

## 事業報告書

事業名	平成28年度文教大学出張講座「迷ったときの栄養学—食と健康—」
日時	平成29年1月28日(土) 午前10時00分～12時00分 平成29年2月11日(土) 午前10時00分～12時00分 (全2回)
場所	町民センター 視聴覚室
(目的)	文教大学と連携し、大学教員を講師に招き、現代的課題の認識を深め、多様な学習機会の展開を図る。また今年度は茅ヶ崎市・寒川町広域連携検討会議生涯学習分科会の連携事業で、茅ヶ崎市の文教大学公開講座と関連するテーマで実施する。
(内容)	<p>【第1回】平成29年1月28日(土) 「更年期の心と体と栄養」 講師：文教大学 健康栄養学部 准教授 秋吉 美穂子さん 参加者：14人(申込者22人・当日参加者0人)</p> <p>【第2回】平成29年2月11日(土) 午前10時00分～12時00分 「健康食品の知識～どう選べばよいのか～」 講師：文教大学 健康栄養学部 教授 笠岡 誠一さん 参加者：13人(申込者18人・当日参加者2人)</p>
(記録)	<p>健康の分野は興味を持つ人が多く、また健康・スポーツ課を通じて健康ボランティアにチラシを配布した効果もあり、例年より参加者数を伸ばすことができた。</p> <p>講義内容は、「更年期の食生活」や「健康食品の選び方」を主としたもので、学問的なことも分かりやすく説明され、充実したものであった。健康や食に関心があり、普段の生活を改善したいと思っているが、自身の現状を把握していないことや情報が多すぎる事等により、必要な情報を選択することが難しい人に対して、生活を改善するきっかけとなる内容で、参加者から好評であった。</p> <p>今年度も茅ヶ崎市の公開講座と連携して、関連するテーマを設定し、茅ヶ崎市でのチラシの配布を行ってもらったが、茅ヶ崎市の参加者は少なかった。また、今回、参加者のアンケートに、参加しやすい講座等の開催場所についての項目を入れたところ、寒川町在住で茅ヶ崎市開催の講座等に参加しようと思う人の割合は低かった。このことから、今後予定していた文教大学講座の市町合同開催は、開催場所によっては参加者の利便を損なう恐れもあり、市町の傾向に合った方法で取り組んだ方が良いと思われる。</p> <p>* アンケート結果は、別紙のとおり</p>

## 平成28年度文教大学出張講座「迷ったときの栄養学—食と健康」

### アンケート実施結果報告

【第1回】平成29年1月28日（土）10:00～12:00

「更年期の心と体と栄養」

講師：文教大学 健康栄養学部 准教授 秋吉 美穂子さん

会場：町民センター 視聴覚室

参加者：14人（申込者22人・当日参加者0人）

【第2回】平成29年2月11日（土）10:00～12:00

「健康食品の知識～どう選べばよいのか～」

講師：文教大学 健康栄養学部 教授 笠岡 誠一さん

会場：町民センター 視聴覚室

参加者：13人（申込者18人・当日参加者2人）

---

【第1回】※回答数…14人

Q1. あなたについて教えてください。

（年齢）20代…1人、30代…0人、40代…4人、50代…3人、  
60代…2人、70代以上…4人

（性別）男性…1人、女性…13人、その他…0人

（在住）寒川町…12人、茅ヶ崎市…1人、その他…0人、無回答…1人

Q2. 今回の講座を何で知りましたか？

広報さむかわ…9人、寒川町ホームページ…0人、寒川町 twitter…0人、  
寒川町フェイスブック…0人、寒川町メール配信マガジン…0人、知人・友人から…1人、  
講座チラシ…3人（入手場所：町役場2、無回答1）、その他…1人

Q3. 講座内容はいかがでしたか？

（難易度）よく理解出来た…7人、理解出来た…4人、普通…2人、  
あまり理解出来なかった…0人、理解出来なかった…0人、無回答…1人

（内容）とても良かった…6人、良かった…3人、普通…2人、  
あまり良くなかった…0人、良くなかった…0人、無回答…3人

Q4. 今回の講座を受講しようと思った理由は何ですか？（複数回答可）

テーマに興味があったから…12人、講師に興味があったから…1人  
文教大学に興味があったから…1人、講座や講演会等に参加することが好きだから…2人  
知人・友人に誘われたから…0人、その他…0人

