

平成29年度 男女共同参画健康セミナー アンケート集計結果

1. 開催日時 平成 29年6月10日(土) 9時30分 ~ 12時30分
2. 開催場所 リーパスプラザこが交流館多目的ホール
3. 開催内容 健康測定及び講演
4. 演 題 もしかしてこれって、更年期？ メノポケアで美しく健康に
5. 講 師 大野裕美子氏
6. 参加者(実数) 合計 54 名
7. 集計結果 アンケート数 41 名

項 目		10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	未記入	合 計
年代別参加人数	女性		1 2.4%	2 4.9%	14 34.1%	16 39.0%	5 12.2%	2 4.9%	0 0.0%	40名 97.6%
	男性							1 2.4%		1名 2.4%
	合計		1 2.4%	2 4.9%	14 34.1%	16 39.0%	5 12.2%	3 7.3%	0 0.0%	41名 100.0%
居住地 (一般のみ)	古賀市内	古賀市外							未記入	合 計
	31 75.6%	9 22.0%							1 2.4%	41名 100.0%
何で知ったか (複数回答)	広報こが	行事予定表	案内チラシ・ポスター	ホームページ	市の施設	所属団体	その他			合 計
	9 19.6%	1 2.2%	11 23.9%	2 4.3%	2 4.3%	7 15.2%	14 30.4%			46件 100.0%
講演の内容	良く分かった	分かった	あまり分らなかった	分らなかった					未記入	合 計
	31 75.6%	6 14.6%	0 0.0%	0 0.0%					4 9.8%	41名 100.0%

【講演についての感想】

- このあと仕事のため測定のみ致しました。最後まで参加できず残念です。
- 同じ50代と思えないほどお元気な講師の大野さんにおどろきました。初めて聞く「メノポケア」をわかりやすく教えて頂きよかったです。すでに閉経しているので、骨と血を大切にしていこうと思いました。
- 10年後の自分ということを考えることで、今からがんばることをイメージしやすくなったと思います。健やかさを保ち、更年期をのりこえたいと思います。ありがとうございました。
- 今後の人生の励みになりました。ありがとうございました。
- とても楽しく学べました。
- お話を伺うと元気が出ました。幸福の四角形を貼って10年後の自分目指してがんばります。ありがとうございました。
- 同年代の先生のお話は、大変身近で共感できることも多く、私自身も今までのスキルを生かして新しい事をはじめようとして今大きなエネルギーをもらいました。ありがとうございました！！ほんとは3つ上ですけど 笑！！
- 10年後の自分を今から設計してがんばりたくなった。
- これから更年期を迎えるにあたって、心構えができました。メイクに対して、自分のこれからの在り方について意識を高く持って行きたいと思いました。
- 美と健康？の内容がよくわかりました。
- とても楽しくて前向きになれましたありがとうございました！！！！

- 更年期について、詳しく知る事が出来ました。現在37才なので、プレ更年期に突入したのだと初めて知る事も出来、充実した時間になりました。ありがとうございました！！
- 更年期のお話とても分かりやすかったです。笑いもあり、楽しい講演でした。自分の健康について考える機会になりました。ありがとうございました。
- ありがとうございます。本はぜひ読ませていただきます。
- 楽しく聞かせて頂きました。なるほどと思う事が多くあり、もっと早、く知りたかったかなと思いました。
- 更年期を幸年期に変えて、イキイキ美しく元気に生活していこうと思います。
- 今日の講演をきっかけに先の人生を考えたいと思いました。
- 年を重ねるごとに、だんだんと気持ちが内向きになっていきましたが、生涯現役で元気にすごしていきたいと思いました。ありがとうございました。当講演を紹介してくれた友人に感謝！
- 楽しくきかせていただきました。
- 更年期を迎えるのに不安しかなかった不安がなくなりました。更年期からのビジョンを考えたいと改めて思いました。
- とても良かった。70才でも化粧で開運につながる事が分かった又、講演を受けたい。 ありがとうございました。
- 大野先生の講話ありがとうございました。とてもわかりやすく美しい日本語で、背筋がピンとしました。私の今の1番聞きたい事だったので、参考になりました。
- 医学的なことばかりでなく、「生き方」について考えさせられる時間になり、良かったデス。ただ、具体的な対策や治療法についての内容は入口まで、、という感じで、少し物足りなかったカナと思います。本題に入る前！？
- わかりやすく楽しく聞くことが出来ました。
- 更年期世代なので、大変勉強になりました。今後は楽しく過ごせそうです。大野先生ありがとうございました。
- 10年後・20年後が明るくなりました。
- お話が上手で聞きやすかった。(スタッフも講師も)
- とても楽しい講演でした。ぜひまた先生に古賀に来てお話していただきたいです。
- とても参考になりました。これから更年期に入る時間なので実践していきたいと思いました。
- 美しい人の町古賀市に向かって、男女が共に輝ける市に向かって活動していきたい。気持ちが高ぶり課長あいさつをとばしてしまっていました。
- 更年期のことがよくわかりました。変化のこともよくわかりました。これから先の10年の話も、とても楽しくとなりの方と話せました。閉経後の40年をたのしく過ごす計画をたてる事がこれからの楽しみになりました。
- 更年期を迎え、こわがらず今後の人生を考えるチャンスと考えたらいいのだとわかりました。閉経後の40年どう生きるか、考えていきたいと思いました。
- 人生まだまだ長いことを実感した。日々の食や生活の大切さを感じた。開運メイクはうれしい。貴重だ。
- 骨密度と体組成計測定をしてもらえてよかった。大野さんのお話は更年期の基礎的なことからメンタルまで要点がわかりやすく、楽しく学びました。
- 37才以降は自己責任、がんばります！
- 自分で、もう関係ない事かと思っていたのですが、お話を聞く中で、現実進行を考えています。
- 楽しかった最高です。