## 保健管理センタースタッフの最近の活動



No. 2017-1 (Japanese Edition)

## 定期健康診断で新2年生を対象に栄養アドバイスと 展示ブースを実施しました

2017年の定期健康診断の機会を利用して、新2年生に食生活の個人指導・アドバイスを実施しました。これは、岐阜県栄養士会の協力を得て、2015年から実施している取り組みです。学生自身が記入した過去3日間の食事記録を基に管理栄養士が新2年生全員に個別面談指導を行いました。今年度は、栄養指導の部屋に展示スースを設け、食生活や栄養摂取の改善に向けた情報も提供しました。

野菜摂取の少なさや、朝ごはんを食べない学生の多さといった問題はありますが、管理栄養士からは、食生活のことを考えている学生は年々増えているという評価をいただきました。展示では、「ひとり暮らしの学生でも手軽にできるレシピの紹介」や、「栄養価や作り方が書かれた食材カードによる、バランスの良い献立作り体験」といったコーナーが人気でした。

今後も、岐阜県栄養士会と協働して、このような取り組みを続けていきたいと思います。

(文責:堀田亮・保健管理センター 助教)







