

## 藤枝市ふまねっとサポーター養成講習会 アンケート集計結果報告書

- 目 的 ①ふまねっとを使った住民主体の健康づくりを地域に定着させ、認知症予防や介護予防を住民の力で実現する。  
②サポーターの役割を理解し、ふまねっとの健康教室を実施するための、指導方法を実技と講義により習得する。

日 程 平成 28 年 2 月 8 日（月） 10 時 00 分～16 時 30 分

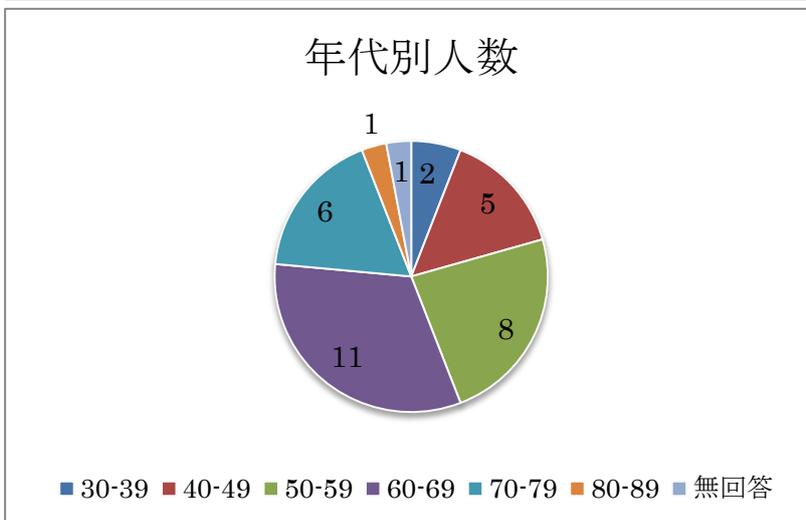
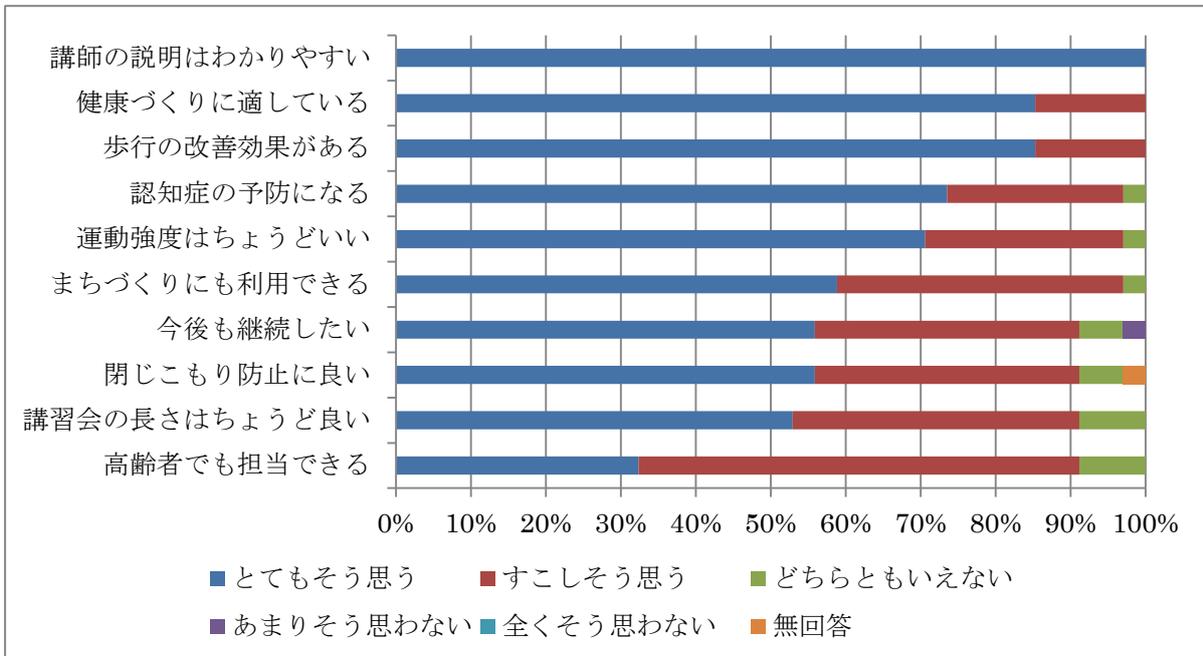
場 所 藤枝市民会館 2 階会議室（藤枝市岡出山 1 丁目 11-1）

