

### Ⅲ 学生食育ボランティアあすなろ隊

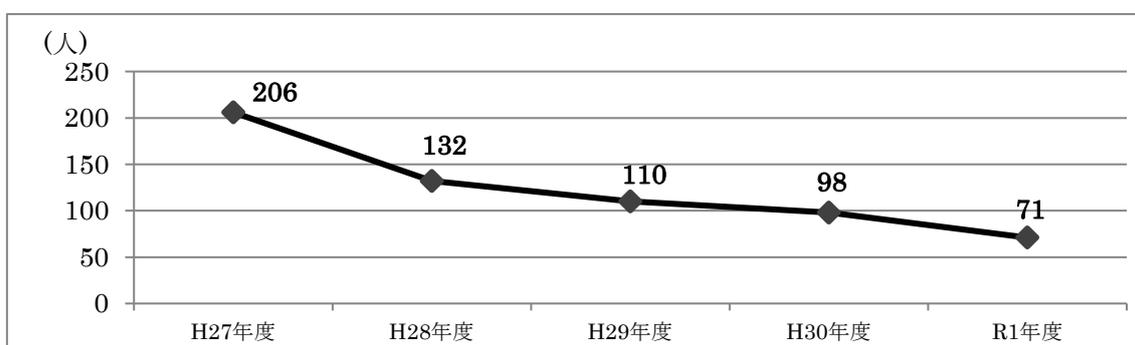
#### 1. 隊員構成

永原学園の教育理念を象徴する言葉『あすなろ(翌檜)』は、学生が自らの可能性を信じ、自らの力によって、その持てる才能を開花させ、将来の大きな目標に向かって突き進む姿勢を意味する。

「学生食育ボランティアあすなろ隊」は、西九州大学に在籍する学生の有志で構成されており、施設や自治体の行事やイベントへ参加し、“あすなろう”の精神で、食育体験の活動をサポートしている。

現在、1年生27名、2年生24名、3年生15名、4年生5名の計71名の有志が活動している(令和2年3月)。その中から2年生の学生が中心となって食育ボランティアサークルを立ち上げた。

#### ◆あすなろ隊員数の年次推移(過去5年間:平成27年度~令和元年度)



#### ◆あすなろ憲章

私達あすなろ隊員は、以下の項目を遵守し、県内の保育園、学校、地域における食育推進ボランティア活動を通し、自らの資質・能力を向上させるとともに、子どもを中心とした食育の充実を図り、豊かな人間性や生きる力を身に付けさせ、地域の食育活性に取り組むことを誓います。

