

日進市大学連携講座 2023/3/11

「オーラルフレイルを予防しましょう！

～一に健口、二に健康、三四がなくて五に健幸!!～」

講師：看護学科 教授 穴井 美恵

「オーラルフレイル」という言葉をご存知ですか？これは”老化のはじまりを示すサイン”として注目されています。オーラルフレイルを予防することは、全身の健康維持にもつながります。オーラルフレイルに早めに気づき、予防、改善することで健康長寿をめざしました。

受講者アンケートまとめ

参加者4名・回答者2名

■ 受講された感想

- ①とても良かった 1名 ②良かった 1名
③あまり良くなかった 0名 ④悪かった 0名

■ 今回の受講形態（オンライン）はいかがでしたか？

- ①今後も活用したい 2名
②オンラインでも、視聴会場で聴講したい 0名
③オンラインなら受講したくない（講師と対面が良い） 0名

■ 受講された講座に関して、ご感想やご意見、ご要望などありましたらご自由にご記入ください (参加した理由、印象に残ったことなど、何でも結構です、先生へのメッセージなどもどうぞ)

- ・口腔体操や早口言葉の大切さを感じ、直ぐに何処でもできる事が良かった。

■ 今後、大学連携講座に期待することは、どのようなことですか？

- ・数多くオンライン講座を開いてほしい。
- ・出来れば資料が手元にあれば嬉しい。

■ 生涯学習講座全体について、ご意見・ご要望などありましたらご自由にご記入ください (こうすれば参加しやすい、内容・曜日・時間の希望等、何でも結構です)

- ・オンライン講座はいつでも何処でも受講でき、会場までの方法を心配しなくても良い。
- ・出来たら平日が都合が良いです。