

## ロルフィングアンケート

このアンケート内容は体験談としてHPやブログなどでご使用させていただきます。  
難しい場合は左上のチェックボックスに印をお願い致します。

### 【初回のセッション】

- ロルフィングを受けるきっかけを教えてください（該当箇所をチェックしてください）
  - からだの不調（不調な箇所： ）
  - 姿勢改善
  - パフォーマンス向上
  - その他（某坂さんの紹介。 ）
- 初回のセッションで感じたことを教えてください。（変化、違い、効果など）

・呼吸時の胸のフックえが取れました。  
・話を聞くこと頂きながら、身体の感覚に意識を向ける時間が心地よかったです。

## 【10シリーズ全体を通じて】

1. もともと抱えていた不調はありますか？（複数回答可）

- ・肩こり・目の疲れ・姿勢の崩れ・睡眠が浅い・首のハリ・からだ全体のバランスの崩れ
- ・腰痛・呼吸・頭痛・背中・骨盤 その他（ ）

2. 10シリーズを通して、改善されたところはどこですか？（複数回答可）

- ・肩こり・目の疲れ・姿勢の崩れ・睡眠が浅い・首のハリ・からだ全体のバランス
- ・腰痛・呼吸・頭痛・背中・骨盤 その他（ ）

3. 上記以外に、10シリーズを通して改善された症状や箇所はありますか？（複数回答可）

- ・肩こり・目の疲れ・姿勢の崩れ・睡眠が浅い・首のハリ・からだ全体のバランス
- ・腰痛・呼吸・頭痛・背中・骨盤 その他（足のむくみ、 ）

4. 2、3の中で特に変化を感じたところはどこですか（姿勢の崩れ）  
足のむくみ。

どのように変わりましたか？ よろしければその理由も教えてください。

- ・日常の中で肩や首、足の痛みやつかれを感~~じ~~かいたまりにくくなった気がします。
- ・長時間歩いてもつかれにくくなりました。

印象に残ったセッションは何回目のセッションですか？ 第（ 2 ）回目  
その理由も教えてください。（複数ある場合は下記にもご記入ください）

足の裏の ~~感覚~~ にぶがった感覚が すごく 繊細 になって  
驚きました。  
歩くのが 楽しいと 初めて 思いました。

印象に残ったセッションは何回目のセッションですか？ 第（ 7 ）回目  
その理由も教えてください。

今まで 感じたことのない 首 肩 を動かすときの ためらひさを  
感じました。 うながすことの 心地良さを 初めて 感じました。

印象に残ったセッションは何回目のセッションですか？ 第（ ）回目  
その理由も教えてください。

Blank response box for the third question.