

## 百歳体操イベント開催の効果検証

さいたま市北区役所高齢介護課

佐野 恵美子

### 1 目的及び経緯

さいたま市北区では、国が示している「住民が主体的に取り組んでいる通いの場の推進」という方針のもと、百歳体操（おもりの入ったバンドを使う 6 種類の介護予防体操）を行う住民が運営する自主グループの拡大を目指して活動を行っている。現在、取り組みの成果として自主グループが拡大傾向にあり、自主グループ数が令和 2 年度から令和 7 年度にかけて 25 か所から 47 か所と約 2 倍に増加している。その一方で、活動を続ける住民の地域活動意欲の低下の問題があった。そのため、活動参加者の地域活動意欲向上を目的として、自主グループの活動内容発表をメインとした「百歳体操イベント」を令和 6 年度に初めて開催した。今回は、令和 7 年度の内容を中心とした百歳体操イベント開催による効果を報告する。

### 2 実施内容

#### (1) 広報

高齢介護課が募集ポスターを作成し、高齢介護課と区内 3 か所の地域包括支援センターを中心に百歳体操活動団体・居宅介護支援事業所に周知をする。高齢介護課窓口にて開催のポスターを掲示する。

#### (2) 会場

プラザノース（施設内にさいたま市北区役所併設）

180 人収容可能な多目的ルーム（令和 6 年度と同様の会場）

#### (3) プログラム・内容（図 1）

##### ア 講義

- ・北区の介護の現状と通いの場の効果（理学療法士による講話）
- ・栄養も大事！低栄養・大丈夫？〇×ゲーム（管理栄養士による講話）

##### イ 自主グループ発表（グループ毎の活動時の工夫等を発表）

- ・百歳体操後に行っているハーモニカ演奏
- ・令和 6 年度イベント参加により立ち上がったグループの発表  
自ら活動場所を探し、参加者を募り活動している
- ・活動内で行っている脳トレの紹介、座ってできるフラダンス

##### ウ 健口体操

- ・ボランティアによるピアノの演奏で会場参加者全員合唱

#### (4) 開催の工夫

- ・百歳体操イベントでも自主的な活動と感じてもらうために参加者から当日運営ボランティアを募り、6 名が運営に協力する。
- ・入退場自由をとし、ケアマネジャー等時間が限られている方も参加ができるようにした。
- ・百歳体操に興味がある方であれば、誰でも参加可能とした。



図 1<当日配付のプログラム>

### 3 実施結果・効果

#### (1) 参加者人数・所属

- ・参加者 80 名（令和 6 年度 130 名参加）
- ・アンケート回答者 70 名（回収率 88%）
- ・所属 百歳体操グループ 51 名、高齢者関係職 9 名

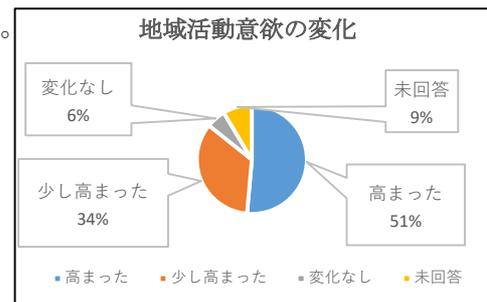
#### (2) アンケート結果

##### ア 参加者の声

- ・楽しく人とつながりあうことが、心身の健やかさを生みだすことを学ばせて頂きました。体操だけでなく、各団体どのようにしているのか見てみたいと思って参加しました。
- ・皆さんの元気をもらい、とても楽しくすごしました。
- ・皆様がいろいろ工夫されて活動されていることをすばらしいことと思いました。

##### イ 地域活動意欲の変化（図 2）

参加を通して地域活動意欲が「高まった」「少し高まった」と 8 割以上が回答



#### (3) 効果

図 2<アンケート集計内容>

百歳体操イベントでは、全員で衣装を揃えて参加するグループもあり、発表の場があること自体が活動意欲につながっている様子が見ええた。発表の内容は、観覧者も一緒に参加できる内容にするグループが前回よりも多く、会場が一体となって盛り上がるものとなった。イベント終了後には「自分達のグループへ出張公演をして欲しい」と他グループの人と連絡交換をするなど交流を深めていた。また、令和 6 年度のイベントに参加したことがきっかけとなり、「自分にも何かできる」と感じて近所の人に声をかけ 2 つの自主グループが立ち上がり、百歳体操イベントがグループ増加にも波及した。立ち上げたグループからは「活動するようになって、活動以外でも挨拶しあう関係になった。」という声が聞かれ、地域住民の新たなつながりとなった。

