

「青壮年層の健康意識醸成」

会津大学短期大学部 幼児教育学科 渡部琢也ゼミ

大学参加者名	渡部琢也（講師）、錦優佳（2年）、富樫真由（2年）
参加自治体	【参加自治体】昭和村 【令和4年度中心参加自治体】 昭和村
(1) 調査研究の課題・背景	○昭和村では、特定健康診断の受診率が50%を下回るなど、健康への意識づけが課題となっている。特に、人生100年時代に向け、将来的な村民の健康寿命の増進を図ることは重要な課題である。また、村財政における医療費・介護保険料の軽減に資するよう、青壮年層に対して健康意識の高揚を図るために調査研究を行う。本年度については特に現状について理解が深まるように調査研究を進める。
(2) 令和4年度調査研究活動内容	○昭和小学校及び昭和中学校において、2016年度から継続して実施している体組成測定を実施した。結果について、フィードバックした。昭和小学校において、保護者に対して、体組成についての資料を配布した。昭和村と連携して、高齢者を対象とした「元気で長生き教室」を開催した。その際に本学学生と川口高校の生徒と測定を実施し、結果の説明をして、運動指導も実施した。体組成の結果について、参加者にフィードバックし、体組成の結果を評価した。
(3) 令和4年度時点の結果	○昭和小学校及び昭和中学校の児童生徒に対して、2016年度から引き続き体組成測定を実施することができ、昭和村の児童生徒の体組成データを蓄積することができた。測定実施後、保護者に対して体組成測定の重要性について解説した資料を配布したが、多くの保護者が体組成について興味を示し、次年度測定会を実施してほしいとの要望もあった。昭和村と連携して、高齢者を対象とした「元気で長生き教室」を開催し、その際に本学学生と川口高校の生徒と測定を実施し、結果の説明をして、運動指導も実施した。高齢者の皆さんは体組成測定は初めての方ばかりであり、自分自身の筋肉量や脂肪量について興味深そうに説明を聞いていらしかった。そして体組成の結果を評価し、どのような点について気をつけて生活していくべきか解説した。定期的に測定すべきとのお話をしたところまた測定したいとのご希望もあった。そして本学学生と高校生が実際にどのような運動をすべきか一緒に運動を行った。
(4) 提言または今後の展開	○昭和村では、特定健康診断の受診率が50%を下回るなど、健康への意識づけが課題となっている。そこで「青壮年層の健康意識醸成」に対しての一つの取り組みとして、昭和小学校と昭和中学校で実施している体組成測定について、各家庭へのフィードバックと保護者への体組成測定を実施することで、健康に対する啓発活動に寄与できるように計画する。加えて、祖父母世代に対しても同様に体組成測定を実施し、さらに健康に対する啓発活動を実施していく。昭和村においては人生100年時代に向け、将来的な村民の健康寿命の増進を図ることは重要な課題であり、また、村財政における医療費・介護保険料の軽減に資するよう取り組んでいく。