

## ■栄養士・管理栄養士を目指す学生が運営する取り組み“コルクプロジェクト”■ フレイル予防を目的とした「スマホも学べる栄養講座」を実施

大阪樟蔭女子大学（東大阪市）健康栄養学部では、学生が主体となりキャンパスライフの質向上に取り組む“コルクプロジェクト”の一環として、地域貢献チームが、2023年1月6日（金）に東大阪市高井田老人センターにて、地域の高齢者を対象にフレイル予防を目的とした「スマホも学べる栄養講座」を開催します。

### 本件のポイント

- フレイル予防を目的に学生が、地域の高齢者にスマホの使い方を解説
- 普段の学びを活かして、高齢者の食欲向上・維持のための栄養講座を実施
- 栄養士・管理栄養士を目指す学生有志が、企画段階から一貫して行う“コルクプロジェクト”の取り組み

### ■フレイル予防を目的に“スマホの操作方法”と“食事のポイント”を徹底解説！

本取り組みでは、コロナフレイル予防を目的としたスマホ講座と栄養講座を実施します。地域在住高齢者の悩み事に「スマホを使いこなせない」というものがありました。そこで学生が講師となり、スマホの使い方を解説すると同時にスマホを活用した栄養講座を企画しました。当日は、Wi-Fiの接続方法、写真撮影方法、QRコードの読み取り方法を解説します。栄養講座ではQRコードを読み取り、高齢者に食欲チェックのアンケートに回答してもらいます。栄養士・管理栄養士を目指す学生が、食事のポイントやフレイル予防のポイントを伝えます。本講座を通じて、上手にコロナフレイルを予防するとともに、スマホの便利な活用方法を身に付けてもらうことで、より快適に生活してもらえることを目指します。さらに参加者同士の交流だけでなく学生との交流を交えることで、異世代交流による活性化を目指します。

### ■学生のコメント：七條 ももさん（健康栄養学科 3年生）

一人ひとりに丁寧に対応できるように定員を各回10名としています。この会を通して、コロナ禍で減ってしまった「人とのコミュニケーション」の大切さを思い出していただきたいです。また、スマホの簡単な使用方法を伝えることで、地域の皆様の生活がより快適になり、栄養についても考えていただくきっかけになれば嬉しいです。今後は、今回の復習やステップアップ講座を実施するなど、恒例のイベントにできればと考えています。



コルクプロジェクト・地域貢献チーム

### 【スマホも学べる栄養講座】

- 日時：2023年1月6日（金） ①13:00～14:00 ②14:30～15:30 各回定員10名
- 場所：東大阪市高井田老人センター（東大阪市高井田元町 1-2-13 2階）
- 内容：スマートフォンの操作方法解説、食欲向上・維持のための栄養講座

つきましては、ご多忙のところ恐縮ですが、ぜひ取材のご検討をよろしくお願い申し上げます。

### <本リリースに関するお問合せ先>

学校法人樟蔭学園 学園広報課（担当：梶田・井上）

TEL:06-6723-8152（直通）（平日9時～17時）FAX:06-6723-8263

E-mail: [gakuen-pr@osaka-shoin.ac.jp](mailto:gakuen-pr@osaka-shoin.ac.jp)