

## 実践女子大学 食生活科学科 健康栄養専攻〈創設3年〉学生の地域貢献活動 7年間の地域連携活動を踏まえて

実践女子大学(東京都日野市、学長 田島眞)生活科学部食生活科学科の3番目の専攻として2013年に創設された健康栄養専攻は、栄養士養成に加え食計画、食育、健康支援などの科目を配置しており、現在1年生から4年生まで179名が学んでいます。

同学科のスポーツ栄養学担当の山田茂教授は、7年前より、大学所在地である日野・多摩地区で高齢者対象のJISSEN桜風会を組織し、参加者約50名(平均年齢82歳、女性48名、男性2名)を対象に、食事・栄養指導および運動指導を行ってきました。そして、「ここ数年の間に、参加者の高齢化に伴う顕著な特色、大きな心の変化が見られるようになってきた」と述べています。

運動指導や食事・栄養指導もさることながら、仲間と一緒にしゃべりたい、など70~80代の高齢者にはコミュニケーション志向が高まってきています。

昨年より、富士通株式会社イノベーションビジネス推進本部の協力を得て、高齢者たちに実践女子大学から配布したタブレットの使用方法を学んでもらったところ、仲間同士でゲームアプリやワードなどを利用してのコミュニケーションができるようになり、大喜びされています。

学生たちは、高齢者たちのニーズを把握しながら彼等、彼女らの場の運営や活動のサポートをし、それら活動のプランニング、フィールドワーク、フィードバック、ディスカッション、評価、レポート作成などを授業(卒論ゼミ)(週3日、6単位)で行っています。普段、高齢者と一緒に生活した経験のある学生は、核家族化の傾向と相俟ってほとんどいない状況ですが、このプロジェクトを通じて地域と高齢者に対する新しい経験と着実な知見を身につけるようになってきています。

つきましては、実践女子大学の地域貢献活動7年間の実績と、JISSEN桜風会、健康栄養専攻、担当の山田茂教授のインタビュー取材をご検討いただけますようお願いする次第です。

### 健康栄養専攻

食生活科学科の管理栄養士専攻ならびに食物科学専攻に次いで3番目の専攻として2013年4月に創設さ

れた。食に対する幅広い教養と社会的常識を備え、さまざまなライフステージに合わせた食生活をプロデュースできる専門家を養成。食品および栄養学、調理学の知識・技術、人体の知識に加え、スポーツ健康科学(健康運動実践指導者受験資格の必修科目)、子どもから高齢者までの食生活と食育指導、食文化、食の安全などを学ぶことができる。

地域社会からフードビジネス業界で活躍できる応用力、人々の社会生活を理解した上で健康支援をプランニングできる実践力を養う。



↑タブレットを学んでコミュニケーションに活用



↑リズム運動指導



↑食育講座

❀ J I S S E N桜風会 7月予定表❀

月	火	水
集合場所：さくら集会所 集合時間：12時30分 活動場所：実践女子大学 体育館	集合場所：さくら集会所 集合時間：12時30分 活動場所：実践女子大学 卓球場	集合・活動場所：さくら集会所
7/4 ・ストレッチング ・リズム体操 担当：房山・齋藤 	7/5 スパイス&ハーブ講座 「My 七味唐辛子ブレンド体験」 ・10:30 さくら集会所集合 ・11:00~14:00 講座・体験・試食 ※詳細は別途配布した チラシをご覧ください 	7/6 14:00~ ストレッチング レクリエーション 担当：房山・田中 15:00~ iPad講習会 担当：房山・岩田 
7/11 ・ストレッチング ・リズム体操 担当：内藤・齋藤	7/12 ・ストレッチング ・レジスタンスエクササイズ 担当：房山	7/13 14:00~ ストレッチング レクリエーション 担当：内藤 15:00~ iPad講習会 担当：内藤・岩田
7/18 海の日 (活動はお休みです)	7/19 ・ストレッチング ・レジスタンスエクササイズ 担当：田中・内藤	7/20 14:00~ ストレッチング レクリエーション 担当：房山・田中 ★iPad講習会お休み★
7/25 ・ストレッチング ・リズム体操 担当：内藤・齋藤	7/26 ・ストレッチング ・レジスタンスエクササイズ 担当：田中・房山	7/27 14:00~ ストレッチング レクリエーション 担当：内藤・田中 15:00~ iPad講習会 担当：内藤・岩田

桜風散歩会 7月スケジュール 上記添付参照

\*8月以降スケジュールにつきましては、下記までお問い合わせください。

\*\*山田茂教授の略歴は、下記にご連絡いただければメールにて送付させていただきます。

プレスリリースおよび本件の取材に関するお問合せは下記へ-----

■実践女子学園 企画広報部

電話(042) 585-8804 E-mail:koho-ml@jissen.ac.jp