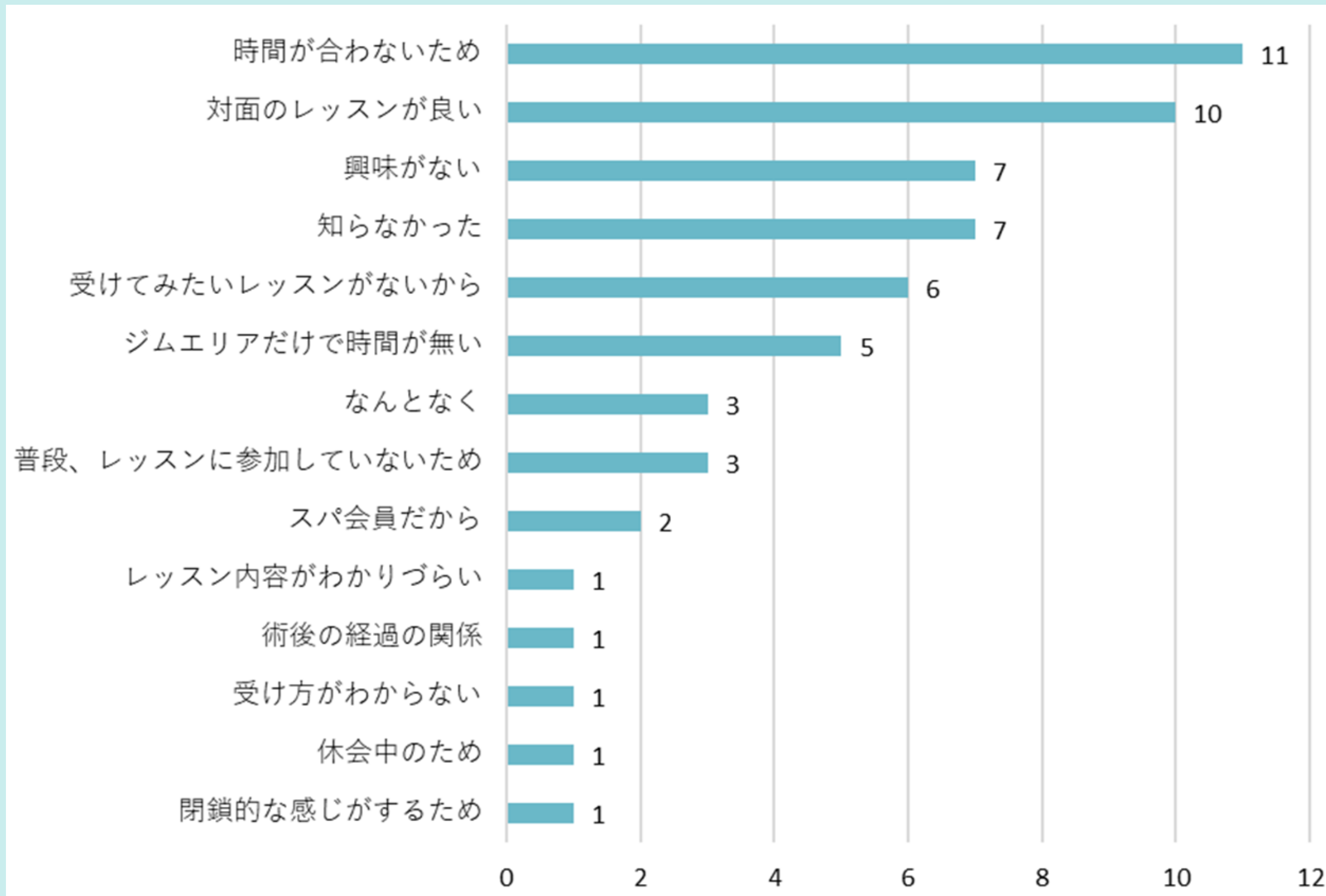


Q7(1).映像レッスンは利用しましたか？



		人数	割合
	いいえ	67人	68.4%
	はい	31人	31.6%

Q7(2). 上記で「いいえ」と回答した方にお伺いします。利用していない理由を教えてください。



多かったご意見

- 1 | 時間合わない
- 2 | 対面でのレッスンがいい
- 3 | 興味がない、知らない

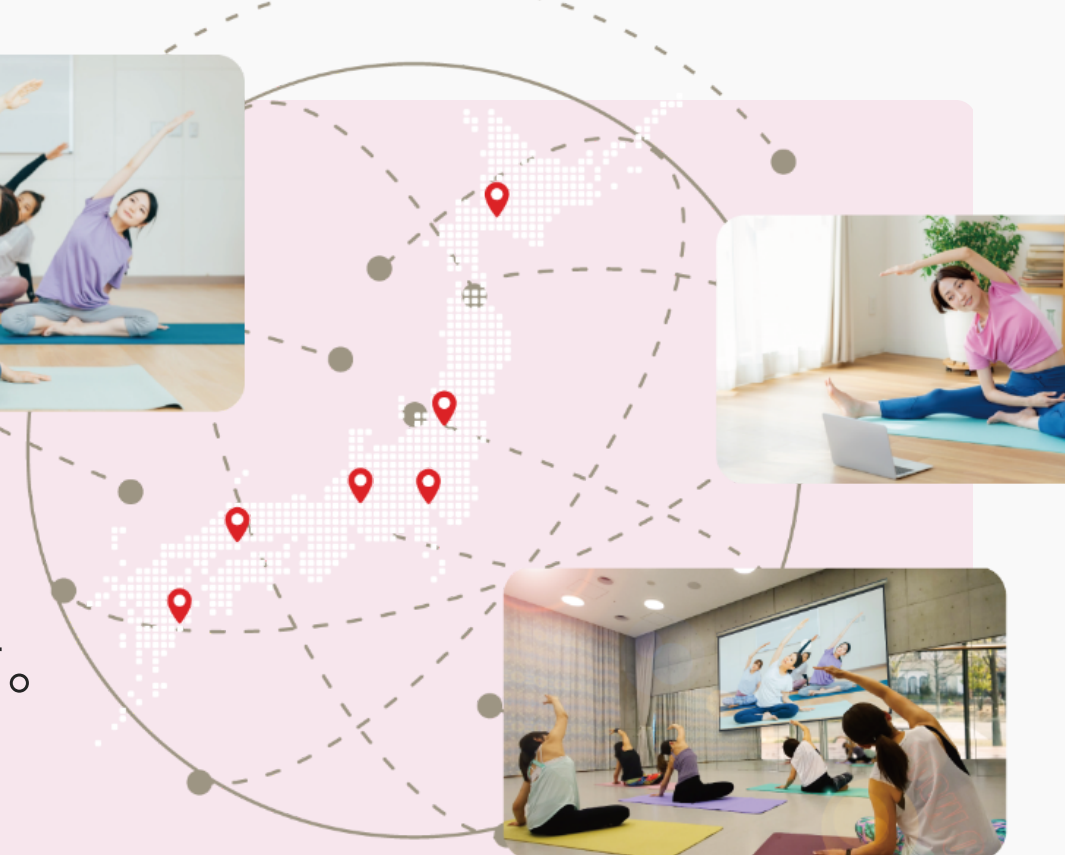


映像レッスンの魅力

ヴァレオルームで開催中の映像レッスンは…



映像を見ながら実施する非対面型のスタジオレッスンです。
「運動前のウォーミングアップアップに」
「ちょっとだけ運動したい」
「対面のレッスンはついていけないか不安…」
「少人数で落ち着いてやりたい」
そんなみなさまに、おすすめです。



