

6 保健補導員として2年間活動をしてきてどう思われますか？

詳細 別紙8

1	地域のことを知れた。健康を意識できるようになった。
1	研修会で色々体験できて楽しかったです。
1	徒歩で配布物をする事で、世帯を覚えられた事と、時折、身近にお住まいの方と健診の事やその他の会話をすることが出来たのは良かったと思っています。
1	リンパマッサージをやってよかった。
1	塩分を薄くする事を心掛けるようになり、薄味になれてきました。
1	今までの方の苦勞が良くわかる。返信用封筒があるので以前よりかなり良い。
1	色々参加出来てお勉強になりました。
1	楽しかったです。まわりの人柄にすぐわれました。どんな活動をしているのかが知れてよかった。
1	会合で知らなかった人たちに出会えた。健診の手伝いは突っ立っているだけなのかなと思っていたが、誘導なので役に立てたと思う。
1	1年目は何がどうしたら…みたいで大変だったのですが、2年目はどうにか活動できました。色々な研修に参加でき、知る事ができ、良かったと思います。
1	食事、運動、健診についてとても参考になり、2年間活動してきて大変良かった。
1	今まで自分の住んでいる班しかわからなかったが、他のお宅も知ることが出来て良かった。
1	補導員でなければ、研修会があっても参加してなかったと思う。
1	他の地区の保健補導員さんとも知り合い、良かった。
1	近所にいても知らない方もいたりしましたが、確認できて良かった。
1	減塩食材、リンパマッサージ
1	人生の中でたかが2年ですが、面白かったです。コロナ後でもマスクして顔もよくわからなかったが、皆さんまじめで穏やかにできました。
1	地区の他の補導員さんと顔見知りになれて良かった。
1	普段接することのない地区の補導員の方との交流を深めることができたこと。
1	年々地区の人との交流がなかったので、活動をして良かったです。
1	自分は仕事をしているのだからと、夫・養母に地域の事をお任せしてきてばかりで、一言で勉強になりました。真摯に向き合う事ができました。ありがとうございました。
1	だれかの役にたっている。
1	地域の方を知れて良かった。
1	地区の方と顔見知りになれて良かった。
1	家族の健康食事づくり（祖父母～孫まで）に悩んでいた頃、タイミングよく声を掛けていただきました。食事のバランス、おやつとり方、まず自分が健康でないと！！と実感しました。日々の生活に役立っています。楽しい時間でした。ありがとうございました。
1	皆様と一緒に活動した事は良い経験になりました。
1	地域の住人の住所が理解できた。地域の人と会話ができ、身近に感じた。
1	年齢を重ねるごとに少なくなってくる社会参加ができた事とそれに伴う人と人のつながりが出来た事
1	体調がよければ色々参加したいと思いました。
1	少し生活に気をつかうようになった
1	すべての研修会は参加できませんでしたが、行くまではめんどくさかったりしますが、参加の後は“よかった!!”と思え充実していたと思います。ありがとうございました。
1	地域の方を知ることが出来て良かったです。
1	健診するようになった。
1	「健康寿命」の大切さを、実感できました。（研修会・配布資料等で）
1	今まで気にしていなかった色々な事が気になるようになった。
1	ふだん、あまり健康について考えなかったんですが、色々勉強になりました。これからも健康第一に気をつけたいと思いました。有難うございました。
1	保健補導員の研修会に出席でき、いろいろ教えていただけて良かった。尿中塩分測定を受け、自分が思っているより塩分をとっていることがわかった。一般の市民にもいろいろな情報を発信いただけたら良いと思いました。
1	補導員同士で知り合いになれた事が良かった。

