

開催日

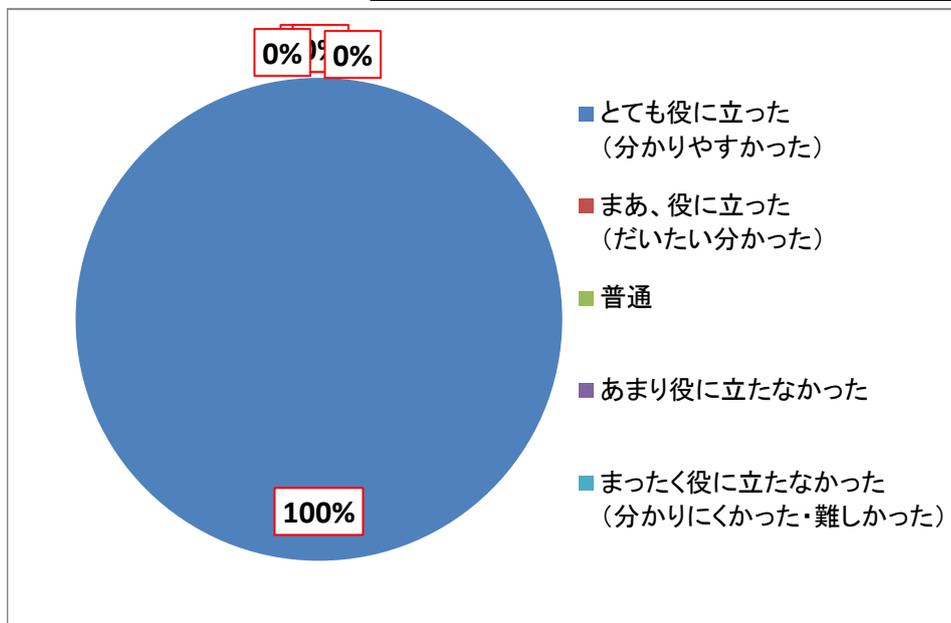
2024/7/18 テーマ 熱中症、脱水、水分補給、認知症とお薬について

申込者 青森市地域包括支援センター

アンケート結果

配布 16 件
回収 11 件
回収率 68.8%

評価	合計	
とても役に立った (分かりやすかった)	11	100%
まあ、役に立った (だいたい分かった)	0	0%
普通	0	0%
あまり役に立たなかった	0	0%
まったく役に立たなかった (分かりにくかった・難しかった)	0	0%
感想	7	
質問	0	
要望	1	



感想	<ul style="list-style-type: none">・水分を飲むだけでは脱水症の改善はできないものがあることが分かりました。・暑さに負けない身体づくりが大事だと分かり、ラジオ体操、ロコモ体操、TV見ながら体操を続けようと思いました。・塩分6gは理想ですが、今までの県人10gの半分位になります。時々塩気をとらないと身体具合が悪いと思うことがあり、時々しょっぱいものを食べます。・利尿剤を飲んでいる人の水分摂取は夏場は難しいと思う。利尿が目的だから水分増やして尿量が一定量あるようにしたらいいのか、口渇に併せて飲んでいきます。・とても楽しく聞くことができました。・水を飲みたくなったら飲むという考えでした。正しい知識を知ることができました。転ばないように気を付けて次回またお目にかかりたいと思います。楽しみにしております。・今の季節に合わせて、分かりやすい内容だった。・脱水の話は勉強になりました。高齢、認知症の人の水分補給の仕方も分かりました。・早口でなく、ゆったりした調子で高齢者にも分かりやすい表現で良かったと思います。資料も本当に分かりやすいので、これから活用したい。・興味持ってたことなので勉強になりました。分かりやすい内容で普段の生活を振り返ることができました。
質問	
要望	・食生活について。