


「健やか力検定」活動

活動代表者 小山内 豊彦 

I. はじめに

青森県が平成26年度、27年度に実施した『健やか力検定』を引き継ぎ、本学部学生及び青森市内の大学生を対象として同検定を実施したいと考えたところである。それに当たっては、本学学生で構成する「ヘルスリテラシー向上部」を立ち上げ、検定問題を検討・作成するとともに、部活動としてイベント等の場を活用し、地域住民を対象に四肢血圧測定などの健康測定を実施することとしたところである。

II. 目的

- ①「ヘルスリテラシー向上部」に参加する学生が教材や検定問題を作り上げていくことは、将来青森県民のヘルスリテラシー向上を支える人材の育成に寄与する。
- ②本学学生その他、青森市内の大学生が『健やか力検定』に合格すべく学習することは学生自身のヘルスリテラシーの向上につながり、ひいては成人期以降の生活習慣病予防に資する。
- ③本活動を通して『健やか力検定』の内容の検証を行い、次年度以降の県民向けの更なるヘルスリテラシー向上につながる検定の示唆を得る。
- ④学生が地域に密着したイベント等の場で健康測定等を行うことにより、県民のヘルスリテラシー向上に寄与できる可能性がある。

III. 活動方法（または「活動の経過」等）

○内臓脂肪の測定の様子



○大学生を対象とした『健やか力検定』は別添の問題を使用した。

IV. 活動結果（または「成果」等）

- ① 10月8日、大学祭において、地域住民等を対象とし、「四肢血圧測定」及び「内臓脂肪測定」を行った。
- ② 11月6日、アピオあおもり「秋まつり」において地域住民等を対象とし、「四肢血圧測定」及び「内臓脂肪測定」を行った。
- ③ 12月10日、本学において、市内の大学生を対象とし、『健やか力検定』を実施した。



本学、青森大学、青森中央学院短期大学、青森明の星短期大学、青森公立大学から計106名が参加し、うち98名、92パーセントの学生が合格した（6割以上の正解率）。

- ④ 12月18日、リンクステーションホール青森で開催された「あおもり市民健康アフォーラム」において、地域住民等を対象とし、「四肢血圧測定」及び「内臓脂肪測定」並びに「骨密度測定」を行った。
- ⑤ 12月25日、ヘルスリテラシー向上部に所属する2名の学生がFMあおもりの「いきいき健やかラジオ」に出演し、ヘルスリテラシー向上部の活動を報告した。

V. 活動の総括

（報告書の作成に当たり、参考とした文献等がある場合は本欄に記載してください。）

今年度は、計3回のイベント等を活用し、地域住民を対象として様々な健康測定を行うなど、県民のヘルスリテラシー向上のための具体の活動を行うことができた。

また、本学をはじめ市内の大学生を対象に『健やか力検定』を実施し、将来世代の健康意識の向上に寄与することができた。

来年度は引き続き、

- ① 向上部のメンバーによる地域住民を対象とした「健康測定」を様々なイベントの場を活用して実施する。
- ② 市内の大学生を対象とする『健やか力検定』を行うが、今年度の実績106名を上回る、200名程度の参加を目指す。
- ③ 県民、特に農業、水産業に従事する方々及びその家族の方々に、ヘルスリテラシーの向上を訴えるために、テレビを活用する。

などの方針の下、活動を行っていきたいと考えている。

VI. 謝辞

本活動の中核であるところの、市内大学生を対象とした『健やか力検定』は平成28年12月10日に実施したが、当日は悪天候にもかかわらず、106名もの学生に参加いただき、無事検定を終了することができました。

この検定の実施に御協力をいただいた、青森大学、青森中央学院短期大学、青森明の星短期大学、及び青森公立大学の関係者の皆様方には、ここに深く感謝の意を申し上げます。

Ⅶ 活動構成員等

(チーム名：ヘルスリテラシー向上部)

	氏名	所属	役割分担
活動代表者	小山内豊彦	社会福祉学科	全体の運営・総括等
経費執行責任者	古川照美	看護学科	活動経費の管理等
構成員	川内規会	看護学科	検定に関する調整等
構成員	大西基喜	看護学科	全体の企画・監修等
構成員	黒沢絵里他 1 2 名	看護学科	活動の企画・実施等
構成員			
構成員			
構成員			
構成員			
構成員			

※欄が不足する場合には、適宜行を挿入ください。

Ⅷ 活動経費（執行額）

(単位：円)

年度	活動経費	科目				
		報償費	旅費	需用費	役務費	備品購入費
平成 28 年度	299,828	0	275	296,963	2,590	0
総計	299,828	0	275	296,963	2,590	0

※活動経費執行内訳等の詳細は別紙「収支管理簿」のとおり。

【別紙2】

平成28年度健やかか力(ヘルスリテラシー)向上サポート活動

(チーム名: 健やかか力検定実行チーム)

(活動名: 「健やかか力」検定活動)

)収支簿

(単位:円)

決議番号	年月日	摘 要	収入	支出	残 額	支 出 費 目					支払先	
						報償費	旅費	需用費	役員費	備品購入費		使用料/賃借料
		配分	300,000		300,000							
2011439	9月5日	大学祭 (唾液アミラーゼ・本体、チップ、保健指 導パネル)		116,424	183,576			116,424				シバタ医理科
3010566	10月3日	検定募集用チラシ		39,420	144,156			39,420				わかかデザインオフィス
2011988	10月14日	(大学祭出店) 内臓脂肪計 返却 宅配料		1,188	142,968				1,188			ヤマト運輸株
3010620	11月4日	アヒオ秋まつりへ参加(HLH向上サポート活動の一環)		275	142,693		275					青森市タクシー共通チケット株式会社
2012330	11月17日	健やかか力検定チラシ 宅配料(DM便)		82	142,611				82			ヤマト運輸株
2012251	11月18日	名入れボールペン(検定参加者配布用)200本		22,000	120,611			22,000				株式会社マルキ
2012269	11月25日	FAX用インクファイルム		1,143	119,468			1,143				株式会社マルキ
2012541	12月2日	健やかか力検定 合格者用景品 (フリクション3色ボールペン)		42,000	77,468			42,000				株式会社マルキ
2012699	12月21日	健やかか力検定 合格通知(希望者 11通)		1,320	76,148				1,320			日本郵便株式会社
2013168	2月16日	センサゲルバック 他		40,932	35,216			40,932				シバタ医理科
2013167	2月20日	ココヨファイルケース3冊入 他		35,044	172			35,044				株式会社マルキ
			300,000	299,828	172		275	296,963	2,590	0	0	0