平成２８年度　第１回　「つるおか健康塾」集計結果

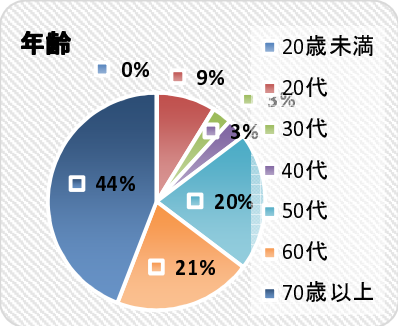
平成28年5月21日(土)　荘内病院　3階講堂

- 「お口の中の話」　澤田歯科医院　澤田　正佐子　氏
- 「腰痛の話」　荘内病院　理学療法士　小林　拓　氏

【参加者】　40名(男性10･女性30)　　【アンケート協力者】 34名(85%)

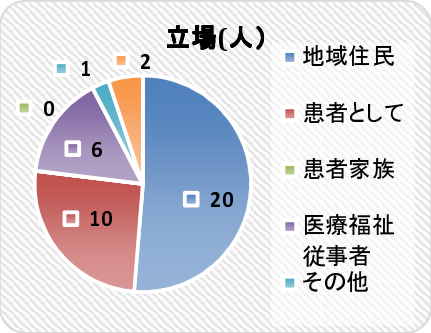
2.【年齢】

20歳未満	0
20代	3
30代	1
40代	1
50代	7
60代	7
70歳以上	15



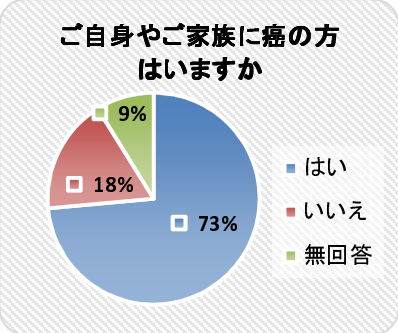
3-1.【立場】(複数回答)

地域住民	20
患者として	10
患者家族	0
医療福祉従事者	6
その他	1
無回答	2



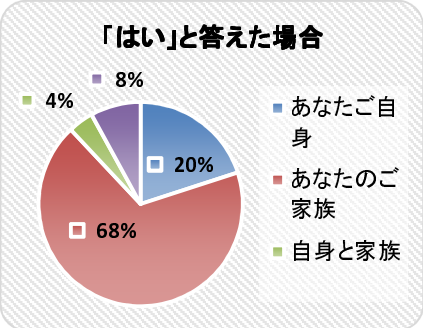
3-2.【ご自身かご家族に癌にかかった方はいますか？】

はい	25
いいえ	6
無回答	3



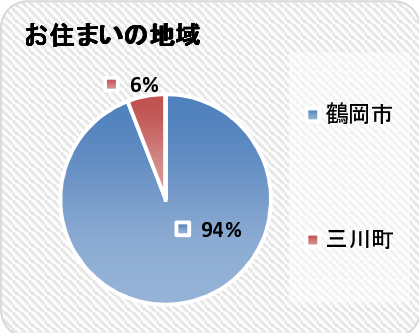
「はい」と答えた25人

あなたご自身	5
あなたのご家族	17
自身と家族	1
無回答	2



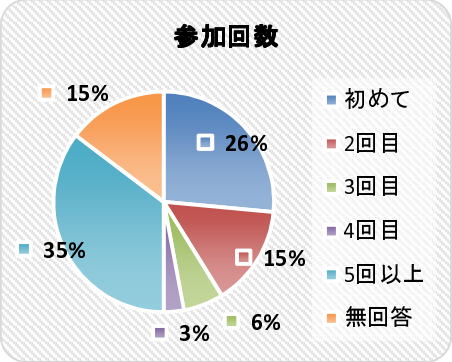
4.【お住まいの地域】

鶴岡市	32
三川町	2

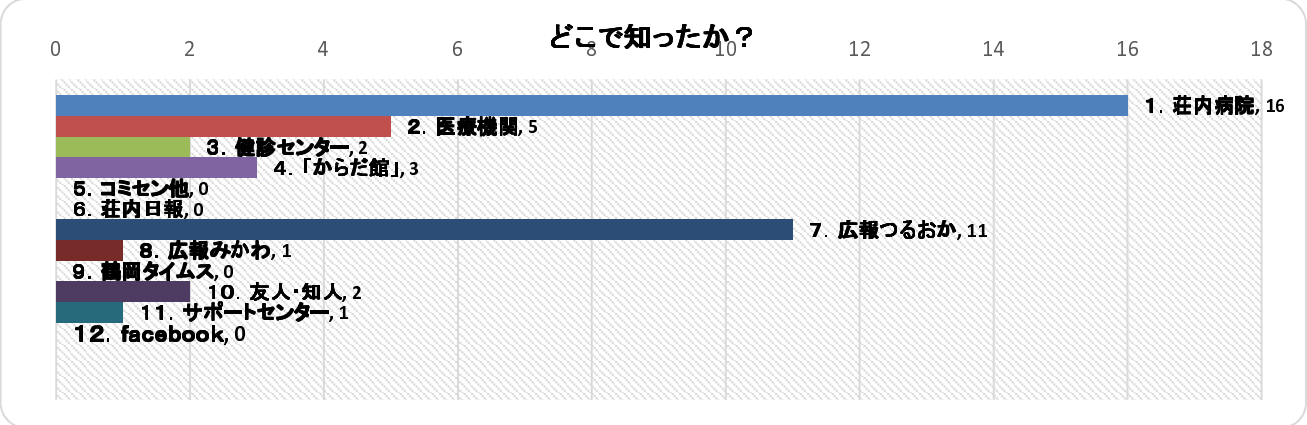


5.【参加回数】

初めて	9
2回目	5
3回目	2
4回目	1
5回以上	12
無回答	5



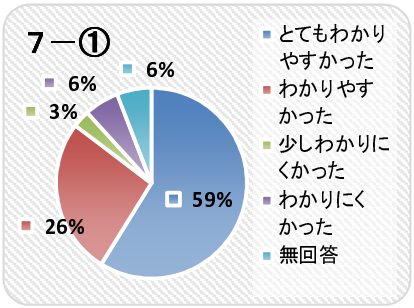
6.【どこで知ったか？】(複数回答)



