５月１３日高齢者教室「楽しく学ぶ認知症予防講座」参加者の感想

１３時３０分から１５時　集会室にて　３７名参加

・認知症の知識を多少は理解したと思います。

・今日は参加してよかった。認知症にはなりたくないと強く思った。残りの人生を楽しく過ごしたい。

・認知症を楽しく学べて大変良かったと思います。

・講師の音声やスピードは、聞く側にとって聞きやすく良かった。

・認知症予防の話を楽しく聞けました。自分自身もこれからどれだけできるかと思っていますが、多くの事を今回学びました。これからの人生に役立てたいと思います。

・とても楽しい一時でした。

・今回の講座で自分の認知度のレベルが少しずつ低下しているのがわかりました。しかし、楽しく学び頑張ろうと思いました。今年は、ウオーキングを頑張りたいと思います。

・認知症になりにくい生活をするよう努力することが大切だとわかりました。ありがとうございました。

・認知症はいつ自分にふりかかるかわからないので、気を付け生活したいと思いました。講師の先生は、声もはっきりしてよくとおり、わかりやすく聞きやすかったです。楽しい時間を過ごすことができてよかったです。

・今日はとてもいい勉強になりました。楽しかったので、また、聞きたいと思いました。

・大変わかりやすく為になった内容だったと思います。ありがとうございました。

・参考になりました。身につまされます。

・認知症のことがよくわかりました。運動をしなければならないと思いました。

・認知症の内容がよくわかりました。認知症の事はいつも考えていましたが、今日から実行しなければならないことができました。

・有意義な時間でした。

・毎日歩くようにします。本を読むようにします。認知症にならないように、勉強したことを実行しようと思います。

・今年度もよろしくお願いいたします。認知症の事はテレビやラジオで毎日のように聞きます。今日のお題は、大変ありがたく肝に銘じて生活しようと思いました。本当にありがとうございました。

・認知症を再認識しました。わかりやすい説明をありがとうございました。

・楽しく認知症を学ぶことができました。ゲームも楽しかったです。ベジチェックや血管年齢測定もよかったです。

・これからの人生、歳を刻んだことを認識しながら過ごしていきたいと思います。