### 4 評価・考察

参加者は、働きかけがなくても皆発表に向けて主体的に取り組み、他の参加者の発表にも楽しんで参加していた。このような互いの活動の楽しさを実感できたことは地域活動意欲が向上しただけでなく、自ら交流を深めようとする行動や新たなグループの立ち上げなど、住民同士のつながりを拓ける結果となった。住民がつながり、互いに支え合うことで孤立を防ぎ、地域の力が高まると考える。これらは、講師主導型の講義や説明では感じることができないものであり、楽しさの実感を伴う百歳体操イベントを開催したからこそ得られた効果である。

人口構成の変化については、さいたま市北区においても生産年齢人口が令和 7 年度より減少に転じている。この支え手が減少する今こそ住民の力を引き出す自主グループの支援の強化は重要である。相談できる人が近くにいる安心感のある温かな地域づくりを目指していきたい。そして、今後は住民同士をつなげていくだけでなく、行政と多様な関係機関をつなげるような取り組みにも力を入れ、地域全体が支え合える体制づくりをしていきたい。

## 骨粗しょう症予防への新たな視点

### ～思春期から始める取り組みと医療・教育・保健の連携の重要性～

川口市保健所地域保健センター

○吉本有希、富田奈央子、栗原陽子、高木優光、二飯田真由美、諸橋幸子、岡本浩二

#### 1 目的

令和6年度川口市横曽根地区の「学校保健と地域保健の連絡会」において、骨折をしている生徒が多い印象があると養護教諭より話があった。そこで、思春期からの骨粗しょう症予防に関する知識の普及啓発が必要ではないかと考え、川口市立仲町中学校と連携し、骨密度の測定及び結果説明会を実施するに至った。教育、医療、保健分野が連携し、健康教育を実施した結果及び効果について報告する。

#### 2 実施方法・内容

川口市立仲町中学校の1学年の生徒69名及び骨密度測定に関心を寄せた保護者を対象に超音波骨量測定装置による骨密度測定、結果説明会を2日間に渡って実施した。結果説明会では、保健師による結果説明、医師による骨粗しょう症の予防及び骨密度を強化するための生活習慣に関する講義、栄養士によるカルシウム摂取に関する食事の講義等を行った。

#### 3 実施結果

事前に、生徒各々に問診票を記入してもらい、日頃の生活習慣の特徴を把握した。問診票から運動習慣と判定区分の関係をみると、中学校から始めた部活動のように開始して間もない運動だけでなく、年単位で継続して行っている運動習慣がある生徒の方が骨量が充分である判定区分の割合が多く、運動が骨形成に大きな影響があると推察する。(図1) また、朝食は8割以上が食べていたが、1割程度は週何度か欠食する生徒がいた。就寝時間は22時以前に就寝する生徒も多いが、ばらつきがみられた。起床時間は7時までが多くいた。

測定結果から、女子生徒は骨量が充分である判定区分に該当する生徒が多いという結果が出た。先行研究では、男子・女子とも第二次性徴の発来が早い生徒において骨密度が高い傾向を示した<sup>1)</sup>とされているが、今回は月経と骨密度の高さに明確な傾向はみられなかった。他にも先行研究では、体重が重い生徒ほど骨密度が高い傾向を示している<sup>1)</sup>。生徒のローレル指数から、肥満度別に判定区分の分布を示した。標準体型で比較すると、女子生徒に比べ、男子生徒が骨粗しょう症リスクの高い判定区分に該当する生徒が多い結果となっていた。(図3、図4)

