

## 「AYA世代の食生活・運動とがん～大学生と考えよう～」のオンライン開催について

### 1. 開催の趣旨

本企画は2021年3月初開催のAYA世代（15歳から39歳の若者世代）がん啓発イベント「AYA week2021」（一般社団法人 AYA がんの医療と支援のあり方研究会主催）の一環として開催する。普段の食生活や運動習慣を見直してみよう！という目的で、日本女子大学と石川県立看護大学の学生（日本女子大学12名と石川県立看護大学2名）が連携した。

AYA世代がんサバイバーの悩みに関するアンケートでは「健康管理のための食生活」に関心が高いことが報告されている。本企画では、ある特定の栄養素の摂取を推奨することではなく、日常の食生活の中で野菜を取り入れた「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」や「運動」が健康管理につながることを、AYA世代の支援のために同世代の学生が発信する。

地域を超えた様々な世代が交流・連携し食生活を見直すとともに、AYA世代のことを知り支援を考える機会とする。

### 2. 開催概要

1) 3/14（日）13時～15時 オンラインイベント

- ・石川県ご当地野菜（加賀野菜など）の生産者と大学生の座談会
- ・web ページの紹介

2) 3/14（日）～3/21（日）学生発表動画 web ページ公開（URL 準備中）

- ・石川県ご当地野菜（加賀野菜など）の図鑑・レシピ集（学生作成物）

※3/11（木）10時～ 近江町市場の北形青果にて石川県立看護大学学生が加賀野菜の説明を聞き、購入する場面の動画撮影を行う。動画は3月14日以降配信する。

- ・栄養関連要因のエビデンス紹介 野菜・体重・授乳・運動など(学生発表)
- ・「主食・主菜・副菜 ～奈良時代の器からみえる古代食」(森川実先生：奈良文化研)
- ・味覚について(河合美佐子先生)

3) 3/19（金）アーティスト江藤雄造との金継体験（患者会への募金活動）

### 3. 主催

主催：日本女子大学食育ボランティアグループ&石川県立看護大学 大学生有志

協力：金沢市農産物ブランド協会

加賀野菜&石川県ご当地野菜生産者の皆様

石川県立看護大学

母性・小児看護学講座 担当：桶作

TEL 076-281-8339