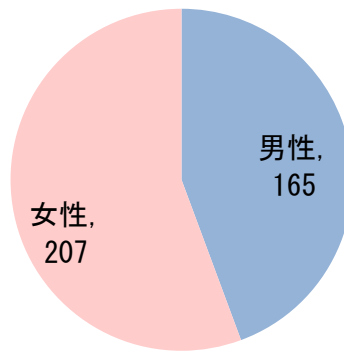
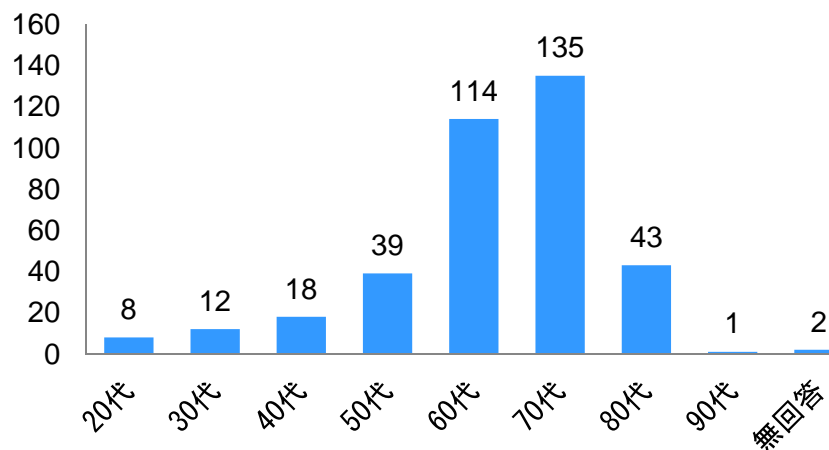