Q5. 町が主催するイベントや講座で、参加してみたい分野はどれですか？

文化・芸術…3人、情報化…1人、国際化…3人、  
スポーツ・レクリエーション…4人、健康・福祉…10人  
環境…1人、生活・安全…2人、その他…0人

Q 6. イベントや講座に参加しやすい日時はありますか？（複数回答可）

平日の午前… 1 人、 平日の午後… 2 人、 土曜日の午前… 1 1 人、 土曜日の午後… 3 人、  
日曜日の午前… 3 人、 日曜日の午後… 1 人

Q 7 参加しようと思うイベントや講座の開催場所はどこですか？（複数回答可）

寒川町… 1 3 人、 茅ヶ崎市… 4 人 近隣市(藤沢市・平塚市・海老名市・厚木市)… 2 人  
興味があれば居住地から近くなくても参加する… 2 人

Q 8. 今回の講座について、ご意見・ご感想がありましたらご自由にお書き下さい。

- ・スライドがあって分かりやすかったのですが、手元にある資料で、今、どこをうつしているのかページ数等をいって頂ければ、より理解できました。ありがとうございました。
- ・更年期に入り、とても気になっていました。遺伝とかもあると思いますが、バランスのよい食事を心がけたいと思います。
- ・とても分かりやすく勉強になりました。食事作りには悩むことも多く、大変参考になりました。ありがとうございました。
- ・講義の内容参考になりました。ありがとうございました。
- ・よかったです
- ・分かりやすい 良かったです。もっと沢山の方が参加できたらいいのに・・・
- ・一汁一菜の献立の例などがあるとよかったです。
- ・とてもわかりやすく良かったです。ありがとうございました。
- ・食と健康の面から参加したが、更年期との関係が主なので、私には一致しないことが多かった。

---

**【第2回】※回答数… 1 3 人**

Q 1. あなたについて教えて下さい。

(年齢) 20代… 0 人、 30代… 0 人、 40代… 4 人、 50代… 1 人、  
60代… 4 人、 70代以上… 4 人  
(性別) 男性… 3 人、 女性… 7 人、 その他… 0 人、 無回答… 3 人  
(在住) 寒川町… 10 人、 茅ヶ崎市… 1 人、 その他… 0 人、 無回答… 2 人

Q 2. 今回の講座を何で知りましたか？

広報さむかわ… 7 人、 寒川町ホームページ… 1 人 (重複)、 寒川町 twitter… 0 人、  
寒川町フェイスブック、… 1 人、 寒川町メール配信マガジン… 1 人、 知人・友人から… 1 人、  
講座チラシ… 3 人、 (入手場所：町役場 2、無回答 1)、 その他… 0 人

Q 3. 講座内容はいかがでしたか？

(難易度) よく理解出来た… 6 人、理解出来た… 7 人、普通… 0 人、  
あまり理解出来なかった… 0 人、理解出来なかった… 0 人  
(内容) とても良かった… 7 人、良かった… 2 人、普通… 0 人、  
あまり良くなかった… 0 人、良くなかった… 0 人、無回答… 4 人

Q 4. 今回の講座を受講しようと思った理由は何ですか？（複数回答可）

テーマに興味があったから…13人、 講師に興味があったから…0人  
文教大学に興味があったから…1人、 講座や講演会等に参加することが好きだから…3人  
知人・友人に誘われたから…0人、 その他…1人（先生に会いたかったから）

Q 5. 町が主催するイベントや講座で、参加してみたい分野はどれですか？

文化・芸術…4人、 情報化…1人、 国際化…2人、 スポーツ・レクリエーション…2人、  
健康・福祉…8人、 環境…1人、 生活・安全…4人、 その他…1人（落語など）、無回答…1人

Q 6. イベントや講座に参加しやすい日時はありますか？（複数回答可）

平日の午前…4人、 平日の午後…1人、 土曜日の午前…8人、 土曜日の午後…4人、  
日曜日の午前…3人、 日曜日の午後…1人、 無回答…1人

Q 7. 参加しようと思うイベントや講座の開催場所はどこですか？（複数回答可）

寒川町…11人、 茅ヶ崎市…4人、 近隣市（藤沢市・平塚市・海老名市・厚木市）…2人  
興味があれば居住地から近くなくても参加する…2人、 その他…0人、 無回答…1人

Q 8. 今回の講座について、ご意見・ご感想がありましたらご自由にお書き下さい。

- ・一度お会いしたかった先生の講座だったので参加できてよかったです。
- ・若い子（高校生あたりでも、男の子も）がいきやすいようにしてほしい。  
若い母親がいきやすい保育付きにしてほしい。  
町内の中高大生限定でいろんな分野（スポーツをする子、ダイエットがきになる子、科学に興味のある子向け）にわけて参加させやすくしてほしい。
- ・健康食品の種類について分かりやすい解説で、とても勉強になりました。今後の食生活を考える上で参考になりました。ありがとうございました。
- ・健康食品って飲まなくても、食生活を大事にすればよいのだと改めて分かった。
- ・食事に関するテーマであったので、大変参考になった。
- ・ケイモウされた。
- ・大変勉強になりました。有難う御座いました。