

さくようヘルスケアレストランを用いた地域貢献活動

Community contribution activities using Sakuyo Healthcare Restaurant

佐々木 妙子*・新田 和子*・赤松 英彦**・富山 恭行*

Taeko SASAKI・Kazuko NITTA・Hidehiko AKAMATSU・Yasuyuki TOMIYAMA

Abstract

The Sakuyo Health Care Restaurant, operated as part of the Health Care Management Practicum in the fourth year at Kurashiki Sakuyo University's Faculty of Food Culture, was used to benefit the local community. In addition to serving healthy meals, the event included a concert by the Faculty of Music and a health seminar led by a professor from the Faculty of Food Culture to increase participants' health awareness. Students played a key role in planning and organizing the event, learning the joy of contributing to human wellbeing through food, the importance of cooperation and collaboration, and consideration for others. The seminar provided a valuable opportunity for students to practice their skills and is expected to help them enhance their qualifications as dietitians and nutritionists.

I. 緒言

近年、18歳人口の減少を踏まえた高等教育の在り方、特に地域の私立大学に求められる役割として、個々の大学が行う社会貢献や地域連携活動が重視される傾向がある。2018年に中央教育審議会では「2040年に向けた高等教育のグランドデザイン（答申）」が取りまとめられ、その中で、今後、産業形態が一極集中型から遠隔分散型へと転換する想定の中では、地方における高い能力を持った人材の育成に期待がかかっている¹⁾とされている。また現在、栄養士・管理栄養士において、活躍する職域は行政・医療・介護など多様な分野にわたり、その中で高い専門性と、他職種との連携と協働による問題解決能力が求められている²⁾。そういった中で、高年次教育として地域貢献活動を体験することは、社会的ニーズを踏まえた教育として意義深いと考えた。

くらしき作陽大学では、専門性の高い管理栄養士・栄養士の育成を目的に、平成25年よりヘルスケアマネジメント実習を立ち上げ、その実習の中で学内レストランである「さくようヘルスケアレストラン」を運営している³⁾。さくようヘルスケアレストランでは平成26年以降、商品開発センターやくらしき作陽大学COC事業との連携、くらしき若衆連携プログラムとの連携などを通し、地域連携活動を実施してきた。しかし、2020年以降の新型コロナウイルス感染症の対策のためにイベント開催を見送っており、今回4年ぶりに地域貢献活動を実施した。その活動内容と成果について報告する。

II. 活動内容

1. 実施計画

実施者は、2024年度前期のヘルスケアマネジメント実習Aの履修者33名とした。今回の活動の目的は、健康食の試食と健康セミナーへの参加により地域住民の一次予防に対する意識向上を図り健康増進へ繋げること、また授業を公開することで地域貢献の一助とすること、学生教育の場として一般の方へ食事の提供・サービスを行うことにより学生の実践能力を向上させることとした。計画の概要を表1に示す。

* くらしき作陽大学食文化学部 Faculty of Food Culture, Kurashiki Sakuyo University

** 作陽短期大学音楽学科 Department of Music, Sakuyo Junior College

表1 計画の概要

実施日	2024 年 7 月 4 日 (木)
テーマ	七夕 ～ 和食で健康に ～
対象者	地域住民 50 人
会費	1,000 円
プログラム	11:40 ～ 受付 12:00 ～ 食事会 (七夕献立) ヴァイオリンとピアノのコンサート 赤松英彦 准教授 13:00 ～ 健康セミナー 富山恭行 教授 健康寿命を延ばす秘訣！ ～ロコモティブシンドローム (運動器症候群) とは～

今回の開催にあたっては、全学的に各学部・部署からご協力を得て、イベントを盛り上げていただいた。食事会では、音楽学部の協力により生演奏を披露していただくことで、優雅な空間の演出や食事への期待感を高揚させる効果を狙った。また栄養管理された食事の後に、健康セミナーでロコモティブシンドロームについての講義を受講いただき、参加者の健康意識の向上を期待した。食事会の会場にはくらしき作陽大学附属認定こども園の園児が飾り付けをした笹飾りを設置し、園児の手作りの笹飾りが、空間を可愛らしく演出してくれた。

