|  |
| --- |
| **別添** |

　参加者の皆様　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 平成31年3月17日

　　　　 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 秋田市医師会広報委員会

　　　　　 　　　『　第４１回医療を考えるつどい 』

　 　　参加者アンケート：感想・意見・今後のテーマなどの回答結果

７．ご自由に感想、ご意見をお聞かせ下さい（裏面にもどうぞお書き下さい）

また、今後取り上げて欲しいテーマがありましたら、お書きください。

1. **佐藤社長のお話がおもしろかったです。（29歳以下・女性）**
2. **日本酒に興味があって参加しました。日本酒と健康との関わりには、マイナスのイメージが強かったのですが、中身を知って知識をもつと、賢く食べて飲んでいけるんだなと思いました。様々ながんが増えているので「食とがん」などがんについて知識を増やしたいと思いました。（30歳代・男性）**
3. **今後取り上げて欲しいテーマ：「大腸がん・うつ病について」（30歳代・男性）**
4. **楽しいセミナーでした。（30歳代・女性）**
5. **バランスのとれた食事と運動が健康寿命を延ばすのに大事なんだと改めて気づきました。また、お酒が好きなので佐藤社長の講演は大変興味深かったです。（30歳代・女性）**
6. **佐藤社長のお話を聞いたことがなかったので、聞けてとてもよかったです。とても和やかな雰囲気で楽しい講演でした。（40歳代・女性）**
7. **堅苦しい研修会かと思ったが、とてもわかりやすく、興味深いお話を拝聴でき、たいへん有意義でした。今後も機会があれば参加したいと思います。ありがとうございました。（40歳代・女性）**
8. **今後取り上げて欲しいテーマ：「笑顔、笑いの効用について」（50歳代・男性）**
9. **資料の文字が小さすぎて見づらいので、もっとよく見えるようにして下さったらうれしいです。（50歳代・女性）**
10. **木村京子先生のお話、とても楽しく、ためになりました。秋田にはなじみの深い料理のお話からはじまり、あっという間に時間が過ぎた感じでした。ご専門の糖尿病についての説明も興味深く、わかりやすかったです。（久しぶりにえごのすみそあえを作ってみようとか、ラーメンに酢をかけてみようかなと思いました）**

**野村恭子先生のお話も、クイズなどを取り入れながら、楽しく聴かせていただきました。木村先生の内容とも重複する部分があったと思いますが、よりくわしく教科書的な知識を教えていただいたような気がします。**

**佐藤社長さんのお話で、６号酵母のお話も興味深く「１日１合純米酒」を実践してみようかなと思いました。（すぐ赤くなるので、量には注意しないといけませんね）専門的な知識に基づいて、素晴らしい日本酒が誕生しているんだなと感じました。**

**パネルディスカッションも、ぶっちゃけトークをひき出してくれる内容で、楽しい時間でした。日本酒は、秋田県民にとって、とても身近で興味のあるテーマでよかったと思いました。今年も勉強になりました。ありがとうございました。**

**大塚ＯＳ-1配付にぎわっていました。このようなブースがあると、場が華やぎますね。画期的でよいと思いました。（50歳代・女性）**

1. **塩分について質問したかったが、時間がなかった。（60歳代・男性）**
2. **大変有意義なつどいでした。（60歳代・男性）**
3. **秋田の食のプラスとマイナスがよくわかりました。日本酒の良さも理解できました。（60歳代・男性）**
4. **初回ですが大変参考になりました。ありがとうございました。（60歳代・男性）**
5. **食と健康はとても身近なテーマで興味深かったし、話もよかったです。酒も含めて日常に取り入れやすい。参考になりました。（60歳代・女性）**
6. **とてもわかりやすいお話でした。来年もまた参加したいです。（60歳代・女性）**
7. **とてもわかりやすく、病院食での伝統食の実践は素晴らしいです。体によい食べ方を知りました。エビデンスに基づきわかりやすかったです。大変参考になるお話を聞けありがとうございました。健康と食についての関わりは何よりも大切であるので次回も楽しみにしています。（60歳代・女性）**
8. **参加させていただきありがとうございました。減塩はやはり食習慣の改善による。学校での食育・給食で薄味に慣れることだと思います。小学校に勤務していますが、私の学級の子供たちには、麺類のスープはできるだけ飲まないように指導しています。でも、他のクラスはスープはほとんど残量としてありません。医師による学校現場への関わりが必要かと思います。コンビニのお弁当の塩分の濃さは私など食べられません。スナック菓子を買うときも裏の成分表示を見るようにしています。健康な子供たちを育むことが健康な大人を作るのだと思います。ありがとうございました。（60歳代・女性）**
9. **マイクに声が届かなくて音が聞き取りにくかった。今後取り上げて欲しいテーマ：「ワインの飲み方とポリフェノールが多い利点etc.」（60歳代・女性）**
10. **お茶のサービスがありがたかったのですが、熱すぎて･･･。（60歳代・女性）**