1	役員を経て学べる事が沢山あった。
1	研修が充実していて、意識改革することができ、健康習慣が身についた。
1	今まで知らなかった方々と知り合えて新しい仲間が増えてうれしかった。
1	健康への意識が高くなり、家族にも伝える事が増えて良かった。
1	改めて健康を考え、家族にも共有できました。
1	やる前はどうか？大丈夫かな？と心配しましたが、いろんな人と話が出来、よかったです。
1	月に1回ほどの理事会は大変でしたが、他地区の方たちと知り合えたり、いろいろな研修会などに参加し、学ぶことができた。
1	活動とともに地域を知ることができて良かったです。一緒に活動した方と色々話せて良かった。（普段そういう機会が全くないので…）
1	地区の皆さんの顔が見られ、会話ができて良かった。
1	引っ越して知り合いがいなかったのが、この役を機に知り合いができたので良かった。
1	地区の事も多少なりともわかるようになったり、やらない事よりやる事で得ることも多かった。
1	他の役との兼ね合いでとても勉強になった。自分や家族、地域の方々等健康について見直しが必要な時期なので、知識を得られた事は有難かった。
1	知らなかった事を勉強させていただくととても良い機会でした。この2年間の活動を無駄にしないようにこれからの生活に活かしていきたいと思います。
1	健診のお手伝い、健康についての資料などいただき勉強になりました。2回目の補導員でしたが、時代が「こうなのだ」と受け止めます。
1	研修などで健康に対しての知識が増え、良かった。これからの参考にして行きたい。
1	補導員仲間と話ができた。
1	塩分などの意識が高くなった。
1	配布物の回収もなくなり、大変さは感じなかった。研修会ではなかなか聞けない話などを聞くことができて勉強になった。やってよかったです。
1	地区を知れた事、少しだけ、人の事役に立てて良かった。
1	健康への意識が上がりました。
1	健康に気を配るようになった。減塩食品を頂き、自分でも使うきっかけになった。
2	健康について気をつける様になった
2	早目にできて良かった。
2	地区を知れた。
2	健康について学んだり人との出会いがあり有意義な2年間でした。検診を受ける、受けたあとも多くの方々のご苦勞を知りました。
2	大量の配布物にストレスは感じたが、健康意識が高まり、プラスになった。
2	研修会等参加し、勉強になって良かった。健康の意識が高まった（良かった点）。 家の事情で会議への参加や配布物が重荷に感じた（悪かった点）。
2	様々な事を市民一人ひとりに考えていて下さる事に感謝でした。地域の中も配り物中心でしたが会った人と話したり知らなかった家が分かったりした事もよかったですと思います。
2	大変なこともありましたが、ご一緒に活動する同じ地区の方々とも親しくさせて頂き、…（文章の記入が途中で切れている）
2	個人では絶対参加しなかったと思う研修会などにも参加して、楽しかったです。
2	他の地区の方と交流する機会があったので良かったと思う。
2	高齢者になり配布物など少々大変でしたが健康について勉強させていただきありがとうございました。
2	少しでも協力できたこと。
2	他の保健補導員さんと知り合いになれた
2	通常、区の人達とのかかわりは少ないが、活動によってかかわりが持てたのは良かった。
2	自分のためにはなった。
2	勉強になりました。
2	研修会が良かった。減塩の商品を頂いて味が分かったのが良かった。
2	仕事等の関係で研修会に参加できず残念でした。参加せずすみませんでした。
2	総会の際の研修会は普段受けられないものが受けられて有意義であった。