第8回 新潟大学 新潟臨港病院 合同 市民公開CKD（慢性腎臓病）セミナー  
アンケート結果  
ご来場者 422名 アンケート回答者 372名

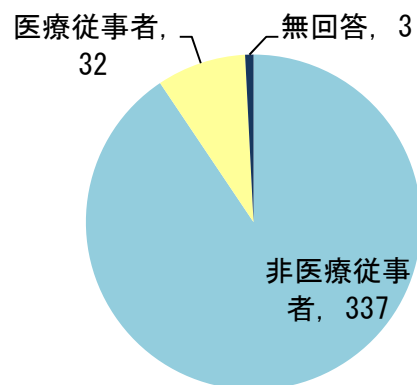
問1. ご自身の性別を教えてください



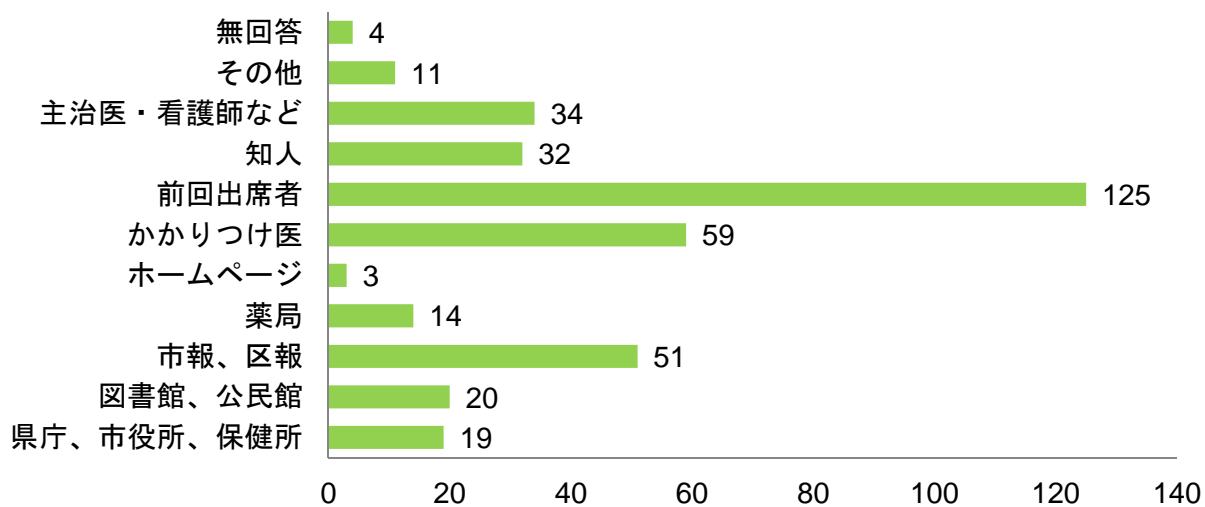
問2. ご自身の年代を教えてください



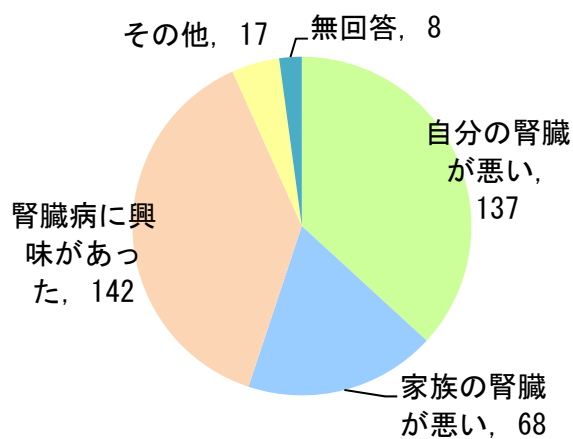
問3. ご自身のご職業を教えてください



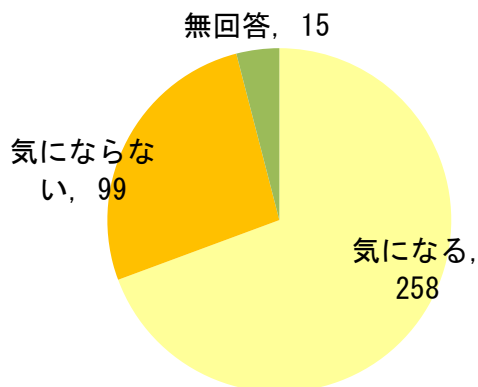
問 4. 今回のセミナーの閲覧先を教えてください



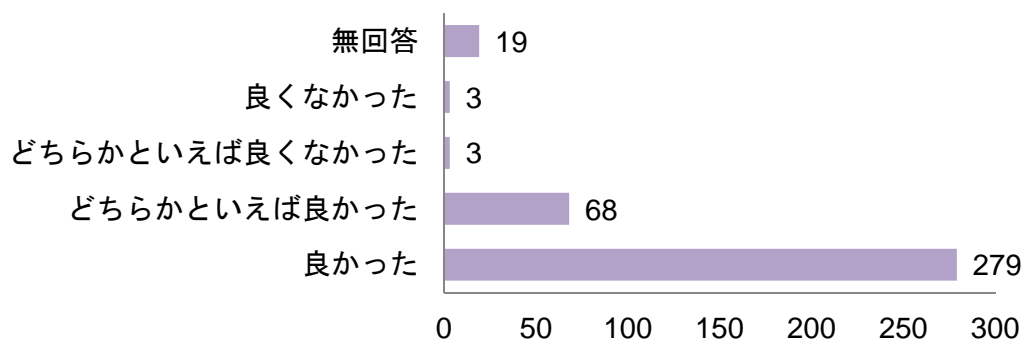
