



保健・福祉・健康

京都文教短期大学

## メタボリックシンドローム予防メニューの

### 考案と提供

京都府  
宇治市

京都文教短期大学  
食物栄養学科

#### 【活動場所】

京都府宇治市

#### 【活動目的・背景】

専門科目「生活習慣病予防の食育実習」にて、生活習慣病予防に効果的な献立作成と調理について実習を通して学んでいる。そこでこれまでの授業(実習)で獲得した知識や技術を統合し、栄養士としての実践力をより高めるため、また食生活の面から宇治市民の食育や健康増進に寄与し、地域へ貢献することを目的とするため。

#### 【取組概要】

平成 27 年 3 月に策定された「宇治市健康づくり・食育推進計画」の生活習慣病の発病予防と重症化予防に着目し、「メタボリックシンドローム予防メニュー」を考案。

宇治市保健推進課および株式会社典座と協働し、市役所内食堂にて市民向けに販売すると同時に、学生手作りのPOP、チラシ、ポスター等で予防啓発活動とアンケート調査を実施した。

#### 【成果・今後の課題】

宇治市が重点課題として捉えている「生活習慣病予防」を課題とすることで、学生がこれまで学んだ栄養士課程の技術や知識を統合して、主体的に取り組むことができた。班ごとにメニュー考案をする中で、創造力、計画力、実行力、傾聴力、チームワーク等発揮し、同時に実践力や課題解決力等を総合的に身に付けることができた。



#### 【本取組に関するお問合せ先】

地域連携室

Tel : 0774-25-2414

Fax : 0774-25-7804

E-mail : [kbjex@po.kbu.ac.jp](mailto:kbjex@po.kbu.ac.jp)