##### 第一

保育所、幼稚園などで行われる食育活動に可能な限り積極的に参加し、西九州大学生としての誇りを持って活動します。

##### 第二

現場での活動に関しては、幼児や児童の安全を第一に行動するとともに、自身並びに協働する方全員の安全を念頭において活動します。

##### 第三

活動の推進にあたっては、指導教員・関連機関の指導を遵守しながら、自ら積極的に行動します。

##### 第四

幼稚園、学校などの教育現場においては、現場の先生・職員の方々の指導に従い、協調して活動を進めます。

##### 第五

講義で身に付けた知識・技術に加え、食育ボランティア活動を通して企画力・創造力・社会貢献力に更に磨きをかけ、自分の力とします。

#### IV 令和元年度の活動報告

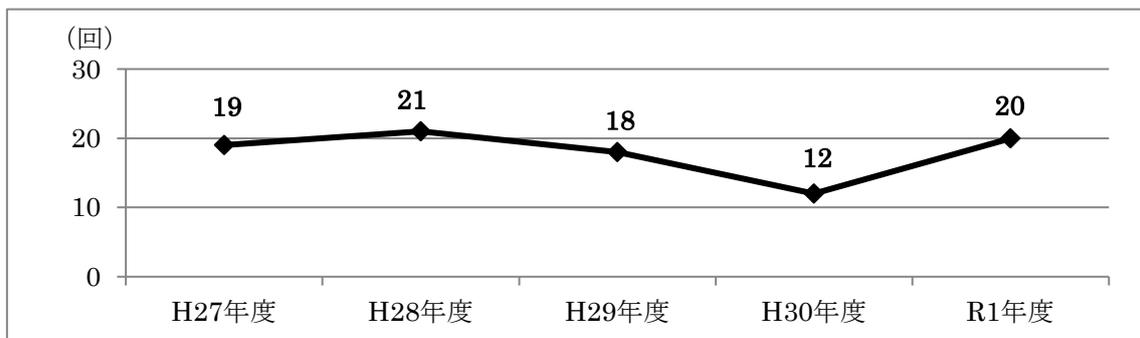
##### 令和元年度食育サポートセンター・食育ボランティア活動一覧

	活動場所	活動日	行事名	活動者数	あすなろう 体験 I 履修者等
1	地域	4月28日(日)	小城普茶料理食事会～春	あすなろ隊3名	
2		6月23日(日)	神崎市子どもまつり	教職員3名	1年生18名(健康栄養学部6名、リハビリテーション学部5名、子ども学部5名)
3		7月7日(日)	循誘公民館主催料理教室①	あすなろ隊4名	
4		8月19日(月) ～21日(水)	グラスホッパー全国ジュニア テニス in 佐賀		健康栄養学部3年生 4名
5		8月20日(火)	第1回食まなび塾	あすなろ隊5名 教職員4名	
6		8月21日(水)	第2回食まなび塾	あすなろ隊5名 教職員4名	
7		8月22日(木)	第3回食まなび塾	あすなろ隊5名 教職員3名	
8		9月3日(火)	多久市いきいき百歳体操 全体交流会	あすなろ隊1名 職員1名	
9		9月7日(土)	元気いっぱい!さが子育て 応援フェスタ	あすなろ隊5名 教職員2名	健康栄養学部1年生 3名
10		10月6日(日)	循誘公民館主催料理教室③	あすなろ隊5名	
11		11月17日(日)	小城普茶料理食事会～秋	あすなろ隊4名	
12		11月23日(土)	唐津市糖尿病講座		健康栄養学部4年生 5名、3年生2名
13		12月8日(日)	循誘公民館主催料理教室④	あすなろ隊6名 職員1名	
14		2月2日(日)	循誘公民館主催料理教室⑤	あすなろ隊6名	
15		2月12日(水)	食育推進交流会	あすなろ隊4名 教職員10名	健康栄養学部1年生 4名
16		2月22日(土)	佐賀市青少年センター主催 料理教室	あすなろ隊2名 教職員2名	
17	本学	7月17日(水)	食育サポート事業協議会	あすなろ隊1名 教職員8名(他学部含)	
18		8月18日(日)	循誘公民館主催料理教室② ×西九州大学オープンキャンパス	あすなろ隊5名 教職員3名	
19		10月26日(土) ～27日(日)	学園祭 「食育体験コーナー」	教職員9名	健康栄養学部1年生 12名
20		12月21日(土)	ほっとひろば西九大 クリスマス会	あすなろ隊1名 教員1名	健康栄養学部1年生 1名

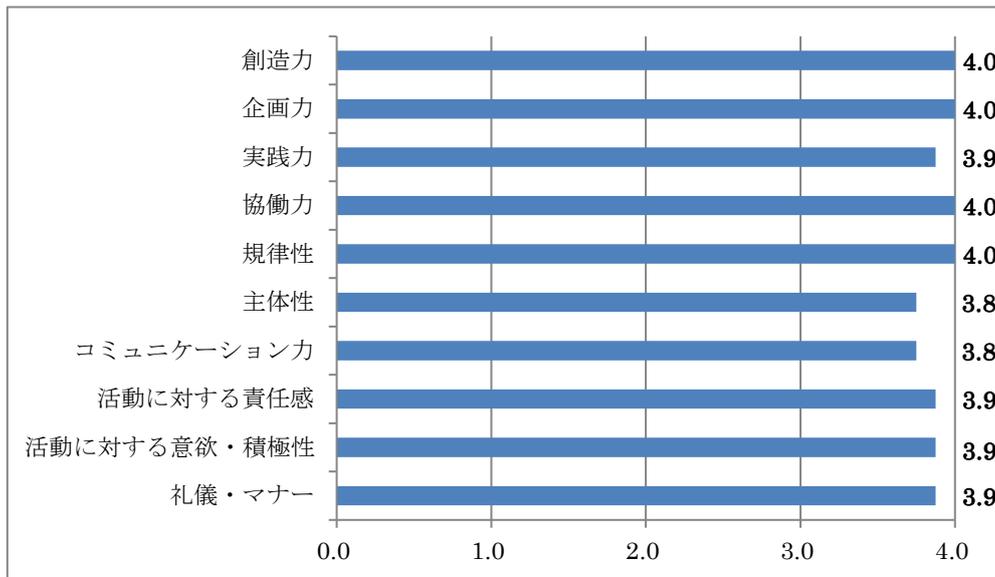
◆令和元年度食育サポートセンター 活動の県内分布



◆食育サポートセンター活動回数の年次推移(過去5年間:平成27年度～令和元年度)



