

2023年「ゆめちゅうおうEXPOにおける食育」活動報告

Activity Report 2023: Nutrition Education at "Yume Chuo EXPO"

本 多 美 預 子

大手前大学健康栄養学部

目的及び概要

本活動は、社会活動を通じて学びが社会にどのように受け入れられるかを確認し、学生の学修や進路決定のモチベーションを高めることを目的としている。4月より食育活動ボランティア（以下、学生ボランティア）を募集し（図1）、地域での食育活動を通して学習意欲の向上を図り、対人援助技術の実施教育も行った。また、この活動が大阪における大手前大学の認知度向上に寄与することを期待し、実施した。



図1. ボランティア参加募集ポスター

活動内容

2023年11月18日、大手前大学健康栄養学部は「ゆめちゅうおうEXPO」に出展し、「食を考える」朝食の重要性に焦点を当て、食育活動を展開した。当日は、淀屋橋センタービル1階にて、11:00から15:00までの間、食育SATシステムを使用した体験型プログラムや朝食の重要性に関する展示を通じて、参加者に朝食の大切さを啓発した。

学生ボランティアの役割

1. 事前準備

学生ボランティアは食育SATシステムの操作方法を事前に練習し、食に関する知識や情報を身につけて参加者に適切に対応できるよう、事前準備を行った。

2. 当日の準備

3m×3mのテントには、参加者が普段の朝食を再現できるように、ICチップ付きのフードモデルをテーブルに配置した（図2）。食育SATシステム（PC、ディスプレイ、センサーボックス、プリンター）の操作や参加者がスムーズに診断を受けられるように、注意深く設営した（図3）。



図2. テーブルに配置したフードモデル（一部）



図3. 設営後のテント内

投稿 2023年12月28日 受理 2024年1月5日

連絡先：本多 美預子 mhonda@otemae.ac.jp

corresponding author: Miyoko Honda : mhonda@otemae.ac.jp

3. 参加者への声掛け、食品選択のアドバイス（図4）

- ① 共感的な声かけ: 学生ボランティアは参加者とのコミュニケーションを深め、具体的な質問を通じて食に対する興味を引き出すことを心がけた。
- ② 結果への共有とアドバイス: 食育SATの結果を基に、学生ボランティアは参加者と一緒に結果を振り返り、健康的な食習慣に向けたアドバイスを提供した。



図4. 幼児の参加者をサポートする学生ボランティア

ティアからは、「参加者とのコミュニケーションが楽しかったので、また活動したい」と活動の意欲的な感想と、「参加者の生活状況を把握し、食に関する情報を伝える難しさを実感した」「食について適切なアドバイスするためにもっと知識が必要だと感じた」など課題に関する感想があった。

表2. 食事診断参加者の年齢分布

年齢	人数
10歳未満	4
10代	0
20代	1
30代	2
40代	6
50代	4
60代	3
70代	2
80代	1

当日の注意事項

参加者に優しく、丁寧に対応し、不明な点があれば教員に確認することを確認した。

成果と課題

当日は10名の学生ボランティアが食育活動を行った（表1）。

表1. 参加学生の学年

学年	人数
3年生	6
4年生	4

天候が悪く、低温の中での活動であったが、4歳から82歳まで幅広い年齢層の参加者23人に対して食事診断をすることができた（表2）。朝食に関する質問の回答（表3）によれば、朝食を毎日食べている人は78%であり、食べない人は9%であった。朝食にかかる時間は全体的に短く、5分以内が33%、15分以内が43%であった。朝食に関する困りごととしては、時間がない47%、料理が面倒29%、空腹感がない6%、野菜不足6%などが挙げられた。

参加者からは、「朝食の栄養バランスがわかり、とても参考になった」「食について考えるきっかけになった」「ボランティアの方々の声かけがとても嬉しかった」といった好意的な意見が寄せられた。一方で、学生ボラン

表3. 朝食の喫食頻度、所要時間、困りごと

	朝食	人数
喫食頻度 (n=23)	毎日	18
	週に4~6回	1
	週に2~3回	2
	週に1回	0
	食べない	2
所要時間 (n=21)	5分以内	7
	5分~15分	9
	15分~20分	2
	20分以上	3
困りごと (n=17)	時間がない	8
	選び方	1
	料理が面倒	5
	空腹感がない	1
	野菜不足	1
栄養バランス	1	

結び

学生の感想から、本活動は学生が学んだ知識やスキルを実際に活かすことで、学修意欲を高めキャリアプランニングを促進する効果が期待された。さらに、大阪市中央区が作成したイベント告知のリーフレットや公式サイトに当活動が掲載されるなど、大手前大学の認知度向上に寄与した。今後は学内での振り返りを通じて改善点を洗い出し、学生たちがより充実した経験を得られるようなプログラムの検討や実施を進め、地域社会への貢献を一層深化させていくことが重要である。

本活動は、2023年学長特別研究費「食育地域活動プロ

ジェクト」（本多美預子、大西智美、塩谷亜希子）の一環として行った。

謝辞

本活動にご協力いただきました皆様、誠にありがとうございました。

特に、当日会場にお越しいただき大手前大学のX（旧ツイッター）への投稿や、写真を提供くださいました法人本部広報課の島咲生子様、また、石川和江先生、大阪大手前キャンパスの田中久喜事務長、寺岡佳代子課長をはじめ総務課の皆様にはご協力を賜り、心より感謝申し上げます。