広報活動は、大学ホームページ、倉敷市ホームページ、地元ケーブルテレビでの宣伝、近隣スーパーへのチラシ配布を行った。申し込み方法については、対象が高齢者中心になることを想定し、QRコードからGoogleフォームを入力し申し込む方法と、チラシの申込欄に記入しFAXで申し込む方法の2種類を用意した。

2. 実施に向けての準備活動

ヘルスケアマネジメント実習では、実習内で学内レストランを運営している。今年度は、前期授業期間中に8回のランチ提供 (各班2回ずつ) と、学内向けの七夕イベント (以下: プレ実習)、地域貢献活動 (以下: 本実習) を実施した。地域貢献活動の準備を、レストランを運営しながらスムーズに行うために、準備にかかる業務を細分化し、分業することとした。組織構成は、学内レストランでの食事提供を行う班を4班とし、地域貢献活動を行う班を3部門構成として、マトリックス組織構造で両者を組み合わせて実習を進めた (図1)。地域貢献活動に向けての準備は、調理部門・演出部門・サーブ部門に分け、各部門の実施内容は表2に示す。

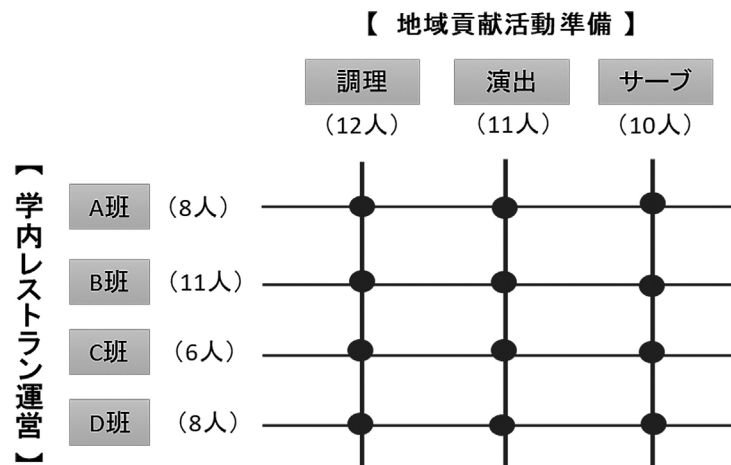


図1 地域貢献活動に向けての実習組織図

表2 地域貢献活動に向けての準備内容

	準備内容
調理部門	献立作成 試作 調理2回（プレ実習、本実習）
演出部門	食環境の演出、食卓の七夕飾り、食卓お品書き作成 食事会場内での司会 抹茶塩用の笹舟作成
サーブ部門	食事会場のテーブル配置計画、控室の準備 広報用チラシ作成、ランチョンマット作成 参加者アンケート作成 コンサートステージ作成 健康セミナー会場準備

3. 食事会について

1) 調理部門

七夕に近い日の提供であったため、七夕をテーマにした献立作成を実施した。お寿司は七夕の行事食として食べられており、長寿を願う海老、子孫繁栄や金銀を連想させる錦糸卵、海苔は厄除けの効果があると言われており、これらの材料を使用して押し寿司とした。また無病息災を願う七夕の食べ物としてそうめん（索餅が変化して）が定着されており、そうめんの中に星型のオクラを入れた。色には、赤色：健康や長寿、黄色：金運や商売繁盛、緑色（青）：学問や円満、白色：清潔や純粋さ、紫色（黒）：厄除けや魔除けの意味がある。それらの色を考慮し、天ぶらの盛り合わせ（黄色）、ほうれん草（緑色）の白和え（白色）、なす（紫色）のみょうが和え、デザート等、必要エネルギー量、エネルギー産生栄養素バランス（表4）を保ちながら献立を作成した。