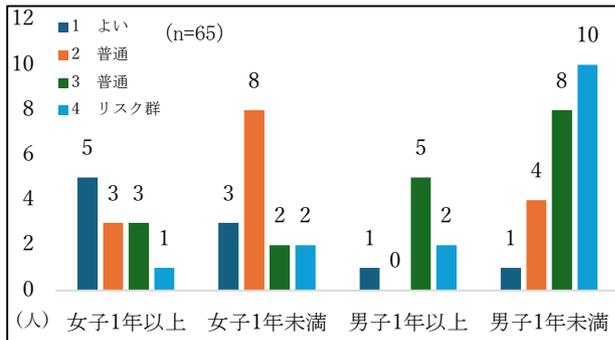


図1 <運動習慣と判定区分>

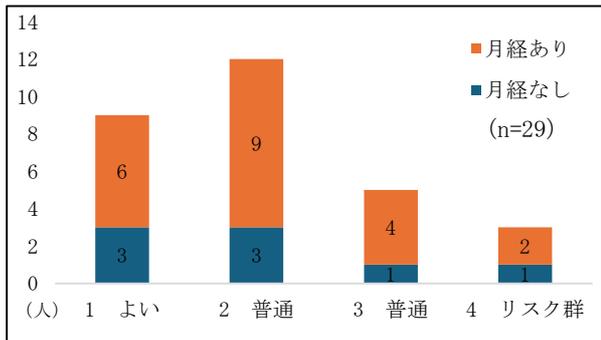


図2 <女子月経の有無と判定区分>

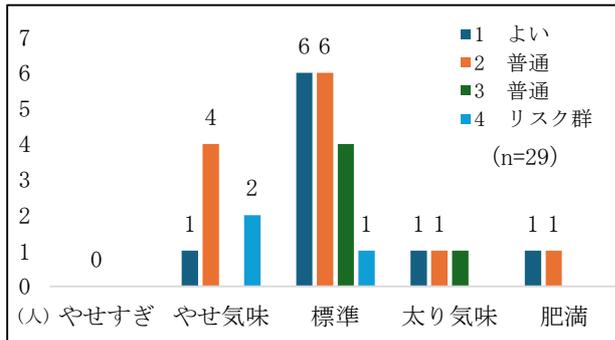


図3 <女子ローレル指数と判定区分>

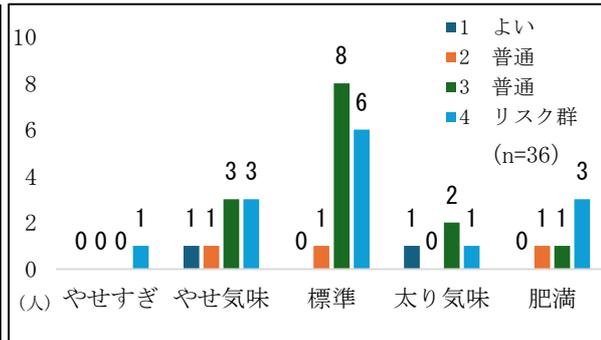


図4 <男子ローレル指数と判定区分>

#### 4 評価・効果的な事業展開に向けて

今回の調査結果では、男子生徒の骨粗しょう症リスクが女子生徒に比べ高い傾向が見られたものの、その男女差の原因については明確に特定することはできなかった。2年後に再度健康教育を実施し、第二性徴や生活習慣に関する詳細な情報を把握し、男女差の要因をより深く探していきたい。また、今回実施した健康教育が、骨密度や健康意識にどのような変化をもたらしたか、その成果を検証していきたい。生徒たちは自らの測定結果をもとに講義を受けることで、情報がより実感を伴い、予防意識の向上につながったと推察される。

健康教育は健康づくりにおける一次予防にあたり、地域保健活動の基盤である。将来を見据えた健康教育は、地域全体を包括的に捉え、医療・教育・保健の三位一体の連携を行っていくことが重要である。今後もこのような取り組みが円滑に実践できる体制整備が求められていると考える。医療・教育・保健が連携する中での行政としての役割を再考し、地域の保健予防活動について検討していきたい。

#### 【参考文献】

- 1) 伊木雅之, 中比呂志, 佐藤裕保. 推定体積骨密度によって中学1年男女の中軸骨の発達・充実に対する牛乳・乳製品摂取の影響を評価する追跡研究4年間の完遂. 牛乳・乳製品健康づくり委員会 社団法人日本酪農乳業協会:平成16年度 牛乳栄養学術研究会委託研究報告書. 牛乳・乳製品健康づくり委員会社団法人日本酪農乳業協会, 2005, pp. 76-126.