問 5. セミナーに参加された理由を教えてください



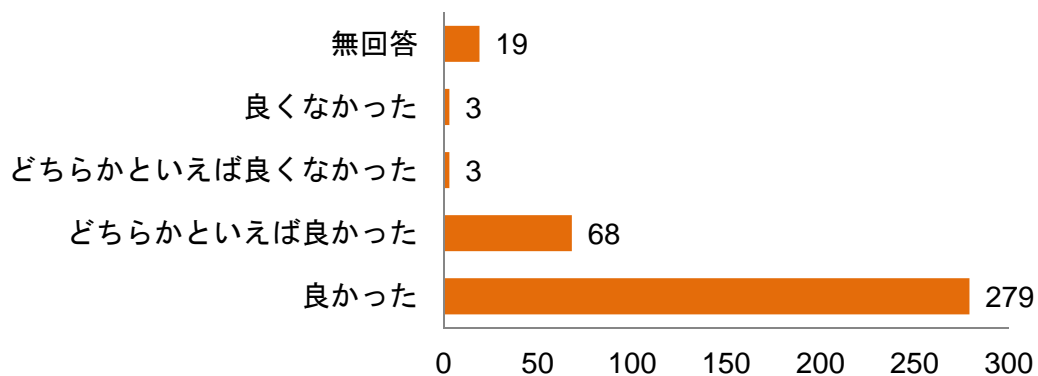
問 6. ご自身がCKDか気になりますか



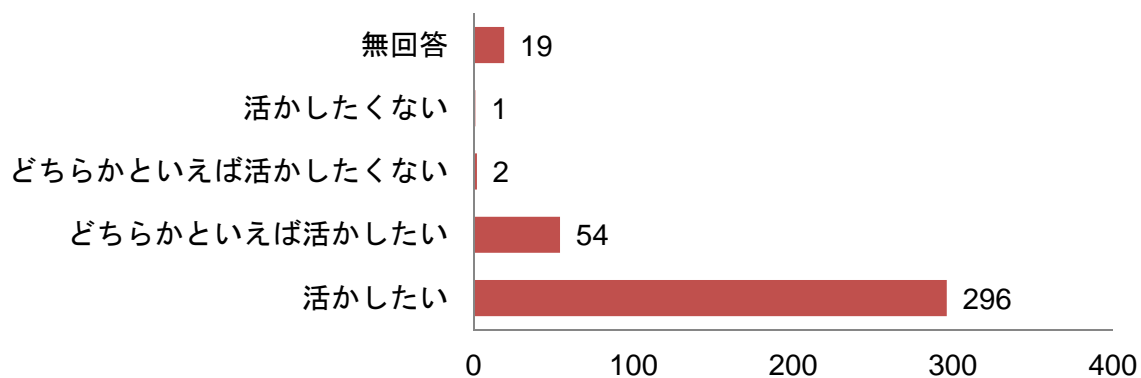
問 7. 講演内容はいかがでしたか



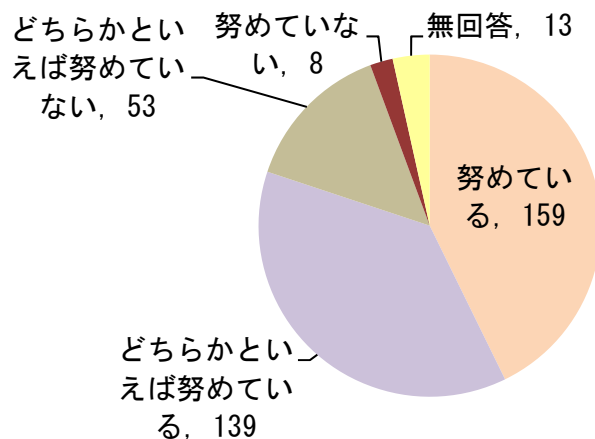
問 8. 配付資料はいかがでしたか



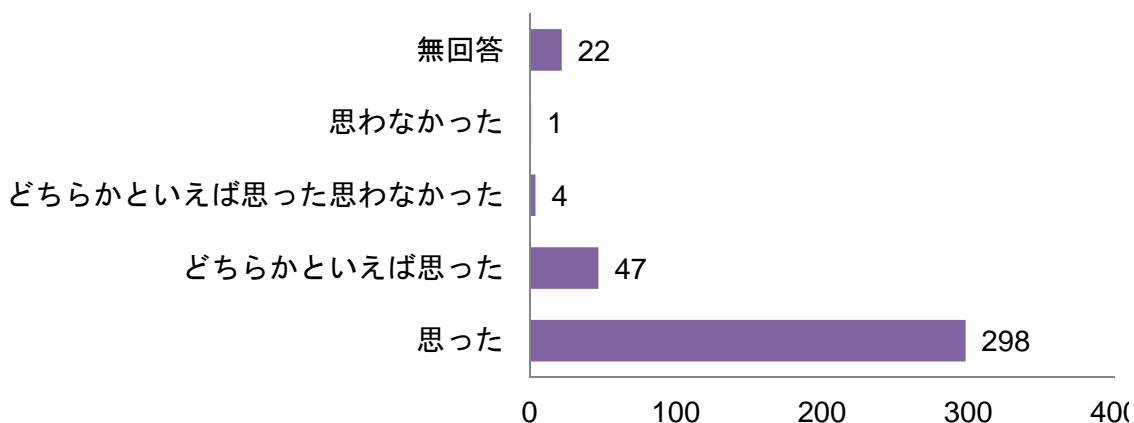
問 9. 本日の講演を日常生活で活かしたいと思いましたが



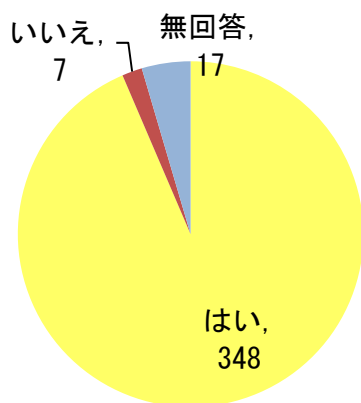
問 10. 運動習慣として、日常生活に必要な労働や家事に伴う身体活動に努めておりますか