表3 献立名

4種の彩り押し寿司 天ぷら盛り合わせ 白和え みょうがと茄子の和え物 天の川すまし汁 おりひめひこぼし大福
--

表4 栄養価

エネルギー 687kcal たんぱく質 26.2g 脂質 14.8g 炭水化物 112.8g 食塩相当量 2.6g P比 15% F比 20% C比 65%

献立作成において、必要な栄養価を満たすことは勿論だが、調理作業中の衛生管理が遵守できる内容であること、時間内に提供できることが重要である。また、食材料費を理解していることも重要である。学生は十分な時間をかけ献立作成を行った。ゼスプリインターナショナルジャパン株式会社（以下：ゼスプリ）より栄養教育の一環でキウイの提供があり、デザートの試作品を数種類作り検討した（図4～6）。履修者全員で検討した結果、和食メニューとの調和や高齢者の嗜好を考慮して、キウイ大福に決定した。

調理作業においては、全員が献立の内容を理解し、誰が調理しても同じ完成品でなければならない。そのため、大量調理施設衛生管理マニュアル⁴⁾に基づいた作業指示書が必要となる。作業指示書が詳細に記載されていなければ未完成な料理となる。



図2 献立作成の様子



図3 試作のメニュー



図4 デザート 試作1
キウイ大福



図5 デザート 試作2
キウイソーダゼリー



図6 デザート 試作3
キウイミルクゼリー

作業指示書に調理作業の仕方を記載する際、厨房の汚染区域、準清潔区域、清潔区域を理解し、いかに食材が汚染されないよう調理していくことができるのかを考える必要がある。

押し寿司の調理工程が複雑であった。れんこんを甘酢で味をしみこませること、鶏卵を錦糸卵にするため、食材の動線が複雑であった。また、押し寿司の型も器具をいろいろ検討したが、1人当たりの量を把握して切っていくには、牛乳パックが便利であると知った。そうめんは大量であり、回転釜に投入してどれくらいの時間でそうめんを取り上げるか、そうめんの量と時間の計測を指示書に記載するようにした。そうめんは冷水で流水するが、水槽では衛生管理が守れない可能性もあるため、プラストチャーに冷水を入れておき、その中にそうめんを冷やすことを検討した。天ぷらも10人分の揚げ時間を記載するようにした。

また、プレ実習(80食)と本実習(100食)を実施することで、献立のブラッシュアップや工程を改善する過程を経験することができ、給食管理能力を高めるための実践的な学びとなった(表5、表6)。



図7 プレ実習の提供料理



図8 本実習の提供料理

表5 プレ実習の評価

反省点	改善点
押し寿司の、ごはんのごはんの間に海苔を敷いていたため、切り難く、盛り付けに苦勞し時間がかかった	押し寿司のごはんのごはんの間の海苔をやめた
なすとみょうがの和え物の、みょうがと葱が多いため、えぐみが強かった	みょうがと葱の量をへらした
ささみの天ぷらが硬かった	前日に砂糖水に浸け込んだ
まいたけが、細かくなって、揚げるのに時間がかかった	下処理で、さっと水にくぐらし、形がこわれないよう、手で割いた

表6 本実習の評価

反省点	改善点
れんこんの甘酢に味が染みていなかった	前日準備で砂糖の量を確認することと、担当者を決めること
揚げ物に時間がかかった	天ぷら鍋を2つ使用する
キウイの数が多く時間がかかった	前日に数の確認をする。担当者を決め、数の把握をしておくこと

