

事業名	中国学園大学公開講座 （食べて元気 食べてしあわせ ～今日から君もヘルスマン～）		
実施日	平成 23 年 10 月 15、16 日（土、日）	関係機関 （団体）数	中国学園大学 全国栄養士養成施設協会 （社）フードスペシャリスト協会
実施時間	両日ともに 10 時～16 時	関係者数	58 名
会場名	中国学園大学 12 号館	参加者数	803 名

事業の実施内容

平成 23 年 10 月 15、16 日（土、日）の 2 日間、「食べて元気 食べてしあわせ ～今日から君もヘルスマン～」というタイトルで、公開講座を行いました。

公開講座では中国学園大学現代生活学部人間栄養学科 3 年生を中心に、参加者に親しみと興味をもってもらえるように「ヘルスマン」という 8 人のキャラクターを考案し、スタンプラリー方式を取り入れました。《写真：下段右》そして以下の 8 つのブースで食と健康、食育に関して楽しく体験学習できる場を提供しました。

1. 食べてびっくり！知ってびっくり！世界ごはん（日本と諸外国の食生活を調査、比較した展示）《写真：上段中央》
2. YSI プロデュース by おかやま～岡山はおいしんじゃ～（野菜 350g を計量体験、岡山県産野菜の紹介と試食）《写真：上段左》
3. 見直しごはん～あなたの食事ができるまで～（クイズを通して食料自給率について学ぶ）
《写真：上段右》
4. あごの力と骨密度を測ろう！（咬合力と骨密度の測定、骨を強くする工夫についての展示、おやつを試食）
5. からだ島～食べ物のゆくえ～（食べ物の消化と栄養素の吸収について展示・解説）
6. ポカポカ体操でウンチもりもり～体温を上げて健康になろう～（体温と健康維持の関係についての展示、簡単な体操とショウガ茶の試飲）
7. 苦手な食べものを克服しよう！！（偏食を改善する調理上の工夫の紹介と納豆クッキーの試食）
《写真：下段左》
8. お米ってすごい！！（米についての展示とクイズ、ごはんを使ったおやつを試食）《写真：下段中央》

それぞれのブースで、食と健康に関する新しい発見と学びがあり、参加者数は当初予想していた 500 名を大きく上回り、2 日間で延べ 803 名と、大変盛況でした。



