
将来ビジョン実現プロジェクト活動報告書



情熱あふれるプロフェッショナルを輩出し
ともに地域といきる大学

2023年3月 青森中央短期大学 将来構想委員会

1. プロジェクト立ち上げの背景

【青森県の健康課題と現状】

青森県の平均寿命は全国最下位であり、短命県というイメージが定着している。この短命県からの脱出を重要課題と位置づけ、「短命県返上」というキャッチフレーズを掲げ、全県レベルで取り組んでいる。平成 25 年度に策定された「青森県健康増進計画『健康あおもり 21 (第 2 次)』」では、早世の減少と健康寿命の延伸による全国との健康格差の縮小をめざすことを健康づくりの目標に、各種対策の推進が図られている。肥満予防を目的とした健康づくりのための食育の推進が重点課題として明記されている。しかしながら、男女ともいまだに最下位から抜け出せずにいる。県民の間でも短命県であることを自覚しているが、対策の効果は限定的である。健やかで豊かな生活を習慣づけるためにも、県民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組むことが重要である。

青森県における食育活動は、「第 3 次青森県食育推進計画」(平成 28 年～32 年度)にて「健康で活力に満ちた『くらし』の実現」を目標に推進されており、現在は青森市保健部健康づくり推進課、青森市教育委員会においても、幼児と小学生を対象とした食育プログラムが進行中である。

【本学の食育活動の実績】

本学は、平成 22 年度より青森県の食育推進事業である食育コンシェルジュ事業を受託している。要請に応じて食育活動を実践する「あおもり食育サポーター」と地域の保育所や学校等の要請者との調整を図り、「あおもり食育サポーター事務局」として食育活動の活性化に貢献してきた。平成 26 年度からは、県民の自発的な食育の普及啓発を促す「あおもり食育検定委員会」の事務局として、県内 5 大学および青森県農林水産部と協働して食育の普及拡大に努めている。また、本学独自の食育講座を県内の保育園や学校等で毎年 20 件前後実施している。学生が食育活動を実施しやすい環境の整備事業として「CHU-TAN 食育プロジェクト」を立ち上げ、食育ソング DVD の作成・販売、県内のスーパーや小学校等での食育活動を行っている。本学では県内の教育機関、就業者への食育実態等調査も実施している。

このように、本学は県内の食育活動の発展に寄与してきた実績と、その中で築き上げた県内の食育実践団体や関係機関とのネットワークを有しており、食育は本学のブランドの一つである。

【食育とヘルスコミュニケーション】

ヘルスコミュニケーションは、米国疾病管理予防センターにより“The study and use of communication strategies to inform and influence individual decisions that enhance health.” 「個人が健康度を高めようと決心できるように適切な情報を提供したり、影響を与えることを目的としたコミュニケーション方略に関する研究および実践」(島崎訳、2014)と定義されている。健康づくりの支援には、対象者が自ら行動を変えようと決心し、健康行動を開始・継続・習慣化できるようなアプローチが求められており、地域の健康づくりの取組においても多くの実践が行われている。

ヘルスコミュニケーションの実践の成果は、その取組を評価して実践研究として公表し、記録に残していく必要がある。当該分野の知見が積み重ねられることによって、発展していくことが期待されている。食育活動においても、対象者の食生活や食習慣の変容を促し、生活の中に習慣づける効果を期待した実践が行われているが、実践の現場で、実践の記録を残していくことは困難な作業であり、大学等が参画し、媒体開発から成果公表までを共同で行うような体制の構築が重要である。

出典：事業計画書より抜粋

2. プロジェクトの目的

そこで本プロジェクトでは、ヘルスコミュニケーションの実践者育成とすべての世代に対する食育プログラムの開発により、青森県民の健康行動変容を促し、望ましい行動を習慣づける食育活動を展開する。本学が地域における食育活動の拠点となり、食育実践の知見を発信し、青森県の食育を牽引し、健康課題の解決に貢献することを目的とする。

3. プロジェクトの実施体制

【2018年度】

ブランディング戦略推進委員会

- 研究ブランディング事業推進部会
 - 情報づくりチーム
 - 場所づくりチーム
 - きっかけづくりチーム
 - 人づくりチーム

【2019年度～2021年度】ブランディング戦略推進委員会を廃止し、将来構想委員会の所管とした。

将来構想委員会

- 食育活動展開事業推進部会
 - 人・情報づくりチーム
 - きっかけづくりチーム
 - 場所づくりチーム

【2022年度】チーム制を廃止

将来構想委員会

- 食育活動展開事業推進部会

4. 活動実績

【2018年度】

- (1) ヘルスコミュニケーションを用いた食育研究の実施準備・学内における啓発
 - ・ヘルスコミュニケーション研究の実施準備：先行事例収集
 - ・学内への情報提供：「日本におけるヘルスコミュニケーションの現状」報告
- (2) 既存の食育プログラムの整理、試行プログラムの開発
 - ・a: 園児・幼児、園児と保護者、小学生 など、b: 思春期～若者世代（大学生）、c: 働き盛り、保護者、d: 高齢者、e: 一般の4つの世代に分け、既存の食育プログラムの整備状況を確認
- (3) 食育ニーズと地域課題の抽出と学内提供、次年度からの基本方針の決定
 - ・地域における食育ニーズ調査の実施、地域課題の抽出、学内への情報提供
 - ・学内報告会『地域課題と食育ニーズ』12/25（火）
- (4) 青森食育コミュニケーションセンター（仮）開設準備
 - ・拠点[青森食育コミュニケーションセンター（仮）]の基盤構築のための情報収集

- ・次年度の先行実施に向けた食育プログラムの実施先の検討[各世代 1 件;4 件]
- ・平成 30 年度食に関する公開講座 『食の安全って?正しい知識で賢く選ぼう!』 6/9(土)
『桃の節句のごちそうを作ろう』 2/23(土)
- ・2019 年度食育公開講座の企画・実施準備

