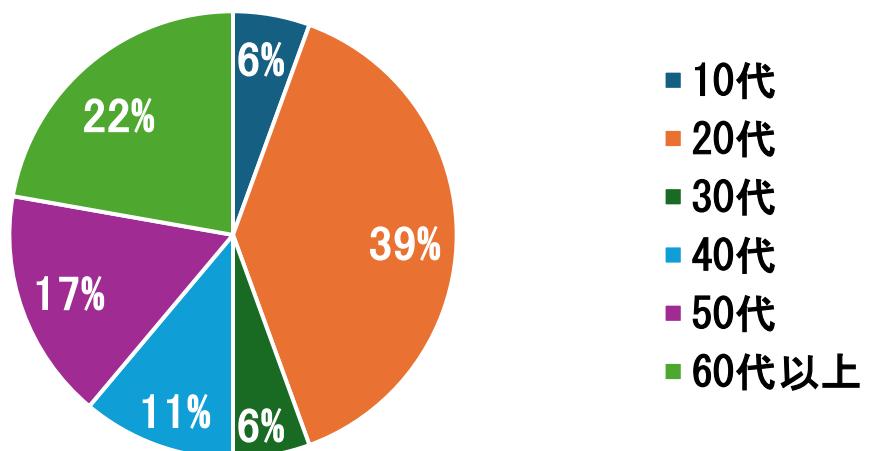
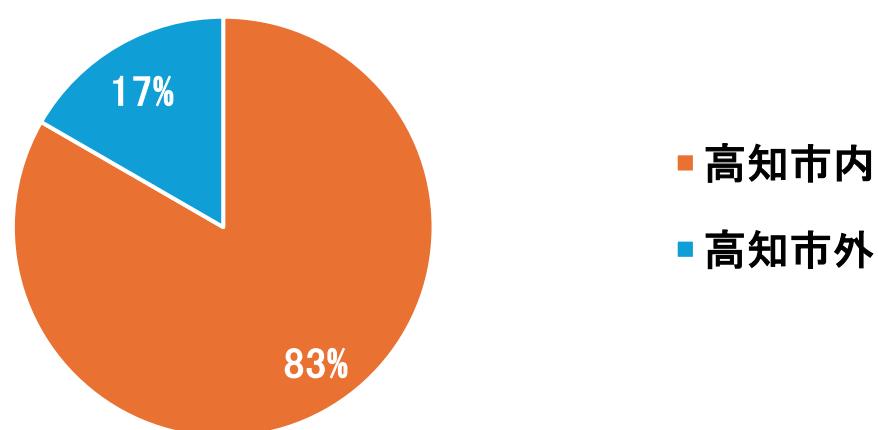


