

## 第1回目読書会（10月23日）に頂いた感想

1. 参加者〇〇さんに、ふまねっとの目標（モデル）！をみました。感動！！じっくり、お話をお聞きしたいものです。最初だけでも「顔出し」で、その存在感をアピールできます！！
2. 「ささきくん」、その若さには戻れませんが、ふまねっとの将来をみました。これも感動！！発言された方皆さん、それぞれの哲学に、感動です！！
3. 「カニちゃん」、サポーターとして、指導内容を正確に音読できるよう、鍛錬しましょ！！「あおきさん」、とりまとめ、ありがとうございます。楽しい「ひよこ」読書会でした。

1. 大変楽しい時間を過ごさせてもらいありがとうございました。
2. 顔の知ってる仲間もいたので安心して参加できました。
3. 丁寧に落ち着いて読むことの大切さを大事にしたいので、時間のある時はワークブックを声に出して練習したいと思いました。
4. 自信につながりますよね、きっと。

1. 今回は、本をゆっくり読み上げる、という練習を通して、読んでいる方も、聞いている方も、内容がすんなり頭に入ってくるのを実感しました。今まで知らなかった（考えたこともなかった）ので、新鮮な驚きでした。次回も楽しみにしています。

1. こんにちは。
2. 聞くだけの参加になり、申し訳ありませんでした。オンライン時間中に、電話で複数回の連絡のやりとりをしなければならず、しかし、読書会がこういった形式で行われるか拝見したく、ミュートのまま名前だけ表示の参加にさせていただきました。すみません。
3. 間違わないように、ゆっくりと読み上げる事は、思っているよりもかなり難しい事、しかし、聞く方にとっては、普通に音読されるよりは頭に残る印象を受けました。私自身、早口になる傾向がありますので、皆さんの前でお話しする時は、自分が思う以上にゆっくりを意識してお話しすることが必要である事を再確認いたしました。
4. 早速今月から、毎月のサポーターの練習会に読み合わせの時間を入れようと思います。ゆっくり・しっかり・はっきり読む事は、慣れてきてるがゆえに疎かになってきている事もあり、そうする事で、一人一人の振り返りのきっかけになり、理解が深まり、初心に戻れるように思いました。

- |   |
|---|
| <p>5. 呼びかけていただいた時も、電話中であつたり、ながらの参加になった事は、参加されてる方々にとっても、結果的に失礼になったのではないかと気がひけております。しかし、聞かせていただいているだけでも、とても参考になりました。ありがとうございました。</p>  |
| <p>1. 集中を持続して読むことがとっても難しく感じました。<br/>2. とってもいい経験をさせて頂きありがとうございます。2・3回頑張りませす。</p>   |
| <p>1. 講師北澤先生の読書について指導、読書の大切さを再確認、今までに、たくさん読んできましたが何であったんだろうか？自問自答、恥ずかしい。また、ふまねっとの神髄に触れ感動しました。<br/>2. また、おうちでふまねっとの講師の皆さん～、いつも笑顔で心が和みます。感謝！次回を楽しみにしています。</p>   |
| <p>1. 皆さんとの意見交換と、作者からの解説があり、2重のお得感があります。普段のふまねっ教室運営で理論が理解できていると、ふと質問されたときに、また自分で疑問に思ったときに回答がすぐに出ると、とても相互の信頼関係が良くなるとおもいますし、何より自分で納得ができて運動参加ができるのでとても良いと思います。<br/>2. 参加していない方は、もったいないと感じます。<br/>3. 普段のかかわりで、理論を掘り下げるなどはめったにないので、とても感謝しています。</p> |
| <p>1. ふまねっの特徴、効果など人にお話しする時に曖昧な表現でいた点が鮮明になり、とても勉強になりました。自分の言葉として伝えられるようになる事が目標です。</p>  |

質問 1 第 1 章 p15 終わりの行から 2 行目、「そして、腎臓などの一部の消化器系機能を～」とありますが、腎臓は、分類上、泌尿器系が一般的と思うのですが、消化器系に分類される分類法？があるのでしたらご紹介下さい。

質問 2 私は医療者ではなく、身体のことには詳しくありませんが、第一章の冒頭 従来の運動とふまねっ運動の比較 5 行目に「腎臓などの一部の消化器系機能…」とありますが、腎臓は消化器系になるのですか？

回答 ご指摘の通り腎臓は「泌尿器系」です。著者（北澤）の誤りです。訂正させていただきます。

