

高齢者の骨や食に対する意識向上 「骨を元気に！食のAAOプロジェクト」活動中 広島市安佐南区大塚で学生と地域が連携

広島修道大学では、学生が地域の方と連携しながら地域の課題解決に取り組む正課外の活動として、「地域つながるプロジェクト」^{※1}を支援しています。

プロジェクトの1つである「骨を元気に！食のAAOプロジェクト」は、本学健康科学部健康栄養学科の学生有志が、広島市安佐南区大塚に住む高齢者の骨や食に対する意識向上と骨密度維持を目的として活動しています。

詳細は下記をご覧ください。

記

プロジェクト名: 骨を元気に！食のAAO^{*2}プロジェクト

担当教員: 山内 有信 (健康科学部 教授) 参加学生数: 4名

活動概要: 高齢者の骨や食に対する意識向上と骨密度維持を目的とします。実際に骨密度を測定し、骨に関するワークショップや必要な栄養素を含むメニューを考案し、お弁当の配布を行います。

活動状況: 安佐南区大塚地区に住む高齢者を対象に、食生活に関するアンケートを実施。アンケートによる現状調査結果をもとに、4回の活動を予定しています。

日付	内容	場所
①9月9日(土) ※実施済	・栄養と骨粗鬆に関するワークショップ ・カルシウム摂取等を意識した弁当の提供・骨密度測定	大塚公民館
②10月7日(土)	・運動と骨に関するワークショップ ・室内外で気軽にできる運動実習	A.CITY プラザ
③11月18日(土)	・睡眠に関するワークショップ ・カルシウム摂取や睡眠を意識した弁当の提供	大塚公民館
④12月2日(土)	・骨密度測定 ・骨の健康を意識した弁当の提供・講評と表彰	大塚公民館

※1…「地域つながるプロジェクト」…詳細は本学公式WEBサイトをご覧ください。

<https://www.shudo-u.ac.jp/kouryuu/chitsuna/index.html>

※2…「AAO」…A.CITY (地域の)、Advice (栄養学科履修生の視点からの提案、処方箋)、Output (普段の食生活に実践・反映)の頭文字に、「エイ・エイ・オー」という応援の意が込められています。

以上

【本件に関するお問い合わせ】

広島修道大学学長室総合企画課 壹貫田・小西

Tel: 082-830-1102 Fax: 082-830-1324

公式サイト: <https://www.shudo-u.ac.jp/> Eメール: kouhou@js.shudo-u.ac.jp

プレスリリース一覧<<公式サイト⇒報道関係の方>>

