

## 奈良市食育セミナー「高齢者の食生活と介護予防」

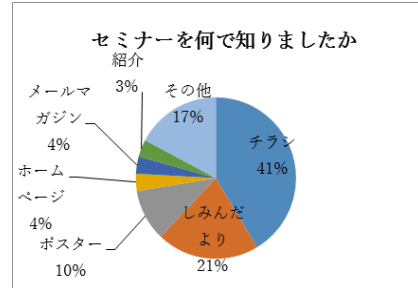
平成29年8月22日（火）

回収率 82.4%

(対象者数34名/回収28名)

### 1. このセミナーを何でお知りになりましたか。(複数回答可)

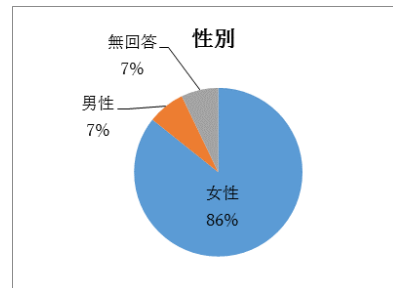
チラシ	41% (12人)
しみんだより	21% (6人)
ポスター	10% (3人)
ホームページ	4% (1人)
メールマガジン	4% (1人)
紹介	3% (1人)
その他	17% (5人)



### 2. 属性等について

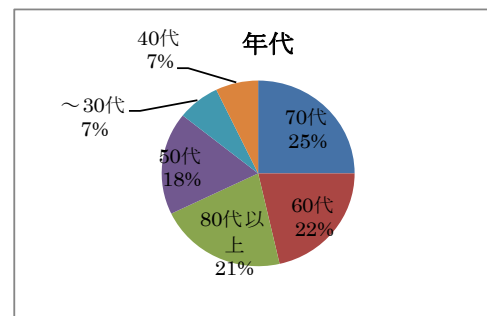
#### 性別：

女性	86% (24人)
男性	7% (2人)
無回答	7% (2人)



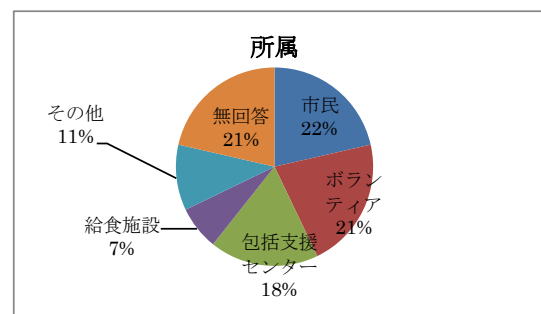
#### 年代

70代	25% (7人)
60代	22% (6人)
80代以上	21% (6人)
50代	18% (5人)
～30代	7% (2人)
40代	7% (2人)



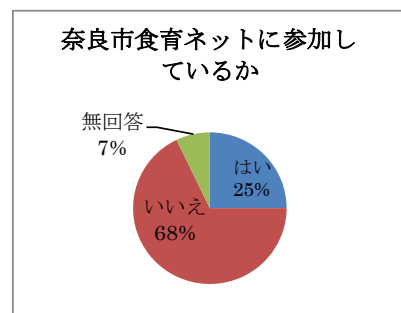
#### 所属：

市民	22% (6人)
ボランティア	21% (6人)
包括支援センター	18% (5人)
給食施設	7% (2人)
その他	11% (3人)
無回答	21% (6人)



### 奈良市食育つながるネットに参加登録されていますか。

参加している	25% (7人)
参加していない	68% (19人)
無回答	7% (2人)



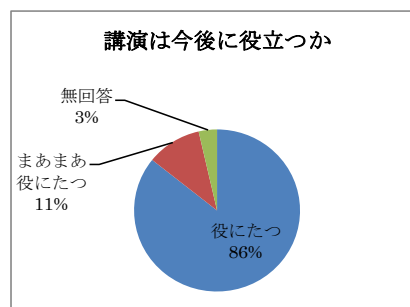
### 3. 講演・交流会について

(1) 講演「高齢者の食生活と介護予防」は今後役に立つ内容でしたか。

役に立つ	86% (24人)
まあまあ役に立つ	11% (3人)
無回答	3% (1人)

(理由等)

- 自分の知識が中途半端なところが多々ありました。
- 今後の自分の食生活で気をつける事が少し理解できた。
- 高齢者の父がいるので大変役に立った。
- 自分のポジションがわかり今後の食生活に役立てたい。配布資料ありがとうございました。
- 地域に少しでも役に立つことが大切かと思う。
- 実践に即役立つから。
- 筋トレを2日に1回、階段は1日200段以上毎日。
- 盛り沢山の内容で楽しく勉強出来ました。

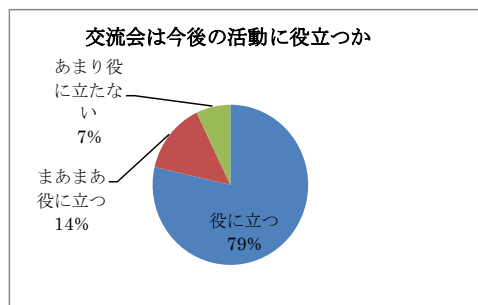


(2) 交流会は今後の活動に役に立つ内容でしたか。

役に立つ	79% (11人)
まあまあ役に立つ	14% (2人)
あまり役に立たない	7% (1人)

(理由等)

- 普段人と関わる仕事ではないので、専門職の方、一般の方、学生さんが集まり良かったです。
- いろんな話が聞けるので参考になりました。
- (交流会は)外出の機会が増えるから。
- 皆さんの現状が同えてよかった。



(3) 当日の感想

- 介護予防教室を実施させていただいている立場としてとても役に立ちました。ありがとうございました。
- 専門的な用語を使われず、とてもわかりやすかったです。地域の方々と接する際、こんな言い方をすればわかりやすいなという参考になりました。ありがとうございました。
- 栄養摂取の重要性が良くわかった。在宅以外の施設に入所、入院が栄養低下につながるとは意外だった。
- 食育ボランティアに役に立つと思います。
- このような話し合いがたびたびあれば良い。
- 高齢者の集まりが、いろいろな所であるとよいと思った。
- 高齢者に関わる仕事をしており、大学時代にお世話になった百木先生が講師ということで、参加させていただきました。大学時代を思い出して、改めて勉強になったことが多かったです。高齢者の方と直接お話をできよかったです。ありがとうございました。

- 百木先生の講話が解りやすく良かった。もう少し時間をかけて頂いてもという感じでした。  
(交流会の時間を減らしても)
- 低栄養のチェック方法を教えていただき、父のチェックをしようと思います。
- とても参考になりました。ありがとうございました。
- 薬はお医者さんと相談して考えます。又、百木先生にはお世話になりました。
- 来てよかったです。
- 1部のみをお聞きしました。家に帰りましてから、もっとよく読ませていただきたいと思っています。
- 毎日、栄養運動に十分気をつけて生活しているつもりですが、再確認できました。ありがとうございました。
- お話を聴いてよかったと思います。
- 司会者がよかった。

以上