◇◆◇ 学生食育ボランティア派遣に関する派遣先からの評価 ◇◆◇



(評価方法)

対象：令和元年度学生食育ボランティア派遣事業 5 団体 8 事業

方法：④十分に備えている ③ある程度備えている ②あまり備えていない ①全く備えていない

学生食育ボランティア派遣先からのコメント

- ・いつもご協力いただいています。最後の片付けまでテキパキと仕事をいただきありがとうございます。ございます。
- ・夏期休業中にもかかわらずご協力いただき、ありがとうございました。
- ・3 回目の活動になると、前回に比べ、コミュニケーション能力や主体性の評価が上がっていました。同じメンバーで続けて参加してもらおうと、その変化がよくわかります。
- ・複数回参加してもらって大変うれしく思います。
- ・明るく元気に対応してイベントを盛り上げてくれました。ありがとうございました。
- ・企画力、運営力が素晴らしかったです。年度初めと比較すると、学生さんの成長が見受けられます。

## 1. 活動報告①（令和元年度食育推進交流会）

- 目的 1. 「西九州大学、佐賀県及び佐賀県教育委員会における食育についての連携・協力  
協定書」第2条第2号に基づき食育推進交流会の実施。
2. 栄養、調理、農業分野などの食育を、総合的かつ効果的に推進する人材の育成。
3. 食育関係者のネットワークの構築と保育所や幼稚園、学校、地域等における多様な関係者が互いに連携・協議することで食育推進の実効性を高めることを目指す。



実施主体 佐賀県・西九州大学食育サポートセンター

開催日時 令和2年2月12日（水） 13時00分～16時30分

開催場所 佐賀メディカルセンタービル 城内記念ホール（4階）  
および西九州大学グループ健康支援センター（1階）

参加者数 128名

ヘルスメイト34名、ふるさと先生3名、学校関係者7名、幼稚園関係者7名、保育所等児童福祉施設関係3名、市町行政関係者9名、県行政関係者15名、その他(企業、食品会社等)26名、佐賀県庁職員5名、西九州大学関係者19名

交流会内容 メインテーマ 「地域で支えるいきいき佐賀～健康寿命の延伸を目指して」

時間	内容	場所
13:00～	開会 主催者挨拶（佐賀県・西九州大学）	4階 城内記念ホール
13:10～	講演 「生活習慣と健康寿命」 講師：西九州大学健康栄養学部 教授・医師 草野 洋介氏	
14:10～	休憩	
14:20～	パネルディスカッション 「地域で支える健康寿命」 1. 医療法人ひらまつ病院 管理栄養士 入部 瑠夏氏 2. 医療法人ひらまつ病院 VIVO village 健康村 健康運動指導士 古川 武氏 3. 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 平方 啓義氏 4. モデレーター 草野 洋介氏	
15:20～	休憩・移動	1階 西九州大学グループ 健康支援センター a. すこやか キッチンスタジオ b. 多目的ルーム
15:30～	体験交流会 （各団体が行っている内容の展示や佐賀県産食品の紹介 および一部販売） a. 展示ブース b. 測定コーナー	
16:30	閉会・片づけ	

## 実施評価

「地域で支えるいきいき佐賀～健康寿命の延伸を目指して～」をメインテーマとして講演・パネルディスカッションと体験交流会を実施した。

講演は「健康寿命の延伸～長崎県を例として」というテーマで、西九州大学健康栄養学部教授で医師の草野氏に、健康寿命の延伸のために何に取り組むべきか、国が実施した国民生活基礎調査や長崎県が実施した健康・栄養調査の結果を例に示しながらお話しいただいた。健康寿命を延ばすには、脳血管疾患対策、認知症対策、ロコモティブシンドローム対策、社会環境の整備、農村部での対策が必要である。長崎県の調査では、メタボリックシンドロームの有無に身体活動レベルと食塩摂取量が関係していることが明らかになっており、車社会のため歩くことが少なく生活活動強度が低いことが原因の一つと考えられているとのことであった。健康寿命の指標として要支援状態の有無があげられるが、要支援になることを少しでも遅らせるために、ロコモティブシンドローム予防の取り組みは不可欠で、栄養（食事）対策としては筋肉維持・サルコペニア予防のために動物性たんぱく質の摂取が必要である。健康寿命延伸の鍵はロコモティブシンドローム対策かもしれない。高血圧や糖尿病などの生活習慣病の予防、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、認知症予防のために人との交流の必要性など、栄養・運動・社会参加の3つの取り組みが必要不可欠であること、また、積極的な広報活動も行っていくべきであると感じた。