01

ストレッチやヨガ系の種類が豊富です！

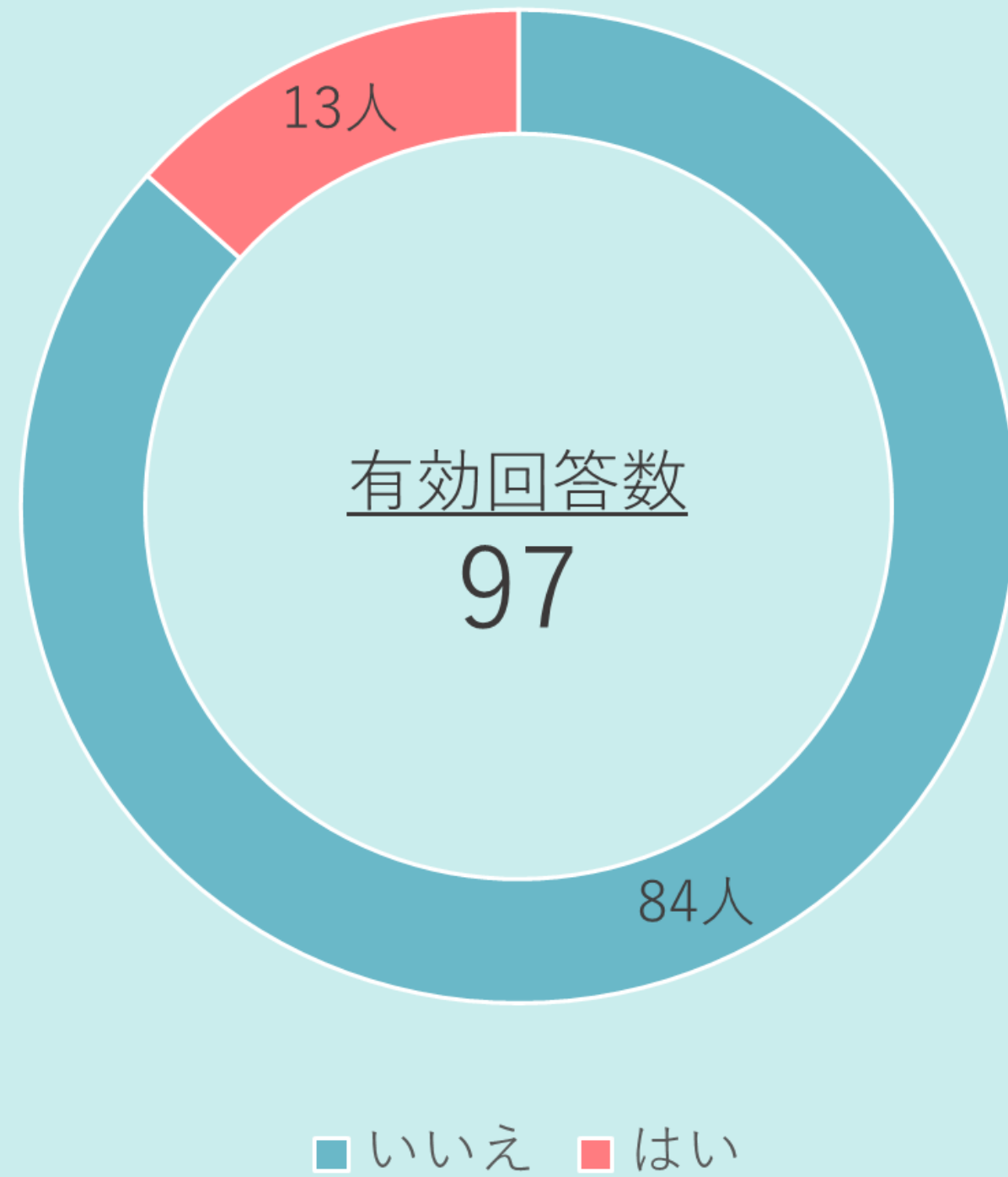
ヨガやストレッチなど、リラックスしておこなえるレッスンが豊富です。

02

国内人気インストラクター多数出演！

100名以上の、数々の賞を受賞したトレーナーや評判のいいインストラクターが出演。
1200以上のレッスンからヴァレオプロに最適な内容を選出し、プログラムを組んでいます！

Q8(1).チェックアップは利用しましたか？



		人数	割合
	いいえ	84人	86.6%
	はい	13人	13.4%

Q8(2).上記で「はい」と回答した方にお伺いします。利用してみていかがでしたか？
感想を教えてください。

プラスのご意見

- 1 | おもしろかった
- 2 | 丁寧に説明してくれた
- 3 | 楽しい
- 4 | 参考になった
- 5 | デイタイム会員もできたらいいなと思った
- 6 | 今の自分が知れた

マイナスのご意見

- 1 | 結果がショックだった
- 2 | 受け方が分かりづらい
- 3 | よくわからない
- 4 | 難しい
- 5 | よくわからない
- 6 | よく覚えていない



