

自治体・地元産業界等との地域の課題解決に向けた連携事業・研究

「健康に役立つ献立・家庭でできる健康レシピ」（2022 年 6 月～）

i 連携している自治体・地元産業界等の組織名称

全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部

全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部と本学は、地域の食と健康に関する教育・研究を深め地域の振興に寄与するとともに、健康保険加入者の健康増進に寄与するため、2022 年 6 月 20 日付で包括的連携協定を締結している。連携内容は以下のとおりである。

- ・「食と健康」に関する教育
- ・全国健康保険協会山梨支部の管掌する健康保険加入者の健康増進
- ・その他

ii 連携している自治体・地元産業界等の中期計画・事業計画

全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部 令和 6 年度支部事業計画¹

本学との連携事業は、「2. 戦略的保険者機能の一層の発揮」の「広報誌の定期発行等を通じて、加入者・事業主等に対して分かりやすくタイムリーな情報を発信する。」に係るものである。

iii 当該連携事業・研究における地域の課題、その課題解決に向けて設定した目標

全国健康保険協会（協会けんぽ）とは、主に中小企業等の事業主を対象に、その事業所の従業員と家族が加入している日本最大の医療保険者で、山梨県民の約 3 割が加入しているが、被保険者及びその被扶養者（加入者）の健康増進が課題である。課題解決に向けて、本学において「健康に役立つ献立」を作成し、全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部から発信することで加入者の健康増進に寄与することを目的とする。

iv iii の課題の解決に向けて実施する取組の内容

上記の目標を達成するために、次の取組を実施する。取組は 2022 年 6 月に開始し、現在も継続している。

（1）全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部ホームページ及びメールマガジンで学生作成の「健康に役立つ献立」を毎月配信する（2022 年 7 月～）。

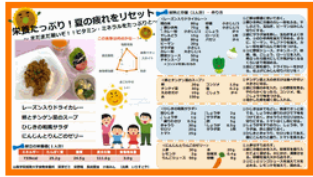
- ・ 学生が考えた「健康に役立つ献立」（レシピ）を本学ホームページ² に掲載の後、協会けんぽ山梨支部は月例メールマガジン（メルマガ）でレシピを配信し、協会けんぽ加入者の健康増進に役立てる。また、協会けんぽ山梨支部は、メールマガジンのバックナンバーをメールマガジン配信の翌月に協会けんぽ山梨支部ホームページ³ に掲載する。
- ・ 本学では、学生の参画により、協会けんぽから提示される企画内容（各月のテーマ）に沿って、「健康に役立つ献立」（レシピ）を考案する。レシピは見る楽しさを加えたリーフレットで公表する。また、どのようなレシピであるのか評価視点を設定し、「レーダーチャート」で示す。

（2）「家庭でできる健康レシピ」を「健康保険委員だより」（年 2 回発行）で紹介する（2023 年 6 月～）

- ・ 協会けんぽ山梨支部では、健康保険委員限定の情報誌「健康保険委員だより」を年 2 回発行している。協会けんぽ山梨支部加入者の健康増進の課題解決に向けて、自宅にある食材や調味料を使った手軽に作れる 1 品（レシピ）を作成する。
- ・ 学生が考えた「家庭でできる健康レシピ」は本学ホームページ⁴ に掲載の後、協会けんぽ山梨支部に提案する。協会けんぽ山梨支部は、健康保険委員だよりに掲載し、広く情報を発信する。

v 連携事業・研究の計画・実績・結果

2024 年度の活動実績は以下の通りである。

年月日	内容
2024 年 4 月～	2024 年 4 月～2025 年 3 月までのテーマは以下の通りである。 < 4 月>春野菜で彩り春気分 < 5 月>父子で作るお手軽料理 < 6 月>母子で作る父の日献立 < 7 月>夏野菜で熱中症予防！ < 8 月>夏バテしない、スタミナ料理！ < 9 月>栄養たっぷり！夏の疲れをリセット <10 月>秋の味覚 きのこと使った秋色メニュー <11 月>寒くなった今こそ食べたいあったか料理 <12 月>食べ&飲みすぎリセットメニュー < 1 月>やまなしを食べる！甲州ワインビーフ < 2 月>やまなしを食べる！キウイフルーツ < 3 月>やまなしを食べる！ゆば  
2024 年 6 月 2024 年 12 月	<減塩レシピ>タンドリーチキン <減塩レシピ>さば缶のトマト煮  
2024 年 11 月 7 日	<連携協議会> 出席者は、協会けんぽから本連携事業担当者 3 名、本学から学長、食物栄養科長、地域連携センター長、事務局次長、本事業担当者の計 5 名である。 ・ 2024 年度の継続実施の確認。2022 年 6 月から約 30 のレシピを提供。山梨県産の旬の食材を使用した「やまなしを食べる！○○」という新しいシリーズを 2025 年 1 月より実施することとなった。今後のレシピ提供においては、できるだけ減塩に配慮し、リーフレットの中に「減塩のポイント」を載せていく。 ・ 「健康保険委員だより」への年 2 回レシピ提案も継続実施する。テーマについては、引き続き、「減塩」のレシピ提案を行う。 ・ メールマガジンを通してレシピ提供を行っているが、あらたに LINE を活用して情報の発信を行っている。
2025 年 3 月 20 日	2024 年度活動内容について振り返りと、次年度の実施内容について、メール会議を行った。2025 年度も継続して本事業を実施することを確認した。

1 全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部 令和 6 年度支部事業計画

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/~media/Files/yamanashi/hyougikai/47/2024011104.pdf>

2 本学ホームページ「健康に役立つ献立」 <https://www.ygjc.ac.jp/region/recipe-kenpo/>

3 協会けんぽ山梨支部ホームページ「メールマガジン」

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/yamanashi/cat130/>

4 本学ホームページ「健康に役立つ献立」 <https://www.ygjc.ac.jp/region/recipe-kenpo/>