



報道関係者各位

令和元年 7月 24日
青森県立保健大学

新チーム「チーム体重計」参入！

令和元年度「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動」

I. 背景

平成 27 年4月、本学は「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート宣言」をし、県民の健やか力（ヘルスリテラシー）向上に大学をあげて取り組んでおります。

今年度で5年目となる「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動」は、5チームの活動を認定し、既に活動を始めています。継続して活動するチームが多いですが、この活動に継続して参加することでヘルスリテラシーの大切さを実感した学生たちが自ら率先して提案し、精力的な活動を行っています。

今回は、大学院生と教員を中心とした「**チーム体重計**」が新たに発足しました。

この5チームの活動概要についてお知らせいたします。

II. 各活動紹介

No.	種別	活動名（チーム名）	活動代表者	活動概要
1	継続 (4年目)	ヘルスリテラシー向上活動 (ヘルスリテラシー向上部)	社会福祉学科 特任教授 小山内 豊彦	<p>青森県立保健大学という、青森県民の健康づくりに向けた拠点が果たすべき役割の一環として、若い力が「ヘルスリテラシーの向上」をキーワードに、広く以下のような部活動を行うものである。</p> <p>1) 平成 26,27 年度に県（健康福祉部）が行った『健やか力検定』を引き継いで、平成 28 年度から実施している、本学学生及び市内の大学生を対象とした『健やか力検定』を今年度も実施し、若者のヘルスリテラシーの向上に資する。</p> <p>2) 大学祭や各種イベントの場を活用して、地域住民を対象とした様々な健康測定（四肢血圧、内臓脂肪、骨密度、ストレスチェック等）を実施する。</p>
2	継続 (3年目)	青森県立保健大学版 LINKtopos を立ち上げ、拡大を図るための活動 (LINKplus)	理学療法学科 2年 佐野 春奈	<p>LINKplus は現在、保健大学の地域貢献活動を行うサークルに所属しているメンバーや地域貢献活動に興味を持つメンバー、他大学の地域貢献活動を行うサークルとのつながりを持つメンバーで構成されている。LINKplus では、全国の公立大学の学生が集まって地域貢献について議論を行う全国 LINKtopos への参加を基盤とし、より幅広い視点からヘルスリテラ</p>

				<p>シーの向上に向けた活動を行っていくことを目標としている。</p> <p>今年度は、県内の他大学（私立大学を含む）にも呼びかけ、一緒に青森県のヘルスリテラシー向上に寄与するような地域活動ができればと考えている。</p>
3	継続 (5年目)	元気フェスタ PartIV (チーム家族)	看護学科 教授 古川 照美	<p>看護学科2年生必修科目である「家族援助論」において、地域における家族支援の実際を盛り込み、本学の地域活動への学生参画をとおして、地域住民のヘルスリテラシーの向上を支援するものである。</p> <p>今年度の「元気フェスタ」は、青森市民だけでなく多くの地域住民が集うショッピングタウンサンロード青森のサンホールで実施し、多くの来場者に対してヘルスリテラシー向上につながるプログラムを実施する予定で計画を進めている。さらに学生のヘルスリテラシー向上につながったかなども客観的に評価する。</p>
4	継続 (5年目)	おかず味噌汁を食して健やか力を向上させよう運動(フェーズ4) (おかず味噌汁健やか力向上委員会)	社会福祉学科 4年 栗本 楓佳	<p>本学学生（主に寮生）や地域住民のヘルスリテラシー向上につながる食生活改善と実践力の育成を目指した「おかず味噌汁」（＝副菜ともなり得る汁物）の普及活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本学学生（主に寮生）に対して、おかず味噌汁の提供および料理教室を開催するとともに、大学生に必要な自炊能力や栄養学的知識を高め、自らの健康を食から管理できる人材の育成を目指す。 ・大学祭や外部イベントにて、地域住民へ向けたおかず味噌汁の提供を行い、具たくさんの汁物が副菜ともなり得ることや適正な食塩量の理解につなげる。 ・県産食材や青森県が推進している「できるだし」などを活用したおかず味噌汁のレシピ集を作成し、本学ホームページで公開する。
5	新規	「体重測定」から健やか力を高めよう！ (チーム体重計)	栄養学科 教授 吉池 信男	<p>週1回以上の体重測定（以下、定期体重測定）をテーマにした講演会開催および情報発信を行い、肥満予防知識を高め、行動変容へ繋げる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 趣旨…定期体重測定促進介入の効果検証研究の社会実装を目的とする。 2. 概要…体重測定を普及するための講演会および情報発信を行う。 <p>(1)対象者…地域住民、事業主、地域・産業保健担当者、本学関係者等 (2)内容 特別講演 「ガッテン流！楽ちんダイエットの極意」 日時：9月29日（日）14:00～16:30 会場：本学講堂</p>

				参加費：無料 講師：北折 一先生 (元NHK 科学・環境番組部専任ディレクター / 「ためしてガッテン」 演出担当デスク) 申込締切：9月24日(火)
--	--	--	--	---

問い合わせ*****

青森県立保健大学 事務局経営企画室

〒030-8505 青森市浜館間瀬 58-1

TEL:017-765-2009 FAX:017-765-2688

担当：高谷、笹森