## 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業の取り組み

### ～通いの場支援の効果検証について～

秩父市役所 保健医療部保険年金課 ○相馬 和明 刃久保 怜奈  
福祉部 秩父地域包括支援センター 桜井 節子 千島 優子

#### 1 はじめに

本市の人口は 56,848 人、高齢化率は 35.9% (R7.4.1 現在) であり県内で上位に入る。国民健康保険データベースシステム（後期高齢者データ）では、高血圧・運動器疾患、口腔・認知機能低下に関連するデータが県平均よりいずれも高く、本市の高齢者の健康課題である。

75 歳以上の一件当たりの医療費は経年的増加傾向にある。また、介護認定率、一件当たりの介護給付費は県、国より高い水準で推移している。このことから、市民の健康長寿の延伸及び医療・介護費抑制のため対策が重要である。

令和 2 年 4 月から取り組んでいる高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業の通いの場支援活動について、介入方法や介入前後の変化及び効果について考察したので報告する。

#### 2 実施内容

実施事業については以下の通り。

<表 1 R6 年度通いの場支援 概要>

講話内容（共通）	テーマ	実施する専門職	実施場所
フレイル予防	高血圧予防	栄養士・保健師	54 か所 (中学校区)
	低栄養予防	栄養士・保健師	
	口腔機能向上	歯科衛生士・保健師	
	運動機能向上	理学療法士・保健師	

通いの場支援の新規介入グループを増やすことを目的に、区長・町会長定例会や民生・児童委員会議にて通いの場支援の取り組みについて紹介した。また、高齢者サロンや老人クラブ等に伺い、代表者に講座内容の説明を実施した。庁内では地域包括支援センターと連携し、講座内容の情報共有や新規グループについての情報提供などを受けることで実施場所の拡大を図った。

講座は聴講型を実施していたが、令和 5 年度より体験型に変更した。実施する通いの場により、講座の実施時間は 45 分～1 時間半程度とし、講座終了後にアンケートを実施した。アンケートの内容については年度ごとに適宜修正を行うとともに、事業内容に合わせ設問内容を変えた。身体機能の把握のため、握力測定、舌口唇機能測定、味覚チェック（塩味）を実施した。

参加者の講座後の取り組み評価として、3 か月後以降に再度介入し参加者の変化を確認した。

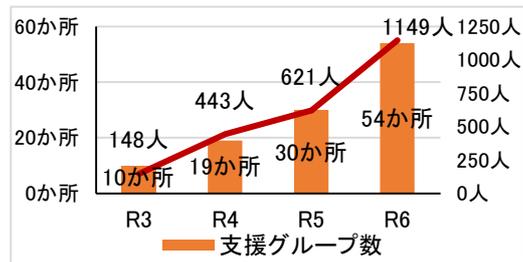
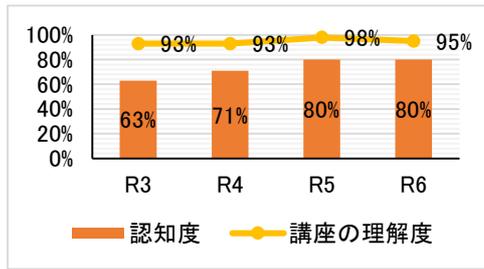
#### 3 実施結果

令和 3 年度と比較し、令和 6 年度では実施場所及び参加者人数が増加した。（図 1）

通いの場の代表者や民生・児童委員、区長・町会長のほか参加者の口コミを通じて講座の申込みがあった。フレイル認知度は経年的に増加しており、講座を聴講型から体験型に変更したことで、講座の理解度も 9 割以上であった。（図 2）

講座前後の変化では（令和 6 年度）、味覚チェック（塩味）は、段階的な濃度設定を施した食塩含浸濾紙にて味覚検査を実施し、塩味閾値を確認した。約 4 割が塩味閾値が減少し、もともと塩