(5)ブランディング戦略

- ・ホームページの開設準備
- ・報道機関へのリリース
- ・学園祭での情報発信(食育コーナーにてプロジェクト内容(イメージ図)の紹介)
- ・学内外の食育イベントへの積極的な参加
- ・学内掲示(デジタルサイネージ)3件
- ・食育実践者向けリーフレットの準備
- ・外部資金の獲得(3件)
- ・SNSでの発信(発信方法の確立、投稿 49 件)

【2019 年度】

- (1)学生による食育レッスン(H30 青森市「食育レッスン 1.2.3」実施園対象)
 - ・11/16 今別放課後児童クラブ(幼児・小学生 20 名参加)食育講話、食育かるた等を実施。
 - ・2/22 附属第一幼稚園親子クッキング(60 名参加)学生食育講話を実施。
- (2)栽培・加工・調理体験を通して食を楽しむ食育プログラム(仮)の開発
 - ・情報収集及び計画の作成。
- (3) 保育施設における家庭への食育支援の検討(継続)
 - ・4~5 月に市内保育施設 A、2020 年 1~2 月に市内保育施設 B の保護者にアンケート調査とインタビュー調査を実施。
- (4) 青森中央短期大学オリジナル「食育ソング&ダンス」第 2 弾
 - ・第 1 曲 :「大豆の唄」~表現遊び歌~ ・第 2 曲「味噌作りの唄(仮)」デモデータを制作。
- (5) 女子(中) 高校生対象】食育プログラムの開発(仮テーマ:やせ、葉酸)
 - ・8月の OC で『葉酸の大切さ』をテーマに体験授業を実施。
 - ・野菜から葉酸を摂るような趣旨の若い女性の向けのパンフレット作成に着手。
- (6) あおもり食育検定テキストを用いた「青森県の食の魅力と食育」講座
 - ・5/22 高校生向け食育講座にてあおもり食育検定 2019 テキストの解説を実施(青森南高校1・2年生 56 名対象)。
- (7) 【「見える食育」による啓発活動】大学生のアイデアを利用した啓発冊子の作成
 - ・メニュープランニング実践(クライアントの意向に沿ったレシピの作成および試作)
 - ・レシピ考案
 - ・確定献立の撮影(学生による手伝いと見学)
 - ・10/24 冊子掲載用撮影(メニューや調理、学生の様子など)
 - ・1 月下旬冊子完成 春夏編:鯖缶のキーマカレー風、カブのポトフスープ、たたき長芋のゆかり和え 秋冬編 :ゴマ風味の焼きおにぎり、ほっこり鍋~2 種類のたれを添えて~、茄子のマヨポン炒め
- (8) フレイル予防で健康長寿を目指して
 - ・青森中央学院大学看護学部と共同で地域高齢者を対象に栄養と筋力アップ、認知症機能とフレイル、オ

- ーラルフレイル予防、たんぱく質を摂取することの大切さの講座や実習の他、筋力アップのための講義や運動などを含めた全 10 回(内 3/23 分は延期)のフレイル予防講座を実施。
- (9) 高齢者に対する食育 専攻科&食栄コラボ企画の検討
- ・三思園利用者への手作りおやつ提供(7/10、給食管理実習室) 食物栄養学科 2 年有志と専攻科でおやつ提供を実施、給食管理実習室にて「ふわふわ豆腐パンケーキ」20 食を提供。
- (10) 地域住民(高齢者他)に対する食育「みんなの食堂」
- ・「みんなの食堂」の開設(共食の場の提供) 地域の方と学生との地産食材を使った交流食事を 12 回実施。参加者合計 287 名(高齢者 141 名・大人 91 名・小学生以下 37 名) 平日高齢者、土日に子ども参加が増す結果となった。
- (11) 郷土料理・青森県産品を用いたレシピの活用(Web サイト上でのレシピ公開・レシピコンテストへの応募等)
- ・「調理学実習で用いた郷土料理のレシピ」「学園祭等のイベントで用いたレシピ」「特別研究で作成したレシピ」などを対象に、学内で保有するレシピを収集。採用レシピ(6 件を予定)は特別研究、授業のレシピから 4 件を選出。
- (12) 地域に対する食育 専攻科&食栄コラボ企画の検討
- ・フードスペシャリストのメニュープランニングの一環で、専攻科福祉専攻が毎年学園祭で実施するユニバーサルカフェのスイーツ部門を担当し、学科を超えたコラボを行った。
- (13) 南極観測隊・調理隊員渡貫さんから学ぼう!~食材を使い切る極意~
- ・SESSION ON THE ARTS 2019 響感アート交流地点(6/15、公開講座)※青森学術振興財団助成 南極観測隊調理隊員としての経験から現地の食に環境と食材を使い切る工夫についての講話 一般 160 名参加
- (14) 地域の食育活動実践者・食育リーダー育成のための学内研修会
- ・10/31(木)講師：笠原賀子先生(長野県立大、栄養教育)
「コーチングスキルの基礎~食育実践活動への応用~」と題してグループワークを含めた 2 時間の講演を実施。参加者:30 名(食栄 16 名、幼保 6 名、附属園 6 名、学生 2 名)
- (15) 食育セミナー「自立した食育活動の展開を目指して~子どもを対象とした食育活動の充実に必要なこと」
- ・食育 11/23(土、祝)基調講演「食育の場をどうデザインするか?~子どもの食育活動の充実に向けて~」:宮城学院女子大 平本福子先生
実践報告:青森市食生活改善推進員会会長 山谷氏、木の実こども園管理栄養士 和田氏
参加者:95 名(一般 38、学生 43)うち食育活動実践者・指導者 26 名。ポスター投稿:11 件(発表者 18 名)。実施内容は短大 HP にて報告。※地域での食育の推進事業
- (16) 本学 Web サイト「食育活動」関連ページのリニューアル
- ・本学が培ってきた食育のノウハウを地域に還元するための手法について、情報収集を行った。
- (17) 第 14 回食育推進全国大会における食育情報の発信
- ・6/29-30 学生 2 名が参加し、ブースでの来場者への対応と他大学学生へインタビューを実施。11 月の食育セミナーにて参加レポートをポスター発表した。
- (18) 食育活動における成果物の PR
- ・事業・成果物の PR 方法として効果的な手法となりうるものを検討
- (19) 食育イベント等報道機関へのリリース/Twitter、Facebook 等の SNS での紹介
- ・【新聞・テレビ】○リリース:3 件・あおもりマルシェ・みんなの食堂・子どもと食と栄養
○放映・掲載：7 件・あおもりマルシェ(東奥日報)1 件・みんなの食堂(東奥日報)1 件・子どもと食と栄

