

栄養クリニックのあゆみ

[はじめに]

平成20年7月、本学の教育研究機関として始動した栄養クリニックも、間もなく10年目を迎えようとしている。平成24年度より、新たに建設された研究所棟へ活動の拠点を移したことで、活動の幅が増え、当クリニックの利用者は増加した。本年度は事業の見直しを行い、栄養クリニックが研究所としてもさらに発展するよう生活習慣病などの予防を目的とした「健康増進のための学習会」を開始した。これからの活動をより充実したものとするために、過去6年間の活動実態を企画別に数値で振り返ってみることとした。(平成20～23年度については、活動報告書第4号(2011年度)p.57参照)

[地域対象事業・講演会等]

食と健康に関する情報提供、普及啓発を目的とし、学内外で公開講座や講演会を実施している。地域住民を対象とした公開講座では、骨粗鬆症予防等のテーマで、講演を行っている。地域住民の食へ関心は高く、公開講座を実施した平成24、26、27年度は参加人数が多くなっている。開設当初と比べると、栄養クリニックの認知度が高くなり、現在では多くの企業・行政と協力し、活動の場所が増えている。

今後も大学での研究成果を社会へ還元する一つの方法として、活動の範囲を広げながら健康情報の発信に努めていきたい。

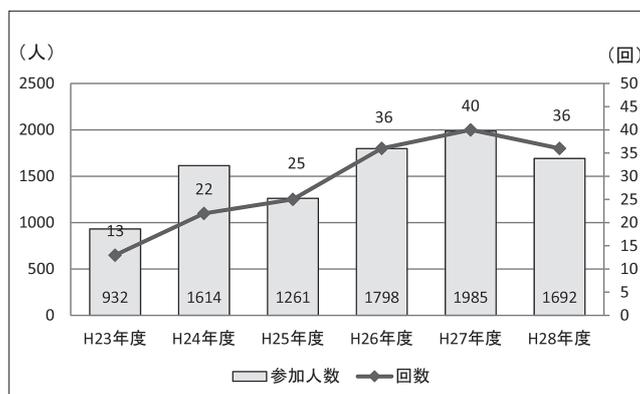


図1 過去6年間の地域連携事業・公開講座等 活動実施回数、および参加者の推移

[栄養クリニック健康料理教室・学習会・栄養指導等(料金を徴収する講座)]

料理教室は、食事の楽しさ、健康増進・疾病予防、食文化の伝承等、毎回様々なテーマで実施しており、料理を通して市民の方々に栄養と健康、食生活のあり方を学んでいただく重要なプログラムである。

当栄養クリニックは平成24年度に新R研究所棟に移り、健康料理教室の回数と受け入れ人数が大幅にアップした。平成28年度からは料理教室を減らし、新たな事業として「健康増進

のための学習会」を開始した。健康増進のための学習会では立ち上がりテストや2ステップテストによるロコモ度診断やそれぞれのご家庭のおみそ汁の塩分濃度を測定するなど、参加者にとっては自身の生活を振り返るよい機会となっているようである。しかしながら、参加率は料理教室と比較すると低い。今後は活動を広く知っていただき、新規の参加者を開拓するとともに、さらに魅力のある学習会となるよう趣向を凝らしていきたい。また、参加者には当日に測定およびアンケートを実施し、6か月の間、各自改善に取り組んでいただき、再度アンケート調査を実施した。参加者の日常生活での変化を追跡した結果について、今後参加者や社会に還元していきたいと考えている。

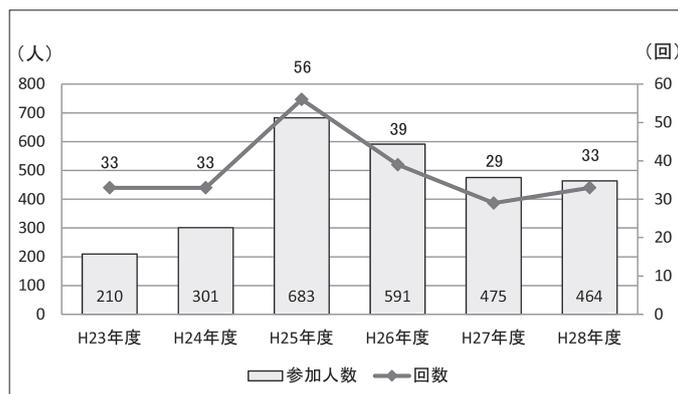


図2 過去6年間の健康料理教室他 活動実施回数、および参加者の推移

[学園内連携・在学生、卒業生対象の事業]

在学生および卒業生に向けての生涯学習は、当クリニックの設立の目的でもある。また、施設が整備された平成24年度より学生生活センターからの依頼で、在学生への支援として調理の基礎を学ぶ料理教室を開催している。

卒業生を対象に、学習会を実施しても、講座1回につき15名程度しか人が集まらず、人集めに苦勞している。平成28年度については新規事業への取り組みのため、卒業生を対象とした講座は実施しなかったが、卒業後も栄養クリニックを中心としたネットワークが広がるよう卒業生を対象としたメールマガジンの配信を開始した。卒業生にとって有意義なツールとなるよう、今後も工夫をしていきたい。(落合さゆみ)

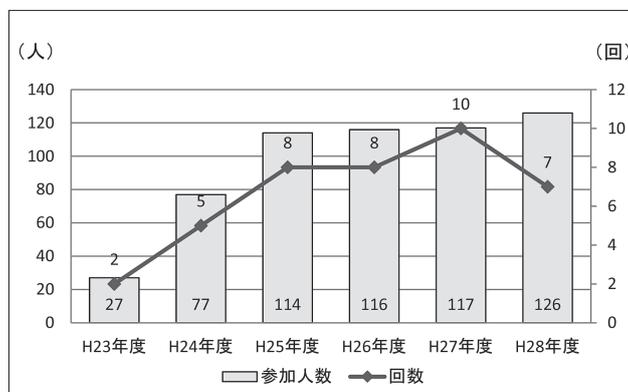


図3 過去6年間の在学生・卒業生対象の事業 活動実施回数、および参加者の推移