**㉑ 毎年参加させていただいています。ありがとうございます。できれば、内容・日時などもう少し早く決定していただくと仲間も誘いやすいのでよろしくお願いいたします。（60歳代・女性）**

**㉒ いただいた資料の文字が小さく見づらい。図が白黒でよくわからない。帰ってから読み、また考えてみようと思っているが、わかるでしょうか。（60歳代・女性）**

**㉓ とても勉強になりましたので、食べ物、とり方に気をつけていきます。（60歳代・女性）**

**㉔ 初めて参加させていただきましたが、有意義な時間をありがとうございました。以後も是非参加したいと思います。（60歳代・女性）**

**㉕ 私は血糖が高いため、とてもいい食と健康の話を聞きました。塩分の取り方等わかっているつもりでも再度また確認ができ有り難く思いました。（60歳代・女性）**

**㉖ たいへん楽しく聞かせていただきました。木村先生、野村先生、女性の先生たちのユーモアたっぷりの講演ありがとうございました。初めてでしたが来てよかったです。日本酒の話も楽しく聞かせていただきました。（60歳代・女性）**

**㉗ この度のテーマに興味があり参加しました。お酒の話も体にいいことをいろいろ教えていただいてよかったと思います。こういうつどいが41回も続けられていることを知りませんでした。これからも参加したいと思います。（60歳代・女性）**

**㉘ 秋田の食と健康（木村先生）の話は、いいお話でしたが、音量からか聞きづらかったところが多かった点が非常に残念でした（私は80代後半）。野村先生の研究発表も、もっとゆっくり聞ければと思った。しかし、大変よかったです。（70歳以上・男性）**

**㉙ 今後取り上げて欲しいテーマ：「薬（サプリ）の効果や弊害など」「秋田県の高齢者の食事のあり方など」（70歳以上・男性）**

**㉚ 大変参考になりました。病での薬は、１個でも少なくしたくて頑張っております。（70歳以上・女性）**

**㉛ 一人目の先生も、もっとマイクに近づけて話をしてほしかった（せっかくの話が少し聞きにくかったので）。（70歳以上・女性）**

**㉜ 初めて参加して、非常によかったです。今後またの講演には必ず出席させていただきます。（70歳以上・女性）**

**㉝ 「管理栄養士の立場から」の木村先生の声がマイクから離れていてほとんど聞き取れなかった。（70歳以上・女性）**

**㉞ パネルディスカッションについては、マイクの使い方が悪いのか、内容が聞き取れなくて興味が半減した。（70歳以上・女性）**

**㉟ マイクの使い方でしょうか、お話がはっきり聞こえなくて残念でした。（70歳以上・女性）**

**㊱ 木村先生の話は、材料を取りに行き、そして調理の作り方の説明などを作ってみたいと思いました。佐藤先生、最初の説明のプリントが欲しい。（70歳以上・女性）**

**㊲ 秋田の伝統食は、苦手なものが多くありましたので、食べれるように努力したいと思いました。（70歳以上・女性）**

**㊳ とてもよかったです。ありがとうございました。（70歳以上・女性）**

**㊴ いままで知らなかったのが残念です。（70歳以上・女性）**

**㊵ 特に野村先生のお話が声も大きく、楽しみながら勉強できました。私の授業した時を思い出しております。栄養学の基本から医学へ健康管理へを今から実行あるのみです。高齢の身に日々努力して健康寿命を維持したいと思います。どうもありがとうございました。（70歳以上・女性）**

**㊶ 「秋田の食と健康に参加して」楽しく聞き、日常生活を考え直すことも必要だと思いました。今日はどうもありがとうございました。（70歳以上・女性）**

**㊷ 大変よかったです。（70歳以上・女性）**

**㊸ お友達にも教えてあげたい。大変よかった。有り難うございました。（70歳以上・女性）**

**㊹ お米をいっぱい作っているのに、若い人たちは、ラーメン・インスタント類が好きで大変勉強になりました。（70歳以上・女性）**

以上、４４名の参加者様から提出いただきましたご意見等は、今後の医療を考えるつどいを開催する際の参考とさせていただきますので、それ以外での使用はいたしません。

【平成31年３月28日現在】

　 秋田市医師会 事務局