チェックアップでは

高度な測定技術とAIを使用して、認知機能・身体機能を算出します！

01

1項目550円

ワンコインで手軽に実施できます！
※バースデーカード使用可

02

下記種別は年に1回実施無料

レギュラー・ドック・ペア・ファミリー

認知スキルを測定したスタッフより



注意力、スピード力、記憶力など多角的な視点から認知機能を測定できるので楽しいです！



カーディオ

体組成

可動性

ストレングス

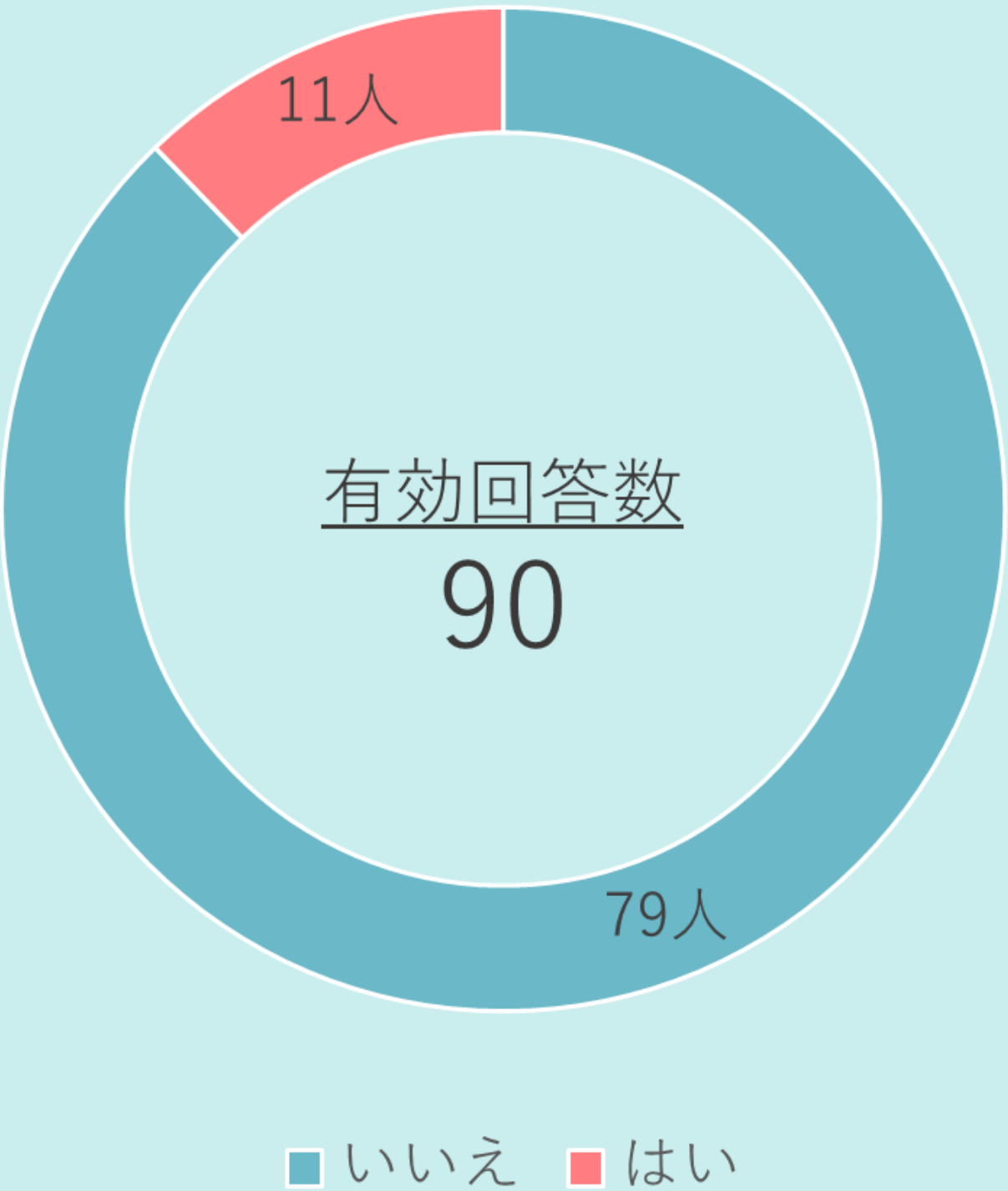
認知スキル

バランス

Discover your
Wellness Age

START

Q9(1).今後導入して欲しいマシンはありますか？



		人数	割合
	いいえ	79人	87.8%
	はい	11人	12.2%

Q9(2).上記で「はい」と回答した方にお伺いします。具体的にどのようなマシンの導入がご希望ですか？

既存のマシンの追加

- ・チェストプレス
- ・ヴァリオ
- ・スキルラン
- ・人気のマシン（下記予測）

＊バイク → 現在8台

＊レッグプレス → 現在1台

＊フロントプル → 現在1台

既存のマシンで効果が得られるもの

- ・チェックアップ

⇒認知のテスト

- ・コアチェア

⇒ウエストの引き締め効果のあるマシン