パネルディスカッションでは、「地域で支える健康寿命」のテーマで、ひらまつ病院管理栄養士の入部氏から、在宅訪問など地域で管理栄養士が取り組んでいることの紹介があり、ひらまつ病院 VIVO village 健康村健康運動指導士の古川氏から、小城市の介護予防教室の現状や百歳体操の様子を紹介いただいた。また、佐賀市大和地域包括支援センター長の平方氏から、佐賀市大和町で実施されている介護予防事業（教室）について紹介いただいた。小城市、佐賀市それぞれの地域で実施されている介護予防教室の現状を具体的に知り、課題や今後の展望について聞くことができた。

体験交流会では、企業や団体等の展示や試食販売、測定コーナーでは塩分量チェック、舌圧・口唇圧測定などが行われ盛況であった。



## 2. 活動報告② (学生食育ボランティアあすなる隊派遣活動)

### 1) 小城普茶料理食事会～春

活動内容：伝統料理普及活動の支援（調理・盛り付け・配膳・接待・後片付け）

活動日時：平成 31 年 4 月 28 日（日） 9 時～16 時

場 所：小城公民館晴田支館（小城市）

対 象 者：小城市近郊および県内在住の一般市民（約 60 名）

活動者数：あすなる隊 3 名

依 頼 元：祥光山星巖寺伝承「普茶料理おぎ春香会」



#### 《あすなる隊の感想》

- ・配膳の際には、地域の方々とお話ができ楽しかった。次回はもう少し積極的に話しかけて、コミュニケーションを図りたい。
- ・今回初めて参加して、調理をお手伝いでき、普茶料理が一品一品とても手の込んだ料理ということがわかった。

### 2) 神崎市子どもまつり

活動内容：食育体験コーナーでの支援

（食育輪投げ、野菜クイズ、魚釣りゲーム、触ってみよう、匂ってみよう）

活動日時：令和元年 6 月 23 日（日） 9 時～15 時

場 所：神埼中央公園体育館 1 階多目的室（神崎市）

対 象 者：来場者（830 名、体験者数 590 名）

活動者数：あすなろう体験 16 名、教職員 3 名

依 頼 元：神崎市子どもまつり実行委員会



#### 《あすなる隊の感想》

- ・幼い子どもへの対応は、説明の仕方や話し方など反省点もあったが、親子で楽しんでもらえて、たくさんの笑顔が見られて良かった。
- ・いろいろな遊びを通して子ども達と関わり、コミュニケーション力を養う機会になったし、自分も楽しむことができた。機会があればまた参加してみたい。
- ・さまざまな年代の人と触れ合うことができる良い機会だった。

### 3) 循誘公民館主催料理教室 第 1 回

活動内容：小学生料理教室の補助（「七夕オムライス」づくり・子ども達との交流）

活動日時：令和元年 7 月 7 日（日） 10 時～13 時

場 所：佐賀市立循誘公民館（佐賀市）

対 象 者：佐賀市立循誘小学校 5 年生 6 名

活動者数：あすなる隊 4 名、循誘公民館職員等 2 名

依 頼 元：佐賀市立循誘公民館



#### 《あすなる隊の感想》

- ・初回ということもあり、緊張もあって、作業工程に時間がかかってしまった。次回は段取りをよく確認して、効率よく作業できるように努めたい。
- ・子ども達はみな性格が違って接し方が難しかったが、活動はとても楽しかった。