-
- 養(東奥日報×2、読売新聞、RAB、ATV) 5件
○取組先からのリリースによる取材:・田舎館いちご(東奥日報、津軽新報) 2件・IY弁当(東奥日報、陸奥新報、デーリー東北、RAB、ATV、ABA×2) 7件
・【HP・SNS】・ホームページ:17件・Instagram:10件・Twitter:12件・Facebook:9件

【2020年度】

- (1) 食育支援拠点[食育センター(仮)]づくり
・前年度に引き続き本学が培ってきた食育のノウハウを地域に還元するための手法について、情報収集を行った。
- (2) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(1)
①栽培・加工・調理体験を通して食を楽しむ食育プログラムの開発
学園敷地内及び各園で生育した大豆を収穫。初年度という事もあり、出来は今一つではあったが無事大豆の生産は終了となった。12月には各園で「大豆の育ち」をテーマにした自作紙芝居を使用した食育講話を実施、さらに1月末から2月にかけて各園で味噌づくりを行った。作成したみそは各園で保管し、次年度試食予定。
②青森中央短期大学オリジナル「食育ソング&ダンス」第2弾
9月に食育ソング Vol.2「だいのうた」が完成(300枚製作)、食育教材として外部に発信し、HP上でもオープンリソースとして提供している。①の食育プログラムの活用や動画としての発信も試行した。また研究紀要での実施報告・課題抽出を行った。
- (3) 保育施設における家庭への食育支援の検討
・本学系列5園保育施設保護者を対象に食育に関するアンケートとインタビューを実施。
- (4) 新規事業 保育施設での親子クッキングと学生による食育指導
・新型コロナウイルス感染拡大の影響により、予定していた親子クッキングが縮小及び実施されなかったため、学生による食育指導は実施できなかった。
- (5) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(2)
【女子(中)高生対象】食育プログラムの開発(テーマ:葉酸)
・野菜 350g から葉酸 240 μgの摂取を目的とした授業プログラムの開発を行い、紀要に投稿した。対象は若い世代の女性とし、45分間で実施。教材として使用予定のリーフレットを作成。
- (6) あおもり食育検定テキストを用いた「青森県の食の魅力と食育」講座
・青森南高校生徒 35名、紅屋商事社員 9名を対象に「青森県の食の魅力と食育」についてオンライン(Zoom)による講座を行った。
- (7) 【「見える食育」による啓発活動】大学生のアイデアを利用した啓発冊子
・県の委託を受け、40代を対象に家族楽しめる献立を考案。フードスペシャリストの授業内にて献立作成と試食を行い、メニューの確定とさらなる試食でレシピを完成させた。10月には料理の撮影を実施。3月には完成した冊子が県から届いた。
- (8) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(3)
フレイル予防で健康長寿を目指して
・新型コロナウイルス感染拡大の影響により、単独の実施はできなかったが、看護学部とのコラボ公開講座においてフレイルに関する講座と実習を3回にわたって実施した。
- (9) 手作りおやつ提供(特別養護老人ホーム三思園)
・9月に応用栄養学実習の授業内で各組1回ずつ三思園入所者及び利用者におやつ提供を行った。(提供したおやつ:ふわふわスフレケーキとバナナパンケーキ)
-

-
- (10) 公開講座「親子クッキング講座」ホタテ博士になろうーホタテ丸ごと探検ー
・1/9(土) 本学調理実習室にて「ホタテ博士になろうーホタテ丸ごと探検ー」を実施。児童と保護者 8 組 19 名が参加。
- (11) 新規事業 50TH 事業「究極の地産地消×イタリアンシェフ」
・新型コロナウイルス感染拡大の影響により次年度に実施することとなった。
- (12) ヘルスコミュニケーションを用いた食育実践者の育成
・「ヘルスコミュニケーション」の基本を学ぶ資料(動画)を作成、定義、歴史、手法、活用事例をまとめ、学内向けに公開した。
- (13) 活動実践者の成果共有支援事業(成果測定・検証支援+報告・発表支援)
・田子保育園に対する研修支援については7月に開催予定であった保育研究会が中止となり一時中止となった。三沢市保育部会の研究発表についてはオンラインで打ち合わせを行い、アドバイスをを行った。
- (14) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「実践成果報告イベント」の開催
・2/13(土)にハイブリット形式で実践成果報告会を実施した。食育実践報告として、次の教育、民間、行政の各団体の取り組みについて報告がなされた。
①栽培・加工・調理体験を通して食を楽しむ食育プログラムの開発(青森中央短期大学 森山洋美)
②高校生を対象とした放課後自炊塾実施団体における取組(虹色のたねの会 松野麗子氏)
③行政栄養士による SNS を活用した食育の発信(東北町 向井庸平氏)
参加者 : 会場 14 名、オンライン 38 名(計 52 名)
- (15) 本学 Web サイト「食育活動」関連ページのリニューアル
・ページ階層案を学園広報へ提示。短大 Web サイトリニューアルの項目に含めていただいた。案は 4/10 に部会構成員に送られた Excel シートに記載 Web サイトに含める要素を部会長と確認。現行の食育活動のページに加え、「本学が関わった食育活動のおしらせ・活動報告」「本学が食育実践者へ提供できる資料や物品の紹介」などを追加する案が挙がる。
- (16) Web サイト上でのレシピ公開
・6 品分のレシピを選定。8 月に撮影用機材等を購入。9/9に調理・撮影を実施済みレシピと左記写真素材を学園広報室に共有。
- (17) 第 15 回食育推進全国大会・あおり食育推進大会 2021 への出展
・新型コロナウイルス感染拡大の影響により、今年度は両大会が中止となったため、未実施。
- (18) 食育活動における成果物の PR
・報道関係 : リリース 3 件、放映・掲載 6 件、取材 6 件
・HP・SNS : HP 10 件、Instagram 4 件、Twitter、2 件、Facebook 6 件