2) 演出部門

食環境の演出では、七夕のテーマに沿って、笹や短冊を取り入れ、天の川をイメージさせるような色使いを意識した。会場中央には、くらしき作陽大学附属認定こども園の園児が飾り付けをした笹飾りを設置した(図9)。卓上の笹飾りに使用した笹は、大学の構内に生育していたものを使用し、飾った短冊には献立名を表記して、栄養教育を兼ねた。また、卓上には、手書きのウェルカムメッセージカードとお品書き用意し、参加していただいた感謝を伝える手段とした(図10)。食事を使用した抹茶塩の提供方法や容器について検討した結果、提供前にアルコール消毒が可能で、衛生的に取り扱えるよう、ワックスペーパーで折った笹船を使用することとした(図11、図12)。

食事会中の司会では、献立の説明や、キウイの提供をしていただいたゼスプリの紹介とキウイについての栄養教育(図13)、コンサートの演奏者の紹介など行いながら、スムーズな進行を心掛けた(図14)。



図9 会場中央の笹飾りと天井の網飾り



図10 卓上笹飾りとウェルカムメッセージカード



図11 笹船作成の様子



図12 天ぷらに添えた抹茶塩入り笹舟



図13 配布したキウイのパフレット



図14 司会の様子

3) サーブ部門

会場の設営では、参加者全員が、食事をしながらコンサートステージを見ることができることを意識して、テーブルと椅子を配置した。参加者がテーブルについた状態でも食事の配膳がスムーズに行えるスペースを確保できているかも確認をした。また、本学の学章のデザインにもある藤を模した装飾を作成し、コンサートステージの背景とした。

広報用のチラシは七夕がイメージできるものとし、お膳に使用したランチョンマットも同じデザインで作成することで、演出に統一感を持たせることを意識した(図15~17)。

会場までの誘導は、広報用チラシを掲げた学生が大学構内の随所に待機し、会場の教室まで案内を行う事で、参加者が迷わないように工夫をした。また、初夏の日中の開催であり気温が高くなることが予想されたため、参加者には待機用の控室を準備し、到着後は速やかに冷たい麦茶を提供した。席への案内や、食事の配膳がスムーズに行えるよう、事前の打ち合わせを綿密に行った。



図15 広報用チラシ



図16 ランチョンマット



図17 ランチョンマットを使用した様子

4) ヘルスケアレストランでの音楽について

これまで何度かヘルスケアレストランでの演奏に関わらせて頂いたが、いずれも食事時のBGMとしての演奏であった。今回はこれまでの演奏とは異なり、食事のコンセプトや内容を含めた「ヘルスケアレストラン」の詳細についても事前にお聞きし、ミーティングを重ねる中で食事の美味しさや魅力がより引き立つように音楽をプランニングした。結果として今までに無い、食と音楽が融合したコラボレーションを実現できたと感じている。

演奏に際しては、来場者入場から食事時の「BGM演奏（図18）」と、食事終盤での「小規模コンサート（図19）」の二本立ての演奏プランを考えた。「BGM演奏」では電子ピアノで食事前の序奏として、七夕のイメージや初夏らしい季節感を音で演出する事で、リラックスできる空間を作り、料理への期待感が膨らむよう心掛けた。また後半のコンサートでは弦楽器の響きが今回の食事のイメージにマッチすると思い、是非ともヴァイオリンを取り入れたいと考えた。ヴァイオリンと電子ピアノ、それぞれのソロ演奏と二名のデュオによる演奏で、小さなショウタイムとしての演奏を行った。食事と共に音楽をより身近なものとして感じて頂けるよう、選曲にあっては馴染みのある曲目でのプログラムにも留意した。また会場には楽器が無かったため、学内の電子ピアノを運搬、設置しての演奏となった。楽器の設置場所や音出しにあたっては、「音の聞こえ方」と「ステージの見せ方」についてもこだわりを持って工夫した。見栄えの良さと音量への配慮だけでなく電子ピアノの音がよりナチュラルに響き、広がりを持ったサウンドとなるように小型のスピーカー2台を接続することで、隠し味的な音の響きにも気を配った。加えて食事時の空間や演奏がより華やかに感じられるように、音だけでなくより魅力的な照明や飾り付けにも配慮した。ステージ作りや音響に関しては、食文化学部先生方や学生からもアイデアを頂戴し、オーナメントの作成や照明プランなどにも協力を得た。音楽学部と食文化学部が協力してひとつのステージを作り、身近な機材や材料から最大限の効果を引き出す事ができたことを実感している。

