

## ○運動型通所のユーザーからの主なご意見・ご感想

- ・いつもラジオが聞けるのですが、利用者の持っているCDをかけてくれるといい。
- ・今運動に行っている事業所はいつも綺麗に掃除してあり、明るくてみんなニコニコして感じが良いと思います。まだ、介護は受けてませんが、将来体が不自由になったら、こちらに通いたいと思います。
- ・もっと運動型通所を宣伝して欲しいです。体の調子が良くなります。自分で運動すると、どうしても偏ってしまいます。事業所は通いやすいかについて、自転車で10分。ケアマネジャーといきいき包括センターの間では、連絡・調整が十分とれている。
- ・事業所やサービスについては本当に良くして頂きました。ただ、24回で終了と云うのは悲しいです。まだまだここで続けたいと思います。
- ・サービス内容変化が早く大変です。
- ・サービス利用の方法が変更になって、従来複数の指導員が担当されていたのが1名専任となっています。
- ・個人の弱点、強化するべき所、動き方を個々に指導して頂くのは難しいですか。近くで気軽に通えたら助かる。
- ・運動を始めてから少しずつ筋肉が付いて来て良かったです。
- ・片足立ちが出来なかったのですが、2秒か3秒出来る様になりました。
- ・満足してます。参加するにも心地良く、始めから友達が出来る。知らぬ人ばかりでも心地良く参加出来る。年（87歳）に合わせた体操なので苦痛ありません。
- ・時間を有効に、もう少しハードでも良いかなと思います。
- ・長く続ける事が大事だと思います。通う事が楽しく成る工夫をして下さい。苦手な事も有ると思うので難しいと思いますが。膝や腰痛の予防、痛みを和らげる運動を教えてください。
- ・良い感じですが。先が心配です「来月まで」来年も続けたいです。不自由な所が少しずつ出来るようになりつつ有りますので。
- ・何故この運動が大事なのか、運動の段階的な進め方等を説明を受けながらやれたのが良かったです。今スポーツジム等で機械を使って筋力をつける事が盛んですが、人の言葉や手ざし仲間との連帯感等でやれるこうした温かみのある運動型サービスの良さを実感しました。歩いて行ける近さであった事も良かったです。