問 11. CKD にならないように、予防や早期発見に努めようと思われましたか



問 12. 今後もこのような慢性腎臓病 (CKD) のセミナーの開催を希望されますか



## ご意見・ご感想

- ・内臓脂肪の恐ろしさが良くわかりました。(70代女性)
- ・運動についての実技指導もあり大変良かったです。(70代男性)
- ・良く理解できました。ぜひ、続けてください。(80代男性)
- ・健康診断の大切さがよくわかり、理解できました。(60代男性)
- ・毎週、2回ストレッチ体操を行っております。これからも運動をしたいと思います。食事も毎回、作っています。まだまだ勉強したいと思います。(70代男性)
- ・今回で4回の出席ですが、特に今回は講義がとても歯切れがよくて分かりやすく、資料も印刷がはっきりしていて色も鮮やかで、一目で理解しやすく良かったと思いました。リハビリ体操も実際にやってみることができ、自宅で実行したいと思いました。(70代女性)
- ・腎臓病食の料理教室があれば、参加したいと思います。(40代女性)
- ・魚の煮汁、野菜の煮物の塩分の計り方、煮る時に水を加えるので調味料の入っている煮汁が残ります。使用塩分からマイナスすればよいのでしょうか？(70代女性)
- ・はじめて参加しました。とてもためになりました。(50代女性)
- ・資料は簡潔で分かりやすかったです。運動は始めているが、実際のもが見られて良かったです。(80代女性)
- ・家族が腎臓病で日々戦っています。セミナーや相談会があってほしいです。栄養相談を聞ける場所がなくて悩んでいます。(50代女性)
- ・スクリーンの文字や絵が大きく分かりやすかったです。演者の話し方がゆっくりで分かりやすかったです。(50代女性)
- ・自身がCKDです。本日の講演を今後の治療に役立てたいと思います。(50代女性)
- ・大変参考になりました。気をつけて動ける体にしていきたいと思います。(70代女性)
- ・予防の大切さはわかりました。しかし、もう少し深いところ(病名別に)知りたいと思いました。(60代女性)
- ・CKDにならないように注意していますが、糖尿病もあり、一般の人よりリスクが多いので気をつけています。今回は特に塩分についての講演が身にしみました。(70代女性)
- ・人は自身が相当に悪くならないと実感しませんが、予防的に物事を知ることは大切です。その心がけを持つために、ぜひ、今後も参加させていただきこれからの人生に活かしたいと願っています。(60代女性)
- ・大変良かったです。体に気をつけて生きていきたいと思います。(70代女性)
- ・毎回、新しい情報を得られ、CKDのことがだんだんと良く分かってきました。具体的な生活改善について考えさせられました。今後、取り組んでいこうと思います。(50代女性)
- ・年に1度はセミナーを実施して欲しいです。(70代男性)
- ・薬の事をもっと詳しく聴きたかったです。(60代男性)
- ・統計的なことも大切だが、今後、新潟県はどうするのか、どうなるのか、もっと情報が欲しいと思いました。(60代男性)
- ・30代、40代の時に職場で強制的に生活習慣病への対応を行うようにならないのであれば、個人に注意、努力だけではCKDは少なくならない様に思います。(60代男性)

