

健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート活動

古川照美、大西基喜、播摩優子、工藤英明、清水菜月、ヘルスリテラシー向上部

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、県民のヘルスリテラシーの向上に資する活動を行ってきた。今年度も各種健康測定などの活動と、「健やか力検定」は、オンラインと大学構内を会場とした対面のハイブリッド方式で検定を実施した。

II. 目的

本活動の目的は以下の通りである。

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により、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、青森市内の大学生等が『健やか力検定』に関して学習し、受検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』の内容の検証を行うことにより、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、8月～9月にかけて『健やか力検定』（疾病編）の問題を作成し、12月7日に本学及び青森大学において会場検定を実施した。ひろく県内外の学生に向けてオンライン受検への参加を呼びかけ、12月7日にオンライン検定を併せて実施した。また、健康測定や健康クイズをイベントに合わせて実施した。

IV. 活動結果

1. 4月22日に部員等22名が参加し、「ヘルスリテラシー向上部」総会を開催した。
2. 8月から9月にかけて部員や教員が参加し、『健やか力検定』問題（「疾病編」）の作成を行った。
3. 12月7日、本学及び青森大学を会場として、『健やか力検定』を実施した。併せて同日オンライン検定を行った。

受検者数は会場検定が50名（本学14名、青森大学36名）で、受検者のうち正解率60%以上の合格者は39名（合格率は78.0%）、平均得点は70.6点であった。

一方、オンライン受検者は28名（本学3名、青森中央短期大学1名、青森大学1名、秋田看護福祉大学23名）で、合格者は27名（合格率96.4%）、平均得点は80.6点であった。受検者、合格率、平均点いずれも芳しくない結果であった。

4. イベントにおける健康測定

①アピオあおもり秋まつり(10月5日開催) 骨密度測定、体組成測定、血圧測定と、測定値についての保健指導を実施した。67名の参加者があった。

②学祭(10月12日開催) 骨密度測定、体組成測定、血圧測定と、測定値についての保健指導を実施した。64名の参加者があった(血圧32名、体組成63名、骨密度64名)。

5. イベントにおける健康クイズ

①学祭(10月13日)「ヘルスリテラシー向上部健康クイズ大会」

②青森市 QOL 健診フェア(11月9日) ステージプログラム「ヘルスリテラシーって素晴らし〜クイズでPON!」

V. 考察

本年度は「ヘルスリテラシー向上部」活動の9年目であり、予定していた例年通りの活動を実施できた。アピオあおもり秋まつりや学祭時に実施した健康測定に、多くの方が参加し、住民のヘルスリテラシー向上に寄与できたと考える。一方で、部員の数もやや減り、目玉の活動である『健やか力検定』受検者数は会場での対面受検、およびオンライン受検も過去最低であった。予算の関係上、検定周知のためのチラシやポスターを学内印刷とし、各所に掲示、配布したが、積極的なPRが必要だったと思われる。オンラインによる検定では、トラブルなく実施できたが、こちらも受検者数が少なかったため、受検者数が増えるよう、検討が必要と思われた。次年度も引き続き活動を実施し、健康測定についてはイベントでの継続実施、健やか力検定については、対象者や検定内容等を吟味し、受検者が増えるよう検討する。さらに、次年度は認知症キャラバン・メイト養成に関わる活動についても検討する予定である。

あなたの健康はほんのちょっと君を健康にする
病気を抑えて未来の自分に投資

令和6年度
あおもり「健やか力」検定
【疾病編】
受検者大募集

検定日
2024年12月7日(土)
10:00 受付 / 10:30 開始
※ 試験時間 60分

健やか力とは？
健やか力とは、健康情報や医療情報も適切に利用し、理解し、活用する力です。健康に良いこと・悪いこと、病気などについて学び、心も体も健やかな毎日を送りましょう。

POINT1 /
無料で受検が出来る！
受検に料金はかかりません。無料で受検することが出来ます。

POINT2 /
場所が選択出来る！
会場受検とオンライン受検があり、申込時に選択可能です。

POINT3 /
記念品がもらえる！
会場受検者には参加賞、オンライン受検者には感謝状がもらえます。

会場 青森県立保健大学 (A棟1F) オンライン受検受付専用
対象 青森県内の大学に通う学生 健康増進事業の推進に賛同する学生(※詳細はチラシをご覧ください)

【教材ダウンロード先】
https://www.aub.ac.jp/health-literacy/torikumi/files/sukoyaka_text2_sl.pdf



写真 1.左上 健やか力検定

写真 2.右上 アピオあおもり秋まつり健康測定

写真 3.右 総会時のグループワーク