

## I 令和元年度事業の成果と課題

14年目を迎えた食育サポートセンターは認知度も上がり、活動回数は、年間20回程度と安定した回数を推移している。令和元年度も、県内一円の多様な団体から派遣依頼を受け、各団体の催しに協力することができた。依頼元からの評価も高く、あすなる隊の活動は県内で広く認められている。

これまで佐賀県との協定に基づき開催してきた「食育推進リーダー養成講習会」は、平成28年度から「食育推進交流会」となった。今年度は、「地域で支えるいきいき佐賀～健康寿命の延伸を目指して」をテーマとし、本学健康栄養学部の草野洋介教授が長崎県での取り組みを紹介し、続いてパネルディスカッションでは入部瑠夏氏（医療法人ひらまつ病院管理栄養士）、古川武氏（医療法人ひらまつ病院 VIVO village 健康村健康運動指導士）、平方啓義氏（佐賀市大和地域包括支援センター「おたっしや本舗大和」センター長）より、健康寿命の延伸に対する取り組みを説明いただいた。入部氏と古川氏は本学卒業生であり、本学出身の医療従事者が協力して地域の健康寿命延伸に取り組んでいることは大変素晴らしいことである。

今年度は、新たな活動として循誘公民館と佐賀市青少年センターから依頼を受け、循誘公民館では地域の小学生高学年に対し、健康栄養学部の学生が料理教室を5回行った。佐賀市青少年センターでは、堀田徳子教授と学生が、地域の高校1・2年生に料理教室を開催した。また昨年同様、今年度も健康支援センター内の「すこやかキッチンスタジオ」にて、小学生を対象にした「食まなび塾」を開催するなど、小学生から高校生までを対象とした食育活動を行うことができた。

また、今年度はあすなる隊員の有志が食育ボランティアサークルを立ち上げ、自主的な活動への参加や取り組みが見受けられるようになるなど、拡大する学生による食育活動に対して食育サポートセンターとして今後も支援していく。

### 主な成果

- ① 「食育サポートセンター」が食育の拠点として地域に定着した。
- ② 佐賀県との協定による「食育推進交流会」を開催した。
- ③ 保育園、高校生、地域での食育活動に参画することで、学生の異世代交流体験が実現した。

### 課題

- ① 食育サポートセンターと学生による食育ボランティアサークルが連携した、地域での食育活動のあり方。
- ② 新型コロナウイルス感染症の対応と、地域での食育活動の展開方法の検討。
- ③ あすなる隊の組織拡大と強化。

## 令和元年度食育サポートセンター事業評価及び課題

事業区分	担当事業	事業評価	課題
推進体制	<p>食育サポートセンター運営委員会の主宰</p> <p>学生食育ボランティアの組織体制</p> <p>県の委託事業等の実施</p>	<p>食育サポートセンターの実質的な業務は、健康栄養学科の教職員による作業部会が中心となり企画運営し、各事業を円滑に取り組むことができた。</p> <p>佐賀県との協定による「食育推進交流会」や食育サポートセンター主催による「食まなび塾」を地域の小学生を対象にするなど新企画を効果的に行うことができた。</p> <p>所属数は減少傾向にあり、活動者も固定化しつつあるが、今年度は2年生を中心に活動に積極的に参加する学生が増えた。仲間意識の芽生えや、活動を学びの場として主体的に参加する学生の姿が見受けられた。</p> <p>健康寿命の延伸のためには、生活習慣病の予防、肥満予防やロコモティブシンドローム予防のための運動、認知症予防に取り組むべきであり、栄養・運動・社会参加の3つの取り組みが重要であることがわかった。国や長崎県が行った調査結果は大変参考になった。また地域で管理栄養士や健康運動指導士、地域包括支援センターのスタッフが取り組んでいる介護予防教室の現状や課題等を知り、「地域で支える」介護予防は地域住民、行政、関連する専門職種が協力し、その地域に合った形で進めていくことが最も大切なことであり、そのことが地域みんなの健康長寿の延伸につながることを再認識した内容であった。</p>	<p>学生組織の強化と自主活動を推進していく必要がある。</p> <p>自治体や構成団体と連携し、食育サポートセンターのプレゼンスを更に強化する必要がある。</p> <p>上級学年になると実習や資格試験等で学業との調整が困難になるため、定期的な人員募集については引き続き、工夫・配慮が必要である。</p> <p>「地域で支えるいきいき佐賀～健康寿命の延伸を目指して～」をテーマにした今回の交流会では、企業や団体等の展示コーナーや試食販売、塩分量チェック、舌圧・口唇圧測定等の測定コーナーが多く、参加者のみなさんには大変興味をもっていただけた。参加者同士の情報交換も活発に行われていた。今後も食を通じた健康づくりをテーマとした内容で検討する。</p>
食育プログラム構築のための活動	学園祭での食育体験コーナーの出展	大学祭においてボランティア学生と教員による食育体験コーナー(食育サポートセンター開発教材使用)、災害時の非常食・備蓄食材展示を行った。災害時の美味しく簡単・便利な調理方法を学ぶ良い機会となり、好評を得た。	今後も来場者が健康や栄養に対し、興味と関心を持って参加できる、体験型催事の更なる開発も必要であると考える。

