

柏原市健康フェスティバルにおける地域住民への食育活動 かしわら健康パークにおける食育活動

学科・専攻
福祉栄養学科

担当教員
伯井朋子、中谷 梢

連携先

柏原市役所健康部健康づくり課

プログラム内容

柏原市が主催する「かしわら健康パーク」において、近隣の住民に対して食生活指導や食育活動を行うことで食に関心をもってもらい、地域住民への食を通じた健康づくりに貢献することを目的としています。食品模型を使った食事診断コーナーのサポートと食品ロス削減の啓発活動を行いました。

成果・考察

10月5日に柏原市役所で「かしわら健康パーク」が開催され、3年生4名と2年生2名、教員2名が参加しました。食事診断や骨密度・体組成測定、薬剤師体験、「がんを知る」展やスタンプラリー等のコーナーがあり、地域の子どもから高齢者まで幅広い年代の方々が来場され、それぞれの専門職スタッフと和やかに話をしながら楽しく学んでいるようでした。学生は、「食育SATシステムを用いた食事診断コーナー」で、食品選択のサポートや食事診断結果の説明を行いました。少ない人数でしたが、にこやかに声掛けするなど、楽しく参加できる雰囲気を作っていました。親子連れが多数参加してくれて約200名余りの食事診断ができました。

参加された方は日頃の食生活を見直す良い機会になったと思います。学生にとっては、実際に地域の方々と食生活や栄養の話をしたり、多職種の方との連携の様子などを実感でき、学ぶことが多く、良い経験ができたと思います。



福祉栄養学科
講師 伯井朋子

新型コロナウイルスの影響を受けるまでは柏原市健康フェスティバルとして毎年開催されていたイベントが、昨年度から「かしわら健康パーク」として開催され、地域の方々が楽しく健康について考える機会となっています。

この活動に参加することで、学生は日頃はあまり接点のない地域の方と食生活の話をすることができ、自分が学んでいる情報を伝えて話がはずんだりするなかで、やりがいや達成感を感じることができているようです。栄養士・管理栄養士の役割の重要性に気づき、学習の意欲につながるものになっていると感じます。

今後も地域の方々の健康づくりのお手伝いことができ、学生の学びにもなるこのような活動ができればよいと考えています。



福祉栄養学科
3年生 中島優奈さん(2026.2月現在)

今回このイベントにボランティアとして参加して、すごく楽しかったです。「食事診断コーナー」ではたくさんの人のお話を聞くことができ、食事のとり方について、様々な意見があることがとても興味深かったです。例えば、「主食であるご飯が苦手であり食べない」と話される方、「食生活に気を付けているからもっといい結果だと思った」と話される方、「食べたいものを食べたい」と話される方など食事のとらえ方が人それぞれで、話すことが楽しく感じました。子供から高齢者まで幅広い年代の方が参加されていたので、言葉遣いには気を付けながら、対象者に合わせた話し方を心掛けました。栄養指導は実際に対面で行うと、授業で勉強したことがうまく説明できなかつたり、具体的な調理の仕方を聞かれた際に困ってしまったりすることもあったので、もっと知識をつけていきたいと思いました。