

〈運動型通所サービス〉

○選択質問 次の項目のうち、あなたが「運動型通所」を利用する上で（または事業所を選ぶ上で）大切だと思うことは何ですか。1位から5位まで順位をつけていただき、下記口枠の中にご記入願います。

・事業対象者なので要介護の方々の様に生活全般の様な支援は受けておりませんので、細い点は判りませんが現在、体操の施設では、足・腰の強化になる体操を受けられて、日常の膝の痛さが緩和されている様に感じます。(1→3→7→4→13)

・継続するには事業所の雰囲気、人間関係などが良好であることが大切と思うがその点とても満足している。運動習慣もつきました。(13→10→7→1→3)

・新鮮感を持ち続けられる様、導いて頂きたい。永く参加していると、自身の衰えてきた部分など感じ取れ、心掛けたい部分、事が見つけられる気がします。曜日を決めて参加出来る事は、一週間のサイクルを認識する上でも生活リズムを正す上でも良いと思います。(13→10→3→1→8)

・高齢者は身体を動かす事が大切で、筋肉、血流が良くなり、少しでも衰えを無くし、体力向上し、病気予防にもなり、とても良い事と思います。又、人と接する事で脳も活発となり、認知症予防効果もあると思います。只、当利用所ではあまりにも静かで、もう少し年齢、男女関係なく談笑し合えれば、もっと良くなると思います。希望します。(9→10→2→13→3)

・近くて歩くので足の運動になるので、大変良い所に通えるので感謝しています。(7→3→5→15→10)

・運動は続ける事が大事だと思うので、便利な所が良いし、料金も安くて助かります。(7→3→13→10→)

○運動型通所のユーザーからの主なご意見・ご感想

・利用する者に飽きさせない様に、色々手作りの運動用具を工夫して作ってくれて楽しく過ごす事が出来る。

・定期的に自宅を訪問してくださり感謝いたしておりますが、私自身の身体的かつ、能力的にそんなに重度ではないせいかあまり真剣に接して頂いていない様に思います。又、ケアマネジャーさんの個々の性格にもよると思いますが、良く話を聞いて下さる方と事務的な方がみえます。

・利用者の体力、能力を考えた指導をして頂いているので、安心して続けられています。これからもずっと続けて参加するつもりです。

・いつも楽しみにしております。自身の体を鍛える為、友達と話ができて楽しいです。先生達も優しく接してくれて嬉しいです。

・週1回でも行く事は、心身共になくてはならない大切な1回となっています。年ごとに不安材料が増えますが、行く事でスタッフとの対話から気分的にも体力的にも向上へと繋がっています。今の内容には納得していますが、時々時間がある時やってくれる脳トレ、その他の運動等はとてもいいと思います。やる事が出来ない方もみえますが、皆でやる事でいい刺激となり、自分が徐々に参加出来る様になるので満足です。これからも期待しています。

・一人で家での運動はつい休みがちになるが、皆と一緒に話をしながら続ける事がいいです。