#### 4) 循誘公民館主催料理教室 第2回

活動内容：小学生食育講座の補助（大学見学、SAT システムを使った食育講座の補助等）

活動日時：令和元年8月18日（日） 11時～14時

場 所：西九州大学神埼キャンパス（神埼市）

対 象 者：佐賀市立循誘小学校5年生5名

活動者数：あすなる隊4名、循誘公民館職員等2名、  
本学教職員3名

依 頼 元：佐賀市立循誘公民館



##### 《あすなる隊の感想》

- ・見学の際に、誘導したり講義内容などを子ども達に上手に説明したりするのが難しかった。
- ・活動が終わるころに子ども達と話が弾んできた。次回会うのが楽しみだ。
- ・次回も同じメンバーなので、さらに仲を深めて子ども達との関係を築いていきたい。

#### 5) 第4回グラスホパー全国ジュニアテニス in 佐賀

活動内容：栄養相談のサポート（合宿中の睡眠や食事等について簡単なヒアリングなど）

活動日時：令和元年8月19日（月）～21日（水） 10時～15時

場 所：グラスコート佐賀テニスクラブ（佐賀市）

対 象 者：小学5-6年生の各県選抜選手（約130名）

活動者数：健康栄養学科3年生4名

依 頼 元：「夢はウィンブルドンへ」実行委員会



##### 《あすなる隊の感想》

- ・限られた時間内に多くの選手に、効率よく栄養指導をすることは難しかったが、自分が説明したことを理解してくれたと感じた時は嬉しかった。
- ・参加している選手は、栄養に関しても意識が高く、レベルの高さを感じた。積極的な子が多く、活動を楽しむことができた。

#### 6) いきいき百歳体操全体交流会

活動内容：イベント内体験コーナーにて、SAT システムを使った栄養指導の補助

活動日時：令和元年9月3日（火） 9時～14時半

場 所：天山多久温泉 TAQUA（多久市）

対 象 者：多久市在住で「いきいき百歳体操」に取り組む高齢者2

活動者数：あすなる隊1名、教職員1名

依 頼 元：多久市 地域包括支援課



##### 《あすなる隊の感想》

- ・普段はご高齢の方と接する機会があまりないので、今回の活動は良い機会だった。普段の声が小さいので、高齢の方が相手だとはっきり大きな声で話さないと伝わらないことがわかった。管理栄養士の方が的確に栄養指導をされている姿を見て、自分の将来像が明確になり、これからも講義をしっかり受けて目標実現のために頑張りたいと思った。

## 7) 元気いっぱい！さが子育て応援フェスタ

活動内容：食育体験コーナーでの支援

(野菜クイズ、触ってみよう、匂ってみよう、魚つりゲーム、)

活動日時：令和元年9月7日(土) 9時～16時

場 所：市村記念体育館(佐賀市)

対 象 者：おもに佐賀市近郊在住の乳幼児とその保護者

活動者数：あすなろ隊4名、あすなろう体験4名、教職員2名

依 頼 元：(株)サガテレビ



### 《あすなろ隊の感想》

- ・自由で元気いっぱいの子供達に負けないように、また、子供達が少しでも楽しく食について学ぶことができるように努めた。子供達の笑顔に癒された。
- ・普段は乳幼児と接する機会が少ないので、声のかけ方や話し方など学ぶことが多かった。

## 8) 循誘公民館主催料理教室 第3回

活動内容：小学生料理教室の補助

(グリッターバッグを使った正しい手洗い指導・秋の食材を使った調理実習補助等)

活動日時：令和元年10月6日(日) 10時～13時

場 所：佐賀市立循誘公民館(佐賀市)

対 象 者：佐賀市立循誘小学校5年生5名

活動者数：あすなろ隊5名、循誘公民館職員等3名

依 頼 元：佐賀市立循誘公民館



### 《あすなろ隊の感想》

- ・子どもたちに正しい手洗いを指導したが、緊張のためうまくできなかった。しかし指導後、子ども達に「家でも実践する!」と言ってもらえて、とても嬉しかった。
- ・子ども達にわかるように説明することが難しかった。自分だけわかっているでも相手に伝わらなければ意味がないので、今後は伝え方を工夫したい。

## 9) 小城普茶料理食事会～秋

活動内容：伝統料理普及活動の支援(調理・盛り付け・配膳・接待・後片付け)

活動日時：令和元年11月17日(日) 9時～16時

場 所：小城公民館晴田支館(小城市)

対 象 者：小城市近郊および県内在住の一般市民(約60名)

