

みんなの健康フェア 実施報告（案）

実施日時 2017年9月17日（日） 9時半～12時半
 場所 駒場体育館 第一体育室
 参加者数 113人（受付）

（内訳）

地域別	女性	男性	合計
浦和区	71（4）	8	79
緑区	18	1	19
南区	7（3）	3	10
岩槻区	1	0	1
中央区	1	0	1
北区	1	0	1
川口市	0	1	1
上尾市	0	1	1

スタッフ 43名



■振り返り意見

○ 相談コーナー

➤ 介護予防用品展示

- ◇ モビバンと脳トレ用のカルタへの関心が高かった
- ◇ 最初は少なかったが、呼び込みもしたところ、徐々に立ち寄られる方が増えていった
- ◇ 試したりするスペースなど配置、誘導の工夫が必要だと思う

➤ お薬相談

- ◇ 今日の参加者は意識の高い方が多かったのかと思う
- ◇ 70歳を過ぎてもあまりお薬を常用されていない方もいた
- ◇ 舌圧を測定する機械を持ち込み試したが、まだ普及していない機械のため珍しかったのか、多くの方に興味をもってもらえた
- ◇ データを集めていきたいと思う。

➤ 栄養相談

- ◇ 相談コーナーはチームでやるものだと感じた。
- ◇ 各種の測定、運動など全て連携したものなので、一緒にやることの意義があると思う
- ◇ 一人で担当したが、一人あたりにかけられる時間が短くなり、相談しているほうも大変だったかもしれない。もう少し時間をかけるためには、複数の相談員がいたほうが良い

➤ 口腔ケア相談

- ◇ 黒板を使えたので、説明の紙などを張り出すことができよかった
- ◇ 他のコーナーでもホワイトボードなどがあると説明がしやすいのではないかな
- ◇ 会場は音が反響して会話がしづらかった

➤ リハビリ相談

- ◇ 病院に行くほどではないけれども気になるので相談をしたいという人は多いのではないかと感じた
- ◇ 体力測定に対するアドバイスなどと一緒にできると良いと思った。
- ◇ 会話はしづらかった
- ◇ 時間を区切るなど目安のルールを先に決めておくと良かった
- ◇ 運動相談と同じことを聞く方がいた。
- ◇ それぞれのコーナーと連携できると良い

➤ 運動相談

- ◇ 一人で担当した
- ◇ 1人あたり10～20分くらいかかってしまうので、人数的には厳しい
- ◇ 運動を教えるのにスペースが必要。具体的に一緒にやってみせることなどもできると良い。
- ◇ 鏡があるのは良かった

➤ 介護相談

- ◇ 介護の相談が4件、青年後見人の関係が1件あった

◇ 一緒にやる機会があってよかった

○ 体験コーナー

➤ ボッチャ・スラックライン等

◇ 実際に体を動かすところがあってよかったと思う

◇ 高齢の女性でも、スラックラインをする人が少なくなかった

➤ 貯筋、スクエアステップ

◇ 行わなかった

○ 測定コーナー

➤ 体力測定

◇ 絶え間なく人がきていた

◇ 結果に対するコメントなどができるのと良いが、そこまで知識を持っていない

◇ 10 回立ち座り、背もたれに背中を付けることで 1 回にカウントした方が良かったのではないかと感じた。転倒の不安を感じた。

◇

➤ 骨密度

◇ 初めから終わりまでずっと人がいた

◇ 人数をこなすには、台数が必要にある

◇ 測定してことがあった人が 8～9 割くらいだったと思うが、関心は高いのだと思う。

◇ ラジオ体操の仲間という方が多かった

◇ 測定結果について、具体的に解説したりすることができるのと良い

➤ 体組成

◇ 参加人数 106 名男性 22 名女性 84 名 体組成計の 2 機種あった為両方の機械で測定する方がいた。機種は同一の物を 1 機種で測定し、結果の案内が出来る人員がいた方が良かった。

◇ 靴下の着脱でよろける方がいたので、椅子の用意が必要だった

◇ 時間的には、9:30～12:30 で良かった。1 日だと長すぎる。

◇

➤ 血管年齢

◇ 購入したばかりの機械のため最初のうちは測定がスムーズにできず並んでいただくことになってしまった

◇ 結果について、どうすればよいか聞かれることが多かったが、具体的に答えられなかった。資料が必要。

➤ 血圧

◇ 自動血圧計 2 台 手動血圧計 1 台 看護師 1 名の体制。行列が長くなることもなく、スムーズだった。

○ 全体

➤ 受付

- ◇ 住所は、丁目まで記載してもらえばよかった（区しか聞いていない）
- ◇ アンケートを用意するのを忘れた

➤ その他

- ◇ スタッフのネームプレートがあったほうが良い
- ◇ 動線を検討した方が良い。参加人数が少なかったなので、返ってよかったが、血管年齢・骨密度計に長蛇の列。
- ◇ 健康フェスタの案内看板が目立つところに無かった（駒場体育館の協力がもっと得られるのかと思ったが、少なかった印象あり）
- ◇ 靴の持参を案内して欲しかったと希望有。スリッパが足りなくなった。
- ◇ 会場はもっと広くあると良い
- ◇ 終了時間前に片づけたところがあり、もっと輪投げなどしたかったと言う意見が聞かれた
- ◇ 年1回3月10:00～13:00又は9:30～12:30開催がボランティアにも負担が多くないと感じる。
- ◇ 事前の集まりもできたら参加団体の協議を行う方がお互いの団体の相互理解になる。

【参加された方からの意見】

- ・ 体力測定が終わってからでないと、相談コーナーやスポーツ体験ができないと思っていた
- ・ 開眼片足立ちを長くできる方がいるので、1分間くらいまででいいのではないか。または、測定者を増やすと待ち時間が長くないので良いと思う
- ・ 骨密度がいつも測定している値より低い、という方が多かった（結果の見方の簡単な説明書があったらいい）
- ・ 血管年齢が気になった方には、栄養や運動相談コーナーを勧めてもいいと思う
- ・ なかなかこのような機会が無かったので、日頃運動をしている友人も誘ったらとても喜んでくれた。自分も楽しく参加できた
- ・ 測定後、すぐに相談できるのが良かった
- ・ また是非参加したい

以上