味閾値が低い者は維持していた。握力測定は、全身の筋力を評価する簡易的な指標として実施した。維持・向上した者が約6割いた。口腔機能測定は、オーラルディアドコキネシスを実施し、把握しにくい口や舌の衰えを数値によって認識することができた。舌口唇機能が改善した者は約6割いた。いずれも講座後に取り組みをしていた者の方が改善率が高値であった。

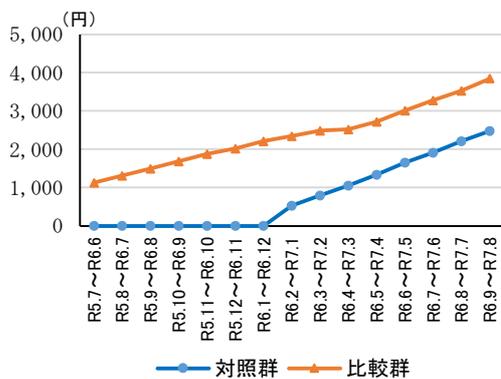


＜図1 通いの場支援数と参加者延べ人数＞      ＜図2 フレイル認知度と講座の理解度＞

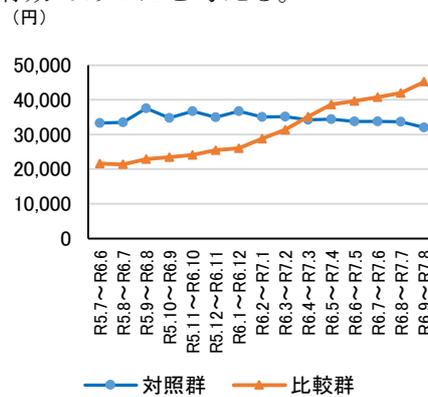
包括支援センターがサロン立ち上げから介入していたグループ（23人）で実施している体力測定の結果では、令和6年から令和7年においてCS-30、男性のTUGテストの改善があり有意差が見られた（ $p < 0.05$ ）。開眼片足立ち、女性のTUGテストでは結果に大きな変化はなく有意差もない状態であった。

また、そのグループについて医療費・介護費の推移を検証した（図3、図4）。抽出条件として、対象群23人、比較群は69人。比較群は対象群に対して3倍の未介入者を抽出。対象群と同じ年度生まれ、性別、検証時に同じ介護度、医療費は検証前から月額50万円以上の高額医療者は対象外とした。医療費検証の結果、介入前～介入時は対象群が高額であったが、介入10か月以降には逆転し医療費が低くなり有意差が認められた（ $p < 0.05$ ）。介護費については、介入前から対象群は比較群に対して介護費が低く推移しており、介護費にも有意差が認められた（ $p < 0.05$ ）。対象数の少ない検証であったが、介入により一定の影響を与えた可能性が示唆された。

以上の結果から、通いの場への介入により参加者の身体機能の維持・向上、医療・介護費の抑制効果が見られ健康寿命の延伸、介護予防に対して有効であったと考える。



＜図3 医療費比較＞



＜図4 介護費比較＞

#### 4 効果的な事業展開に向けて

一体的実施事業の目的を考えると、保健・医療の専門職の介入により機能の維持・向上が図れることから、介入できていない通いの場の開拓にあたり、高齢者世代の関心が高い講座を従来のメニューに追加していくことが必要である。従来の講座も内容を同一とせず、応用的・発展的内容を組み込み、本市の健康課題（骨折等の運動器疾患、認知症等）に関連した内容を取り入れていく。顔の見える関係づくりや事業周知を引き続き行うとともに、事業内容を適宜検討していく。

## 全世代を通して関わりのできる地域保健センターの強みを活かした 生活習慣病予防

川口市保健所地域保健センター

○佐藤いずみ 渡部みか子 岡村なおみ 二飯田真由美 小柳静香  
本望敦子 船田佳代子 諸橋幸子 岡本浩二

### 1 はじめに

社会構造が大きく変化していく中で住民の健康の保持増進を図り、社会保障を維持するためにも生活習慣病を予防する成人保健事業の必要性が高まっている。しかし、地域保健センターはこども対策に関する業務の比重が大きく、2040年を見据えた生活習慣病予防への取組みが十分できていない危機意識を持っていた。そこで令和5年度に市内9か所の保健ステーションから担当者が集まりワーキンググループを構成、地域保健センターの生活習慣病予防の取組みを計画的に始めた。

