

# 健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動

小山内豊彦、古川照美、川内規絵、倉内静香、大西基喜、藤本幸男

Key Words ①健やか力 ②検定 ③ヘルスリテラシー

## 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、本学学生及び青森市内の大学生を対象として同検定を実施することを目的として、平成28年度に立ち上げた「ヘルスリテラシー向上部」が中心となり、今年度も『健やか力検定』を実施するとともに、部活動としてイベント等の場を活用して、地域住民等を対象に四肢血圧測定などの健康測定を実施したところである。また、コロナ禍において新しい生活様式・実践活動を学生の発案で実施したところである。

## 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、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知見を得ることができる。

## III. 活動方法

「ヘルスリテラシー向上部」部員や教員により、7月～9月にかけて『健やか力検定』の問題を作成し、12月13日に本学及び青森大学において検定を実施した。

## IV. 活動結果

1. 7月21日に部員44名が参加し、「ヘルスリテラシー向上部」総会を開催した。
2. 部員や教員が参加し、7月31日に『健やか力検定』問題作成の打ち合わせを、9月6日に検討会を行った。
3. 9月17日に部員21名、教員2名が参加し、「新しい生活様式・実践活動」を行い、地域住民等75名に対し、体・骨密度を測定した（写真1）。
4. 10月10日、大学祭において部員24名、教員3名が参加し、地域住民等を対象として、血圧測定（48名）、体組成（42名）を行った（写真2）。
5. 12月13日、本学及び青森大学において、『健やか力検定』を実施した（写真3）。  
受検者数は132名（本学看護33名、同社福7名、同栄養6名、青森大学74名、青森中央学院大学9名、青森公立大学1名、東北女子大学2名）で、受検者のうち正解率60%以上の合格者は118名（合格率は89.4%）、平均得点は75.9点であった。
6. 3月18日に野辺地町の中学生98名を対象として「野辺地町SOSの出し方教育のピア

サポーター」を実施した。

## V. 考察

本年度は「ヘルスリテラシー向上部」活動の5年目であったが、コロナ禍の中にあって、「新しい生活様式・実践活動」に挑戦するなど、まずまずの活動成果を上げることができたと考えている。一方で、結果的に『健やか力検定』を通常方式で実施することができたが、今後のコロナ禍の進展によっては、オンライン方式での実施も検討せざるを得ない、という課題を残したことも事実である。来年度の活動においては、この課題についても様々な角度から対応策を考えていかなければならないと感じたところである。

併せて、コロナ禍の中で、本活動に協力いただいた青森大学や、野辺地町などの関係者の皆様方には、ここに深く感謝申し上げる次第である。

(写真1) 令和2年9月17日「新しい生活様式・実践活動」



(写真2) 令和2年10月10日「大学祭」



(写真3) 令和2年12月13日「健やか力検定」