2	健康意識が高まった。
2	塩分調査で思ったよりも多く塩分摂取していただろきました。ピラティスなど、普段できない事を体験できてよかったです。
2	講座や研修会に出て、勉強になった。
2	個人的には区の保健補導の方と顔見知りになり、会う度にお話しできてよかったです。2年も一緒にやると絆が生まれたような…
2	健康について改めて考えるきっかけになった。
2	若いころにこの活動をしていたらもっと自分の健康に気を付けていたと思ひ残念に思ひましたが、何とか2年間やりつづけられてよかったですと思ひています。この経験をこれからも日頃の生活に生かしていきたく思ひます。ありがとうございます。
3	1年目研修会等参加できてよかったです、病気になる何もできなくなった。役員をひきうけた時点では健康でできると思ひたので
3	補導員の活動内容を知ることができてそれはよかったですと思ひ
3	地域の方と交流の機会が持てて良かった。
3	塩分チェックができたことはよかったです。
3	地区の役割として行っているの、特に何も感じない。
3	勉強になった点もありますが、負担が大きかった
3	体力的に大変でした。
3	普通。
3	自分自身の生活や考え方に新たな事がわかったり改善できたように思ひます。
3	自分の体の変化があり、あまり活動出来なかったのが残念です。
3	仕事をしていなかったの、やる時間があつた(余裕があつた)。仕事をしていたら、他にも家事・育児で大変だったと思ひう。
3	区の役と重なつていたのでわりと大変だった
3	やらないより、やつた方が良かったと思ひるのですが本当に必要な役なのだろうかと思ひました。
3	研修等でいろいろ役に立つことがあつた。
3	体調がよくなかったの、最初にさせていただき助かりました。
3	仕事が忙しくて研修には参加できなかった。健診に協力しただけで、それもただそこにいるだけで大した幼児や手伝いはなかった。
3	同じ地区の方と交流ができて良かったです。
3	補導員の研修はとても良かったです。補導員でなくても参加したいものもありました。
3	支部長さんはとても大変な役割だと平から見ていますと思ひました。もう少し負担を軽くする事が必要なのではないかと生活全般を預かる主婦としては家族の健康維持に食事に関しては大事な事だと考えさせられました。
3	コロナ禍という事もあり、補導員間での交流ができなかったのが残念です。
3	勉強になった事もありましたが、活動費を頂いてまでやる必要はないように思ひました。
3	毎日の生活の中でちょっとした時に健康を考えるきっかけになっている気がしています。
3	コロナのために、他の補導員さんと話す機会が無く活動?は出来なかった。
3	保健補導員として活動がする場があまりなかった。
3	こういった活動をされているのを知る機会になったが、これだけの人数と時間(活動費も含めて)をかけて行くことは時代に合わせて必要性や継続していく意味を再検討していく必要があると感じます。
3	感想は特にない。
3	仕事をしながらの参加は大変でした。申し訳ないが、補導員が配る必要あるのか、郵便ではダメなのかと思つた。特にアパートとかは分からないから余計思つてしまった。
3	いろいろと勉強になり、ためになった。
3	2回目でしたが前回同様、塩分には気をつけるようになりました。
3	勉強の機会を得られたのは良かった。
3	健康に気を付けようと前向きになった。
3	健康については意識改革ができたが、配布物や時期役員を決める際など負担と感じた。
4	全てを否定するわけではありませんが、各ご家庭の事情もそれぞれある中、有意義な時間・活動とは言えないと感じています。

4	私は20年前にも保健指導員になり、減塩について学び、それ以降塩分に注意するようになり、血圧の薬も飲まずに居られて感謝しています。
5	仕事も忙しく、介護もしているので、順番で回ってくると思うのじゃないが大変だった。
5	忙しいので本当に大変でした。
5	夜の会議が多く、家族に迷惑を掛けてしまった。
5	大変だった。(家によっては地図を見ても表札ない家もあり、良いか不安が多かった)
5	メリットを感じることはなかった。無駄な仕事だった。
5	健康意識があまりないので、言われたことをやっていただけ。
未回答	保健指導員をやってよかった、よくなかった、出来る、出来ないのレベルではなく前でも書きましたが、地域では女性がやる役と決められていて、順番がきたら引き受けるしかありません。
未回答	体操や塩分を気にするようになったので良かったと思います。
未回答	やってよかった。
未回答	健康第一、食を見直し人生100年時代、笑顔で過ごすには栄養(食べる事)体を動かす事だと考える様になりました。
未回答	仕事との両立が大変でした。
未回答	特にこれといった活動もなかったのです。
未回答	どちらとも言えません。
未回答	健康について心と体を守ろうと思うことができた。
未回答	よくなかったとは言いませんが、やってよかった…とも感じられなかった。