



報道関係者各位

平成28年7月27日  
青森県立保健大学

## 平成28年度「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動」について

### I. 背景

平成27年4月、本学は「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート宣言」をし、県民の健やか力（ヘルスリテラシー）向上に大学をあげて取り組んでおります。

27年度に引き続き、青森県民のヘルスリテラシー向上に資するための活動について本学学生、教職員を対象に募集し、7件の活動を「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動」として認定しましたので、それぞれの活動の概要についてお知らせします。

### II. 各活動紹介

No.	種別	活動名	活動代表者	活動概要
1	新規	身近な地域で手軽に、歩きながら「こころ」と「からだ」のリフレッシュ	社会福祉学科 講師 岡田 敦史	2本のポールで下半身の負担を軽減しながら全身運動ができるノルディックウォークを通して、手軽に楽しみながら健康増進と心のリフレッシュにつなげ、ヘルスリテラシー向上を目指す。
2	新規	青森市のロコトレ活動への支援介入	理学療法学科 准教授 川口 徹	青森市が行っているロコトレ活動に支援し参加者にもっと効果的なロコトレを提供するよう介入する。一般的に効果があるロコトレだが、参加者個々の活動能力に合った段階の運動を提供できていないため、本学の理学療法学科のチームが運動機能評価等を提供し、参加者の運動による健康志向（ヘルスリテラシー向上）につなげる。
3	新規	「健やか力検定」活動	社会福祉学科 特任教授 小山内 豊彦	平成26～27年に青森県が実施した「健やか力検定」の教材、問題を活用して本学学部生・青森市内の大学生を対象に検定を実施し、知識の面から若者のヘルスリテラシー向上へつなげる。 検定実施に伴い、サークル活動として『ヘルスリテラシー向上部』を立ち上げ、健やか力検定の実施やヘルスリテラシー向上へつながる活動を行う。この活動が学生主体の活動として位置づけるよう目指す。

No.	種別	活動名	活動代表者	活動概要
4	新規	青森県の健康食材を学んで健やか力アップ	栄養学科2年 常岡 恵里奈さん (サークル「A-knot」)	県内で生産されている食材はいずれも健康につながる良いものばかりなのに、県民はそれらの食材を活用した良質な食生活を送っているとは言い難い現状である。青森県産食材を用いた商品を開発・PRし、県食材の評価を上げることで、県民に良い食への関心を持ってもらい食生活の改善や健康、ヘルスリテラシー向上につなげる。
5	継続	おかず味噌汁を食して健やか力を向上させよう運動(フェーズ2)	保健嘱託員 大里 美佐子	おかず味噌汁を通して学生の食生活改善への実践力を育成、レシピ等を公開し県民へ食の改善を推進しヘルスリテラシー向上を目指す。昨年の向上サポート活動で残った課題を解決する。
6	継続	地域のつながりで健やか力を向上させよう運動2016	看護学科2年 長岡 瑞穂さん (サークル「りんごの会」)	交流のきっかけとなる食事会を通して独居高齢者の地域・人とのつながりを充実させ、健康に対して関心を持ってもらい、集団又は地域全体のヘルスリテラシー向上につなげる。 本学学生との交流を通じての健康教育が参加者、関係者から好評価を得て、今年度は、沖館地区を加えた3地区(筒井・奥野・沖館)で健康教育を実施する。
7	継続	元気フェスタPartⅡ	看護学科 教授 古川 照美	地域特性、家族支援の具体的方法、健康教育を学び、個々に必要な支援提供をすることで地域活動意識向上、県民のヘルスリテラシー向上につなげる。地域における家族支援プログラム企画として『元気フェスタ PartⅡ』を実施予定。昨年度の実施状況を踏まえ、本活動が学生のヘルスリテラシー向上につながっているかを客観的に評価する。

問い合わせ\*\*\*\*\*

青森県立保健大学 事務局経営企画室

〒030-8505 青森市浜館間瀬58-1

TEL:017-765-2009 FAX:017-765-2688

担当: 小山内、阿保

\*\*\*\*\*