



# 天使大学との交流

## これまでの経過

平成18年度から東区では、行政と地域住民、地元大学で連携し、地域住民の主体的な健康づくり活動を進めていくことに貢献していきたいと考え、看護学科と栄養学科を持つ天使大学と連携しています。

大学の持っているノウハウを地域住民の健康づくりに活かし、交流を深めることや、保健センターで実施している業務を大学及び住民に紹介し、理解を示してもらうとともに、今後における学生の教育研究・実習活動などに役立ててもらうことを目的としています。

具体的には、健康づくり連絡協議会と東保健センターが天使大学祭へ参加、また、健康づくりフェスティバルを共催で行っています。

ここでは、平成19年6月に開催された天使祭の様子をご紹介します。

## 天使祭当日の様子♪ (平成19年6月22、23日)

【健康診断コーナー】学生が実施する体力測定の結果について、保健師が個別に健康相談に応じました。



学祭用パンフレット



学生による体力測定



保健師による健康相談

### 【健康づくりパネル展】

東区で実施されている健康づくり活動関連のパネルを展示し、来場者や学生に紹介。交流スペースを設け、健康づくり連絡協議会の委員等が対応しました。



### 【東区音頭】

体育館で東区音頭、皿回しを行いました。



### 【学生による健康教育】

「食・栄養」「健康と生活」について学生と教員が講演！  
(詳細は次頁参照)



地域の方も皆さん、真剣に聴いています！

## 天使祭に参加した地域住民への健康教育を通して

看護学科4年 長沢 杏美、松枝 美喜、関 麗菜

看護学科2年生時に、健康教育の学習をしてロールプレイングを行い、3年生の時に、地域の実習の際に地域住民の方を対象として健康教育を実施しました。今回は3回目の健康教育であり、4年生となり、様々な学習を重ねてきた結果を3人で投入しました。まず学校祭ということで、様々な年齢層の方を対象に健康教育を展開することがとても難しいことだと感じました。しかし、実施にあたっては、参加者の皆さんがとても関心を持って聞いてくださり、協力してくださったので、リラックスして進めることが出来ました。そして健康問題解決のための手段、知識の提供の場を持つ重要性を実感しました。

病気にかかってない人が、健康を意識することは難しいことではありますが、今回の健康教育を通して、健康の大切さを少しでも感じていただけたのではないかと思います。

この経験は、私たちが就職後、患者さんや地域の方々への看護活動に役立つものであると強く感じています。

参加した多くの方々から予想以上に『良かった』という感想を頂き、準備は大変でしたが、実施する機会を生かすことの大切さを学びました。また普段接することのない方々とのふれあいが、もっと広がることを期待したいと思いました。



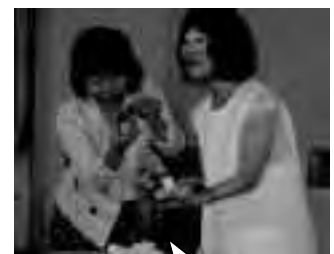
“動脈硬化の予防”について趣向を凝らした講話

## 「ヘルシーフード体験 野菜を食べよう」に参加して

栄養学科4年 四宮 わか子

天使祭で、東区に住む人々にヘルシーフード体験として「野菜を食べよう」のお話をさせていただき、たくさんの質問から、住民の方々の「食と健康」に対する関心の強さを感じました。野菜は1日350g摂取することが推奨されていることから、今回実際に目で見て触って色々な野菜を合わせて350gというものが、どのくらいの重量かを知ってもらう内容でした。茹でて体積が小さくなったほうれん草を生のもとのと並べると量の違いに納得されていたのが印象的でした。野菜は健康的な食生活に欠かせないものなので、調理をする時の参考にしていただきたいと思いました。実際に地域住民の方々に栄養についてのお話をするのは初めてで、私自身とても勉強になりました。

住民の方々が意識的に野菜を摂取するきっかけになると良いと思いました。



“野菜を食べよう”  
実際に野菜を使って  
の講話

## 《今後の方針》

東区住民の一人一人が家族と地域の中で健やかで安心して暮らせるように、住民の皆様と保健センターと協働して健康ニーズにあった健康教育プログラムの作成と実施、東区健康づくりシステムモデルの開発をめざし研究を進めて参ります。