7.【内容について】

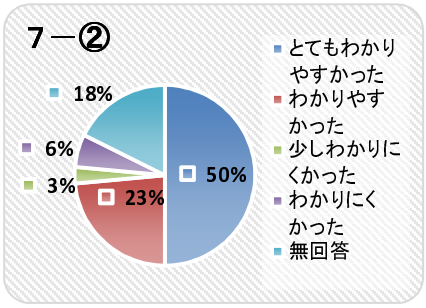
7－①「お口の中の話」

とてもわかりやすかった	20
わかりやすかった	9
少しわかりにくかった	1
わかりにくかった	2
無回答	2



7－②「腰痛のお話」

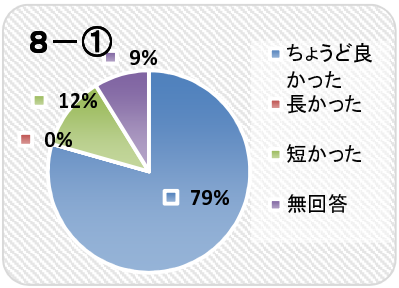
とてもわかりやすかった	17
わかりやすかった	8
少しわかりにくかった	1
わかりにくかった	2
無回答	6



8.【時間について】

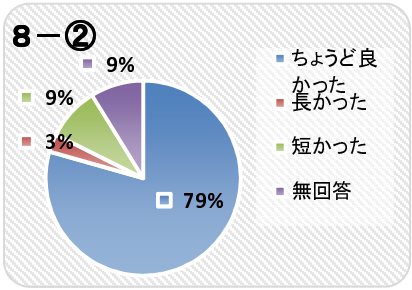
8－①「お口の中お話」

ちょうど良かった	27
長かった	0
短かった	4
無回答	3



8－②「腰痛のお話」

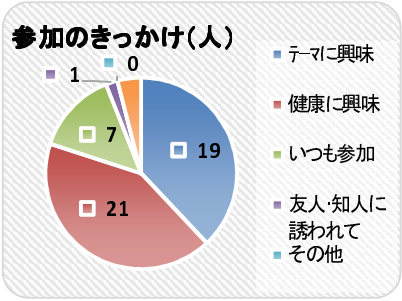
ちょうど良かった	27
長かった	1
短かった	3
無回答	3



9.【参加のきっかけ】

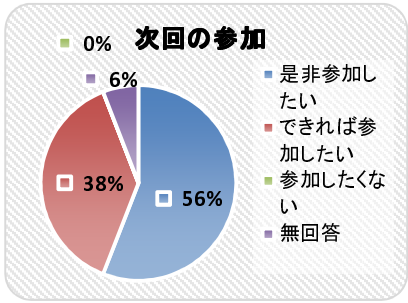
（複数回答）

テーマに興味	19
健康に興味	21
いつも参加	7
友人・知人に誘われて	1
その他	0
無回答	2



10.【次回の参加について】

是非参加したい	19
できれば参加したい	13
参加したくない	0
無回答	2



§ご意見・ご感想など自由記述§

＊ 歯周病から全身に影響が出るのはビックリした。ストレッチをすることによって腰痛が軽減できることを知りました。（70代患者）
＊ 専門の内容は、やはり参加しないとわからないと思いました。（脊柱管狭窄症のため）（60代、患者）
＊ 介護の現場でも、口腔体操を行うこともあるので、今日の資料を参考に実施してみたいと思います。腰痛体操も施設の利用者（できる方）にもアドバイス・実施していきたいと思います。（20代、医療従事者）
＊ 実際に腰痛リハビリを体験でき体も暖まり気分的にも活性化となり良かったです。口腔ケアについては定期的な検診が大事だと勉強になりました。（50代地域住民）
＊ ありがとうございました。今後の業務上に活用したい（60代市役所長寿介護課）
＊ NHKのプロフェッショナルで最近嚥下治療のスペシャリストを見て、口腔ケアの大事さを知った。しっかりと自分でケアをしていきたい。（50代患者）
＊ 口腔ケアの大切さを知りました。リハビリで体操ストレッチの仕方聞いて正しい姿勢の大切さを知った（60代地域住民）
＊ 今日の講演会は唾液マッサージと腰痛体操のストレッチ体験できて良かった。（70代患者）
＊ 腰痛に対してのストレッチを是非実施したいと思います。（50代地域住民）
＊ 緩和ケアのDVD初めて見たので最後まで見たかったです。もう少し早めにスタートしてほしかったです。（50代地域住民）
＊ 口腔ケアの大切さは最近よく取り上げられているので興味がありました。全身に及ぼす影響など改めて定期的なケアが重要なことがわかりました。腰痛のストレッチは、簡単でしかも効果がありそうで覚えていて損はないと思いました。参加して良かったです。（50代地域住民）

ご協力ありがとうございました。　緩和ケアサポートセンター鶴岡・三川