- ・ 77 歳、慢性腎臓病ですが、なんとしても来年、元気な体できます。(70 代男性)
- ・ 自己啓発に大変役立ちました。(70 代男性)
- ・ 質問コーナーを開いてほしいです。(50 代男性)
- ・ 普段の生活で見直すべき項目がありました。(70 代男性)
- ・ 毎回、受講するたびに意識が変わり、少しでも体調管理に気をつけるようになりました。大変参考になりました。
- ・ 医師により診断が違うのはなぜでしょうか？少し様子を觀ましようと言われます。その間に症状が悪化することはないのでしょうか？(60 代男性)
- ・ 栄養指導の内容がとても良かったです。(70 代男性)
- ・ 毎回の食事で塩分を急に減らすのは、精神的にも無理です。少しずつ努力するようにします。(80 代男性)
- ・ 分かりやすくとても良かったです。あとは自分の実践のみですが、これが難しいです。特に減塩が難しいです。(80 代男性)
- ・ 運動療法で参加者が運動を実践できたことが良かったです。(70 代男性)
- ・ 現在、新大とかかりつけ医とで治療中です。毎日、体調管理に努めていますが、現状維持ができるよう頑張りたいと思います。本日のセミナーに参加して改めて体調管理に努めたいと思いました。(60 代男性)
- ・ 生活習慣病の運動療法が身近で、具体的な内容でとても良かったです。(60 代男性)
- ・ 県央地域においても同様のセミナーを開催していただきたいです。(60 代男性)
- ・ 私は透析中の体です。若い時あまりにも無頓着でした。早くから健康に留意すべきであったと思います。(80 代男性)
- ・ 腎臓病の治療では、良いところばかりではなく、悪いところも教えていただきたいです。(60 代女性)
- ・ 生活習慣病の主たる要因について、諸先生方のご講演を拝聴できたのは良い収穫でした。(70 代男性)
- ・ 5 年以内に CKD の特効薬はできないでしょうか？(60 代男性)
- ・ 次回も参加したいと思います。(60 代男性)
- ・ ナトリウムと食塩相当量の関係がよくわかりました。CKD の薬物療法は大変参考になりました。(70 代男性)
- ・ 私はクレアチニンの値が 1.7~1.9 です。かかりつけ医は腎臓専門医ではありません。私なりに食事のことを考えて食べています。そのほかの病気もあり、不整脈、高脂血症、整形外科で、腰、ひざのリハビリをしています。専門医にかかる方が良いか迷っています。(80 代男性)
- ・ CKD の薬物療法に興味深い話であったが、なかなか難しかったです。(80 代男性)
- ・ いかにも塩分摂取が大事わかりました。毎年 1 回は検査をして、早期に治療を開始することが肝心と感じました。(80 代男性)
- ・ 減塩は良くわかりました。私自身、十分と思っていましたが、いろいろなやり方があり、まだ、良くなる方法があるので自分ができる事はやってみようと思いました。(計量スプーンの使用など)資料も分かりやすく、大変いいセミナーでした。油断しないようにもっと頑張ろうと思いました。

(60代男性)

- ・セミナーには毎回参加させていただいております。私自身がCKDですので、他人事ではありません。主治医の先生の指導と自助努力で病状は安定していますが、食事の時の塩分、糖分、脂肪分の我慢は限界に近付いております。精神力でやっと継続しています。しかし、透析まで悪化させたくありません。今回学んだ運動療法、食事療法を遵守して病状が悪化しないように努力したいと思います。できれば、患者同士の生の声も聞いて苦労を共有できたらと思います。(70代男性)
- ・2か月に一度、診察を受けていますが、その都度、塩分を控えめに言われ、講演会に出席させていただいて運動も大事だなと思われ、とても参考になりました。(70代男性)
- ・幅広い講師の方々から、県民のデータ、運動、食事、薬などを聴き、記憶に留めるよう努めたいと思います。(70代女性)
- ・新潟県人のデータが、他人事ではないという意識改革になることを感じました。(40代女性)
- ・腹膜透析を受けていますが、これからは、運動と塩分の撮り過ぎに気をつけて、一日一日を過ごしていこうと思います。(60代女性)
- ・資料が大変見やすく、それに基づく説明で一層理解することができました。(70代女性)
- ・運動のワークショップがあつてよかったです。主治医の山本先生、栄養指導の村山先生の講義がお聴きでき嬉しく幸せでした。活性炭の効果が分かりました。皮膚のかゆみの苦労、理解できました。(70代女性)
- ・質疑応答の時間があつても良かったと思います。(年代無回答女性)
- ・ナトリウム寮から食塩相当量の計算方式、今回教えていただきとても勉強になりました。(70代女性)
- ・医療従事者からみると、もっと詳しい情報が欲しかったです。質問等は受け付けないのでしょうか？(50代女性)
- ・透析のバック交換について認識が深まりました。(60代女性)
- ・減塩を頑張ろうと思いました。(60代女性)
- ・塩分やたんぱく質制限をするための食事の具体的な工夫(家庭料理)を知りたいです。計量を毎日することは難しいので、もっと分かりやすく
- ・CKDになっているので、日々、食事に気をつけていたつもりですが、また、気を引き締めて塩分量を多く摂らないようにしようと思いました。これからも食事、運動、また、今回、聴いたことを実行していきたいと思います。(60代男性)
- ・生活習慣をずらして正していきたいと思います。(60代女性)
- ・日々の生活管理が大切だと感じました。(50代女性)
- ・まだCKDについて分からないことがたくさんありますが、少しずつ覚えていき主人を支えたいと思います。講演はためになり心強く頑張りたいと思います。(70代女性)
- ・丸山先生のお話のなかで、「訊きながら気づきあう」、「寄り添う」という言葉がありました。一般的なデータの説明になりがちな私にとって、初めて心に響きました。(40代女性)
- ・講演の途中で体を動かすことができ、とても良かったです。(50代女性)
- ・毎回、新しい内容のお話がありとても勉強になりました。(70代女性)
- ・食事療法の塩分について、とても参考になりました。たんぱく質について説明を詳しく聴きたか