講 師 薬師寺 清幸

補 助 ふまねっと藤枝（山本、野村、池谷、深本、仙島、山本）

受講者 地域住民、一般高齢者、生きがいデイサービス職員等 35 名

有効回答者数 34 名（男性 5 名、女性 29 名）



## 自由記述

とてもわかりやすい講座でした。静岡でインストラクター講座があれば参加してみたいです。	46歳／女
ふまねっこのみの健康教室なら大いに利用できると思うが、高齢者のサロンでは難しいのではないかと思う。	67歳／女
もう少し途中の休憩（5分くらいずつ）が欲しかったです。今日はとても良い勉強が出来ました。ありがとうございました。	53歳／女
最初は不安でしたが終わる頃には笑顔にもなれ、内容も楽しかったです。ゆっくりがまたいい運動ですね。	57歳／女
16時終了時間が延び、家事もあり少し困りました。とても良い研修でした。ありがとうございました。	65歳／女
高齢者でも受講できて幸せです。今後も参加できるように励みます。今日は一日ありがとうございました。	77歳／女
ゆっくりの動作に、脳に働きかけ、認知進行の予防になることをあらためて知りました。大変今日は良い勉強をさせていただきました。	49歳／女
準備する物なども多くなく、場所も広くなくてもよいので、取り組みやすい運動だと思いました	70歳／女
とても楽しくできました。特に薬師寺さんの説明は具体的で本当にわかりやすく良かったです。今後も取り組んでいきたいと思います。	65歳／男
とても楽しく参加する事ができました。サロン活動を実施する中、心構えとしてとても参考になる事が多かったです。ふまねっこの活動にもぜひ参加していきたいと思います。	63歳／女
1年に藤枝で1回しか開催されなかったので、ずっと待っていました。ありがとうございました。指導するには、わかりやすく、ゆっくり説明する話術の勉強が必要だと思いました。	52歳／女
認知症の方の指導のビデオをみて感動しました。今後も研修に参加していきたいと思います。勉強になりました。本日は貴重な時間となり学べることが多かったです。ありがとうございました。	60歳／女
皆さんがとても楽しく行って良かったです。私自身も間違いながら参加して下さる利用者さんと成長できるように頑張っていきたいです。今後インストラクターも受講していきたいと思いますので、お願いします。今日はありがとうございました。	31歳／男
終了時間を大幅にオーバーしているので、その点は時間厳守でお願いしたいです。勉強になりました。	55歳／女
本日の講習時間で良かったと思いますので、募集時間を10:00～16:30までにしていただきたいと思います。30分延長の様になってしまいますから。	64歳／女
施設に帰ったら、是非とも利用者の皆さんと楽しい時間を過ごしたいと思います。ふまねっこのやって利用者様の笑顔も必ず増えて、健康になると思います。	56歳／女
初めは緊張していましたが、やっていくうちに緊張もほぐれ、とても楽しく参加させていただきました。ありがとうございました。	71歳／女

大変わかりやすい講座でした。進行要領など、セリフ入りがたいへん役に立ちそうです。ありがとうございました。	65歳／男
楽しく教えていただきありがとうございました。できる限り続けていきたいです。	65歳／女
とても分かりやすく丁寧なお話で、繰り返しお話をされたので、高齢でも楽しく参加できて勉強になりました。ありがとうございました。	72歳／女
講習内容はとても良かったと思いますが、時間内に終わっていただけるとありがたかったです。	41歳／女
楽しく受講できました。	62歳／女
転倒の可能性が多少あるので、指導者が高齢者の場合は注意が必要かなと思いました。	41歳／女
今回が待ちきれない為、インターネットを見て自己流に実施していたが失敗であった。	83歳／男
自分が高齢者なので今日は出来ないところもあったけれども、サポーターの方の励ましで助かりました。自分がサポーターになった時の参考になりました。参加して良かったです。	79歳／女
楽しく講習を受けることが出来ました。ありがとうございました。	33歳／男

以上