【2021 年度】

- (1) 食育支援拠点[食育センター(仮)]づくり
・前年度に引き続き本学が培ってきた食育のノウハウを地域に還元するための手法を検討した。手法として、センター等の組織の創設ではなく、情報発信のためのウェブサイト運営の方向性で固まった。大学ホームページに、設置する方向で検討中。
- (2) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(1)
栽培・加工・調理体験を通して食を楽しむ食育プログラムの開発
・令和 3 年度は附属第三幼稚園、浦町保育園と大豆プログラムを実施した。新型コロナの影響で、みそを使ったクッキングは各園で実施することとなったが、大豆栽培、収穫、食育講話、みそ作りは行った。また、

-
- 大豆の食育プログラムの一環として味噌づくりのレシピブックの作成も行った。
- (3) 保育施設での親子クッキング
 - ・2/19(土)に実施予定であったが、新型コロナの影響で中止となった
 - (4) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(2)
 - 【女子(中)高生対象】食育プログラムの開発(テーマ：葉酸)
 - ・昨年度に引き続き出前授業のプログラム作成を行った
 - (5) 新規 若者世代へのあおもりの魚食普及
 - ①魚食普及のための実技講習として本学学生を対象に魚食料理教室(シジミを使った料理)をオンラインで実施した。(2回)
 - ②漁業を通じた魚食体験として六ヶ所村の尾駁鮮魚団の方に講話と魚のおろし方等の講習を受けた。当日漁業体験も行う予定であったが、天候不良のため中止となった。本学から学生が2名参加した。

①、②については参加学生に SNS を活用した情報発信を依頼し、若者の魚食普及につなげるような活動を行った。
 - (6) あおもり食育検定テキストを用いた「青森県の食の魅力と食育」講座
 - ・10月に弘前実業高校生徒8名にオンラインで講座を実施した。
 - (7) 新規 JA 青森広報誌レシピ掲載
 - ・令和3年6月～令和4年3月まで、JA 青森広報誌「結び」に学生が考案した地元食材を活用したレシピを提供した。
 - (8) 新規 青森県の食文化～郷土料理について学ぶ
 - ・8/11(水)に新町スタートアップセンターで地域住民を対象に青森県の食文化について講座を行った。
 - (9) 新規 健康と食事[なぜ太る?太ると体はどうなるの?]
 - ・9/1(水)に新町スタートアップセンターで地域住民を対象に食事と健康について講座を行った。
 - (10) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(3)
 - フレイル予防で健康長寿を目指して
 - ・10/15(金)野辺地町の食生活改善推進委員を対象にしたフレイル予防講座を実施(参加者15名)
 - ・11/4(木)青森市消費者大学学生を対象にフレイル予防講座を実施(参加者20名)
 - ・12/6(日)弘前市小沢地区女性住民を対象にフレイル予防講座を実施(参加者10名)
 - (11) 手作りおやつ提供(特別養護老人ホーム三思園)
 - ・応用栄養学実習内で前年度のレシピでおやつ提供を後期ガイダンス期間中に実施(1年A,B組各1回)、実習内で各自レシピの考案(1年後期)
 - (12) 新規 「さかな丸ごと食育」養成講師研修会
 - ・当初実施日を9月に予定していたが新型コロナ感染拡大の影響で日程を2月に変更したが、まん延防止等の影響で次年度に延期することとした。
 - (13) 活動実践者の成果共有支援事業(成果測定・検証支援+報告・発表支援)
 - ・三沢市保育部会のアンケートの監修を行った。田子保育園には6月に行われた青森県保育研究会の発表に向けたアドバイスの実施。
 - (14) 本学 Web サイト「食育活動」関連ページのリニューアル
 - ・食育センターとしてのHPの利用を検討していたが今年度は実施できなかった。
 - (15) Web サイト上でのレシピ公開
 - ・レシピ公開を予定したがページの開設ができず実施できなかった。
 - (16) 第16回食育推進全国大会出席
 - ・第16回食育推進全国大会はオンライン開催となったため、動画コンテンツ(味噌づくりに関する動画)で
-

の参加となった。

(17) 食育活動における成果物の PR

・プロジェクト全体としての PR 素材や HP の活用など連携できなかった。

(18) 食育イベントの紹介

・報道機関へのリリース/SNS (Twitter、Facebook 等) /HP で発信

【2022 年度】

(1) HP 食育支援拠点[食育センター(仮)]の開設

・本学が培ってきた食育のノウハウを地域に還元するため、食育情報サイト「CHUTAN 食育ひろば(仮称)」の創設に向けて検討を進めた。掲載コンテンツとして、食育プログラムやレシピなどの情報提供のほか、食育に関する問い合わせの窓口機能を付加する予定。次年度中に整備が完了する。

(2) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(1)

