

## 令和5年度 アンケート集計結果のご報告

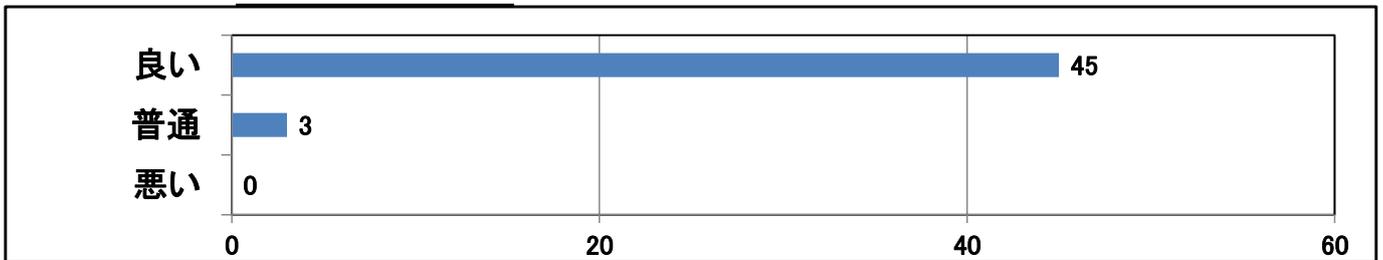
平素は、当協議会の介護保険事業をご利用いただきありがとうございます。  
さて、この度は利用者アンケートにご協力いただきありがとうございました。集計結果のご報告をさせていただきます。皆様からの貴重なご意見をもとに、職員一同更なるサービスの向上に努めますので、今後ともよろしく願いいたします。

### 【実施期間】

令和5年9月1日～10月31日

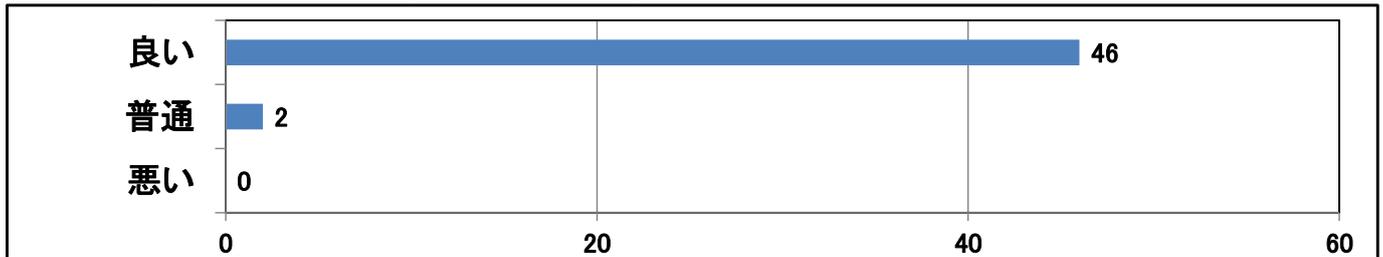
《 配布総数 》 57件 《 回収数 》 48件 《 回収率 》 84.2%

### 1. スタッフの態度や言葉遣いはいかがですか？



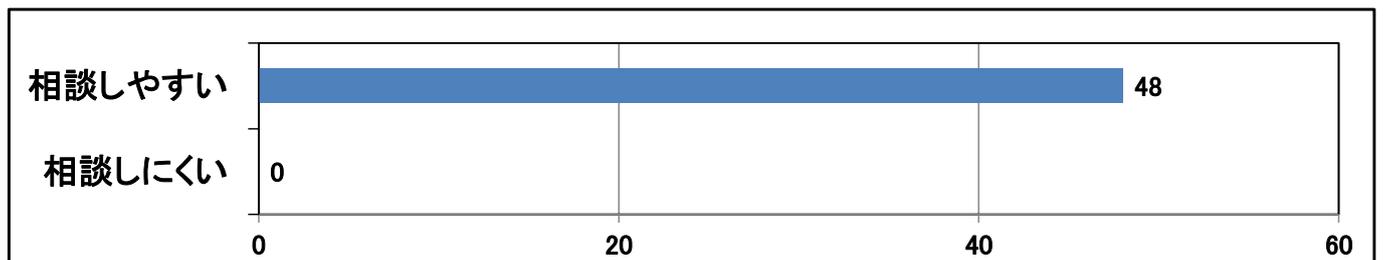
【ご意見】 とってもやさしいです。 優しく話しかけられる。 (単位:人)

