

## 「健やか力検定」活動名

# ヘルスリテラシー向上部

### I. はじめに

青森県が平成26年度、27年度に実施した『健やか力検定』を引き継ぎ、本学部学生及び青森市内の大学生を対象として同検定を実施することを目的として、平成28年度に立ち上げた「ヘルスリテラシー向上部」が中心となり、今年度も『健やか力検定』を実施するとともに、部活動としてイベント等の場を活用し、地域住民等を対象に四肢血圧測定などの健康測定を実施することとしたところである。また、今年度は初めて青森県主催の「学生発未来を変える挑戦フォーラム」に参画し、「県内大学生の喫煙に関する実態調査」を実施、報告し県から高い評価を得たところである。

### II. 目的

- ①「ヘルスリテラシー向上部」に参加する学生が教材や検定問題を作り上げていくことは、将来青森県民のヘルスリテラシー向上を支える人材の育成に寄与する。
- ②本学学生その他、青森市内の大学生が『健やか力検定』に合格すべく学習することは学生自身のヘルスリテラシーの向上につながり、ひいては成人期以降の生活習慣病予防に資する。
- ③本活動を通して『健やか力検定』の内容の検証を行い、県民向けの更なるヘルスリテラシー向上につながる検定の知見を得る。
- ④学生が地域に密着したイベント等の場で健康測定等を行ったり、健康に関するアンケート調査を行い、分析することにより、県民のヘルスリテラシー向上に大いに寄与する。

### III. 活動方法（または「活動の経過」等）

- 大学生を対象とした『健やか力検定』は別添の問題を使用した。

### IV. 活動結果（または「成果」等）

- ① 7月1日に鯉ヶ沢町の「鯉ヶ沢健康フェスティバル」に参加し、住民の骨密度や、体組成測定等を行った。
- ② 8月21日に「浜館地区社会福祉協議会」主催の「心の縁側事業」に参加した。
- ③ 9月22日に「自由が丘町会防災訓練」に参加した。
- ④ 10月6、7日に大学際において地域住民の血管年齢測定や内臓脂肪測定を行った。
- ⑤ 10月17日に、青森市主催の「青森市総合計画改定に伴う大学生との意見交換会」に参加し、ヘルスリテラシーの重要性を訴えた。
- ⑥ 11月11日に、市内のアピオにおいて、地域住民の骨密度測定や血管年齢測定を行った。
- ⑦ 12月21日に、青森県主催の「学生発未来を変える挑戦フォーラム」に参画し、「県

内大学生の喫煙に関する実態調査」について発表を行った。

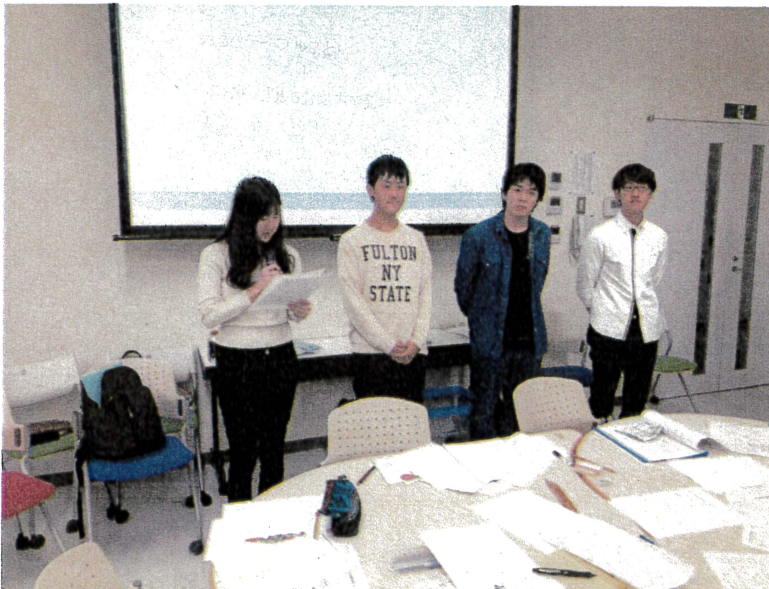
- ⑧ 平成31年2月2日に、本学及び青森大学において市内の大学生を対象として「健やか力検定」を行った。
- ⑨ ⑦の活動が評価され、2月17日に青森県主催の「青森ブランドフォーラム」に招待され、発表を行った。
- ⑩ 「野辺地町SOSの出し方教室」にピアサポーターとして参加した。

等々

【平成30年7月1日 鱒ヶ沢健康フェスティバル】



【平成30年10月17日 青森市総合計画 学生との意見交換】



【平成30年12月21日 学生発未来を変える挑戦フォーラム】



【平成31年2月2日 「健やか力」検定】

次頁参照

## V. 活動の総括

本年度は、「ヘルスリテラシー向上部」活動の3年目であったが、地域住民を対象とした「健康測定」等を数多く行ったこと、市内の大学生を対象として3回目の「健やか力検定」を実施したこと、初めて青森県主催の「学生発未来を変える挑戦フォーラム」に参画したこと、など活動が多方面にわたり、かつ深化したことを大いなる成果として総括するところである。

## VI. 謝辞

昨年度に引き続き、市内大学生を対象とする『健やか力検定』を平成31年2月2日に実施しましたが、132名もの学生に参加いただき、無事検定を終了することができました。この検定の実施にご協力をいただいた、青森大学、青森中央学院大学の関係者の皆様方には、ここに深く感謝申し上げます。