栽培・加工・調理体験を通して食を楽しむ食育プログラムの普及

・8/5 に八戸市明星こども園年長児 10 名に対して大豆の育ちについての講話をオンラインで実施。

(3) 新規 子どもの健康プロジェクト- 子ども健康 Week の実施

・県内の管理栄養士及び栄養士養成校と協同で 8/29(月)~9/2(金)の 5 日間にわたって 12 テーマの保育者及び幼児を対象としたオンライン講座を実施。また 9/4(日)にはオンラインの親子健康講座として体操講座及びダンス講座の米粉を使ったおやつ作りを実施した。

(4) 「親子でつくってみよう！身近なもので もしもの時のクッキング」

・7/23(土) 非常時に役立つポリ袋クッキング(鯖缶のカレー、切り干し大根のサラダ、ご飯等)

参加者:親子 4 組(計 8 名)

(5) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(2)

【女子(中)高生対象】食育プログラムの開発(テーマ:葉酸)

(6) おおすびプロジェクト-若い世代への食文化の継承

・5/29(日)大豆の植え付け、10/29(土)大豆の脱穀、日本のだしの紹介と試食、

・11/26(土)味噌づくり

参加者:青森中央学院大学留学生及び学生、青森中央短期大学食物栄養学科学生

参加人数:延べ 50 名 今後の予定:1 月末に味噌を使った調理実習を実施予定

(7) 若者世代へのあおもりの魚食普及

・さかな料理講座(ホタテ)

9/2(金) 場所:本学 1 号館 2 階調理実習室

講師:平内町土屋漁港の漁師、県職員 参加者:11 名(教職員 3 名、学生 8 名)

・養殖体験:ホヤ

10/10(月・祝) 場所:青森市後潟漁業協同組合講師 後潟漁港の漁師、県職員

参加:8 名(教職員 5 名、学生 3 名)

(8) JA 青森広報誌レシピ掲載

・JA 青森と協同し広報誌に記載される学生による青森の食材(野菜等)を使用したレシピを提供

(9) ヘルコミ食育 2020-2022 重点事業「継続型食育プログラムの共同開発」(3)

フレイル予防で健康長寿を目指して

・栄養指導論実習において地域高齢者向けのフレイル予防講座の動画を作成

(10) 手作りおやつの提供(特別養護老人ホーム三思園)

・以下の内容でおやつの提供を行った。

日時:9/13(火) 実施者:食物栄養学科1年A組19名

おやつ名:あずきみるく羊羹

日時9/14(水) 実施者:食物栄養学科1年B組19名

おやつ名:チョコスフレケーキ

11 認知症予防の支援プログラム青森中央学院大学看護学部と共同で全11回の講座を実施した。

青森中央短期大学担当分:音楽講座4回、栄養講座3回(講義1回、調理実習2回)

(11) 認知症予防の支援プログラム

・青森中央学院大学看護学部と共同で全11回の講座を実施した。

青森中央短期大学担当分:音楽講座4回、栄養講座3回(講義1回、調理実習2回)

(12) 「さかな丸ごと食育」養成講師研修会

・11/23(水) 場所:本学122教室 講師:平本福子氏 参加者:18名

(13) 活動実践者の成果共有支援事業(成果測定・検証支援+報告・発表支援)

・三沢市保育部会に対して6/29に行われる令和4年度青森県保育研究の発表に対する指導を実施。

(14) 公開講座「災害と食」

・テーマ:災害と食:日本栄養士会災害支援チーム(JDA-DAT)による被災地の栄養支援活動

6/4(土) 場所:本学921教室 講師:下浦 佳之氏

参加者:156名(会場:105名、オンライン51名)

(15) 本学 Web サイト「食育活動」関連ページのリニューアル

・検討継続

(16) 食育活動における成果物の公開

・Instagram:9件(#食育で青森県を元気にする大学)

・メディア取材(新聞、テレビ取材)2件

5. プロジェクトの評価と課題

【総括】

本学では「特色」の一つとして食育を掲げ、これまで地域等に対して様々な食育の実践・推進を行ってきた。2018年度からはその特色をいかした本プロジェクトとして「ヘルスコミュニケーションを用いた食育活動の展開」に取り組んできた。このプロジェクトは食物栄養学科、幼児保育学科、専攻科福祉専攻の全学で食育事業にかかわり、「食育で青森県を元気にする大学」をモットーに「食育活動」「人材育成」「情報発信」の3つで構成され、企画・運営を進めてきた。

「食育活動」では幼児から高齢者まで各ライフステージの青森県民を対象とした様々な事業の企画・実践を行うことができた。中でも幼児、女子中高生、高齢者を対象とした3つの継続食育プログラムの共同開発を重点事業として5年間取り組んできた。それぞれの継続プログラムは活動することがメインとなり、地域に普及させるプログラムとしての評価や見直しまで至らなかった。しかし、これらのプログラム内容の一部については研究成果を紀要や研究会等で報告することができた。さらに、これまでの取組で見えてきた課題等をもとに、開発プログラムの見直しや充実を図り、地域に発信・普及することは重点事項の目的である青森県の食育支援や推進に繋がることが期待できる。

「人材育成」では保育者や食育実践者向けの講座を実施した他、食育セミナーや食育実践者による実践報告を企画・実施し、食育実践者の活動に役立てるような支援を行った。特に幼児向けの食育については、幼児を対象にした継続プログラム内で作成した、食育ソング「だいのうた」や子どもと一緒に味噌づくり体験ができる「みそを作ろう!」のリーフレットを県内の保育施設や食育指導者に配布し、活動支援に繋げることができた。また、本学教員、関係機関職員に対しては、本プロジェクトが掲げているヘルスコミュニケーションを活用した食育に対する理解を深めるため、プロジェクト2年目には、外部講師を招聘しヘルスコミュニケーションをテーマとした講座、3年目にはプロジェクト担当者が中心となり、動画を作成し視聴してもらった。人材育成の事業については1～3年目には研修会、セミナー、食育実践報告会などを実施し、4～5年目には教材等による支援を行った。食育実践者が本事業で得た知識やスキルをそれぞれの食育活動に発展・拡大させることをねらいとした。今後はこの5年間で身につけたことをもとに、ヘルスコミュニケーションの手法を用いた食育についてさらに外部へ発信し、地域等の食育の活性化につなげていくことが望まれる。そのためには引き続き本学発信の食育事業を充実させるとともに、食育実践者のための育成講座にも力を入れていくことが必要である。