また演奏を担当させて頂いた学生にとっても、ヘルスケアレストランで演奏経験は新鮮で貴重な経験となり、教育的にも大きな効果があったと感じている。このような演奏の機会を与えて下さった食文化学部の先生方に感謝している。



図18 BGM演奏の様子



図19 ヴァイオリンとピアノのコンサートの様子
ヴァイオリン奏者：中井太一さん
ピアノ奏者：多賀愛夏さん

表7 演奏曲

BGM 演奏曲	「たなばた」「夏の思い出」「うみ」「ふるさと」
演奏会プログラム	「エルガー／愛の挨拶」「ショパン／革命」「モンティ／チャルダッシュ」 「マンシーニ／ムーンリバー」

5) 健康セミナーについて

今回は「健康寿命を延ばす秘訣！～ロコモティブシンドロームとは～」をテーマに、医師の立場から健康セミナーを実施した。ロコモティブシンドローム（以下ロコモ）とは、運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態のことである。英語で移動することを表す「ロコモーション（locomotion）」、移動するための能力があることを表す「ロコモティブ（locomotive）」を語源とし、移動するための能力が不足したり、衰えたりした状態を指し、ロコモとはその略称である。2013年からの国民生活づくり運動「健康日本21（第2次）」では、ロコモの認知率を80%とすることが目標として挙げられた。その結果、2012年に17%台だったロコモ認知率は、2015年には40%台と大幅に上昇したものの、それ以降は横ばいの状態が続いており、近年の特徴としては60代から70代の中老年層の女性では認知率が高く、20代から30代の若年成人で認知率が低い傾向にある⁵⁾。今回の企画ではヘルスケアマネジメント実習の履修学生も含めて、男女を問わず幅広い世代の参加者が見込まれたことから、中老年層にはロコモの認知度や理解度の更なる向上を、若年層にはロコモの啓発を目的として本テーマを設定した。約40分間の健康セミナーでは、以下の点にフォーカスした講演と体験型の実践運動を取り入れながら行った。

まず、ロコモの背景についてである。我が国では超高齢社会の現状と未来という難題に直面している。厚生労働省の報告⁶⁾によると、年齢階層別人口の推移で2010年以降、日本の人口は減少傾向にあり、65歳以上の人口は3,624万人、高齢化率は29.1%に達した。さらに2065年の推計値では、人口は8,808万人まで減少し、高齢化率は38.4%に上昇することが予想されている。その背景のひとつに、平均寿命の向上がある。我が国は言わずと知れた長寿大国であり、2019年の調査⁷⁾では男性の平均寿命は81.41歳、女性の平均寿命は87.45歳であった。一方、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義される健康寿命は、それぞれ72.68歳と75.38歳であった。すなわち、平均寿命と健康寿命の差は男性で約9年、女性で約12年であり、この差は2001年以降ほぼ一定で推移している。そのため両者の差を縮めることが、超高齢社会における大きな課題である。ロコモは健康寿命の阻害要因であり、要支援・要介護の原因の約25%を占めている⁸⁾。したがって、骨粗鬆症や関節・脊椎疾患などのロコモに関連する運動器疾患を予防し、運動機能を維持することで転倒を防ぐことが介護予防に重要であることを伝えた。特に女性は、転倒・骨折や関節疾患による要支援・要介護が多く、要因の30%を超えていることが報告されている⁸⁾。運動器の健康は、高齢者の自立した生活に不可欠であるため、健康寿命に関連が深い。すなわちロコモを知り、適切な対策を行うことが、健康寿命を延ばす秘訣であることを重ねて強調した。