### 2 取組み内容

#### (1年目)

生活習慣病予防の重要性の共通認識と実践可能な活動を考えるために、現状を把握することから始めた。データヘルス計画や医療費分析報告書から市全体と各地区の健康課題を読み解き、データヘルス計画策定の研修会にも参加した。市の特定健診で正常値血圧以上の割合が国と比較し高いこと、Ⅱ度以上高血圧者の約4割が未治療者であることから優先すべき健康課題を高血圧に絞り、重症化予防に取り組むこととした。

#### (2年目)

各地区の健康課題や特性と市全体の健康課題の啓発について検討し、各保健ステーションで関係機関向けに地区の現状や健康課題を載せた健康課題シートを作成することにした。市全体に向けては統一の資料を作成し、住民と接するあらゆる機会に啓発活動を試みた。

資料作成の予算はなかったが、他課が予算を組み市民向けに定期発行している「健康・生きがいきづくり通信」の原稿として掲載、どの年代が見ても参考になる高血圧予防の見える化、地区ごとの強み、他課の栄養士に依頼をした減塩メニューを載せた。

関係各課の保健師と生活習慣病予防の取組みについて情報交換をし、連携できる活動や地域保健センター独自でできる取組みについて検討した。また他市町村の取組みを調べ参考にした。

この過程で生涯を経時的に捉えた健康づくりや生活習慣病予防は、既存の事業や構築してきた地域のつながりの中で実施可能なこと、地域保健センターは全世代と関りが持てるので対象を「地域全体」としアプローチしていくことを確認していった。

そして3歳児健康診査で保護者に高血圧予防のアプローチをすることとし、統一した説明ができるようにシナリオを作成した。また次世代の健康にも影響を及ぼす可能性のある妊婦に対し、妊娠届の面談で適正体重増加や栄養、家族の健康などの要素を加えたシナリオや参考資料を作成し、胎児期からの健康づくりをすることとした。

#### (3年目)

3年目は実際に行った感想や相手の反応を共有し、取組みが継続できているか、改善点はない

かを確認した。健康課題シートは地区の特性を含めてワーキンググループ内で発表し、作成した資料はどの保健ステーションも使用して良いこととした。各保健ステーションで行っている成人保健事業の情報交換も行い、育児教室・地域子育て支援センター・学校などの母子関係、町会・民生委員・労働組合や地域包括支援センターなどの母子保健関係機関以外のつながりの中で生活習慣病予防を念頭に置いた事業を各地区で展開していることを確認した。

### 3 今後の取組み

3年目は活動評価指標までを検討する予定である。数値で現状把握や経年変化を評価できる指標も設定し、PDCAサイクルに沿った効果的な予防活動に発展させて行きたい。妊婦面談と3歳児健康診査で行っている生活習慣病予防を、両親学級・新生児訪問や乳幼児健康診査などの既存の事業の中で切れ目なく行っていくための仕組みづくりを評価指標の検討を通して考えて行きたい。

### 4 取り組みを振り返って

先ず取組む健康課題の根拠をしっかりと1年かけて共有し、次の1年間で関係機関・地域のつながりの強みを活かした生活習慣病予防を具体的に検討してテーマを絞った配布物を作成したことが3年目の活動に繋がった。

既存の事業を活かし、新たな教室開催などではなく、妊婦面談や乳幼児健康診査の場を活かすことに視点を向けられた。住民と接するあらゆる機会を健康づくりの機会にする柔軟な対応は、2040年にかけて健康課題が顕在化する中で疾病予防活動の担い手確保が難しくなる今日に必要な考え方だと思う。

既存の事業の中で行う健康教育の内容も変化している。例えば子育て中の保護者を対象とした育児教室では、働く世代に対し高血圧予防の内容を加えるなど、ワーキンググループの発足以降、各保健ステーションが「成人保健事業」をより意識するようになった。

