

栄養クリニック利用者推移

平成20年7月、本学の教育研究機関として始動した栄養クリニックも、11年目を迎えた。平成24年度より、新たに建設された研究所棟へ活動の拠点を移したことで、活動の幅が増え、利用者は増加した。平成28年度からは事業の見直しを行い、栄養クリニックが研究所としてもさらに発展するよう生活習慣病などの予防を目的とした「健康増進のための学習会（p4参照）」を実施した。学習会当日に行った各種測定や食生活、生活習慣に関するアンケートの結果と6ヶ月後に行ったアンケートの結果を来年度中にまとめ、栄養クリニックのミニ講義等を受けての学習効果や食生活、生活習慣を改善するための実践的な手法等を分析し、社会に還元していきたい。

また、本年度より生涯学習を再開した。平成27年度までは本学食物栄養学科の学部・大学院卒業生を対象とし、専門職として活躍されている方々のキャリアアップのために開催していたが、近年、学び直したい、もう一度勉強をしたいといった方が増えていることを受け、一般市民も対象として栄養講座という名称で開催することとなった。栄養や食についての専門的な知識がなくても、興味を持って聞けて、日常生活にもすぐに取り入れられる内容ということで、非常に好評を得ている。

このように、利用者のニーズは多種多様で年々変化をしている。栄養クリニックとしてどのように利用者に寄り添い、活動を行っていくのか、日々考えながら今後も企画をしていきたい。また、これからの活動をより充実したものとするために、栄養クリニックが新設された平成24年度以降の活動実態を企画別に数値で振り返ってみることとした。

公開講座・地域連携講座（測定会・栄養アセスメントを含む）

食と健康に関する情報提供、普及啓発を目的とし、学内外で公開講座や講演会を実施してきた。地域住民を対象とした公開講座では、平成24年度以降2年に1回開催しており、毎回300～400名の方にご来場いただいている。平成30年度からは栄養講座を開始し、各回70名程度を定員に事前予約制とし募集をしているが、毎回定員に近い人数の応募がある。

高齢者の骨を守るための栄養ケア対策は今年で6年目を迎えた。毎年、定員を大きく上回る数の応募があり、京都市民の健康への意識の高さを感じる。今年度は京都市長寿すこやかセンターからの要望もあり、骨密度測定会（QUS法での測定）に参加したことの無い方を対象に募集をした。栄養クリニック側のマンパワーの問題もあり、今年度は10か所のみでの測定となったが、本事業を大学での研究成果を社会へ還元する一つの場として、より内容の濃いものになら継続して実施していきたい。

健康・栄養指導等（健康料理教室・学習会を含む）

健康料理教室は、食事の楽しさ、健康増進・疾病予防、食文化の伝承等、毎回さまざまなテーマで実施しており、料理を通して市民の方々に栄養と健康、食生活のあり方を学んでいただく重要なプログラムである。

当栄養クリニックは平成24年度に新R研究所棟に移り、健康料理教室の回数と受け入れ人数が大幅にアップした。平成28年度からは料理教室を減らし、新たな事業として「健康増進のための学習会」を開始した。健康増進のための学習会では立ち上がりテストや2ステップテストによるロコモ度テストやそれぞれのご家庭のお味噌汁の塩分濃度を測定するなど、参加者にとっては自身の生活を振り返る良い機会となっているようである。しかしながら、参加率は料理教室と比較すると低く、平成28～29年度は各テーマ2日開催していたが、平成30年度は各テーマ1日での開催とした。今後は活動を広く知っていただき、新規の参加者を開拓するとともに、さらに魅力のあるプログラムとなるよう趣向を凝らしていきたい。

学园内連携・在学生、卒業生対象の事業

在学生および卒業生に向けての生涯学習は、当クリニックの設立の目的でもある。施設が整備された平成24年度より学生生活センターからの依頼で、在学生への支援として調理の基礎を学ぶ料理教室を開催しており、本年度から学生生活センターの要望を受け、和食を基本からしっかりと学べるよう基礎編と応用編の2回連続して受講する形式で学生支援の料理教

室を実施した。

卒業生対象の事業は、本年度も卒業生のみを対象とした講座は実施しなかったが、卒業後も栄養クリニックを中心としたネットワークが広がるよう卒業生を対象としたメールマガジンを配信している。卒業生にとって有意義なツールとなるよう、今後も工夫をしていきたい。
(須貝さゆみ)

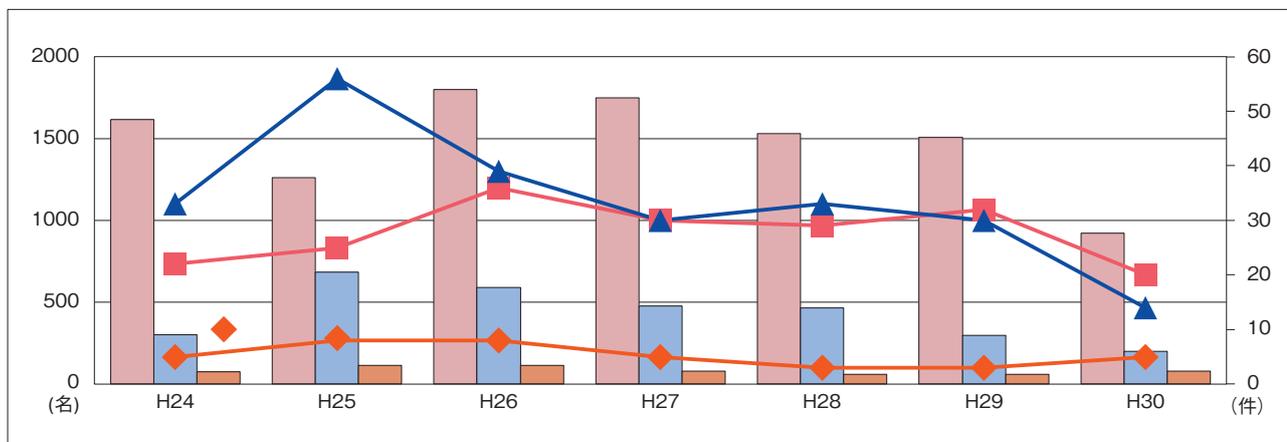


図1 「公開講座・地域連携講座等」、「健康・栄養相談等」、「学内連携・在学生・卒業生向け」人数および件数

- 公開講座・地域連携講座等 人数
- 健康・栄養指導等 人数
- 学内連携・在学生・卒業生向け 人数
- 公開講座・地域連携講座等 件数
- ▲— 健康・栄養指導等 件数
- ◆— 学内連携・在学生・卒業生向け 件数