活動者数：あすなろ隊3名

依 頼 元：祥光山星巖寺伝承「普茶料理おぎ春香会」



### 《あすなろ隊の感想》

- ・普茶料理を実際に見て学び、とても勉強になった。地域の方々もとてもやさしく、行って良かった。肉や魚を一切使わずに、あれだけの品が作れることが驚きだった。機会があればまた参加したい。

## 10) 唐津市糖尿病及び肝疾患対策啓発イベント

活動内容：イベント内の体験コーナーにて、SAT システムを使った栄養指導補助

活動日時：令和元年 11 月 23 日（土） 9 時～14 時

場 所：唐津市健康サポートセンター「さんて」（唐津市）

対 象 者：唐津市内在住の一般市民（約 180 名）

活動者数：健康栄養学部 4 年生 5 名、3 年生 2 名、教職員 1 名

依 頼 元：唐津保健福祉事務所



### 《あすなる隊の感想》

- ・SAT システムでは、参加者のみなさんが楽しそうに献立作成をする姿を見て、とても楽しく活動することができた。今回の活動を通して、相手の質問にわかりやすく答えたり、正しい情報を伝えたり、日常会話から対話を展開させたりすることの大切さを実感することができた。目標実現のため、さらに勉学に励もうと思った。

## 11) 循誘公民館主催料理教室 第 4 回

活動内容：小学生料理教室の補助（親子料理教室の調理補助等）

活動日時：令和元年 12 月 8 日（日） 9 時～14 時

場 所：西九州大学グループ健康支援センター

すこやかキッチンスタジオ（佐賀市）

対 象 者：佐賀市立循誘小学校 5 年生 5 名とその保護者

活動者数：あすなる隊 6 名、循誘公民館職員等 2 名、教職員 1 名

依 頼 元：佐賀市立循誘公民館



### 《あすなる隊の感想》

- ・親子料理教室だったが、保護者が調理にかかわる場面が少なかったなので、もう少し企画内容を考えるべきだった。でも、小学生が積極的に取り組んでくれて嬉しかった。楽しい時間を過ごすことができた。

## 12) ほっとひろば西九大 クリスマス会

活動内容：クッキングコーナーでの支援

（クリスマスケーキのデコレーション）

活動日時：令和元年 12 月 21 日（土） 10 時半～12 時半

場 所：西九州大学佐賀キャンパス（佐賀市）

対 象 者：2 組 7 名（大人 3 名、子ども 4 名）

活動者数：あすなる隊 1 名、あすなろう体験 1 名、教職員 1 名



### 《あすなる隊の感想》

- ・活動人数が少なく不安だったが、作業内容は簡単でわかりやすかったため、問題なく進めることができて良かった。受け身になってしまったので、もっと積極的に活動に参加すべきだったと反省もあるが、活動自体はとても楽しかった。

### 13) 循誘公民館主催料理教室 第5回

活動内容：小学生料理教室の補助（「自分でつくるお弁当」の調理補助等）

活動日時：令和2年2月2日（日） 9時～14時

場 所：佐賀市立循誘公民館（佐賀市）

対 象 者：佐賀市立循誘小学校5年生4名

活動者数：あすなる隊6名、循誘公民館職員等3名

依 頼 元：佐賀市立循誘公民館



#### 《あすなる隊の感想》

・回を重ねるごとに子ども達とも仲良くなり、子ども達の成長を感じながら活動することができた。通年の活動だったので、前回の気づきなど、反省を次回に活かせるのが良かった。管理栄養士という目標がさらに明確になり、実現に向けてさらに勉学に励みたい。

### 14) 佐賀市青少年センター主催料理教室

活動内容：料理教室補助（「バランスのとれた食事づくり」の調理補助等）

活動日時：令和2年2月22日（土） 9時～14時

場 所：佐賀市立青少年センター（佐賀市）

対 象 者：佐賀市内の高校1・2年生 10名

活動者数：あすなる隊2名、センター職員1名、教職員2名

依 頼 元：佐賀市教育委員会



#### 《あすなる隊の感想》

・高校生とのコミュニケーションをもっと積極的に図ればよかった。調理方法を聞かれた際も自信をもって教えてあげられなかったのが、今後さらに勉強していきたい。  
・高校生を相手にボランティア活動をするのは初めてで、最初は緊張もあってコミュニケーションの図り方がわからなかったが、食物科の生徒たちだったので作業を円滑に進めることができた。



(小城普茶料理食事会)



(グラスホッパー全国ジュニアテニス)



(循誘公民館主催料理教室)