- ったです。(60代女性)
- ・透析医療にならないように、予防、知識を大いに知りたいと思うものです。毎回、参加させていただき、その都度、有意義な講演と楽しいイベントありがとうございます。(70代女性)
  - ・専門的な話が聞けてとても参考になりました。80歳近くになり自分で自身を守っていきたいと思います。(70代女性)
  - ・運動療法の説明が良かったです。ストレッチ体操の筋力トレーニングは続けたいと思います。(50代)
  - ・CKDについてだけのセミナーだと思い参加しましたが、生活習慣病についてもありのセミナーで良かったです。一緒に参加した主人が喫煙するので、また、糖尿病境界型でもあり、とても参考になりました。(50代女性)
  - ・すでに抗コレステロール剤を服用していますので、高血圧や高血糖にならないよう気をつけていますが、時々、食習慣が乱れ、コントロールできないことがあります。(60代女性)
  - ・生活習慣病が関係しているのが多いので、日常生活の大切さを痛感しました。今行っている運動を継続していこうと思います。(60代女性)
  - ・臨港病院の大澤先生のお話しが一番勉強になりました。(70代女性)
  - ・資料にそってスクリーンを見ながらの講義で分かりやすかったです。(40代女性)
  - ・管理栄養士の方のご紹介くださった食事等のレシピもご紹介いただき良かったです。(40代女性)
  - ・山本先生の透析のお話し、主人が治療中ですので大変参考になりました。(70代女性)
  - ・1年に2~3回あっても良いと思います。(70代女性)
  - ・とても話が分かりやすく、少しでも健康体になるよう努力したいと思います。(70代女性)
  - ・食事に関しては薄味に気をつけているつもりですが、講演を聞いているとまだまだ注意、努力が必要と思いました。運動については、一日12,000歩を目標に取り組み、10,000歩は日々達成しています。自分の体なので、努力し、楽しんでいきたいと思います。(60代女性)
  - ・先生方の説明が分かりやすく勉強になりました。配付資料も分かりやすく、生活の勉強になります。(70代女性)
  - ・新潟県の喫煙率は、全国で何位でしょうか？(60代女性)
  - ・毎日の食事や簡単な運動などは、無理なく続けられると思いました。(30代女性)
  - ・CKDの方は間食は禁止でしょうか？可能であればどのようなものをどれくらいOKなのでしょう か？(50代女性)
  - ・質疑応答の時間を設けてほしいです。(60代女性)
  - ・とても分かりやすかったです。生活習慣病、減塩に気をつけようと思います。(30代女性)
  - ・とても有意義なお話しを聞かせていただきました。毎日注意しながら、生活を正して生きていきたいと思います。自分の身体は自分で守っていききたいと思います。この次の講演もぜひ楽しみにしております。(70代女性)
  - ・初めて来ましたが、とても参考になりました。健康には特に注意しておりますが、年を重ねるといろいろな症状がでてきます。予防に知識として分かった方がとても良い参考になり、気をつけて生活できると思います。(60代女性)
  - ・塩分もいつの間にかいい加減になっていて、気を引き締めて注意したいと思います。(70代女性)



- ・ 昨年健康診断が良くなかったため、食事、療法等、かかりつけ医に諭され今回のセミナーに参加しました。今回のセミナーを聞いてとても良かったです。(70代女性)
- ・ これから年をとる私にとって、この講演会は、毎年、健康に対する大事なことを学ばせていただいております。(50代女性)