- ・マルチヒップ

⇒ヒップの引き締め効果のあるマシン

- ・パワープレート

⇒柔軟性・マッサージ効果のあるマシン

新規

- ・ランポリン
- ・バトルロープ



マシン紹介

意外と知らない!? マシン機能紹介

コアトレチェア

- ・ ウエストの引き締め効果

コース選択(全6種)後、椅子に座りバランスをとります。



マルチヒップ

- ・ ヒップの引き締め効果

パットに足をかけ、お尻の筋肉を使い脚を後ろに上げる。



パワープレート

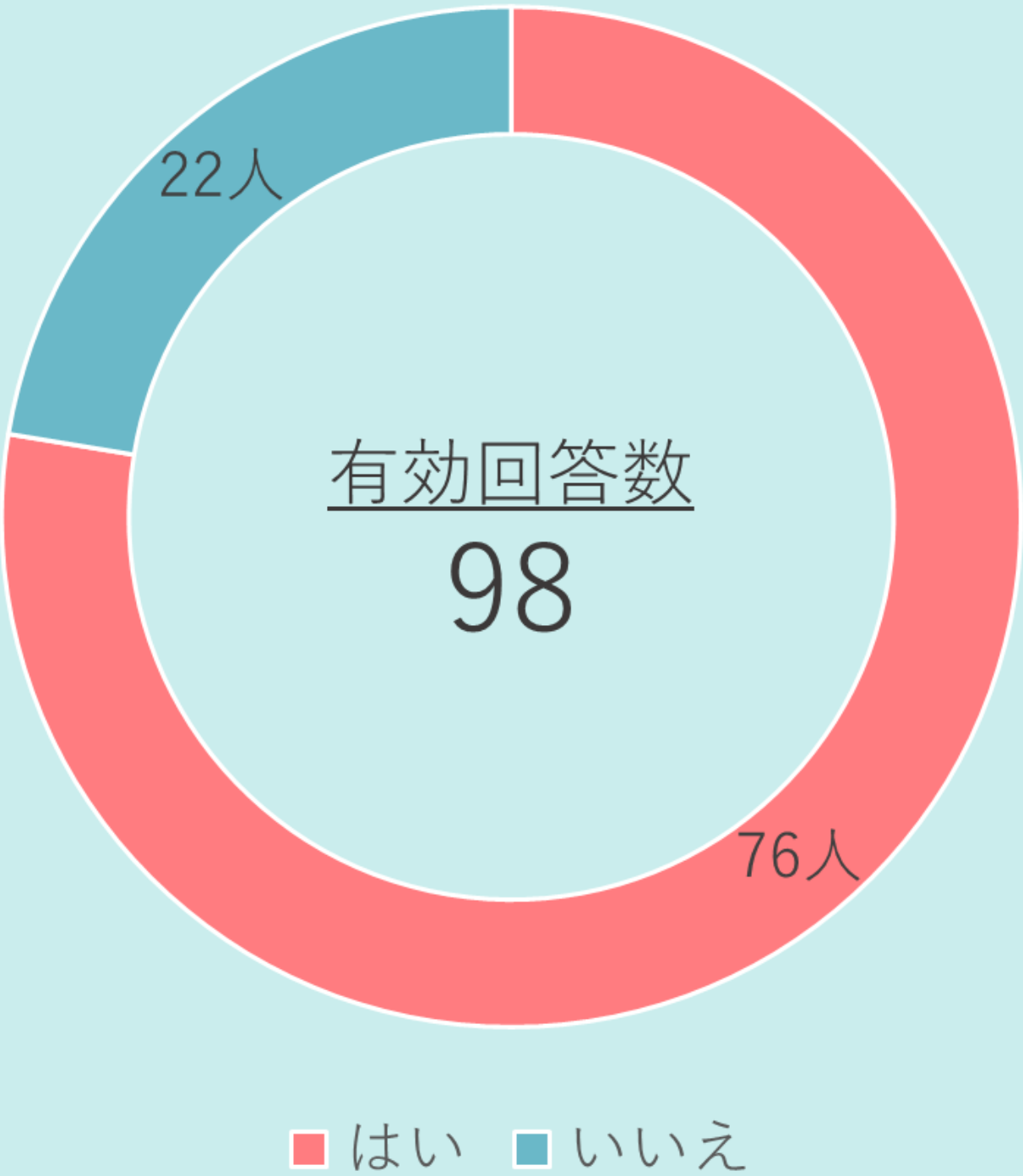
- ・ マッサージ効果 / 柔軟性

ボタンを押し、上でストレッチをおこなう。



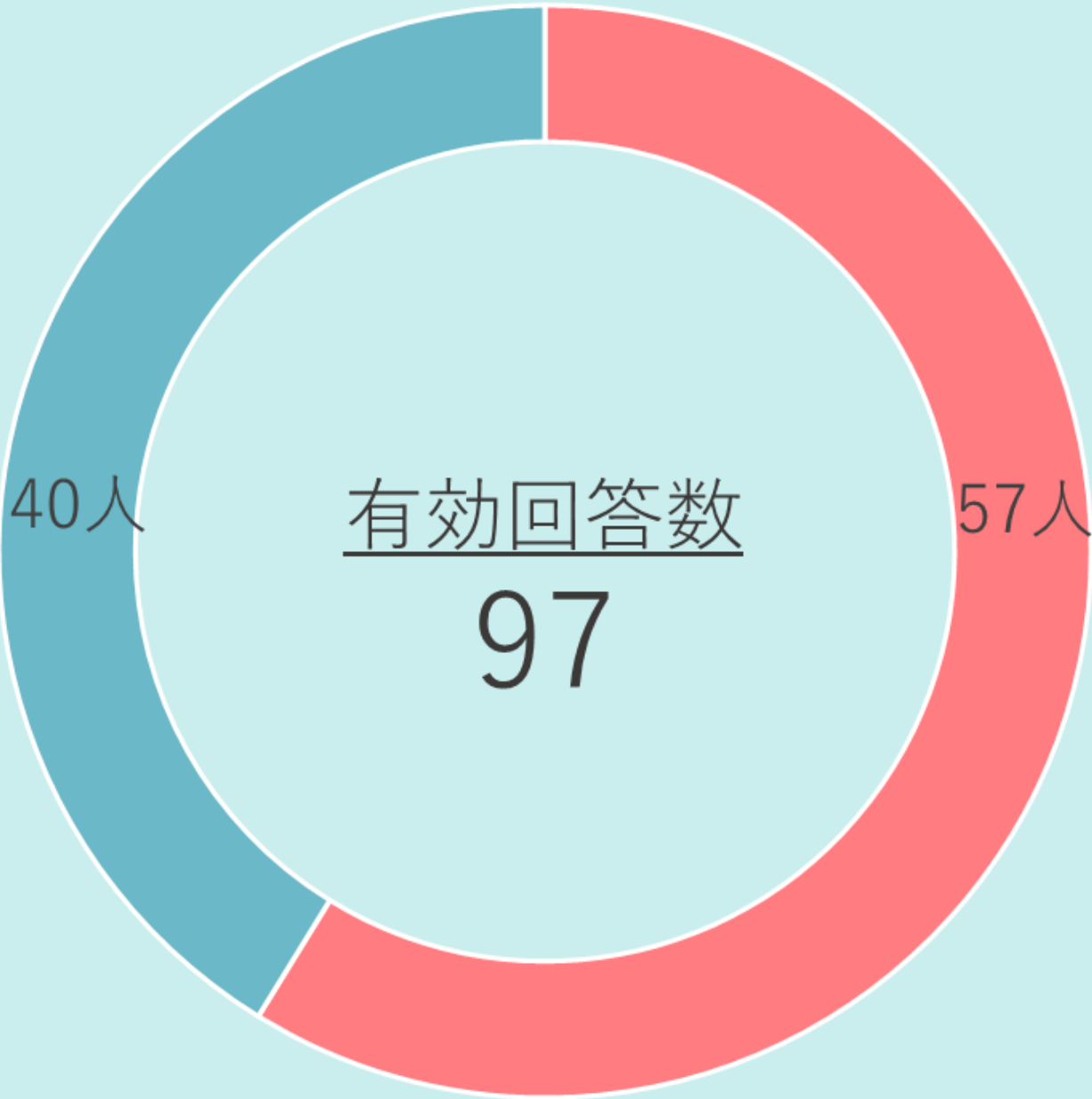
詳しい使い方はトレーナーまでお問い合わせください！

Q10.50歳以上の方が対象の施設（介護予防施設）「ValeoPro ANNEX」を知っていますか？



		人数	割合
	はい	76人	77.6%
	いいえ	22人	22.4%

Q11. 「ValeoPro ANNEX」 がどこにあるか知っていますか？



■ はい ■ いいえ

		人数	割合
	はい	57人	58.8%
	いいえ	40人	41.2%



ANNEXってどんな場所？