また、鱒ヶ沢町、自由が丘町会、浜館地区社会福祉協議会などの団体に対しましても「ヘルスリテラシー向上部」の活動にご協力を賜りましたこと、深く感謝申し上げます。

## Ⅶ 活動構成員等

(チーム名：ヘルスリテラシー向上部)

	氏名	所属	役割分担
活動代表者	小山内豊彦	社会福祉学科	全体の運営・総括等
経費執行責任者	古川照美	看護学科	活動経費の管理等
構成員	川内規会	看護学科	検定に関する調整等
構成員	大西基喜	看護学科	全体の企画・監修等
構成員	戸舘亜都紗	看護学科	活動の企画・実施等
構成員	中嶋 望	看護学科	〃
構成員	後藤優和	栄養学科	〃
構成員	長岡瑞穂	看護学科	〃
構成員	福村 郷	看護学科	〃
構成員	山本崇史	看護学科	〃
	他63名		

※欄が不足する場合には、適宜行を挿入ください。

## Ⅷ 活動経費（執行額）

(単位：円)

年度	活動経費	科目				
		報償費	旅費	需用費	役務費	備品購入費
平成 30 年度	263,823	0	9,675	252,911	1,237	0
総計	263,823	0	9,675	252,911	1,237	0

※活動経費執行内訳等の詳細は別紙「収支管理簿」のとおり。

【別紙2】 平成30年度 健やか力(ヘルスリテラシー)向上サポート活動

(チーム名: ヘルスリテラシー向上部 )

(活動名: ヘルスリテラシー向上活動 ) 収支簿

年月日	摘要	収入	支出				残額
			単価	数量	単位	金額	
	配分	300,000					300,000
1 6月27日	伊藤園 おーいお茶		85	90	本	7,650	292,350
2 7月1日	「あじがさわ元気健康フェスティバル」参加		2,875	1	日	2,875	289,475
3 7月26日	後納郵便(定型内82円)		82	1	通	82	289,393
4 9月28日	学生のタバコ調査の同行		6,800	1	日	6,800	282,593
5 9月28日	図書カード		2,000	2	枚	4,000	278,593
6 11月28日	H30健やか力検定チラシ・ポスター スキャネットマグネシート		73,597	1	式	73,597	204,996
7 12月11日	50問4択アルファベットA5 SN-0022		11,880	1		11,880	193,116
	パイロット3色フリクションボールペン のし袋付 LKFB-60UF-GY		420	70	本	29,400	163,716
	パイロット3色フリクションボールペン のし袋付 LKFB-60UF-LA		420	70	本	29,400	134,316
8 12月11日	富士通 スキャナ FI-7160B		96,984	1	台	96,984	37,332
9 2月21日	後納郵便(定形外140円)		140	1	件	140	37,192
10 2月21日	ヤマト運輸宅配便(80サイズ)		810	1	件	810	36,382
11 2月27日	後納郵便(定形外205円)		205	1	件	205	36,177
	計	300,000				263,823	36,177

平成  
30年度

# あおもり

## 「健やか力」検定【疾病編】

### 受検者大募集

受検料無料で  
参加賞まで  
あるってホント？

※ホントです！



そんなあなたに！

めざせ健康マスター！

検定日

2019年

2月2日 土

申込締切

1/20

日

試験時間

受付：10時  
開始：10時30分  
(60分)

健やか力とは…

健やか力とは、健康情報や医療情報を適切に利用し、理解し、活用する力です。健康に良いこと・悪いこと、病気などについて学び、心も身体も健やかな毎日を送りましょう。



会場 青森県立保健大学  
(B棟1F)

対象 青森市内の大学に通う学生

# 受 検 案 内

## ■ 日 程

- ①申込受付開始 平成 30 年 12 月 1 日 (土)
- ②申込受付終了 平成 31 年 1 月 20 日 (日)
- ③試 験 日 平成 31 年 2 月 2 日 (土)
- ④合格者発表日 平成 31 年 2 月 8 日 (金)※予定

## ■ 時 間

受付：午前 10 時 / 開始：10 時 30 分  
試験時間：60 分

## ■ 会 場

青森県立保健大学 B 棟 1F

## ■ 合格基準・出題範囲

【合格基準】 6 割以上

【出題範囲】

あおもり「健やか力」検定テキスト  
疾病編 (改訂版 H30.12 発行)  
はじめに～ 33 ページ  
「肝・胆・脾の疾患」まで

【教材ダウンロード先】

[https://www.auhw.ac.jp/health-literacy/torikumi/30sukoyaka\\_kentei.html](https://www.auhw.ac.jp/health-literacy/torikumi/30sukoyaka_kentei.html)

## ■ 対 象

青森市内の大学に通う学生

## ■ 受検料

無料 (受検者には参加賞があります)

## ■ 申込方法

受検申込書に必要事項を記載し、主催者まで FAX、メールまたは郵送にてお送りください。

主催者

青森県立保健大学  
(担当：小山内 豊彦)



連絡先 (お申込み・お問合せ)

TEL: 017-765-2024

FAX: 017-765-2053

E-mail: t\_osanai@auhw.ac.jp

住所 (郵送の場合はこちらに):

〒030-8505

青森市大字浜館字間瀬 58-1  
青森県立保健大学 小山内豊彦宛

ふりがな		性 別
氏 名		男・女
	校 名	学 部
所 属	大学	学 年
		年



メールアドレス

電話番号 (自宅または携帯)

※メールアドレスと電話番号は、  
どちらかひとつをご記入ください。

【送付先】

FAX: 017-765-2053

E-mail: t\_osanai@auhw.ac.jp