



大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科
人間栄養学専攻附属

くすのき健康栄養センター



地域社会の健康維持・増進を栄養面からアプローチ

大阪樟蔭女子大学では、健康栄養を冠した我が国でも希少な学部を設置し、栄養面から人々の健康維持・増進に貢献できる人材を広く社会に輩出してきました。しかし、本学の建つこの地域の中にあっては、栄養教育機関としての社会貢献が必ずしも十分とは言えず、教育者として地元貢献できるすべを模索してまいりました。

そこで、このたび本学では「くすのき健康栄養センター」を設置し、栄養の専門家の教育・育成に関するアカデミックなスキルを一般に提供するとともに、この地域の一人でも多くの方々が健康的な食生活をおくり、地域の活性化をめざす元気の原動力となるよう支援していきます。

この「くすのき健康栄養センター」では、地域連携と教育活動の拠点として活用し、地域の皆様に個別で健康カウンセリングや食育相談を行い、料理教室や健康的な食べ方セミナーなどを開催していきます。また、本学の学生およびすでに社会人となっている専門家のリカレント教育を行い、より高度なスキルを社会に還元することで、大学の使命としての社会貢献を果たしたいと考えています。近年は、様々な栄養情報が錯綜し混乱を招いていることから、正しい健康に関する食の情報を発信し、地域住民の方が安心して取り組める食生活を提案します。

さらに、このような活動を通じて、東大阪市を中心とする近隣地域の行政機関、医療関連団体、栄養士会、患者さんの団体、企業並びに近隣大学等との連携をはかり、地域での包括的な栄養と健康増進関連の仕組みづくりの創出に取り組みます。

くすのき健康栄養センター(概念図)





活動内容

栄養カウンセリング

食生活が難しいと感じておられるすべての方に、例えば離乳食でお困りの若いお母さん、食べ過ぎ傾向でお悩みの年代、逆にやせで悩む高齢者介護の方、メタボが心配な中高年の方、会社の検診で要注意と言われた方、食生活の改善は一人ではなかなか続かないものです。そのようなときのために身近で心強い相談相手となります。

健康保持の食べ方教室

人が生きるためには栄養摂取が必要不可欠です。しかし食物には、食べ方次第で健康を害したり、逆に病気の予防ができたりと、たんに命をつなぐばかりではない重要な働きがあります。離乳期から学童期、青年期、壮年期、高齢期にいたる各年代には相応の栄養素と食べ方があり、それらを学ぶことで輝く日常を手に入れることが可能です。

世代別の食育クッキング教室

せっかく正しい食の知識を身につけても、毎日の食卓に生かすことができれば効果が得られません。健康に良い食品を、体に活かすことができるように食事に置き換えることが料理です。栄養素がしっかり身につくような料理と一緒に体験し、明日から家庭でも継続できるようにサポートします。

健康サポートカフェ

最近はや々な健康に関する情報が氾濫しています。その結果、特に栄養については、何をどれだけ食べたらよいのか、わからなくなってしまったという方も少なくありません。ここでは地域の方が気軽に立ち寄ることができ、様々な有益情報を得られる場所になります。

多職種連携・生涯研修

すでに専門知識を修めた方や各方面で活躍中の人で、今一步を踏み出したいと考えている方、多職種のパワーを持ち寄ることで新たなイノベーションを創出する場を提供していきます。また、スキルアップに必要な知識技術の研修を企画し、定期的を開催していきます。



