

【地域活動ノート】

## 管理栄養士資格を有する大学院生による 特定健康診査の機会を利用した食育活動

——ときがわ町における3年間にわたる実践報告——

君羅好史\*、加藤勇太\*、荒井 健\*、大澤吉弘\*\*、清水 純\*\*\*、真野 博\*\*\*

### 活動の概要

城西大学大学院薬学研究科の総合医療栄養学演習において、ときがわ町特定健診の機会を利用した成人向けの食育啓発活動を行ってきた。本食育啓発活動では、管理栄養士資格を有した大学院生が「減塩」や「野菜摂取量の増加」という地域住民の課題に焦点を当て、食育啓発ポスターを作成し、特定健診受診者を対象として健康食育教室を実施した。本取組は、管理栄養士資格を有する大学院生が実践の場を通じて栄養教育の方法を学ぶのと同時に地域住民の食育機会としても機能している。

キーワード：埼玉県ときがわ町、地域活性化、特定健康診査、食育、管理栄養士

城西大学大学院薬学研究科における総合医療栄養学演習は、医療栄養学を構成する臨床栄養、食毒性、栄養政策管理の3分野の関連を理解するために、それぞれの分野で用いられる基本的事項、試料の取り扱い、解析方法、評価方法およびそれぞれの分野の概念について演習と実習を併用することにより学び、医療栄養学の基本的な知識と技能を身につけること、また、対象者に対して栄養教育・栄養指導に有効な方法を例示して説明できるようになることを目的として開講されている。本演習の一環として、本演習を履修する管理栄養士資格を有する大学院生が、ときがわ町の特定健診受診者を対象とした食育啓発活動を2018年より実施してきた。

本食育啓発活動では、食育ポスターの作成と特定健診受診者に対する健康食育教室を実施した。食育ポスターは、ときがわ町住民の健康課題に焦点を当て、「減塩」と「野菜摂取量の増加」をテーマに大学院生が作成した。健康食育教室は、ときがわ町保健センターの協力を得て、40歳（年度末年齢）から74歳（健診日年齢）の国民健康保険加入者に対して実施する特定健診受診者に実施した。ときがわ町の特定健診は2会場（アスパアたまがわ、ときがわ町体育センター）を使用し、6日間の日程で実施されており、2018年には740人、2019年には731人が受診している。なお2020年については、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から本演習での健康食育教室の実施は中止となった。健診会場内のスペースに大学院生が作成した食育ポスターを掲出し、特定健診の受診者が採血後止血までにかかる時間を利用して、大学院生が「減塩」と「野菜摂取量の増加」についてのプレゼンテーションを実施した。大学院生は「正しい情報」を伝えるだけでなく、対象者にとってわかりやすい伝え方を意識し、日々の生活に取り入れられる方法などを交えてプレゼンテーションを実施した。また、ポスターやプレゼンテーションに対する対象者からの反応や質問された内容などをもとにして、自分自身や大学院生同士でフィードバックを行い、特定健診が実施された6日間の中で発表

---

\* 城西大学薬学部医療栄養学科助教

\*\* 城西大学薬学部医療栄養学科助手

\*\*\* 城西大学薬学部医療栄養学科教授

内容や言葉使い、目線などの改善を試みていた。

本演習は、ときがわ町の特定健診では、多数の住民が一つの会場に集まり、数日に渡り実施される点を活かして健康食育教室を実施できることから、大学院生が栄養教育の方法を学び、実践する機会を得ることにつながっている。また、大学院生が実施する食育啓発活動は、ときがわ町住民の健康に寄与する食育機会を作り出すことに貢献していると言える。

本取組がきっかけとなり、ときがわ町の広報誌『広報ときがわ』2019年11月号から大学院生と教員が食や健康について執筆するコラム「食は体をつくる～城西大学通信～」を掲載している。大学院生の学びを言語化し誌面を通じた栄養教育を実践する場になるとともに、継続した地域住民への食育機会の提供にもつながっている。



図1. ときがわ町特定健診で健康食育教室を実施する大学院生



図2. 広報ときがわに掲載された大学院生が執筆するコラム「食は体をつくる～城西大学通信～」2020年2月28日発行No.170 3月号