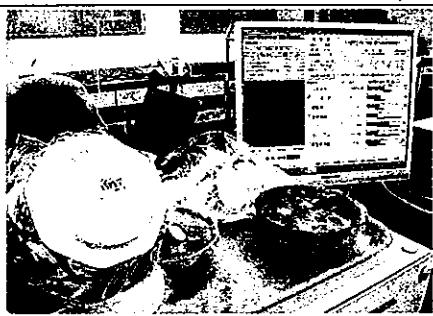


ながま ヤンバス

「肥満気味ですね、運動するよう心掛けて」「ミカンなどの果物もメニューに加えると、食事の栄養バランスが良くなりますよ」

6月初め、岡山学院大(倉敷市有城)の実習室で開かれた「有喜・栄養長寿教室」。人間生活学部食物栄養学科の学生が、参加者の同市老人クラブ連合会メンバー13人にきめ細やかなアドバイスを送る。



⑯ 栄養長寿教室(岡山学院大・食物栄養学科)

岡山学院大の実習室で開かれた栄養長寿教室

きめ細かく健康指導



栄養長寿教室で使用している「食育SATシステム」。食品サンプルの底面に付けられたICチップに入っている栄養価の情報がディスプレイに表示される

地域訪問栄養長寿教室に備え、2人一組でタブレット端末の使い方を練習する学生

本年度、長寿教室は新たに学外へと飛び出す。

「教室を通じてコミュニケーション力やショボン力、相手の気持ちを推し量ることのできる管理栄養士になつてほしい」と期待を込める。地域にとっても、欠かすことのできない役目を果たして

要望や、長寿教室が文部科学省の事業に採択されたり、管理栄養士を目指す学生

の切身などを載せた「ネバネバ丼」、カルシウムやカリウムが多く骨粗鬆症対策など

に効果があるとされるオクラや納豆、ヤマイモに、マグロのメニューは、動脈硬化予防に効果があるとされるオクラ

に効果があるとされるオクラや納豆、ヤマイモに、マグロのメニューは、動脈硬化予防に効果があるとされるオクラ

の佐々木幸子さん(70)。家でいしかった」と、同市茶屋町の佐々木幸子さん(70)。家で

の佐々木幸子さん(70)。家でいしかった」と、同市茶屋町の佐々木幸子さん(70)。家で

「学生が食材について解説してくれて、勉強になった。小松菜のレモン酢あえなど

「学生が食材について解説してくれて、勉強になった。小松菜のレモン酢あえなど

が提供された。ネバネバ丼は食べやすくておねりしたレシピも参加者に配つていて

が提供された。ネバネバ丼は食べやすくておねりしたレシピも参加者に配つていて

いる。同学科の岡本喜久子教授は「教室を通じてコミュニケーション力やショボン力、相手の気持ちを推し量ることのできる管

理栄養士になつてほしい」と期待を込める。地域にとっても、欠かすことのできない役目を果たして

いる長寿教室。栄養学を学ぶ

学生の、将来への「栄養」となっている。

双方が共同で企画した長寿教室。2007年10月にスタートし、年4回ペースに亘っては、実践的な経験が続けている。高齢者から積める場となっている。2回目の参加となつた同市粒江の岡本明治さん(77)が足を具体的にチェックする

経験豊かなお年寄りの話を聞けてためになる」と意義を語る。岡さん(21)も「貴重な機会。



設備面から食事の提供はできないものの、学内での長寿教室同様、体組成分析と食育SAT

月20日と10月の計2回、開催して計画した。同クラブ員以外にも枠を広げ、7月20日と10月の計2回、開催する。