

# 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 世界糖尿病デーイベントにおける食育活動

学科・専攻： 関西福祉科学大学  
福祉栄養学科

担当教員： 西村 節子、中谷 梢

連携先

市立柏原病院

## プログラム内容

市立柏原病院が主催する柏原市健康フェスティバル(および世界糖尿病デーイベント)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。令和2年から4年まで中止となりましたが、今年度は世界糖尿病デーイベントのみ開催され、食事診断指導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

11月11日に市立柏原病院で世界糖尿病デーイベントが開催され、3年生9名と教員2名が参加しました。糖尿病に関する市民講座のあとのイベントで、食事診断や身体測定、血糖測定、歩行速度測定、クイズ等のコーナーがあり、来場された地域の方々はそ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、病院管理栄養士の食事指導の手伝いとして、食育SATシステムを用いた食事診断を行いました。同時に、食育活動の場がコロナの影響で少ないなか、食品ロス削減の啓発もさせていただきました。

学生にとっては、実際に住民の方と食生活や栄養の話をしたり、多職種の方の連携の様子などを実感でき、学ぶことの多い、非常に良い機会となりました。



関西福祉科学大学  
福祉栄養学科  
西村節子 教授

柏原市健康フェスティバルは新型コロナウイルス感染症の影響を受けるまでは毎年開催され、多くの学生が参加していました。今年度も健康フェスティバルは開催には至りませんでしたが、同時開催されていた世界糖尿病デーイベントが復活し、久しぶりに地域の方々と接する機会を持つことができました。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。今後も地域の方の健康づくりのお手伝いできて、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。



関西福祉科学大学  
福祉栄養学科 3年生  
堀真 那実 (2023.11月現在)

私はこのイベントで、SATシステムを用いて食事診断を行いました。トレイに食品サンプルを乗せ、機械の上に置くことで瞬時に診断を行えるため、食品を選ぶ際に楽しみながら自分の食事状況について考えるきっかけになっていると感じました。また、食品ロスの啓発のため、ポスターを作成し掲示しました。作成の際に、手前どりや買い物前の食品の確認など、簡単にロス削減に結びつく取り組みがあることを知り、より多くの人に知って頂きたいと思いました。今回の経験を通して、参加者だけでなく私達も食生活の現状について考えるきっかけになりました。食生活の改善は、知識を得ることとともに、まずは日々の生活の中でできることをやってみることがとても大切であると感じました。