ワーキンググループはPDCAサイクルの実施、部署横断的な保健活動の連携及び協働等、保健師活動指針に沿った取り組みを推進してきた。新任保健師の人材育成ともなり、川口市のお互いに「学び合う風土」がワーキンググループを通して醸成されていると感じている。

ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチは連続性があると捉え、胎児期から高齢期に至るライフコースアプローチの視点で関われる地域保健センターの保健師だからこそできる健康づくりを今後も着実に発展させて行きたい。

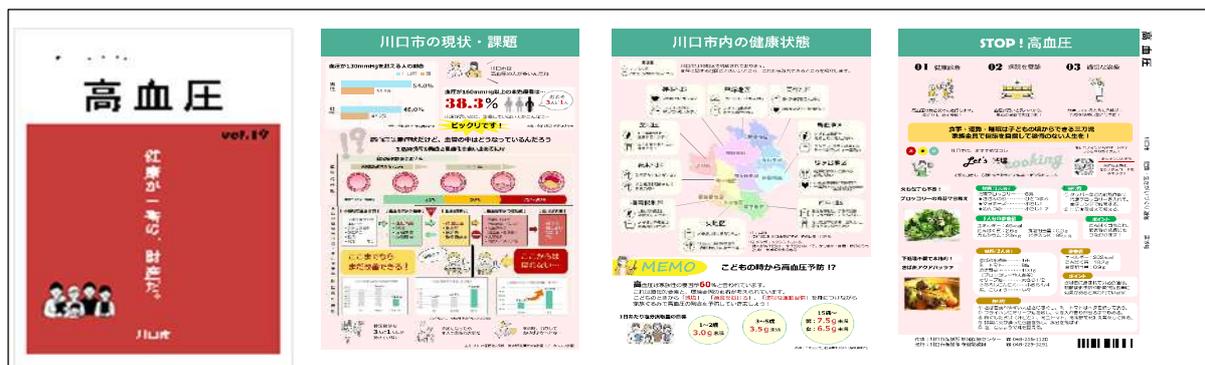


図1 <健康・生きがいがづくり通信>

## 健康弁当開発・販売事業の2年間の実践評価 —大学生・自治体協働による取り組みから見えた成果と課題—

寄居町役場健康づくり課

○阿部大輔 木元佑輔 田村喜紀 福田亜耶

### 1. 目的

当町では健康寿命が県内下位にあり、脳血管疾患の罹患率・死亡率や高血圧・高血糖者の割合も全国および県平均を上回っている。これらの背景には、食生活を中心とした生活習慣の影響が大きいと考えられる。そこで、食を通じた健康課題の改善と町民の食への関心向上を目的に、女子栄養大学（坂戸市）と自治体が協働し、健康弁当の開発・販売事業に取り組んだ。本発表では、メニュー開発と販売を実施した2年間の取り組みを整理し、その成果と課題を明らかにする。（本発表の一部は、第26回埼玉県健康福祉研究発表会において報告済み）

### 2. 事業内容

【準備期】令和5年5月より弁当の考案に着手した。令和6年1月に弁当利用状況や寄居町らしい料理・食材を把握するため住民アンケートを実施し、分析を行った。【1年目】アンケート結果を基にメニュー案の検討・試作を行い、2種類の弁当を考案するとともに弁当事業者を決定した。寄居町、女子栄養大学、弁当事業者による試食会、完成披露会、町民との共食会を経て、令和6年10月から販売を開始した。【2年目】従来弁当を令和7年7～8月に販売するとともに、新メニューを考案し、新たな弁当事業者による販売を行った。

### 3. 実施結果

本事業では、自治体と大学の協働を基盤に、弁当事業者を含めた3者による事業実施体制が構築された。大学教員の指導のもと、学生が町民等を対象としたアンケート結果を踏まえてメニュー開発を行い、メニュー検討に加え広報活動にも参画した。事業の過程では、関係者間で定期的な協議および複数回の試食会を重ね、味や内容を調整した上で販売に至った。