「情報発信」では本学ホームページの他、プレスリリースやSNSを活用して取り組んできた。SNSでは「#食育で青森県を元気にする大学」のタグづけを行い、検索しやすい工夫も取り入れた。また、全国の食育推進大会において展示ブースを出展させる他、オンライン開催の際は動画コンテンツの作成・配信を行い、県内外に本プロジェクトの取組や青森中央短期大学の食育を発信できた。

2018年度から取り組んできた「ヘルスコミュニケーションを用いた食育活動の展開」であるが、途中、新型コロナウイルス感染拡大の影響により予定していた事業の縮小や断念せざるを得ない状況もあった。また、計画した事業を実施するだけになり、個別の事業の評価など改善におけた検討や着手できなかった事業について反省する点もある。しかし、本プロジェクトを5年間実施し、当初の目的である本学が地域の食育拠点となり、青森県民に対しての食育活動の実践や食育実践者の育成をすることで青森県の健康延伸に寄与できたと考える。

【5年間のプロジェクト運営と個別事業実施にあたっての課題】

本プロジェクトの運営・個別事業の実施にあたっては、いくつかの課題に直面した。以下に記載した課題は、今後、新たなプロジェクトを組織し運営する際の留意事項として参考にされたい。

- ・教職員間の協力
- ・連携体制
- ・プロジェクトの差別化や体系づくり
- ・プロジェクトの位置づけの明確化
- ・プロジェクトの周知や PR

【プロジェクト評価の詳細】

ステークホルダー別かつ対象分類別に、5年間を通じて取得可能な指標について、年度ごとに合計し、経年変化をまとめた。(詳細は別紙を参照)

対象分類は下表の通り

対象分類	対象
a	a 園児, a 園児(年中児), a 子ども、保護者, a 児童, a 児童・保護者
b	b 高校生, b 高校生・職員, b 思春期～若い世代, b 思春期～若い世代(大学生), b 思春期～若い世代(中学生), b 中学生・高校生, b 養護学校小中中学部
c	c 働き盛り c 障がいのある成人, c 幼児の保護者
d	d 高齢者
e	e 一般

1) 対象事業数

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	総計
①青森県民							
PJ 該当事業	a		1	3	2	2	8
	b			1	3	2	6
	c		3		1	1	5
	d		3	5	6	3	17
	e		2	1	1	1	5
PJ 該当事業 計			9	10	13	9	41
PJ 以外	a	23	18	4	2	5	52
	b	6	5	6	6	4	27
	c	5	1	2	3	1	12
	d	2	6				8
	e	9	5	5	3	3	25
PJ 外 計		45	35	17	14	13	124
①青森県民 合計		45	44	27	27	22	165
②学生							
PJ 該当事業							
PJ 以外							
②学生 合計							
③食育実践者							
PJ 該当事業			3	2	1	2	8
PJ 以外		5	5	5	4	10	29
③食育実践者 合計		5	8	7	5	12	37
④自治体・企業							
PJ 該当事業			1				1
PJ 以外		1		2			3
④自治体・企業 合計		1	1	2			4
⑤教職員							
PJ 該当事業		1		1			2
PJ 以外		1	1	1	1	1	5
⑤教職員 合計		2	1	2	1	1	7
PJ 該当事業 総計		1	13	14	14	11	53
PJ 以外 総計		52	41	25	19	25	162
総計		53	54	39	33	36	215

総事業数 218 のうち、将来ビジョン実現プロジェクトとしての総事業数は、5 年間で 53 事業であった。COVID-19 流行により、活動が制限されたことが大きく影響し、2020 年度以降の事業数は減少したが、最終年度は収束の兆しが見え、徐々に数値が回復した。

ステークホルダー別にみると、①青森県民に対する事業が全体の7割超を占めている。

2) イベント参加者数 (※「〇組」に関しては1組あたり2名参加として算出)

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	総計
①青森県民							
PJ 該当事業	a		40	291	113	38	482
	b			35	34	160	229
	c						
	d		387	60	137	178	762
	e		200	9	64	156	429
PJ 該当事業 計			627	395	348	532	1,902
PJ 以外	a	1,101	795	117	27	145	2,185
	b	118	117	95	35	106	471
	c	150			24		174
	d		195				195
	e	156	34	117	10	60	377
PJ 外 計		1,525	1,141	329	96	311	3,402
①青森県民 合計		1,525	1,768	724	444	843	5,304
②学生							
PJ 該当事業							
PJ 以外							
②学生 合計							
③食育実践者							
PJ 該当事業			125	52		60	237
PJ 以外		6	210	200	150	569	1,135
③食育実践者 合計		6	335	252	150	629	1,372
④自治体・企業							
PJ 該当事業							
PJ 以外							
④自治体・企業 合計							
⑤教職員							
PJ 該当事業							
PJ 以外							
⑤教職員 合計							
PJ 該当事業 総計			752	447	348	592	2,139
PJ 以外 総計		1,531	1,351	529	246	880	4,537
総計		1,531	2,103	976	594	1,472	6,676

イベント参加者数の合計は、5年間で6,676名となり、うち将来ビジョン実現プロジェクトとしての参加者数は2,139名だった。事業数同様、COVID-19流行による活動制限の中2020、2021は落ち込んだが、最終年度は回復の兆しが見えた。ステークホルダー別にみると、①青森県民に対する事業が全体の8割を占めている。

3) イベント参加者満足度の平均 (※満足度を取得しているもののみ)