## 【第4部】調理・オーラルケアの視点を暮らしの中に

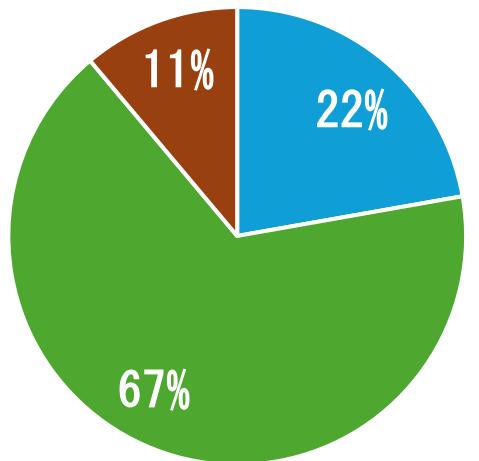
1. あなたの年代を教えてください。



2. お住まいの地域を教えてください。

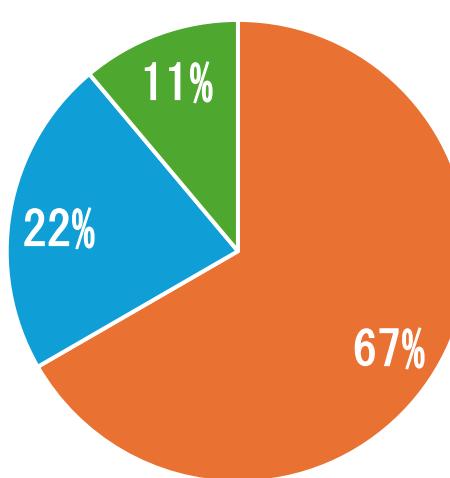


3. 講座を受講する前、「防災」に対してどのような印象を持っていましたか？



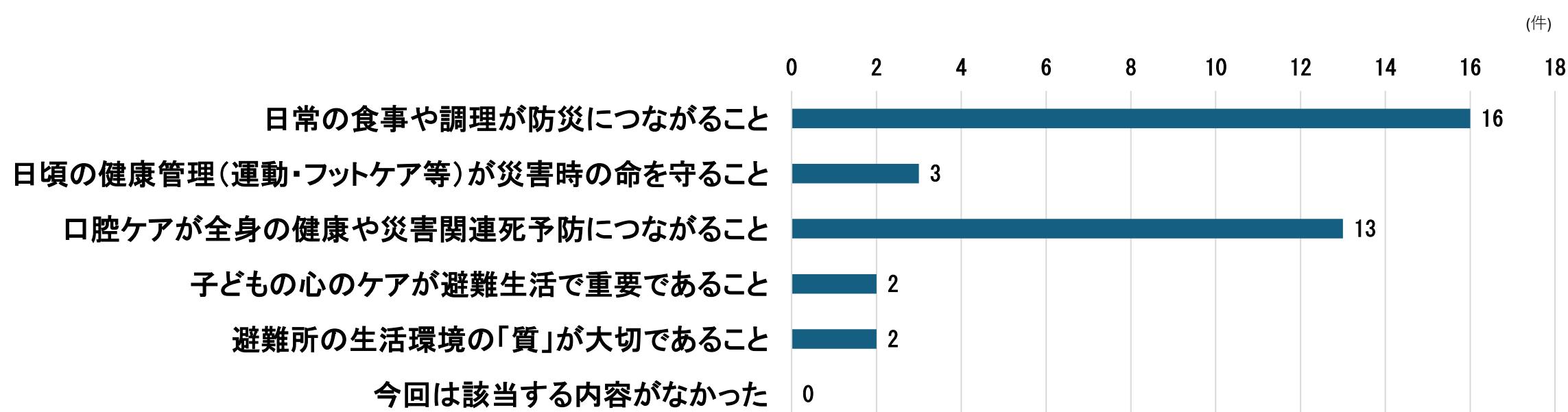
- とても難しい・特別なものだと感じていた
- やや難しいと感じていた
- ある程度身近だと感じていた
- あまり意識したことがなかった

