

大学生の食生活改善のための教材開発

Development of learning tools for improving college students' dietary habits

佐藤早織 Saori Sato 海老名由香 Yuka Ebina 中村理絵 Rie Nakamura 名塚ちひろ Chihiro Nazuka 中村亜矢 Aya Nakamura 伏守裕光 Hiromitsu Izumori 杉山和裕 Kazuhiro Sugiyama 山本大樹 Hiroki Yamamoto 堀井美帆 Miho Horii 片桐真智子 Machiko Katagiri

プロジェクトの概要

Project profile

本プロジェクトの目的は、大学生の食生活を改善するための教材開発です。前期は、未来大生を対象に食生活に関するアンケートを実施しました。その結果、「食に関する知識がないこと」、「実際に行動に移せないこと」という2つの問題点が明らかになりました。後期は、それぞれの問題に対応した3つの教材を開発し、評価を実施しました。

This project intends development of learning tools for improving college students' dietary habits. In the first term, the questionnaire for all Future University-Hakodate's students was conducted. Then, the two problems of their diet were discovered by analyzing the results "they have no knowledge and awareness of diet." and "they cannot make improvements their diet in spite of awareness." In the latter term, three learning tools were developed to solve these problems. Then, these tools were assessed.

Webアンケート調査 The web questionnaire

在学生を対象にWebアンケートを実施しました。そして、その結果を分析し考察しました。

The web questionnaire was conducted for Future University-Hakodate's students. Then the results were analyzed and considered.

調査から明らかになった6つの食生活タイプ

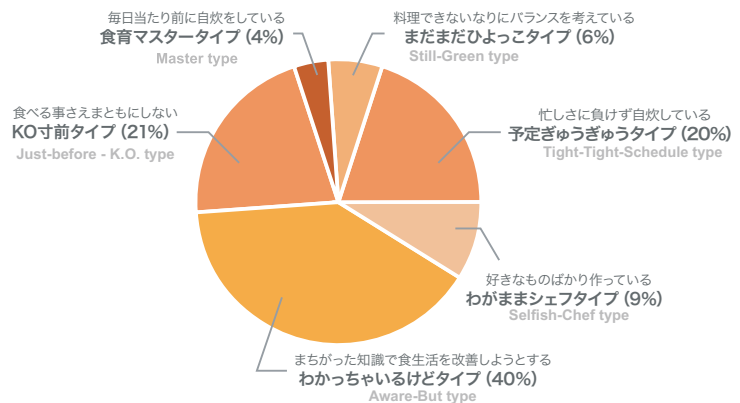
Six groups clarified from web questionnaire

未来大生の食生活の実態を明らかにするために、Webアンケートを実施しました。その結果から、「生活リズム」「食に対する意識や知識」「料理スキル」の3つに着目し、6つのタイプに分類しました。

The web questionnaire was conducted in order to clear their diet. In the result, "life style", "knowledge and awareness of a diet" and "cooking skill" was taken. Then six types were classified.

脱インスタント展 The exhibition

調査から明らかになった未来大生の食生活を展覧会形式で発表しました。Their diet were presented in the exhibition.



教材の開発 Development of learning tools

大学生の食生活の問題点に対応するソフトウェアと冊子から成る、3つの教材を製作しました。

Three learning tools were developed to solve students' diet problem by software and a booklet.



評価 Evaluation

教材が被験者にどのような影響があるのかを確かめるため、ユーザーテストを行いました。

The user test was conducted to analyze what effect on users by leaning tools.

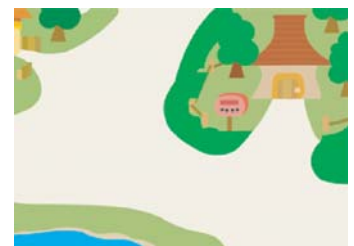
改善 Improvement

ユーザーテストの結果を考察し、教材の改善を行いました。

The result of the user test was considered. Then the learning tools were improved.

開発した3つの教材

Three developed tools



チキンと食育

正しい食事バランスの知識を維持するためのゲーム教材
A game to know right dietary balance



nabepa

SNSとワークショップを用いて、友人同士で食生活改善のための意識を高める教材

The learning tool which raise awareness of diet modification between friends with SNS and a workshop



夕食ナビ

その日食べた朝食と昼食から不足している栄養を夕食で補うためのweb教材

The learning tool covering the nutrition which was in sufficient in this breakfast and lunch by dinner.