販売開始当初は電話予約のみで対応していたが、令和7年度からは「寄居町電子申請・届出サービス」を併用したことにより、役場閉庁後の予約受付を可能とした。また事前予約制にした結果、余剰を生じさせずに販売することができた。

令和6年度・7年度の購入者数、販売数、販売期間と販売回数は表1に示した。

表1 YORII KENKO 弁当販売数（予約販売）

※販売は1人につき2食まで

年度	購入者数（延）	販売数	販売期間（販売回数）
令和6年度	144人	203食	R6.10.23～R7.3.19（6回）
令和7年度	223人	310食	R7.7.24～R7.12.21（10回）

令和6年度は購入者の個人識別情報を把握していないため、2年間通算の実人数や累積リピーター率の算出はできなかった。そこで本発表では、2年間の延べ販売数や実施回数といったアウトプット指標に加え、把握可能であった令和7年度の購入状況をもとに評価を行った。

令和7年度の購入状況においては、購入者（実人数）172人のうち2回以上購入した者が32人、リピーター率〔2回以上購入者数÷総購入者数（実人数）×100〕として算出し、18.6%であった。

購入者の年代は50代が最多で、20～50代で62.3%を占めていた。また購入のきっかけは「健康に関心があったから」が多く、周知は広報が中心であったが、口コミによる認知の広がりも確認された。

弁当購入により「普段の食事を見直すきっかけになった」と回答した者は65%で、「既に見直している」32%だった。見直したい内容としては、味付け、食塩量、栄養バランスが挙げられた。価格については、令和6年度は税込550円、令和7年度からは税込650円に改定したが、「妥当」との回答が73%であった。

さらに、老人クラブ連合会主催の研修会での紹介を契機に、地区老人会やサークル活動の会合において弁当購入の要望が寄せられ、弁当購入と併せて保健師による減塩をテーマとした健康講話を実施した。

また本事業に参画した学生からは、商品開発への参画、学修内容の実践的活用、直接販売による住民反応の体感、行政との協働経験について有意義であったとの回答が得られた。

#### 4. 評価・効果的な事業概要

##### (1) 協働体制の構築と事業実施基盤の形成（ストラクチャー・プロセス）

自治体・大学・弁当事業者の協働体制のもと、大学教員の助言を受けて学生が主体的に参画した。住民アンケートを反映したメニュー開発と試食を重ね、「健康」と「おいしさ」が両立した弁当を提供するとともに、定期的な協議により円滑な運営を図った。

##### (2) 事業の受容性と直接的成果（アウトプット）

年間購入者の約4分の1がリピーターであり、購入者アンケートでも価格は妥当と回答した方が多かったことから、内容と価格のバランスは概ね受け入れられていたと考える。周知は広報やポスター等の公式媒体に加え、口コミによる認知の広がりも確認された。リピーター率は必ずしも高くなかったが、1回購入者が81.4%だったことから、健康に配慮した弁当を一度でも体験してもらうことを目的とした事業として販売できた点は直接的成果と言える。

##### (3) 住民の健康意識・食行動への影響（アウトカム）

購入者アンケートでは、1回購入者が8割を占める中で、65%が弁当購入をきっかけに「普段の食事を見直すきっかけになった」と回答した。見直したい内容としては、味付け、食塩量、栄養バランスが挙げられており、実食を通じた介入に加え、健康講話や口コミによる情報共有が、町民の食への関心が向上したと考えられる。さらに、老人会やサークル活動の会合や中学校の総合学習で健康弁当を活用した取組が行われるなど、地域内への波及が見られた。

##### (4) 大学生への教育的効果（アウトカム）

参画した学生は事業を実践的学びとして肯定的に受け止めており、本事業は大学生と自治体の協働による実践的な教育機会として有効であることが示唆された。

#### 5. まとめ

本事業では、関係者の協働により健康弁当を開発・販売し、広報や口コミを通じて幅広い住民に健康的な食事を体験してもらう機会を創出できた。また、購入者の多くが弁当をきっかけに食事内容を見直しており、実食を通じた町民の食への関心の向上が成果として認められた。

今後は、住民の意識変化を維持させるための取組みについての更なる検証が課題である。