『健康寿命』を伸ばすお手伝いをしている運動施設です！



ValeoProの会員さんは安く利用できます！

ValeoProの会員になっていると、ANNEXは半額で利用できます。

月々 **2,940円** で通い放題です。



ヴァレオプロアネックス
詳細はこちらから♪



〒370-1203
群馬県高崎市矢中町192

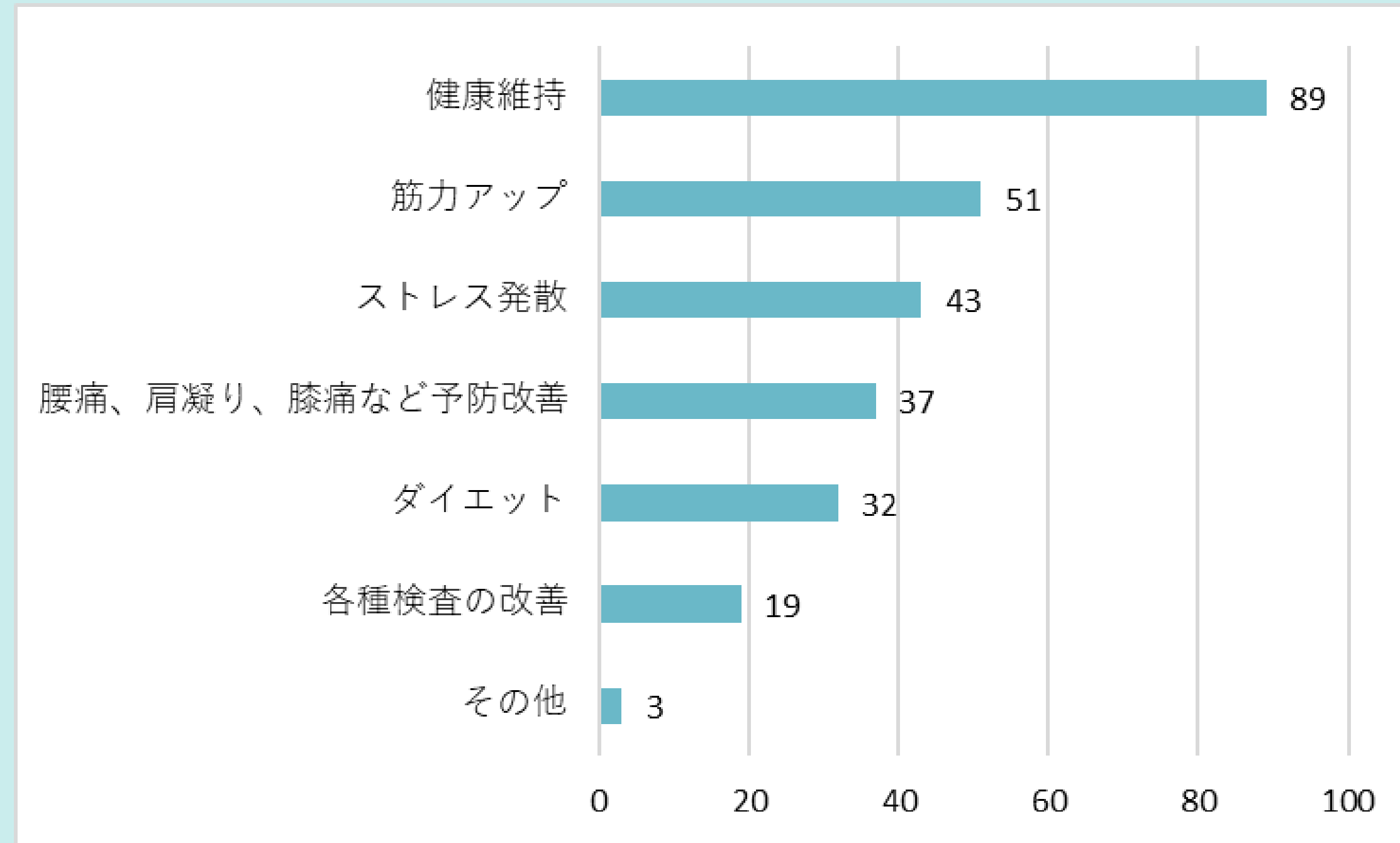
ANNEXでは…

コンディショニング系のレッスンを1日2本しています！

- 腰楽エクササイズ
- 足から健康エクササイズ
- ストレッチ
- 肩甲骨はがしエクササイズ
- ロコモ予防エクササイズ
- リンパストレッチ 等



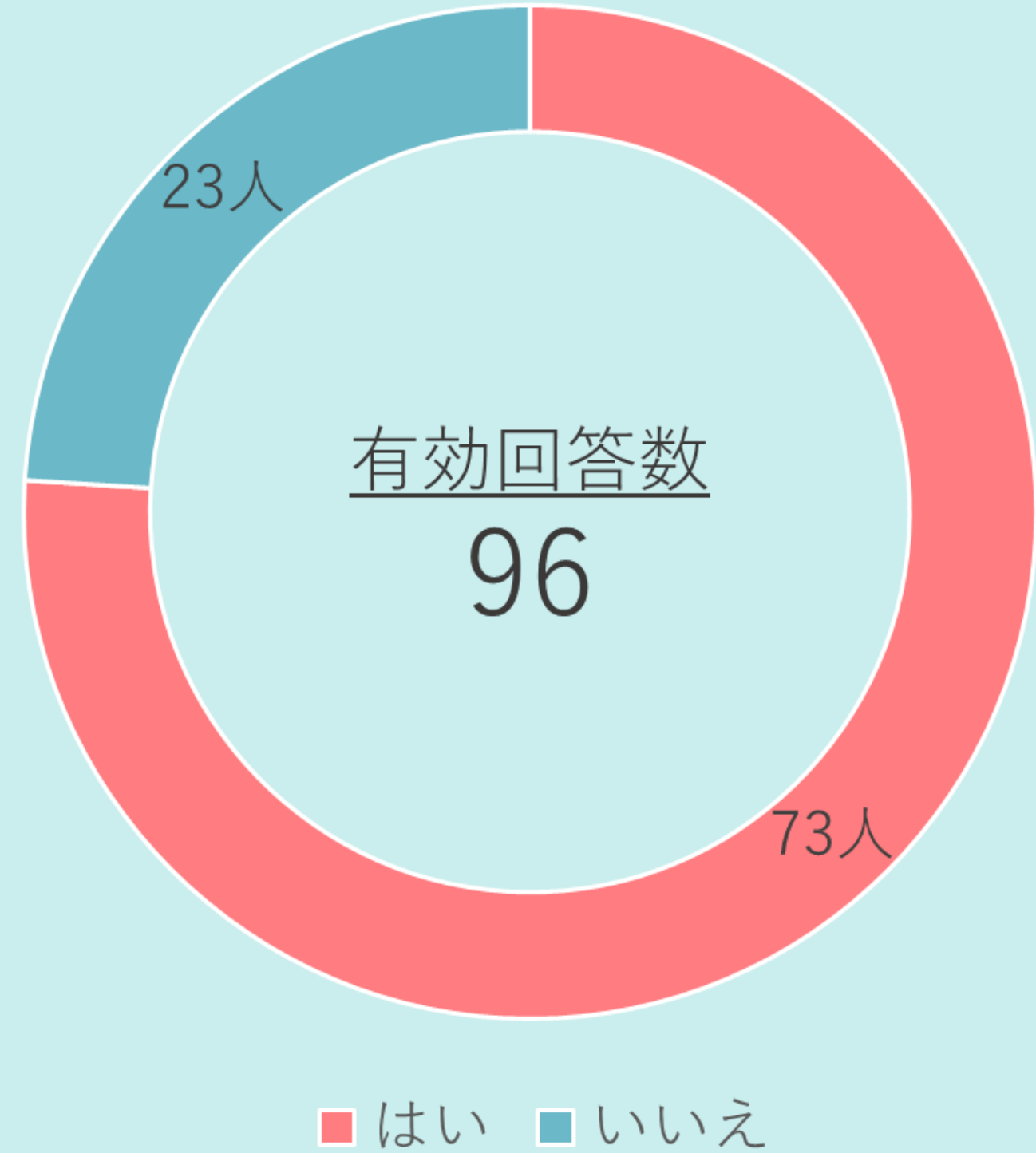
Q12. ヴァレオプロでの目的は何ですか？（複数回答可）



多かったご意見

- 1 | 健康維持
- 2 | 筋力アップ
- 3 | ストレス発散

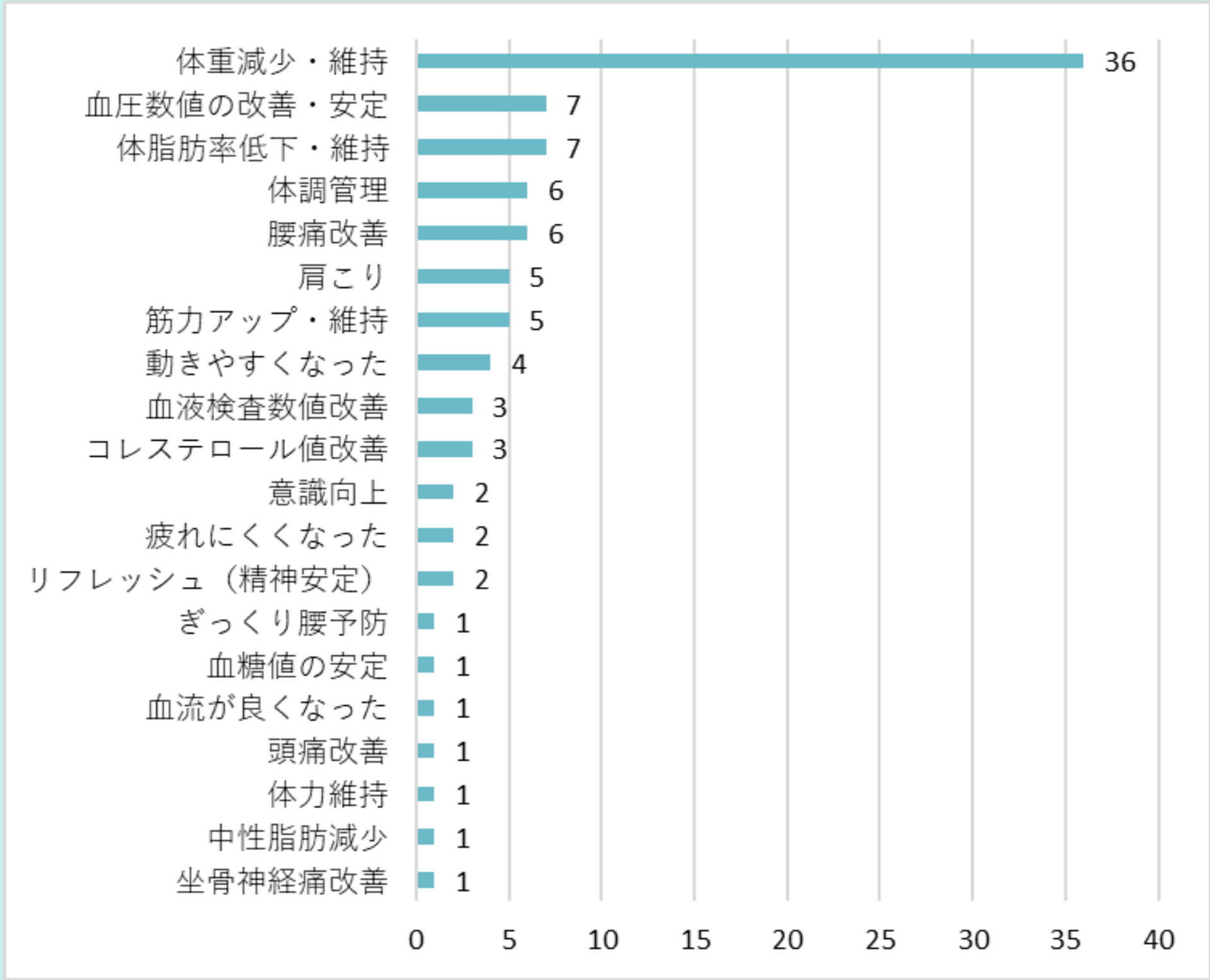
Q13(1). ヴアレオプロに通うようになってから身体の改善がありましたか？



		人数	割合
	はい	73人	76.0%
	いいえ	23人	24.0%

Q13(2). 上記で「はい」と回答した方にお伺いします。

