

内容 免疫力アップのコツ
保健師 五十嵐 信子 氏



参加者 25名

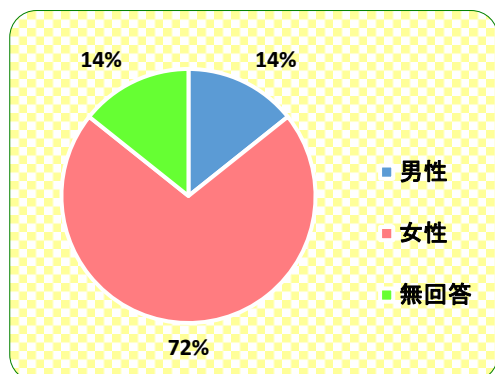
スタッフ 4名

アンケート協力者 14名

回収率 56%

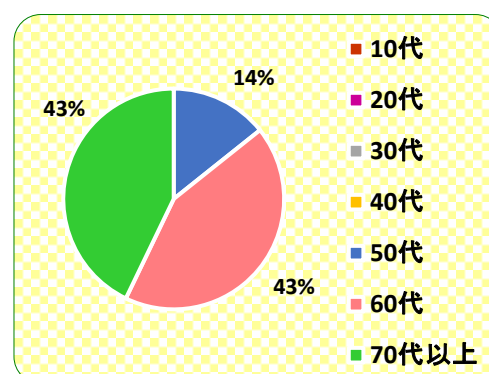
Q1 性別

男性	2
女性	10
無回答	2



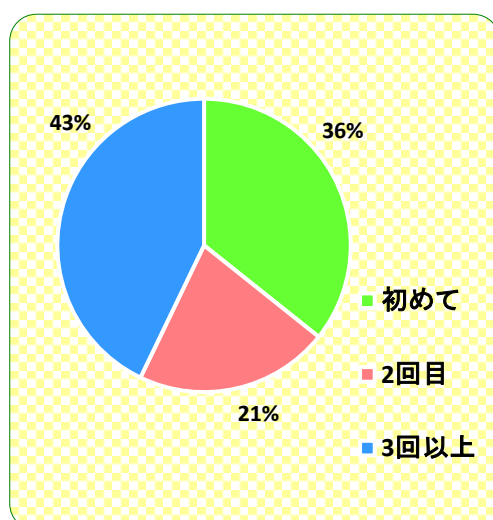
年齢

10代	0
20代	0
30代	0
40代	0
50代	2
60代	6
70代以上	6



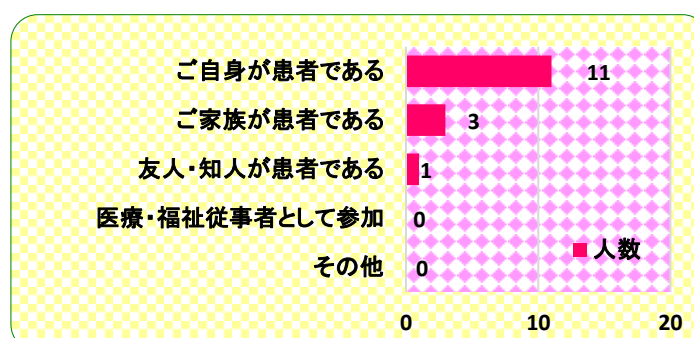
Q2 参加回数について

初めて	5
2回目	3
3回以上	6



Q3 あなたご自身について（複数回答）

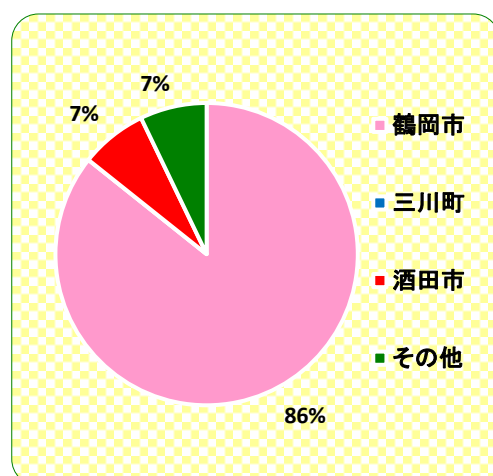
ご自身が患者である	11
ご家族が患者である	3
友人・知人が患者である	1
医療・福祉従事者として参加	0
その他	0



