

山口市健康づくり推進キャラクター  
けんぞう

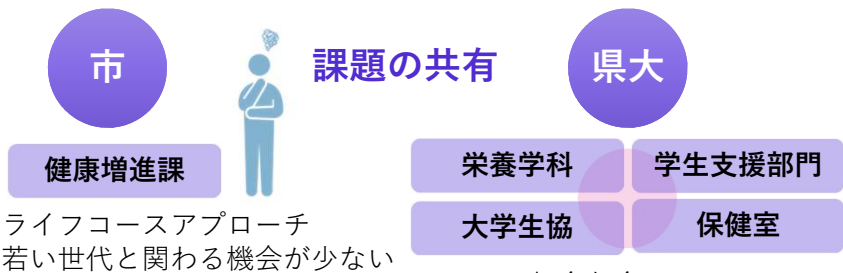


山口市 × 山口県立大学



山口県立大学公式マスコットキャラクター  
わいぴよ

# 100円ランチで楽しく学ぶ！健康づくりイベント 報告



課題の共有

朝食欠食・やせ  
生活習慣の乱れ  
さまざまな体調不良

(省略)

## 計画

- ✓ 100円ランチ期間中に健康づくりイベントを実施
- ✓ 提供されるランチの活用 (主食・主菜・副菜を組み合わせた食事)
- ✓ シールアンケート
- ✓ webアンケート



市健康増進課 ↔ 本学保健室  
健康づくり、検診・健診、予防接種  
医療機関、感染症予防、その他イベント  
・・・等の情報共有

デジタルサイネージを活用した情報発信

## 学生の現状



✓ シールアンケート (回答数: 412名)  
昼食では、食堂利用と手作り弁当が多い  
昼食では、組み合わせた食事をとれている  
→新キャンパスの大学生協食堂の整備  
丼ものなどが多い人は副菜(野菜)不足

✓ webアンケート (回答数: 157名) → → →  
朝食の欠食率18%  
朝食と夕食は自炊、昼食は外食が多い  
よりよい食生活のために知りたい情報  
→簡単に作れるレシピ、自分に適した食事量

## 学生への教育効果

直接的な働きかけによる  
自身の食生活の振り返りと意識の改善  
  
運営側の協力学生に対する教育

## 学内外の連携強化

大学の広報活動    ブログ Instagram

## 学生の健康課題解決に向けた継続的な支援

結果の詳細な解析  
  
県大生の実態としてフィードバック  
  
実態を踏まえた支援内容の検討



デジタルサイネージや紙媒体のチラシを活用した情報発信の継続