具体的にどこが良くなったかを教えてください。（複数回答可）



【概要】

- 36名 | 体重減少、維持
- 23名 | 生活習慣病関連の数値改善
- 14名 | 身体の痛みの改善・予防
- 6名 | 体調管理（風邪予防等）
- 5名 | 筋力アップ、維持
- 4名 | 動きやすくなった
- 2名 | 疲れにくくなった
- 2名 | リフレッシュ
- 2名 | 意識向上
- 1名 | 体力維持



健康維持のために

知らなきゃ損!? ヴァレオプロ活用術



01 栄養相談

どなたでも無料で管理栄養士に相談ができます! (※要予約)

02 身体相談

どなたでも無料で理学療法士に相談ができます! (※要予約)

03 こんなこともできます

- 血液検査
- TANITA測定 (筋肉量/脂肪量 etc)



～管理栄養士のつぶやき～

栄養相談では何を意識していますか?

①

具体的なアドバイスをすることです!

具体的?

②

自炊する方ならレシピをお渡ししたり
外食が多い方ならお店の選び方や
メニューの選び方をお伝えしたり…

③

それから『量より質』です!

量を減らさなくてもいいんですか!?

④

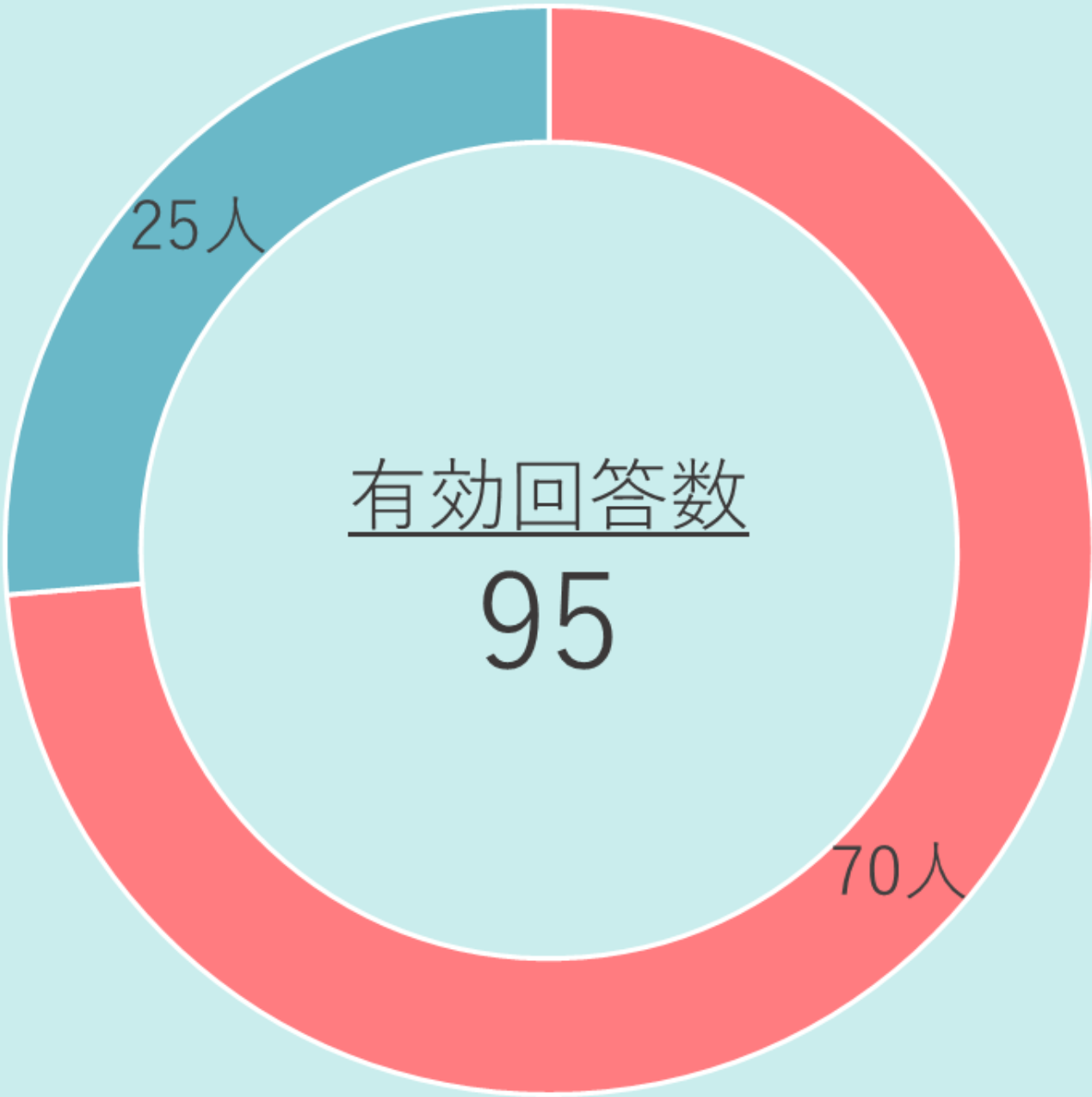
少ない食事量を継続できず結局
リバウンド…って経験ありませんか?

