

大阪千代田短期大学生協 食生活相談会



[健康と安全]

取り組み概要

日時：10/27 11:30~14:00
 場所：大阪千代田短期大学
 参加者数や組合員の反応：健康チェックブースを中心に、多くの組合員が企画に参加した。

背景や概要：コロナ禍以前の恒例企画であった食生活相談会を、対面で開催した。健康チェック企画や大学生協コーヒー試飲会、食堂での小鉢マラソンなど、複数企画を同時開催し、組合員が自身の健康について考える機会として、参加しやすい企画となった。

組合員の健康を、「食」から支える

POINT.1

食生活相談へ参加しやすい工夫



コロナ禍以降久しぶりに開催された食生活相談会では、外部から栄養士を招き、組合員の食における悩みを解決していました。隣のブースに設置していた、手をかざすだけで体内の推定野菜摂取量がわかるベジチェックを体験した組合員が相談に訪れていました。

また、大学生協コーヒーの試飲会を同時開催しており、試飲した組合員が食生活相談に興味を示すケースも見られました。

少し堅いイメージのある食生活相談会ですが、他のブース体験から参加してくれる人を増やすという工夫がされていました。

POINT.2

健康チェックで自分と向き合う機会を

食生活相談会に付随して、健康チェック企画も開催していました。握力・血圧・体脂肪・体組成・スキンチェックなど、体の健康状態を確認できる体験ブースを設置しました。

特に賑わっていたのがアルコールパッチテストや泥酔ゴーグルなどの体験で、19・20歳の組合員が多い短期大学ならではの盛り上がりを見せていました。多くの組合員に、自分の健康状態と向き合う機会を提供することができていました。



POINT.3

組合員の食生活を支えるために



食生活相談会と合わせて、食堂で小鉢を食べた際のレシートを集め、枚数に応じてポイント還元を行う小鉢マラソンを実施していました。小鉢を取ってもらうことで食のバランスを整えてもらうことができました。

また、大学との協同で週2回実施している「ちよたんランチ」は、大阪千代田短期大学生協の組合員が無料でバランスのよい昼食をとることができる仕組みで、多くの組合員が利用しています。食生活相談会の日程をちよたんランチの実施日と合わせることで、多くの組合員に健康について考えてもらうことができました。