事業区分	担当事業	事業評価	課題
食育プログラム構築のための活動	<p>教材の開発及び貸出</p> <p>健康支援センターでの食育活動</p> <p>活動の評価</p>	<p>グリッターバッグやSAT システムなどの貸し出し回数が増えた。参加者が楽しみながら、わかりやすい食育指導ができるため、毎年利用される団体が多い。</p> <p>食事と運動のエネルギーバランスをわかりやすく学習するための教材「食育てんびん“はかるくん”（実用新案登録）」については、運動面にアプローチできる教材として活用の機会が増えた。</p> <p>今年度もキッチンスタジオを活用し、「食まなび塾」を開催した。計3回の講座のうち、小学校5・6年生対象の講座を2回とし、残る1回は高校生にも対象を広げた。市報や新聞にも案内を掲載し広報にも力を入れた。近隣の複数校から参加者が集まり、地域の食育推進に貢献することができた。</p> <p>学生にとっても、コミュニケーション能力を育み、食育の大切さを感じることで良い機会となった。</p> <p>令和元年度も学生による自己評価に関する意識調査を行った。これによると、学生の満足度が高いことが伺える。</p>	<p>引き続き広報活動을続け、教材の認知度を高めたい。</p> <p>今後も佐賀県ならではの教材や幅広い年代で活用できる教材の開発を行う必要がある。</p> <p>地域の食育推進を支援する活動として、活動内容や対象選定など検討を重ね、今後も継続していく必要がある。</p> <p>特に、中高生対象講座を開催するにあたっては、時期や募集方法など再考の余地がある。</p> <p>参加することで活動の意義を理解できるので、今後は参加学生の増加に繋がる方策を編み出す必要がある。</p>
食育サポートセンター運営	広報活動	<p>イベント開催のチラシを作り、地域の小学校や高校を訪問し説明を行った。さらに今年度は、市報に講座案内を掲載し広報に努めた。</p> <p>また本学のホームページのトップに「食育サポートセンター」の活動報告を随時掲載し、情報発信を行っている。</p> <p><a href="http://www.nisikyu-u.ac.jp/food/">(http://www.nisikyu-u.ac.jp/food/)</a></p>	<p>今後は体制を新たに、情報提供の体制と活動内容の充実を図り、学内で学生の参加呼びかけを強化する必要がある。</p>