あります(-"-)

⑤

そういったリスクを減らすため
『量』より『質』を意識しています!

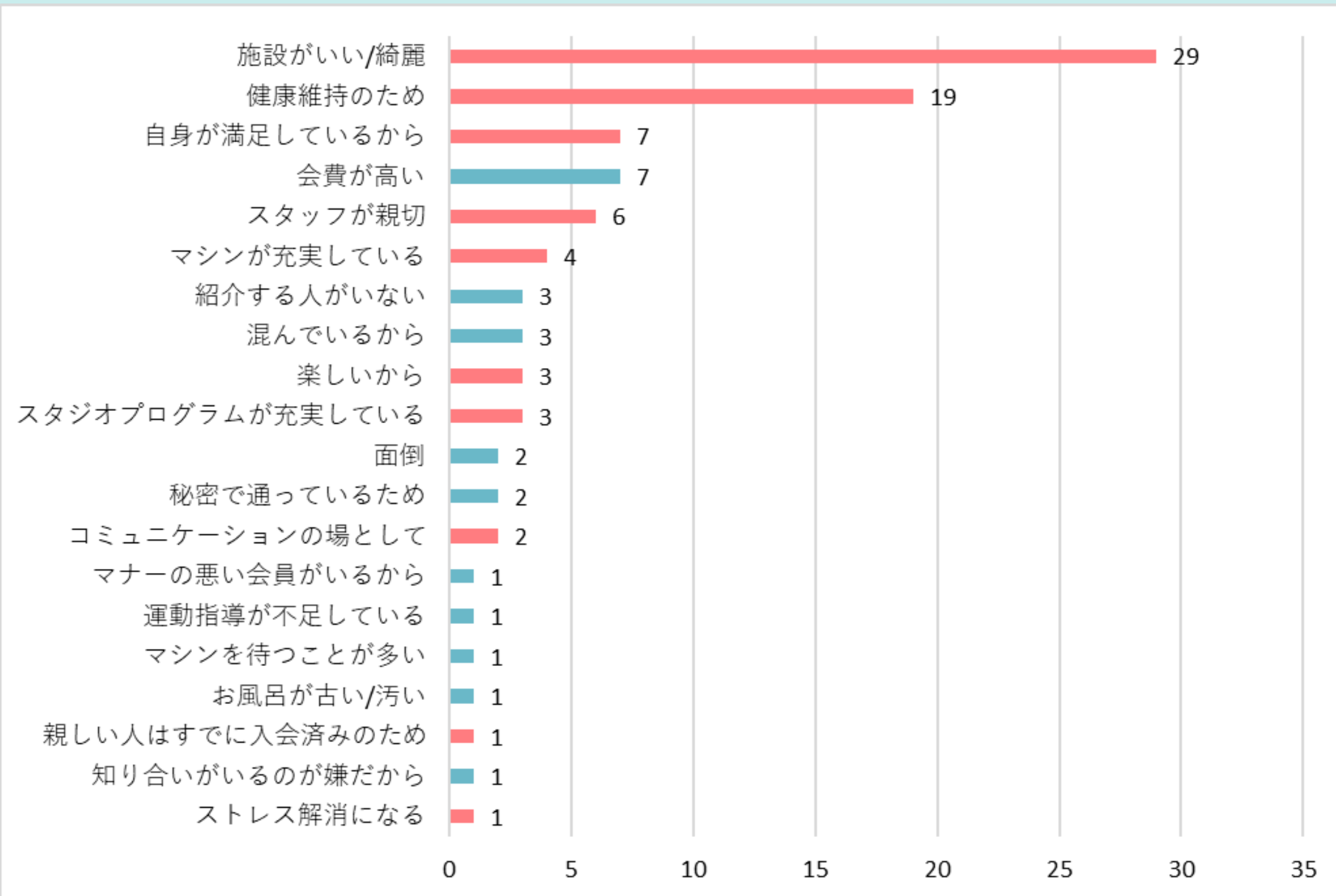
Q14(1). お友達や家族、お知り合いの方に進めたいと思いますか？



■ はい ■ いいえ

		人数	割合
	はい	70人	73.7%
	いいえ	25人	26.3%

Q14(2). 上記理由を教えてください。(複数回答可)

