

2023(令和5)年度 第4回 大阪府内地域連携プラットフォーム公開講座
 「ポストコロナ時代のフレイル対策 ～栄養・運動は“人と繋がる”ことで生きてくる～」
 (2023年9月20日開催)

参加者アンケート

回答者 8名 / 受講者 12名 回収率 66.7%

1. 回答者について

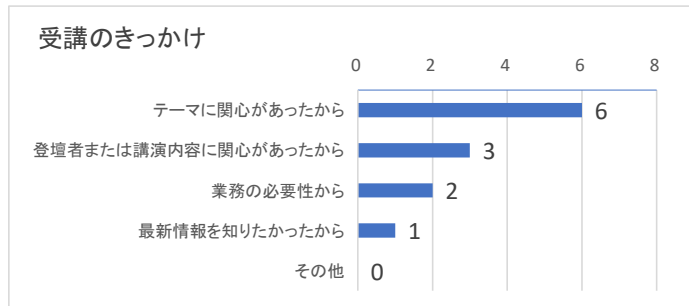
大学教職員(会員大学)	8
大学教職員(会員大学以外)	0
学生(学部生・院生等)	0
自治体関係者	0
産業界(企業等)関係者	0
一般	0

8



2. 公開講座受講のきっかけ(複数回答可)

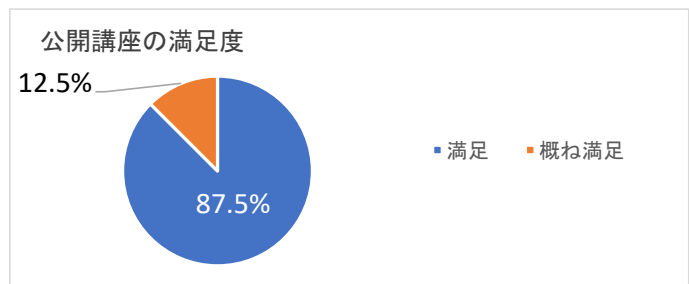
テーマに関心があったから	6
登壇者または講演内容に関心があったから	3
最新情報を知りたかったから	1
業務の必要性から	2
その他	0



3. 公開講座の満足度

満足	7
概ね満足	1
満足できない点があった	0
不満	0

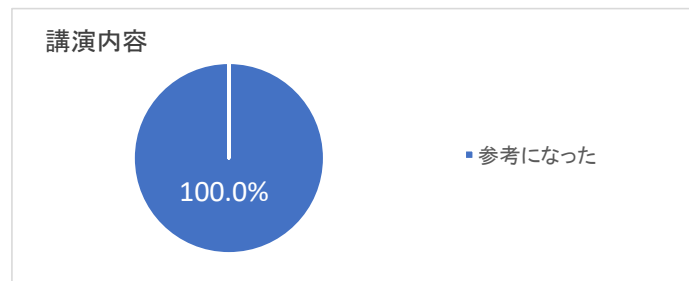
8



4. 講演内容について

参考になった	8
参考にならなかった	0
どちらでもない	0

8



5. 公開講座全般についての意見、感想

- ・フレイルの予防方法について、様々な観点から学ぶことができ、早い段階から意識的に取り組みたいと感じました。貴重なお話をいただき、ありがとうございました。
- ・親世代、自身の今後のことをイメージし、興味深く聞くことができました。ありがとうございました。
- ・内容が実践的かつ具体例も多用され、かなり興味深く拝聴しました。次回機会があれば是非再登壇ください！
- ・大学と地域をつなげる方略を実践をもとに学びました。ありがとうございました。
- ・普段、健康に気をつけているつもりでも「思い込み」で続けてしまったり、ポイントがズレてしまう可能性があることに気づきました。高齢者になる前からの確かな情報に基づいた心がけや実行が重要であることを再認識することができてありがたかったです。また、先生の御指導の下、学生さんたちが地域の方たち向けに実施されている様々な活動を具体的に知ることができたことも大きな収穫でした。
- ・フレイル予防に効果的な順番の説明の際、身体活動○、文化地域活動×よりも身体活動×、文化地域活動○の方が効果的という説明であったのは興味深かったが、活動区分についてもう少し検証が必要かと感じました。というのも、文化あるいは地域活動に区分されている活動においてもかなりの身体活動を伴うものが散見されたためである。「園芸／家庭菜園の作業内容・作業規模が大きい場合、カラオケ、コーラスでも何かか憑依したように髪の毛を振り乱して熱唱する人、カメラにおける山岳写真など、ボランティア活動も内容による。よって、例えば、活動区分の切り口として、消費カロリーに焦点を当てるとどうか、あるいは他者との交流時間ではかるとどうか、他者との交流時間に限らず交流による個人的満足度によるとどうか、など調査してみると面白いのではないかと感じました。いずれにしても、対面、非対面に限らず人とのつながりが重要であることを再認識できる機会となり、知見の蓄積につながりました。どうもありがとうございました。

6. 公開講座で興味・関心のあるテーマ

- ・生成AIと活用方法について