

開催日

2023/9/19 テーマ 骨のお話、骨密度測定

申込者 黒石支部こけし班

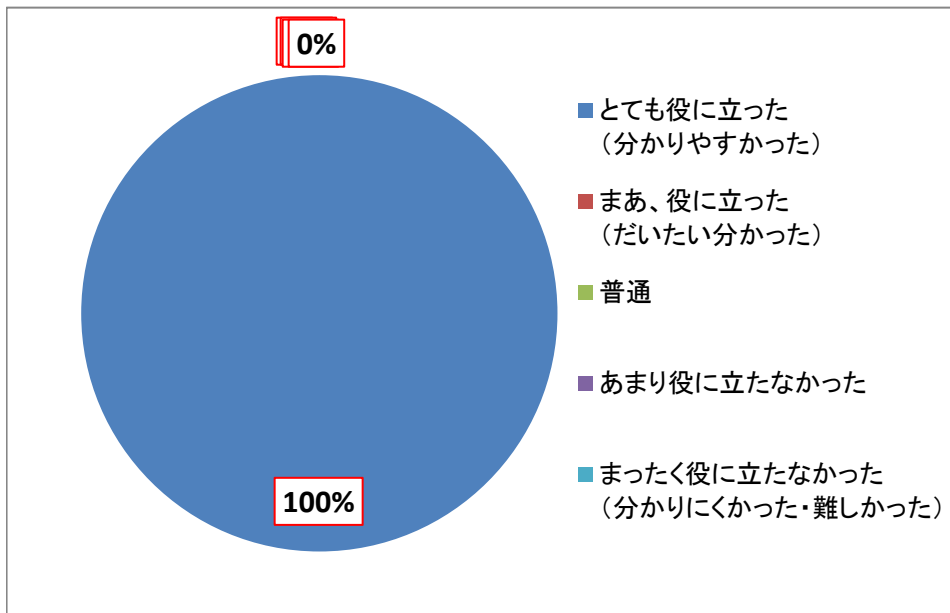
アンケート結果

配布 5 件

回収 5 件

回収率 100.0%

評価	合計	
とても役に立った (分かりやすかった)	5	100%
まあ、役に立った (だいたい分かった)	0	0%
普通	0	0%
あまり役に立たなかった	0	0%
まったく役に立たなかった (分かりにくかった・難しかった)	0	0%
感想	5	
質問	1	
要望	0	



感想	<ul style="list-style-type: none"><li>・バランス良く食事をする事、どうしてもかたむいてとっているような気がする。</li><li>・すごく分かりやすい説明で良かった。別なメニューもあるということなので、考えてみます。</li><li>・早口でなく聞き取りやすかった。</li><li>・良くわかるお話しでした。日頃、食事には充分気を付けているつもりですが、骨梁面積率の低さに驚きました。バランスの良い食事、運動に心がけようと思います。</li><li>・お話しが上手で引き込まれた。もっといろんな事を聞きたい。またよろしく願います。</li><li>・骨密度の検査は、毎年8月受けています。悪くなるとは言われてませんが、良くもないようです。注射も半年（3月、9月）に受けています。レントゲンも受けています。病院の先生に聞き方もわからないし先生のいう事を聞いているだけです。</li><li>・大川さんが説明してくれたので、少しわかった様に思います。私は先生が出してくれてるものを信じて飲んでいきます。検査もしてもらってるのですが、私は自分自身の体力に自信がなくなりつつあります。</li><li>・黒石薬局さんに薬もお願いしていた時ありましたが、自分の仕事上、時間が合わなく、聞きたい事があっても。大川さん説明とか色々聞いてくれるので良かったです。</li></ul>
質問	<ul style="list-style-type: none"><li>・ロコモにならないために必要な栄養などは？食事だけで十分でしょうか？</li><li>・サプリメントは取り入れた方が良いですか？例えばビタミン剤（今はビタミンB飲んでます）</li></ul>
要望	