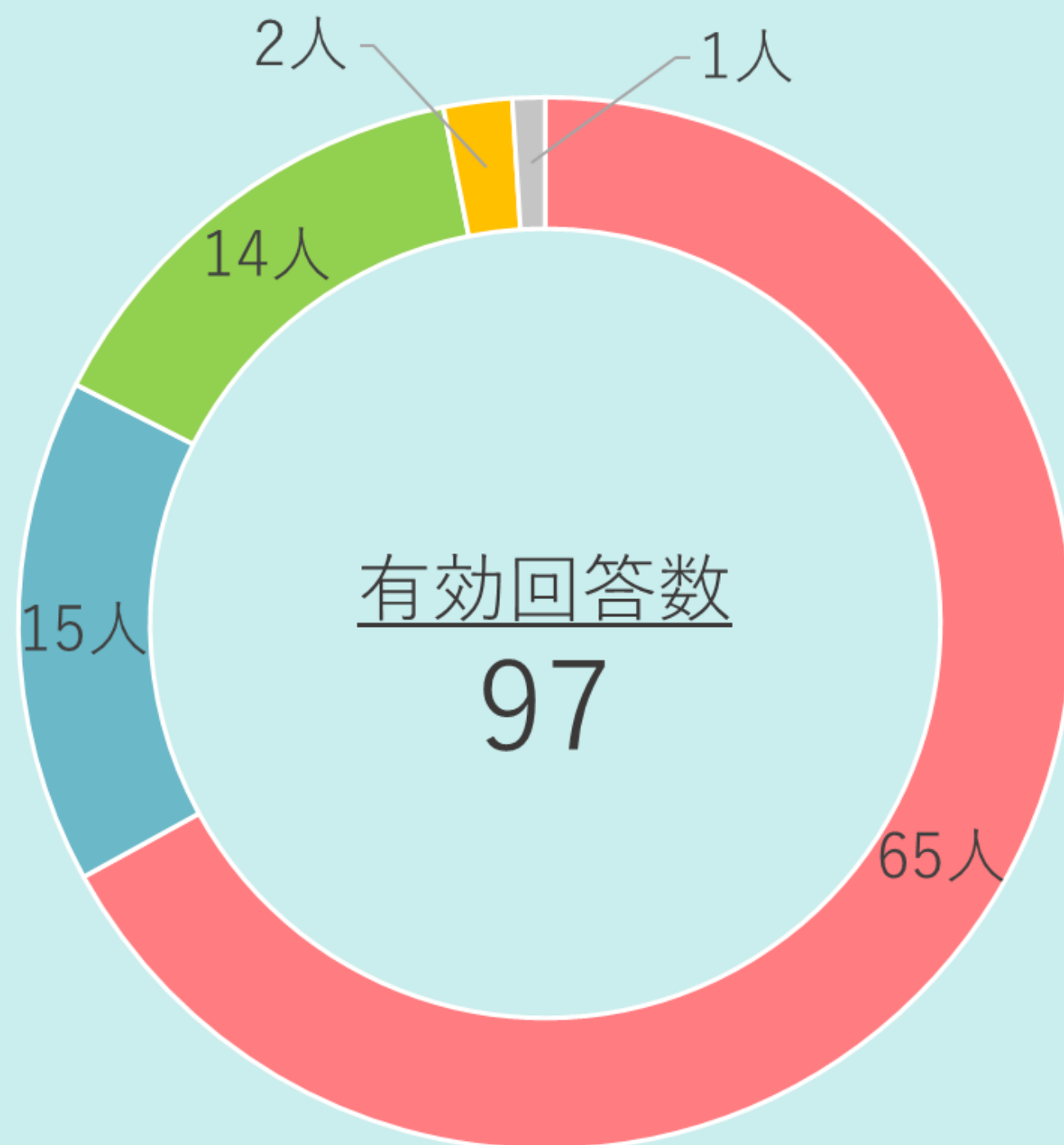


プラスのご意見 : 75件

マイナスのご意見 : 22件

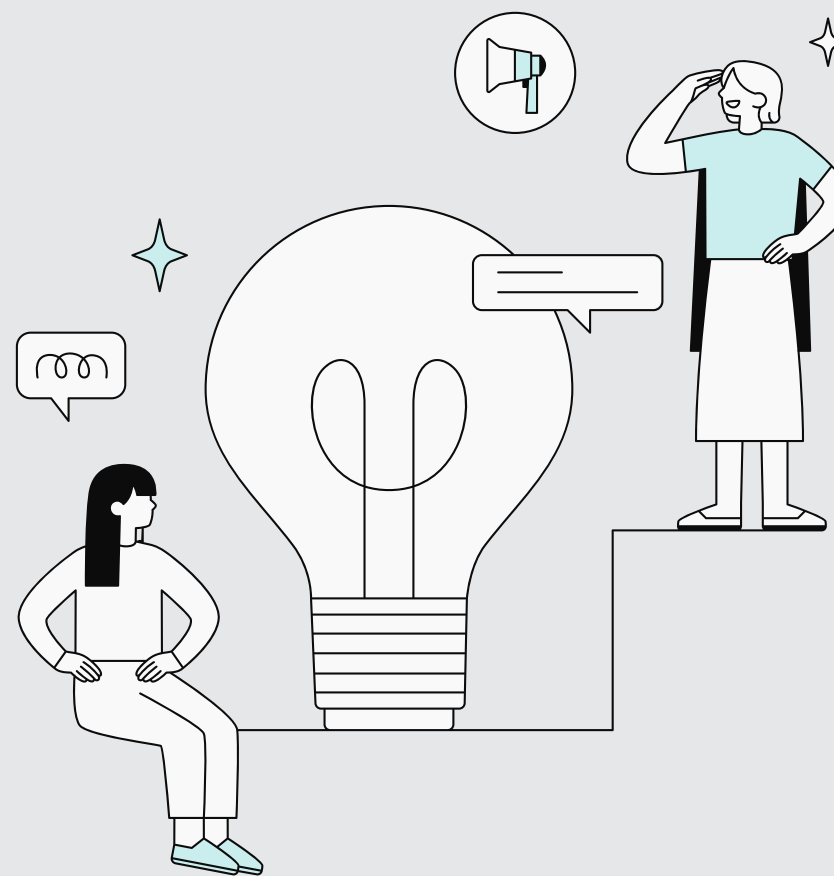
合計 : 97件

Q15. ヴアレオプロに満足していますか？



■ 満足 ■ 大満足 ■ 普通 ■ 不満 ■ 大変不満

	年代	人数	割合
	満足	65人	37.8%
	大満足	15人	28.6%
	普通	14人	21.4%
	不満	2人	6.1%
	大変不満	1人	1.0%



ご意見

ご意見（一部抜粋）

● 1 年をとっても長く参加できるスタジオプログラムを増やして欲しい。

A1 月に1度、レッスン内容を検討しているので、その際の参考にさせていただきます。
また映像レッスンではコンディション系のレッスンをたくさんおこなっているのでぜひそちらにもご参加ください。

● 2 お風呂に時計が欲しい。

A2 大きな時計は「時間から解放されて、ゆっくりのんびりしていただきたい。」という思いからオープン当初より設置をしておりません。代わりに小さいデジタル時計を設置させていただいておりますので、こちらをご活用いただけたら幸いです。

● 3 快適に入浴したいので、浴室の注意事項を減らしてほしい。

A3 注意事項を再検討し、掲示の枚数を少なくさせていただきました。
今後もお気づきの点などございましたら、スタッフまでお声がけください。

ご意見（一部抜粋）

- 4 トレーニングマシンを占拠したままお喋りしている人が見受けられます。
注意喚起して欲しいです。

A1 巡回を強化し、そういった方をお見かけした際にはお声がけさせていただきます。
またマナーアップなどでも注意喚起をおこなってまいります。

お褒めのご意見（一部抜粋）

最近、無料送迎車の利用を始め、大変ありがたいと感謝しています。

いつも掃除が行き届いた施設で、気持ちよく利用できます。

スタッフの皆さんは親切で明るい挨拶をしてくださり、気持ちよく利用させていただいています。

たくさんのご意見ありがとうございました。施設運営の参考にさせていただきます。

アンケート結果に関して

問い合わせ窓口

アンケートに関して、ご質問がある方は
下記までお問い合わせください。
また施設フロントで紙でのお渡しも可能です。
ご入用の方はお声がけください。

☎ 027-350-1177

✉ valeopro_jimu@bishinkai.or.jp

📍 群馬県高崎市矢中町188
ヘルスパーククリニック2F

施設HPのご案内

アンケートにご協力いただきありがとうございました。
施設ホームページを通して今後も様々な
情報を発信して参ります。ぜひご覧ください。

🌐 www.subarashiisaito.co.jp