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	5年平均
①青森県民	a	100.0%	100.0%	88.0%		100.0%	97.0%
	d				71.5%		71.5%
	e		61.0%		94.0%	100.0%	85.0%
総計		100.0%	80.5%	88.0%	82.8%	100.0%	84.5%

満足度の状況を見ると、全体での満足度は概ね4分の3を上回っており、高い満足度を獲得していた。特に、対象分類 a の満足度は5年平均で97.0%と高かった。ただし、全ての事業の参加者の満足度を取得したわけではなく、本結果は限定的なものである。

4) 報道機関のプレスリリース・掲載件数

	2018	2019	2020	2021	2022	総計
リリース数 ^{※1}	4	26	15	4	4	53
メディア掲載数 ^{※2}	4	9	7	4	5	29

※1：リリース数は、事業単位でカウントしている。また、本学から報道機関へ一斉発信したもののほか、事業を主催する他団体から発信されたリリースで把握できた件数も含む。

※2：メディア掲載数は、本学から報道機関へ発信したプレスリリースで、メディアに掲載されたものの数である。

報道機関へのプレスリリース数は、2年目に26件のリリース、9件の掲載ともっとも多い数値となった。この結果は、地域の興味関心に合った事業が実施できたと評価できる。しかしながら、2020年以降は、COVID-19の影響によりリリース数・掲載数とも伸び悩んだ。

5) SNS (#食育で青森県を元気にする大学) 発信数

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	総計
①青森県民	b	8	48	22	12	3	93
総計		8	48	22	12	3	93

SNS (#食育で青森県を元気にする大学) 発信数は、1年目の発信数が少なかったが、2年目以降、数を伸ばした。イベントが実施できなかったことに伴い、発信数も減少しており、イベントのPR以外でのSNSの活用に関して検討の余地がある。

6) あおもり食育検定の実施状況

6-1) 受験者

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	受験者数 総計
①青森県民	b	188	242	163	130	123	846
	e	100	75	99	55	55	350
総計		288	317	262	185	178	1,196

6-2) 合格者

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	合格者数 総計
①青森県民	b	141	159	153	93	83	629
	e	62	63	25	47	21	252
総計		203	222	178	140	104	881

6-3) 合格率

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	合格率 (5年間)
①青森県民	b	75.0%	65.7%	93.9%	71.5%	67.5%	74.3%
	e	62.0%	84.0%	25.3%	85.5%	38.2%	72.0%
総計		70.5%	70.0%	67.9%	75.7%	58.4%	73.7%

あおもり食育検定の実施状況については、5年間で1,196名が受験し、881名の合格者を輩出した。若い世代（学生等）の受験者は2019年度をピークに減少しているが、一般の受験者は、初年度（2018）、3年目（2020）がほぼ同数で、2021年度以降はコロナ禍にもかかわらず一定数の受験者を確保できた。一方、合格率は、5年平均で73.7%だったが、一般の合格率が年によってばらつきが見られ、食育の知識に乏しい受験者もいたことがうかがえる。これは、地域に対し広く本検定が認知されてきている結果であるとも読み取れる。

7) あおもり食育サポーター事務局活動数

ステークホルダー	2018	2019	2020	2021	2022	総計
④自治体・企業	14	7	4	6	10	31
総計	14	7	4	6	10	31

あおもり食育サポーター事務局活動数は、助成額減少や COVID-19 の流行に伴い、活動を縮小せざるを得なかった。

8) 特別研究における食育に関連する研究テーマの割合

8-1) 食物栄養学科

ステークホルダー	2018	2019	2020	2021	2022	5年平均
②学生	37.9%	40.0%	50.0%	50.0%	51.7%	45.9%
総計	37.9%	40.0%	50.0%	50.0%	51.7%	45.9%

8-2) 幼児保育学科

ステークホルダー	2018	2019	2020	2021	2022	5年平均
②学生	8.1%	2.9%	2.6%	0.0%	5.6%	3.8%
総計	8.1%	2.9%	2.6%	0.0%	5.6%	3.8%

特別研究における食育に関連する研究テーマの割合は、食物栄養学科では、5年間で13.8%増加し、最終年度は51.7%と研究テーマ全体の50%を上回る結果となった。幼児保育学科では、初年度が最も多く8.1%であったが、2021年度以外は毎年食育に係るテーマを取り扱っていた。

9) 外部資金獲得金額

ステークホルダー	対象分類	2018	2019	2020	2021	2022	総計
①青森県民	a		150,000				150,000
	c		88,000	55,000	100,000	100,000	343,000
	d		720,000				720,000
	e		122,000				122,000
①青森県民 合計			1,080,000	55,000	100,000	100,000	1,335,000
③食育実践者 合計		900,000	1,282,000	621,500	797,200	717,400	4,318,100
④自治体・企業 合計		300,000	150,000	251,000			701,000
総計		1,200,000	2,512,000	927,500	897,200	817,400	6,354,100

外部資金獲得金額は、5年間で総額6,354,100円となった。2019年度をピークに獲得金額は減少傾向であるが、コンスタントに外部資金を獲得できていることは、本学の活動が社会的に評価されている結果であると言える。

10) 将来ビジョン実現プロジェクト費（学長裁量経費）執行実績

※平成 30（2018）年度は研究ブランディング事業

項目	2018	2019	2020	2021	2022	総計	
予算	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	1,000,000	5,000,000	
申請件数	2	6	5	3	4	20	
申請額合計	420,000	1,148,000	705,000	440,000	700,000	3,413,000	
採択額合計	420,000	1,000,000	705,000	440,000	700,000	3,265,000	
実支出額合計	0	576,676	509,479	120,134	213,937	1,420,226	
内訳	物品費	0	20,422	276,837	28,782	196,573	522,614
	旅費	0	173,410	0	0	0	173,410
	謝金	0	245,281	10,000	20,000	15,000	290,281
	その他	0	137,563	222,642	71,352	600	432,157