次に、ロコモの評価についてである。ロコモの評価には、自己チェックが可能なロコチェックと、3つのテストからなるロコモ度テストがある。前者は7つの項目からなる自己チェック法で、1つでも当てはまれば骨や関節、筋肉などの運動器が衰えているサインであり、ロコモの可能性あることを説明した。一方、後者は臨床的に用いられる客観的評価方法であり、判定基準に従ってロコモ度1、ロコモ度2、ロコモ度3を判定する。ロコモ度テストは、①立ち上がりテスト（下肢筋力の評価）⁹⁾、②2ステップテスト（歩行速度と相関し、筋力・バランス・柔軟性を評価）¹⁰⁾、③ロコモ25（運動器の症状、身体機能・生活状況の評価票）¹¹⁾の3つのテストで構成される。実際に参加者にも立ち上がりテストや2ステップテストを体験してもらい、ロコモ度の判定方法について楽しみながら学んでもらった（図20）。

次に、ロコモの対策についてである。ロコモの予防と改善のためにできることは、運動習慣をつけること、身体活動の高い生活を心がけること、適切な栄養を摂取すること、運動器疾患の評価と治療を行うことである。ここではロコモ予防のための運動であるロコトレ¹²⁾について紹介した。ロコトレとは「ロコモーショントレーニング」の略で、ロコモ予防にお勧めの運動である。ロコトレの効果としては、バランス能力向上や下肢筋力向上などが期待され、いつまでも元気な足腰でいるために継続して行うことが大切であることを伝えた。ロコトレについては、まずは開眼片脚立ち¹³⁾とスクワット¹⁴⁾を一緒に実践してもらい、次にロコトレプラス（ふくらはぎの筋肉をつけるヒールレイズ、下肢

の柔軟性・バランス能力・筋力をつけるフロントランジ)¹²⁾にも可能な範囲で挑戦していただいた。さらに腰や膝の痛み対策として、腰痛体操（背筋と腹筋の訓練）と膝痛体操（大腿四頭筋の訓練)¹²⁾についても紹介した（図21）。

次に、食文化学部主催の講演会として肝となる、ロコモと栄養についてである。まず、たんぱく質は筋肉、骨や血液、酵素やホルモンなど、からだの様々な部分の構成成分であること、体重1 kgあたり1 gの摂取を目標にすることを説明し、代表的な食品のたんぱく質含量について紹介した。また、ビタミンDはカルシウムと同様に骨の健康に欠かすことのできないビタミンであり、魚類など食品からの供給と適度に紫外線にあたると皮膚で生成されるという2つの供給ルートがあることを説明し、ビタミンDの多い食品について紹介した。また、ビタミンKはカルシウムを骨に沈着させる働きがあり、納豆などのビタミンKの多い食品について紹介した。さらに、食品摂取の多様性スコア（Dietary Variety Score; DVS）の重要性と栄養学的特性について説明した。「さあ、にぎやかにいただく（10の食品群を並べかえて、さ（魚）あ（油）に（肉）ぎ（牛乳）や（野菜）か（海そう）（に）い（いも）た（卵）だ（大豆）く（果物）と覚えやすくした合言葉）」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取の多様性スコアを構成する10種の食品群の頭文字をとったもので、ロコモチャレンジ！推進協議会が考案した合言葉である。DVSと四肢骨格筋量、握力、歩行速度との横断的関連を示した報告¹⁵⁾とグラフを紹介し、DVS、すなわち食品摂取の多様性がロコモ予防において如何に大切な、科学的根拠を示して説明した。

最後に、ロコモをより身近に感じてもらい、行動変容を促すための啓発ツールである「ロコモ年齢」について紹介した。ロコモ年齢の算出方法（特許第7047178号）の詳細は省略したが、WEBで完結すること、ロコモ年齢に応じたアドバイスがもらえること、実年齢とロコモ年齢の比較が可能であること、繰り返し計測して改善を確認できることなどのメリットを伝えた。実際に結果の一例を紹介するとともに、ロコモ年齢が算出できるQRコードが載った講演スライドの資料も配布し、積極的な利用を推奨した。



