

「やまがた健康フェア 2022」への参画

安 部 貴 洋
鈴 木 美 穂

実施日時：令和4年9月23日（金・祝）10:00～17:00

会 場：イオンモール天童

担当教員：阿部宏慈学長（実行委員会委員）、金光秀子（代理委員）、安部貴洋
鈴木美穂

連携機関：山形県健康福祉部、公益社団法人山形県栄養士会

1. はじめに

「やまがた健康フェア」は、かねてより健康づくり関係機関・団体などで組織された実行委員会が主催者として開催してきた健康づくりシンボルイベントである。全世代に向けた健康づくり（生活習慣の改善、健（検）診の受診勧奨、健康経営の推進など）の周知啓発を目的とし、各団体によるブース出展やパネル展示、資料設置による健康づくりの普及啓発、健康セミナー等が催された。それら県民一人ひとりの健康意識の向上や自発的な健康づくりを行う契機を提供することにより、「健康長寿日本一」の実現を目指している。

昨今の新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、令和4年度開催の「やまがた健康フェア」は3年ぶりの開催となった。

今回、本学は、

- ① （公社）山形県栄養士会と共同で、食育 SAT システムを使用した栄養バランス診断
- ② 学生によるステージイベント（食育がテーマの紙芝居、クイズ）

の2つを出展した。以下にその概要を記述する。

2. 山形県立米沢栄養大学の出展内容

① 食育 SAT システムを使用した栄養バランス診断

（1）来場参加者数

239 名

（2）事業実施体制

本学教員 1 名、本学学生 10 名、（公社）山形県栄養士会 10 名

（3）活動内容

食育 SAT システムは、バイキング形式で IC タグ内蔵の食品サンプルを選んでセンサーボックスに乗せると、その料理の栄養価や料理の組み合わせから栄養バランスを確認できる体験型の食事教育である。毎回の活動から、高齢者、子供にとっても理解しやすく、楽しんで体験していただいていることがうかがえる。このような活動は、参加者自身の食生活の改善や気づきに繋がる良い機会となっている。



② 学生によるステージイベント（食育がテーマの紙芝居、クイズ）

（１）来場参加者数

30 名

（２）事業実施体制

本学教員 1 名、本学学生 5 名

（３）活動内容

食育をテーマとした紙芝居とクイズを行った。

紙芝居のタイトルは「お弁当何にしよう？」。遠足に行く子どものためにお弁当を作ろうとするお母さん。けれど、どんな「おかず」にすればいいのか分からない。そんなお母さんのために、みんなでおかずを考える。メインのおかずは唐揚げ、それとも焼き鮭。野菜はアスパラガス、それともブロッコリー。デザートはリンゴ、それともブドウ。唐揚げか

焼き鮭か、アスパラガスかブロッコリーかを参加者に問いかけ、一緒に悩みながら、そして選んだ食品の身体における働きを参加者とともに確認する。栄養を学ぶための様々な工夫を凝らした紙芝居を制作し実演した。

参加者の他に、通りすがりに足を止めてステージをじっと見つめる子どもや二階から話をしながら紙芝居の様子を眺める親子の姿等が見られた。