### 2. スタッフの身だしなみはいかがですか？



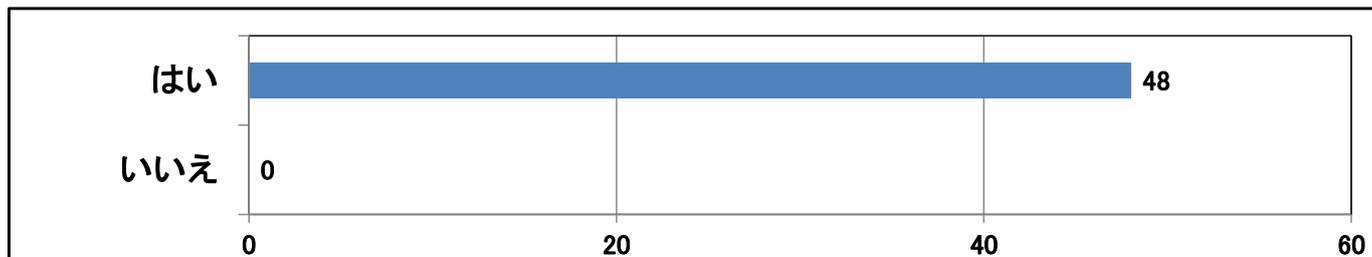
【ご意見】 いつもさわやかです。 清潔、明るい色の服。 (単位:人)

### 3. スタッフは相談しやすいですか？



【ご意見】 何でも話しやすいです。 親切に丁寧に答えて下さる。 (単位:人)

#### 4. サービスの内容には満足していますか？



【ご意見】 ○いつも気をつかって居りありがたいです。

(単位:人)

#### 5. 物忘れや記憶力が悪くなった、やる気が出ないなど 日々の生活のなかで気になることはありますか？



【ご意見】

(単位:人)

○今はとっでもしあわせな日々です。 ○自分が読んだ本をまた借りてしまう。 ○食欲不振

○100、200mの外出が思うように自由に出ることができない。

気分が重い、不安が先に出てしまう。

○95歳となり多々出てきていますが一年前の体調を考えると奇跡としか言えません。

感謝しております。

○ごみ出しの曜日をまちがえる。聞きなれない言葉は30分程すると忘れる場合がある。

#### 6. その他、ご意見やご希望がありましたら、お聞かせください。

○いつも大変お世話になっており感謝申し上げます。○お仕事とはいえ有難く感謝です。

○いつまでもよろしくお願い致します。 ○来てもらっているだけで結構です。

○いつもお世話になりありがとうございます。これからもよろしくお願い致します。

○親身になってご指導いただけるので信頼できる先生です。水曜・金曜が楽しみです。

○いつもお世話になっております。大変満足しております。

○休日や夜間に熱を出すことが多く、その時に相談でき安心できるので  
いつも有難く思っています。

○ゆっくり細やかに会話に耳を傾けて頂き感謝しています。同じ話を何度もすみません。

○毎日ケアに来ていただいて、ただただ感謝です。

皆様のご協力と温かいご意見、ご感想に感謝申し上げます。頂いたご意見を、サービス向上に繋げていけるように努めて参ります。今後ともよろしくお願い致します。



## 【生活習慣の改善で認知症予防】

認知症とは何らかの原因によって脳が障害を起こし、認知機能（記憶力や判断力など）が低下して、日常生活や社会生活に支障をきたす状態のことをいいます。

2025年には65歳以上の認知症患者は約700万人に上り、高齢者の約5人に1人が認知症になると予測されています。また65歳未満で発症する認知症を「若年型認知症」と呼んでいます。今日、認知症はだれもがなりうる病気と考えられており、食事や運動、活動的な生活が予防のポイントとされています。まずは日頃の生活習慣を見直してみましょう。

### 運動

適度な運動をしましょう。

ウォーキングなどの有酸素運動には、脳により多くの酸素をとり込み、血液循環をよくする効果があり、認知症の発症リスク低減につながると考えられています。



### 食事

適量でバランスのいい食事を心がけましょう。

またよく噛んでゆっくり時間をかけて食事をするにより、脳細胞の活性化を促します。

### 活動的な生活

趣味や友だちつきあいを楽しんで、生活を活動的にしましょう。

脳細胞の活性化に役立ちます。

- ・音楽や絵画に親しむ
- ・囲碁、将棋などを楽しむ
- ・短歌や俳句などの創作活動
- ・おしゃれに気をつかう
- ・地域の行事に積極的に参加する など



出来そうなことをまずは一つ取り入れて  
いつまでも健康で楽しく過ごしていきましょう。

気になることなどあれば、いつでもご相談下さい