## 学生食育ボランティア「あすなろ隊」活動者の自己評価結果

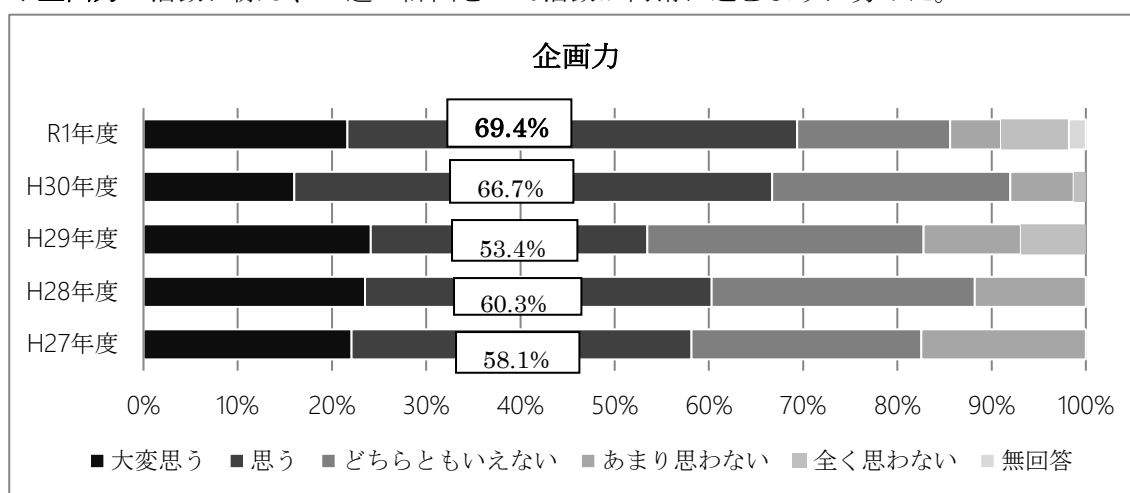
### ○自己評価の方法

対象：令和元年度にボランティアとして食育活動に参加した学生延べ111名

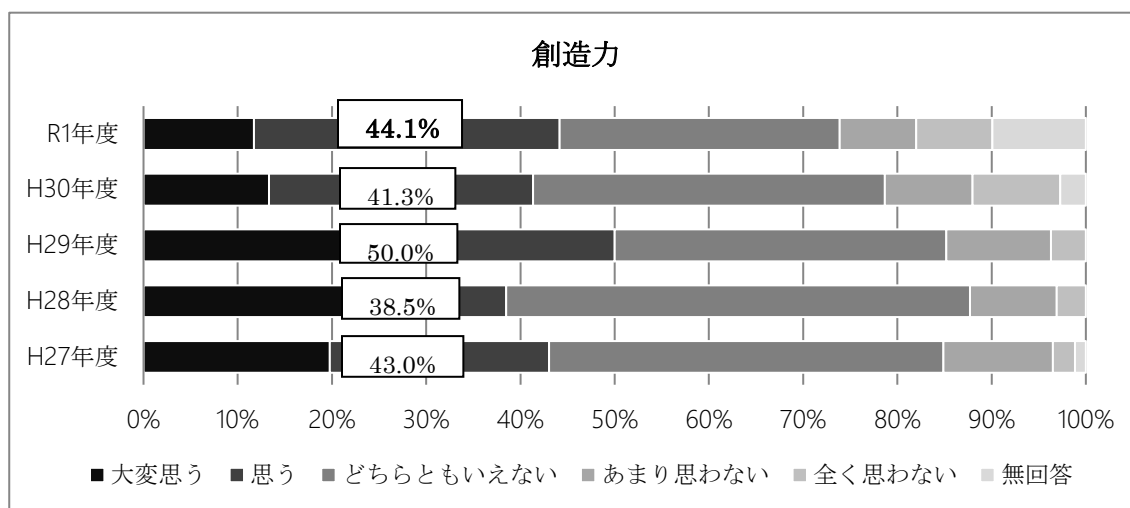
方法：企画力、創造力、コミュニケーション力、協働力、実践力の5つの項目について、  
自記式により5段階（5.大変思う、4.思う、3.どちらともいえない、2.あまり思わない、  
1.全く思わない）で評価