将来ビジョン実現プロジェクト費執行実績は、5年間で総額 5,000,000 円の予算に対し、3,265,000 円が採択、1,420,226 円が執行された。申請件数・採択額とも 2019 年度をピークに減少していたが、2022 年度は回復した。採択額に対し執行額が半額以下にとどまったのは、COVID-19 による予定事業の中止等が大きいものと思われる。この将来ビジョン実現プロジェクト費は、教員の本プロジェクトに関係する事業実施に係る活動費等に充当できる学長裁量経費として創設されたものである。毎年コンスタントに申請・執行されており、3,000,000 円を超える申請があったことを踏まえると、活発な活動に寄与する支援であったと言える。

11) 学生イメージ調査の結果（調査方式が同一の2020年度以降の結果）

11-1) 「親しみやすい」(全体)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.62	3.76	3.66	3.68
総計	3.62	3.76	3.66	3.68

11-2) 「活気がある」(全体)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.92	3.92	3.81	3.88
総計	3.92	3.92	3.81	3.88

11-3) 「地域に貢献できる」(全体)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.57	3.79	3.79	3.72
総計	3.57	3.79	3.79	3.72

11-4) 「専門分野を深く学べる」(食物栄養学科のみ)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.80	4.03	3.88	3.90
総計	3.80	4.03	3.88	3.90

11-5) 「将来ビジョンを知っていたか」(全体)の知っている人の割合

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	17.6%	18.3%	23.2%	19.7%
総計	17.6%	18.3%	23.2%	19.7%

11-6) 「現在の本学は将来ビジョンに示した大学だと思うか」(全体)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.34	3.54	3.57	3.48
総計	3.34	3.54	3.57	3.48

11-7) 「10年後の本学は将来ビジョンに示した大学になっていると思うか」(全体)のポイント数

ステークホルダー	2020	2021	2022	3年平均
②学生	3.54	3.62	3.44	3.53
総計	3.54	3.62	3.44	3.53

学生イメージ調査は2019年度以前と2020年度以降で調査方式が異なり、一概に比較はできない。2020年度以降の結果を見ると、「親しみやすい」(全体)のポイント数、「専門分野を深く学べる」(食物栄養学科のみ)のポイント数、「10年後の本学は将来ビジョンに示した大学になっていると思うか」(全体)のポイント数は、2021年度が最大で最終年度は減少していた。一方、「将来ビジョンを知っていたか」(全体)の知っている人の割合は、最終年度が最も高く増加傾向が見られ、学生に対し将来ビジョンが着実に浸透していることが明らかとなった。加えて、「地域に貢献できる」(全体)のポイント数も2021年度と2022年度がともに最大であり、地域に貢献している短大であるというイメージが学生の中にも醸成されてきているものと思われる。

6. おわりに

本プロジェクトでは、青森県の「短命県」という状況を改善すべく、その具体的な方策として食育やヘルスコミュニケーションといった概念を用い、5年間にわたり様々な事業に取り組んできました。詳細は総括に譲りますが、本報告書内のデータにもあるように、延べ5年間の活動期間において青森県民を対象とした事業数がおおよそ160、参加延べ人数はおおよそ5,200人という数字・実績を残しました。途中より世界的な新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の影響を受けたことにより、実質半分近くの期間において様々な事業・イベントが中止に追い込まれたことを考慮すれば、この結果は充分健闘に値すると思います。また、青森県民に対してのみならず本学の学生等に対しても、例えば食物栄養学科の特別研究テーマにおいて食育に関する研究テーマの割合が本プロジェクト開始年度では37.9%であったのに対し、最終年度には51.7%であったなど、本事業の取り組みは学内においても一定の効果をもたらしたと言えるでしょう。

令和4年度末をもって本プロジェクトは5年間の活動を終了しますが、総括の終わりでも述べられているように、本プロジェクトは青森県内における食育活動の啓蒙・普及等に少なからず貢献してきたと考えられます。そして、本プロジェクトの中には次年度以降も継続が期待される事業がいくつか存在することから、本プロジェクト自体は今年度をもって終了するものの、本学は地域に根差した短期大学として今後も引き続き食育活動の啓蒙・普及等に関する取り組みは継続していきます。また今後の食育活動に関する取り組みへの課題としては、食物栄養学科のみならず幼児保育学科・専攻科福祉専攻も含めた短大全体での取り組みが重要であると考えます。

将来構想委員会

委員長 伊藤 弓月

2018年に将来ビジョンとして「情熱あふれるプロフェッショナルを輩出し、ともに地域と生きる大学」を目指すことを定め、青森の課題と本学の強み・特色の強化を同時に達成するために将来ビジョン実現プロジェクトを立ち上げました。そして、これまでも本学が県内で牽引してきた「食育」に「ヘルスコミュニケーション」という概念を加え、青森の健康課題の解決に向けて5年間活動を展開してまいりました。

活動報告書に記載の5年間の活動は非常に有意義であり、たくさんの人に「食育」の大切さを感じていただけたと思います。青森県民の皆様を対象とした事業はもちろんのこと、我々と一緒に「食育」を推進していく食育実践者の方へアプローチできたことは、今後の青森県の「食育」がより発展していくきっかけづくりとしてとても重要であったと思います。

プロジェクトとしては、一旦の区切りを迎えますが、今後も青森中央短期大学は将来ビジョンの実現に向けて邁進してまいります。

多くの方々のご支援により、5年間の活動をおこなうことができました。この場をお借りして感謝申し上げます。

学長代行 石田 憲久

本プロジェクトにご尽力いただいた教職員の皆さま、参加・ご協力いただいた地域の皆さまに、記して感謝の意を表します。

発行 青森中央短期大学将来構想委員会
発行年月 2023年3月
所在地 青森県青森市大字横内字神田12
電話 017-728-0121(代表)