

◇大学地域連携事業—地域活性のための講演・出展—

[はじめに]

平成20年に、「東山区役所・京都女子大学協定締結」を取り交わし、大学内では様々な連携事業が展開され、栄養クリニックもその一端を担っている。また、平成27年に大学内に「地域連携研究センター」「生活デザイン研究所」が設置され、協賛事業も展開されている。平成28年11月に京都女子大学・京都女子大学栄養クリニックが「健康長寿のまち・京都市民会議」協賛団体として登録された。大学附属機関の栄養クリニックは、一般市民の方々への健康増進啓発活動を行っている。本年度の主な活動を以下に示す。

◆京都市長寿すこやかセンター主催 すこやか講座7月（依頼）

日 時：平成28年7月15日（金） 14：00～15：10
場 所：京都市下京区 ひとまち交流館 2F大講堂
対 象：90名（一般市民）
配 布：日常生活10項目のチェック／

高齢者の食事レシピ（栄養クリニック冊子）

演 者：副栄養クリニック長 木戸 詔子

テーマ：バランスよく食べて、健康寿命を目指そう

内 容：栄養クリニックの主な活動紹介後、平均寿命と健康寿命、介護の背景と予防のための高齢者食生活の要点を説明。「日常生活10項目のチェック」に回答していただき、低栄養状態のリスクを判定した。また、当栄養クリニック作製の冊子『高齢者の食事レシピ』を使い、高齢者のバランスのとれた1日の食品の摂り方について示し、各自が食事内容を評価した。その他、常備菜や減塩料理などを紹介した。



◆西京健康ひろば実行委員会主催 西京区制40周年記念事業 西京健康ひろば

健康相談・健康チェックコーナーでの「骨密度測定と栄養相談」（依頼）

日 時：平成28年6月25日（土） 14：00～16：10
場 所：京都市西京区役所前 京都市西京文化
会館 ウェスティ 1F

対 象：49名（西京区民18歳以上の申込み者）

配 布：骨を元気にするレシピ集（栄養クリニック冊子）

内 容：西京保健センターからの依頼で骨密度測定器2台を持参した。2名の学生が測定を実施し、栄養クリニック指導員2名が測定結果の説明と栄養クリニック作製の冊子『骨を元気にするレシピ集』を使い、食事や運動指導を行った。



チラシ一部抜粋

（木戸 詔子）