


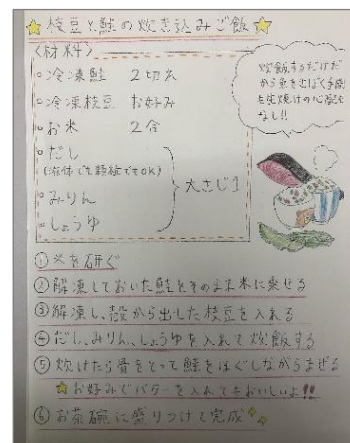
Project	地域協働専攻 地域政策グループ
21	QOL向上支援のための健活プロジェクト
メンバー	[学 生] 清水 滉規 / 伊藤 佳歩 / 島立 理帆 / 別所 柚名 / 石岡 拳聖 / 佐々木 日和 / 加藤 さつき / 小橋 奏音 [担当教員] 外崎 紅馬
<p><b>【背景】</b>          人は様々な生活課題に囲まれて生活している。そのような中で、少しでも満足度の高い暮らしの実現に努めている。しかし、インターネット等各種媒体を通じて様々な情報が氾濫しているため、「本当に正しい情報が何か」判断が難しい。</p> <p><b>【目的】</b>          そこで、健康に関する正しい知識・正確な情報を地域住民に伝え、健康についての理解促進と健康増進のために行える生活行動の創出・支援を行うことを本プロジェクトの目的とする。</p> <p><b>【概要】</b>          健康に関する理解促進・意識啓発として下記の活動を実施する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 健康理解促進の絵本づくり</li> <li>② 健康情報に基づいた動画作成</li> <li>③ 食と栄養に関する簡単レシピの考案とその調理動画の作成</li> </ol>	
<p><b>【プロセスと成果】</b>          前期は、活動内容別に「絵本班」「動画班」「料理班」の3つのグループを立ち上げ下記の活動を行った。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 絵本班: 絵本の原案作成・絵本づくり</li> <li>② 動画班: 健康情報の精査・動画撮影</li> <li>③ 料理班: 料理レシピの考案・調理動画撮影</li> </ol> <p>後期は、前期の内容を踏まえ下記の活動を行った。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 絵本班: 絵本の完成・閲覧</li> <li>② 動画班: 健康動画・健康ポスターの完成・動画配信</li> <li>③ 料理班: 料理レシピのポスター配布・調理動画配信</li> </ol>	
<div style="text-align: center;">  <p>【作成した絵本】</p> </div>	



【動画撮影の様子】



【健康情報・料理レシピのポスター】



【総括と反省・今後の課題】

前期は、活動内容別に「絵本班」「動画班」「料理班」の3つのグループを立ち上げ、①絵本の原案作成・絵本づくり、②健康情報の精査・動画撮影、③料理レシピの考案・調理動画撮影を行った。活動ツールとして絵本や動画を用いることとしたため、健康に関する情報を収集することと合わせて、絵本の特性や、動画の撮影方法等についても確認を行い、手探りではあったがひとつひとつ理解を図りながら作業をすすめた。

後期は、絵本の仕上げと閲覧、健康動画・調理動画の完成と配信、それに合わせて健康情報のポスターと料理レシピのポスターを作成し配布を行った。情報の発信方法を、絵本や料理レシピのポスターなどの紙媒体と、SNSを利用した動画配信などによる通信情報媒体を利用することにより、子どもから若者、ネットになじみの少ないシニアなど各層に向けて、健康に関する情報の提供を実施できた。

今後、健康を意識したより良い生活行動を維持していくための方法について検討することが課題である。

【地域からの評価】

- 絵本班
  - ・今の時代の問題点や悩みを題材にしている
  - ・手作り感がかわいらしい
  - ・クイズ形式が子供たちにわかりやすい
  - ・ストーリーが良かった
- 動画班
  1. 動画
    - ・短い動画で飽きずに見ることが出来た
    - ・身近にできることだったので、取り組みやすそうだった
  2. 健康ポスター
    - ・健康に関する知識が一目でわかった
    - ・必要なことが明確に書かれていて、わかりやすかった
- 料理班
  - ・魚料理へのハードルが下がった
  - ・シンプルなレシピが良い
  - ・難しい食材がなく取り組みやすい
  - ・手の込んだことをしなくてもおいしそう
  - ・これを参考に料理に挑戦したいと思った
  - ・編集・カメラアングルが良い

【年間スケジュール】

- 前期
  - 4月：活動内容の検討
  - 5月～6月：健康情報の収集・精査
  - 7月：健康情報の整理  
絵本・動画・調理レシピ内容の検討  
各班のプロジェクト進行
- 後期
  - 10月：絵本作成・健康動画撮影・料理動画撮影
  - 11月：絵本完成・健康動画及び料理動画撮影・編集
  - 12月：絵本閲覧・健康動画及び料理動画撮影・編集  
健康ポスター・料理レシピポスター作成
  - 1月：絵本閲覧・健康動画及び料理動画配信  
健康ポスター・料理レシピポスター作成配布