図20 健康セミナーの様子
ロコモ度テストの説明



図21 健康セミナーの様子
ロコトレの実践

Ⅲ.参加者のアンケート調査結果

当日の参加者は、食事会が46名、健康セミナーは49名であった。健康セミナー実施後にアンケートを実施し、44名の回答を得た。参加者の年代、参加されたきっかけ、性別、お住いの地域を表8～11に示す。

参加者の年代は、70代が43%と最も多かった。イベント開催が平日の日中であったために60代以上の参加者が中心になると予想していたが、結果として半数近くは60代以下となり、幅広い年齢層の方に参加をしていただけた。また、参加者のお住いの地域は、倉敷市在住の方が61%であり、近隣からの参加が中心であったが、広島県や香川県からの参加者もおられた。遠方からの参加者は、知人の紹介で参加されていた。参加されたきっかけは、知人の紹介が68%で最も多く、次いで倉敷市ホームページ、玉テレであった。地域イベントに参加される対象者は、ロコミでの集客効果が最も高く、自治体のホームページやケーブルテレビで地域情報を得ていることが推察された。

表8 参加者の年代

	(人)	(%)
30代以下	3	7
40代	6	14
50代	11	26
60代	4	10
70代以上	18	43

表9 参加されたきっかけ

	(人)	(%)
大学 HP	2	5
倉敷市 HP	5	11
玉テレ	4	9
ちらし	1	2
知人の紹介	30	68
その他	2	4

表10 参加者の性別

	(人)	(%)
男性	7	17
女性	35	83

表11 お住いの地域

	(人)	(%)
倉敷市	25	61
岡山市	6	15
その他	10	24

食事についての、アンケート結果を図22、23に示す。料理の満足度は90%以上であった。しかし無回答も5%であった。一番おいしかった料理が、白和えだった。イベントに参加した年齢層が高かった事も要因だと考える。大福も好評であった。

アンケートの自由記述では「また参加したい」「定期的にイベントを行って欲しい」「やさしい味と素敵な音楽に癒された」「運動を続けようと思う」等の記述があり、地域貢献イベントとして満足していただけた様子が窺われた。

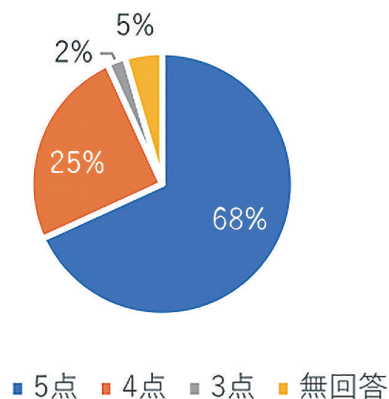


図22 料理の満足度

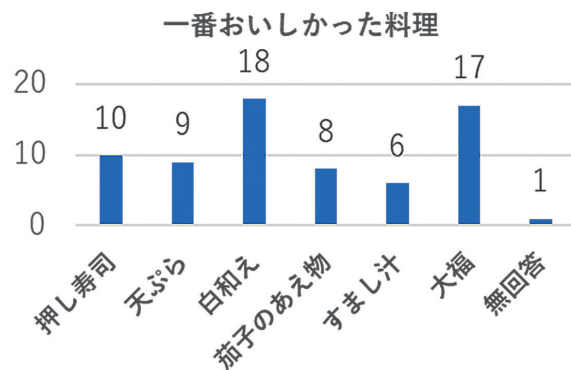


図23 一番おいしかった料理

IV. 履修者の意識

履修者には、授業後にレポートを提出させた。レポートでは、イベントに参加することで地域の方に実際に食事を提供する貴重な経験が出来てやりがいを感じた、地域に貢献できる機会があって嬉しかった、食事会の後に美味しかったと言って貰えて達成感を感じたなどの「地域連携活動の学びに対するポジティブな感想」が10件あり、食事を通して貢献できることの喜びを学ぶ場として効果的な学修であると考えられた。また、天の川の配置を演奏者さんの立ち位置を考えて飾る必要がある、他部署との意見のすり合わせをすることの大変さを感じたなどの「協働の大切さへの気づき」が10件、参加者さんがくつろげる座席の配置をもっと工夫すればよかったなどの「参加者への配慮」が9件など、連携の大切さや、参加者への心遣いへの学びもあった。