4. 講座を受講して、「防災」に対する考え方は変わりましたか。

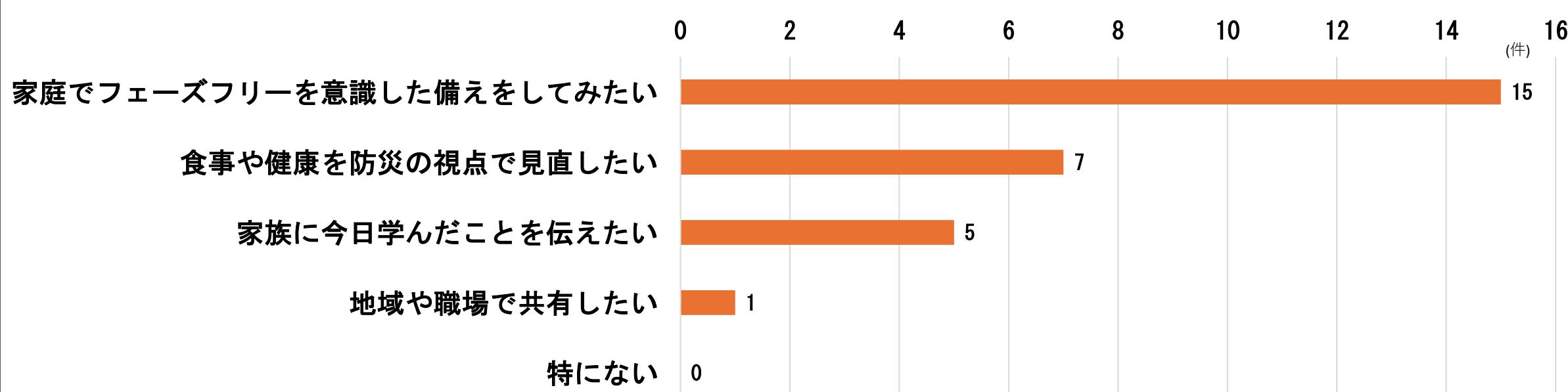


- 日常生活と深くつながっていると感じるようになった
- 以前より身近に感じるようになった
- 考え方は理解できた
- あまり変わらなかった

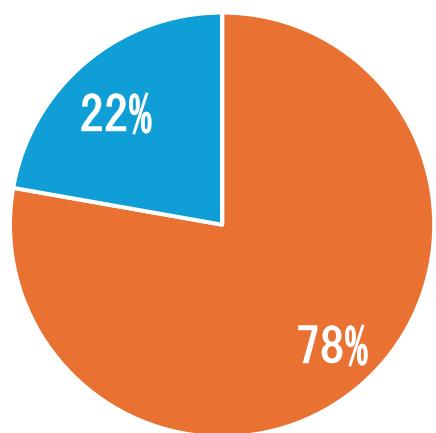
6. 今回参加された講座内容について、理解が深まったと感じるものを選んでください（複数選択可）。



7. 講座を受けて、今後やってみたいと思うことはありますか（複数選択可）

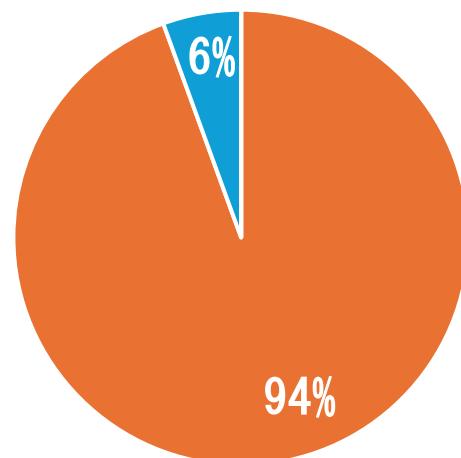


5. 講座で学んだ内容は、日常生活の中で実践できそうだと感じましたか



- すぐに実践できそう
- 工夫すれば実践できそう
- 理解はできたが実践は難しそう
- あまり実践できそうにない

8. 本日の公開講座の満足度を教えてください



- とても満足
- 満足
- 普通
- やや不満
- 不満

9. 印象に残った内容や、今後の生活に活かしたいと思ったことがあれば教えてください。

- 防災食について、改めて認識したので、日頃から備えていきたい。
- 工夫によって資の高い料理を災害時に食べられるということを知った。
- おかゆやパスタが簡単に作れる所、お皿として作った紙の皿についても日常的に作ることができ、フェーズフリーを感じました。帰って家族にも共用して来たる防災に活かしていきたいと思います。
- 手元にある食材や資材で有効活用できることが理解できた。
- 子どもたちにも、このような内容を紹介できる機会があればと思います。
- パスタなどもパッククッキングで作れるのが驚きだった。とても美味しくできたので、家でも作ってみようと思った。
- パッククッキングを初めておこなったが、普段の食事と変わらない味なのに、周りを汚さず楽に作れるということを知れて良かった。
- パッククッキングは、非常に簡単に調理が出来、いろんな缶詰めを使うとバリエーションも色々出来そうだと思いました。洗い物等も少なくてすむので、家でもやってみたいと思います。
- パッククッキングは災害時だけでなく日常すぐに取り入れると思いました。
- お口のケアも改めて大切だと感じました。
- 口腔のケアは平時から意識して取り組みたい。
- オーラルケアでは、口からの予防が改めて全身の健康にもつながるというのとを学びました。など

10. 今後、参加してみたい防災に関するテーマがあれば教えてください。

- 高齢者、幼児、女性への配慮しなければならない視点・現状と課題の提起。
- 今回のフェーズフリー講座、4回中3回参加させて頂きました。各領域の第2弾を期待しておりますし、継続的に実施して欲しいと感じました。

#### 第4部 アンケート分析結果

第4部では、パッククッキングや口腔ケアといった体験型内容により、「すぐに実践できそう」「工夫すれば実践できそう」と回答する参加者が多く、内容の分かりやすさや実践しやすさが高く評価された。パッククッキングや口腔ケアを通して、日常の行為が災害時にも役立つことを具体的にイメージできた参加者が多かったことがうかがえる。本講座の満足度も高く、フェーズフリー防災の実践性が高く評価された。