

地域と学ぶ ⑨

山形大学地域教育文化学部

日本の高齢化率は、2016年現在、4人に1人の25%を超え、深刻な問題となっている(総務省調べ)。厚生労働省は、急速な高齢化対策として25年をめぐりに、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができる、住まい・医療・介護・予防などの生活支援が一体的に提供されるための地域包括ケアシステムの構築を市町村単位で進めている。

山形県は高齢化率30%と全国でも高齢者が多く住んでいる現状にある。私は、県内の高齢者を対象に、飲み込み障害、嚥下(えんげ)障害、栄養障害、口腔(くわう)障害を早期に発見できる、簡単に安価な共通の指標づくりの

臨床栄養学・給食経営管理学

三原 法子 講師

▽1962年生まれ、米沢市出身。山形大着任は2008年。



レシピ作り 高齢者に配布

研究を進めている。その成果は、地域包括ケアシステムの構築に寄与するものとなる。また、この研究内容は、学生への授業にも応用し、国家政策を理解している人材育成を目指している。

そのような中、食環境デザインコースの有志学生19人が、地域のおじいちゃん、おばあちゃんを元気にするための「元気さんごはん」のレシピ集を作成した。これは山形大の元気がプロジェクト制度で、学生が30万円の助成金を獲得して展開。大学近隣の高齢者を対象に、調理実習開催のパンフレットを自宅に直接訪問して届けることから始めた。つながりを持つて信頼を得ることで、高齢者が望む内容に仕上げた。

レシピ集は、高齢者の自宅への直接配布をはじめ、スーパーやコンビニに置いてもらい、県栄養士会、県内の病院の外来や栄養指導

で配布されることとなり、2カ月で千部が配布完了となった。その後も県内の病院から問い合わせがあり、さらに千部を増刊し、残りわずかとなっている。今後、学生と共に、地域高齢者のために活動したいと考えている。

11月1回掲載します

学生が地域の高齢者を招いて開催した調理実習
11月2015年11月、山形市・山形大小白川キャンパス