V. 考察と今後への課題

アンケートやレポートの結果、イベント参加者と履修者どちらにとっても、健康意識向上や地域との関わりの重要性を学ぶ場として意義深いイベントであったことが推察された。授業として実施することにより、履修者の負担感を増やさずに、単位の中で実施することが可能となり、4年生の国家試験対策や就職活動と並行して実施しやすかったことも、履修者の満足度を高く維持できた要因であると考えられた。一方で、学内レストランを運営しながらイベントの準備を進行する方法では、準備状況の進捗の共有が難しいことの課題があり、準備のスケジュールや情報共有の方法について検討が必要であると考えられた。

今後より効果的な教育に繋げるために、給食経営管理分野に留まらず、栄養士・管理栄養士の学びを実践できる卒前教育の場として、この地域貢献活動を継続していきたい。

謝辞

本イベントを開催するにあたり、ご指導賜った松田英毅学長、竹内京子音楽学部長、木村吉伸食文化学部長、川口洋現代食文化学科長、小上和香栄養学科長、コンサートで演奏いただいた中井太一さんと多賀愛夏さん、笹飾りで演出いただいたくらしき作陽大学附属認定こども園藤木潤子園長と園児さん達、広報活動や会場設営等のご協力をいただいた事務局の皆さん、キウイをご提供いただいたゼスプリインターナショナルジャパン株式会社、そして一緒にイベントを企画・運営した2024年度ヘルスケアマネジメント実習A履修者の皆さんに、深く感謝申し上げます。

参考文献

- 1) 文部科学省：2040年に向けた高等教育のグランドデザイン（答申），
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1411360.htm（2024.10.3）
- 2) 特定非営利活動法人 日本栄養改善学会：平成30年度管理栄養士専門分野別人材育成事業「教育養成領域での人材育成」，<https://jsnd.jp/core01.html>（2024.10.9）
- 3) 佐々木妙子，笠原裕子，山下静江：「さくようヘルスケアレストラン」を利用したヘルスケアマネジメント実習の構築，くらしき作陽大学・作陽音楽短期大学「研究紀要」48(1)，39-51（2015）
- 4) 厚生労働省：大量調理施設衛生管理マニュアル，
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzenshu/0000139151.pdf>（2024.10.10）
- 5) 公益財団法人 運動器の健康・日本協会「ロコモティブシンドローム認知度調査」，
<https://www.bjd-jp.org/locomotive-syndrome>（2024.11.10）
- 6) 令和2年度（2020年度）高齢社会白書 厚生労働省，
<https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2020/html/zenbun/index.html>（2024.11.10）
- 7) 厚生労働省：e-ヘルスネット 健康寿命の基礎知識，
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/hale-summaries/h-01>（2024.10.10）
- 8) 厚生労働省「国民生活基礎調査」（2019年）
- 9) 村永信吾：昭和医学会誌，2001；61(3)：362-367
- 10) 村永信吾：昭和医学会誌，2003；63(3)：301-308
- 11) Seichi-A, et al. JOS 2012；17：163-172
- 12) 日本整形外科学会：ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト「ロコモオンライン」，
<https://locomo-joa.jp/>（2024.10.10）
- 13) Sakamoto et al. J Orthop Sci. 2013；18：110-120
- 14) Confort et al. Strength and Conditioning Journal. 2018；40：68-74
- 15) Yokoyama Y et al. J Nutr Health Aging 2016；20：691-696