※表中のパーセンテージは、「5.大変思う」と「4.思う」の回答数の比率を示す。

### ◆企画力：活動に際し、一連の計画を立て活動が円滑に進むように努めた。

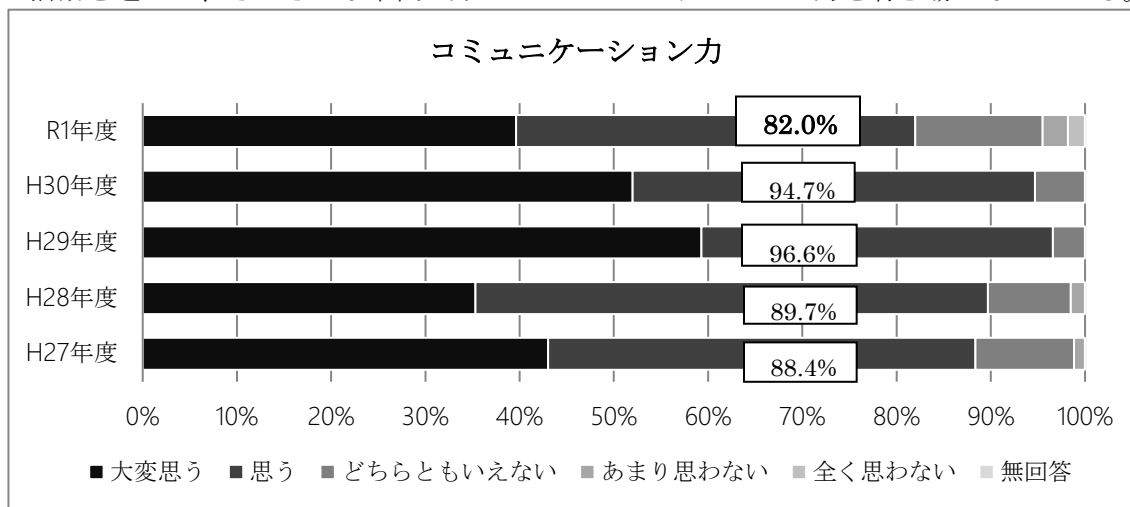


### ◆創造力：隊員がアイデアを出し、それを実現し活かしていく必要がある。

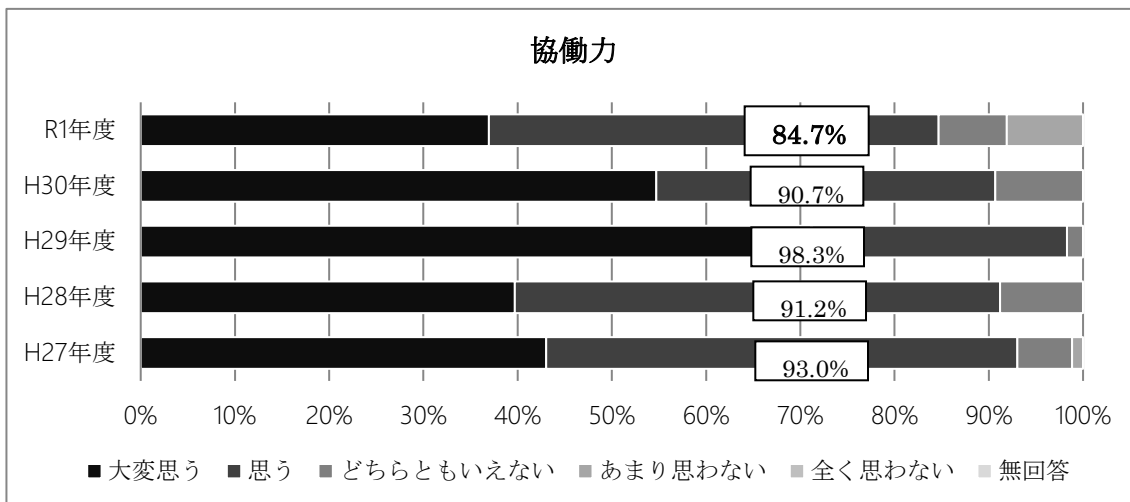


◆コミュニケーション力：

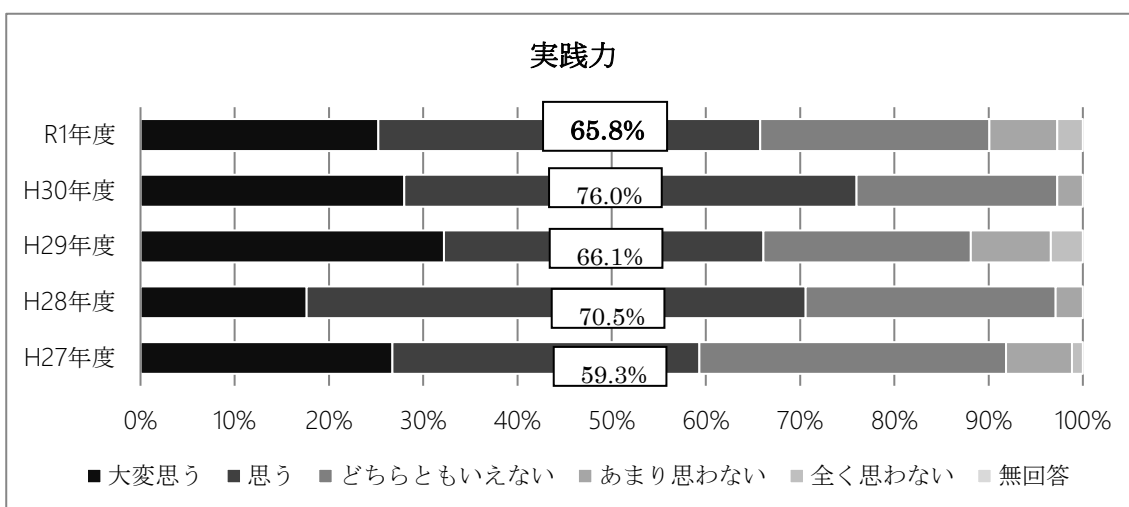
活動を通して、さまざまな年代の方々とコミュニケーション力を育む場となっている。



◆協働力：活動現場において、仲間や指導教員等と協調して活動を進めることができた。



◆実践力：学生が講義で身につけた知識や技能を実践する場となっている。



## II 味覚教育

味覚は、ヒトの五感の一つであり、管理栄養士になるためには必要な能力の一つともいえる。健康栄養学科では、平成 19 年度から 1 年生を対象として食味テストを行っている。これまでは、佐賀県産の極上海苔「佐賀海苔®有明海一番」を選定する食味検査員の認定試験を兼ねて、味覚テストと海苔を用いた柔らかさのテストを行ってきた。しかし、今年度は食味検査員の認定試験が終了したことから、味覚テストのみを行った。

味覚テストは、令和元年 7 月 10 日（水）4 限目（あすなろう I 基礎）に実施し、1 年生 85 名が参加した。まず、味覚に関する講義を行い、味覚が健康のバロメーターということ、味覚力を鍛えることが生活習慣病予防につながることを説明した。その後、味覚テストを行った。味覚テストは、閾値に調製した塩化ナトリウムやカフェインなどの水溶液 5 種類と無味の水を飲み比べ、基本の 5 味（甘味、塩味、酸味、苦味、旨味）を選ぶものであった（図 1）。採点は学生自ら行い、間違った味については、再度飲んで味を覚えるよう教育した。学生の中には、全部分かったという人もいれば、ほとんどわからなかったという人もおり、「自分の味覚を知るきっかけになった」、「日頃の食事で薄味を心掛けるようにしよう」という感想が寄せられた。

**味覚テスト(5味識別テスト)**



Q. 以下の味に該当するコップを1個ずつ選び、番号を記入して下さい。(ただし、3つは水)

甘味	塩味	旨味	酸味	苦味

図 1. 味覚テストの実施方法