Q4 お住まいの地域

鶴岡市	12
三川町	0
酒田市	1
その他	1

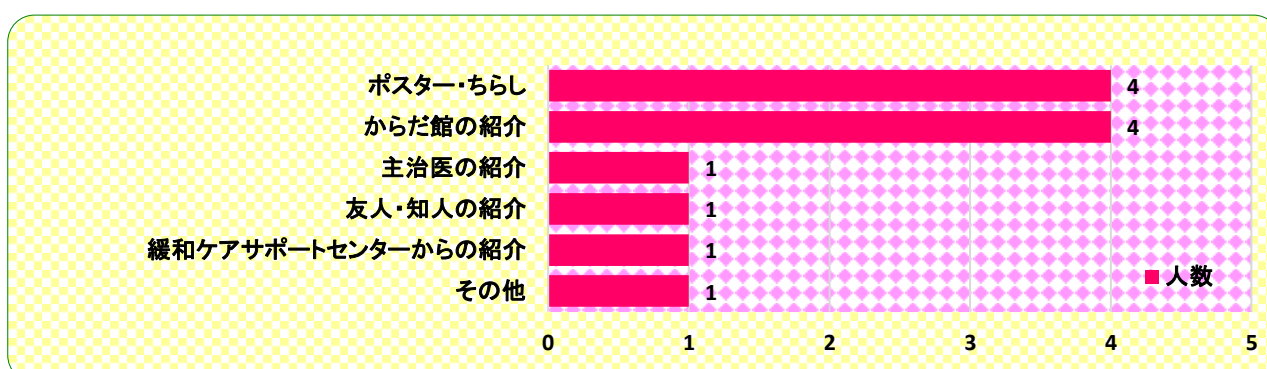
その他：庄内町



Q5 ほっと広場 をどのように知りましたか（複数回答）

ポスター・ちらし	4
からだ館 の紹介	4
主治医の紹介	1
緩和ケアサポートセンターの紹介	1
友人・知人の紹介	1
その他	1

その他：前回参加して・広報つるおか



Q6 本日の内容はいかがでしたか。参考になったこと、気が付いたことなど何でもご記入ください。

- ❁ 一人ぐらし、食事が偏ってしまいます。
- ❁ 良かったです。歌は分からないので昔の童謡がよい。
- ❁ 初めて参加しました。今日出会った方達とお話しでき、良い時間を過ごしました。
- ❁ 皆様、それぞれの病気を経験しているにしても、何もどこか悪いとかは全然感じないほどでおどろきました。とにかく医学が進んでいるので、事を信じて、と思います。
自分の事のような気がします。
- ❁ コロナウイルスの件で免疫力アップ、重要な事と思い参加しました。
お話を聞けて、大変参考になりました。ありがとうございました。
- ❁ 脚力のつく体操を教えていただきたい。
毎日食べたらしいもの、又は毎日食べない方がいいものを知りたい。
- ❁ いろんな人のお話を聞いて力をもらいました。ありがとうございます。
- ❁ 元気に過ごす為のヒントをたくさん教えてもらいました。
体操、やってみると身体が伸びて気持ちが良かったです。

Q7 ほっと広場に希望することがあれば、何でもご記入ください。

- ❁ ほっと広場、今日はいっぱい集まってうれしいです。いつもこのくらい集まっていれば。
- ❁ 参加できる事が少ないので、今日来ただけで満足です。また参加できる時コメントします。

Q8 最近、悩んでいることや困っていることはありませんか。何でもご記入ください。

- ❁ めまいがありハリに行っているが、めまいの予防法があれば。
コロナウィルス マスク、手洗いアルコール不足。
- ❁ 精神面で強くなる生活方法が知りたいです。
- ❁ 腸の手術をしました。ネコが私の上にとびのって寝るのを常にしています。どうやって防ごうか
よいグッズはないか探し中。術後ライフの暮らしのヒント。
- ❁ 1年半前に胃を全摘しました。働いていますが、体力と能力が落ちて周囲への気持ちも関連して
落ち込んでいます。

