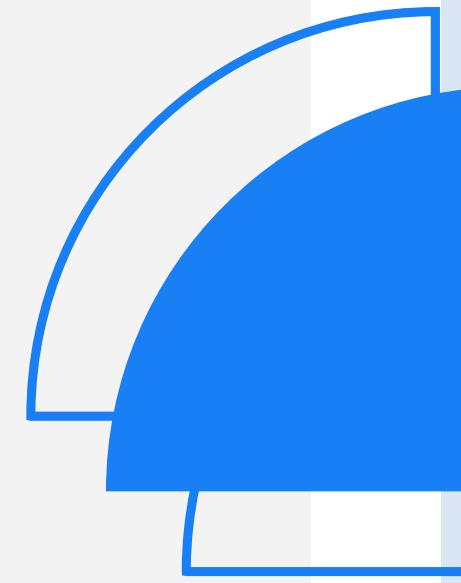




令和7年度 大学地域連携活動支援事業

## 成果報告

# 中学生向け体験型SDH学習



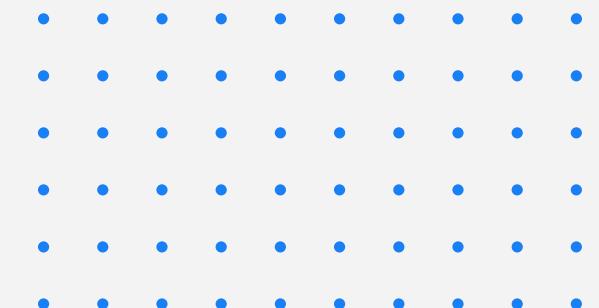
獨協医科大学 公衆衛生学講座

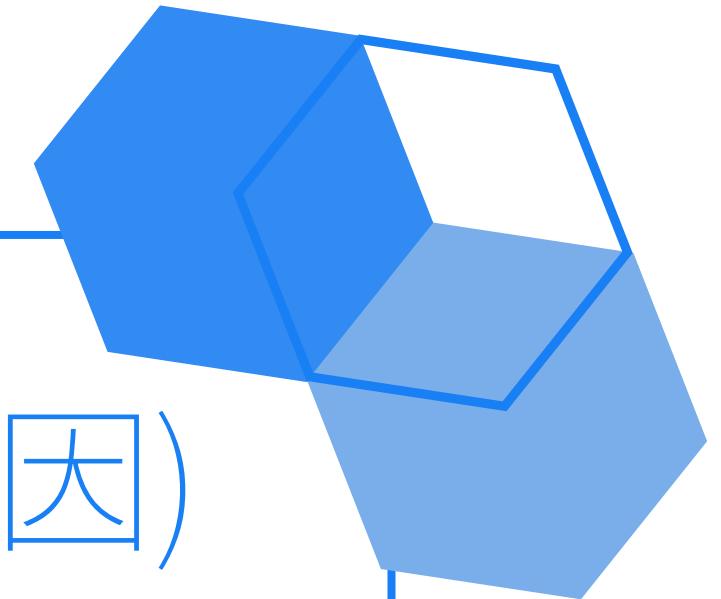
6年 今泉勇人 5年 石井舞佳 島田優果 野々山陽仁



## 目次

01. 健康とSDH(健康の社会的決定要因)
02. 活動目標
03. すがろくの紹介
04. 活動報告
05. アンケート結果
06. 今後の活動予定

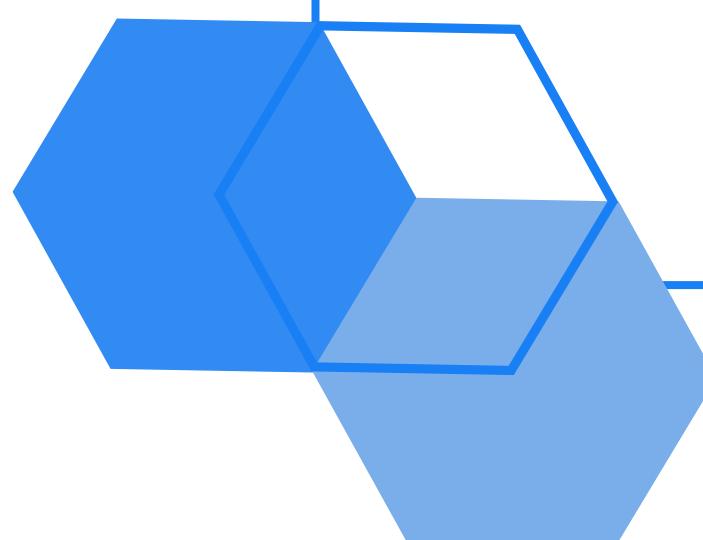




## 01. 健康とSDH(健康の社会的決定要因)

健康とは、生物学的(個人)因子だけでなく、心理社会学的因子が相互的に組み合わさる事で成り立つもの。

SDHは人々の健康に関する複数の因子の構成に関わる。SDHを意識した生活を送ることで、より健康になることができる。



社会格差(低学歴、借金等)



ストレス(家庭内トラブル等)



幼少期(両親の離婚等)



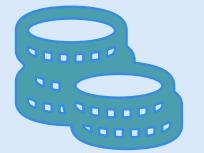
社会的排除(人種差別、貧困等)



労働(職場環境、低賃金等)



失業(就労の安定等)



社会的支援(人間関係等)



薬物依存(アルコール等)



食品(不規則な食生活等)



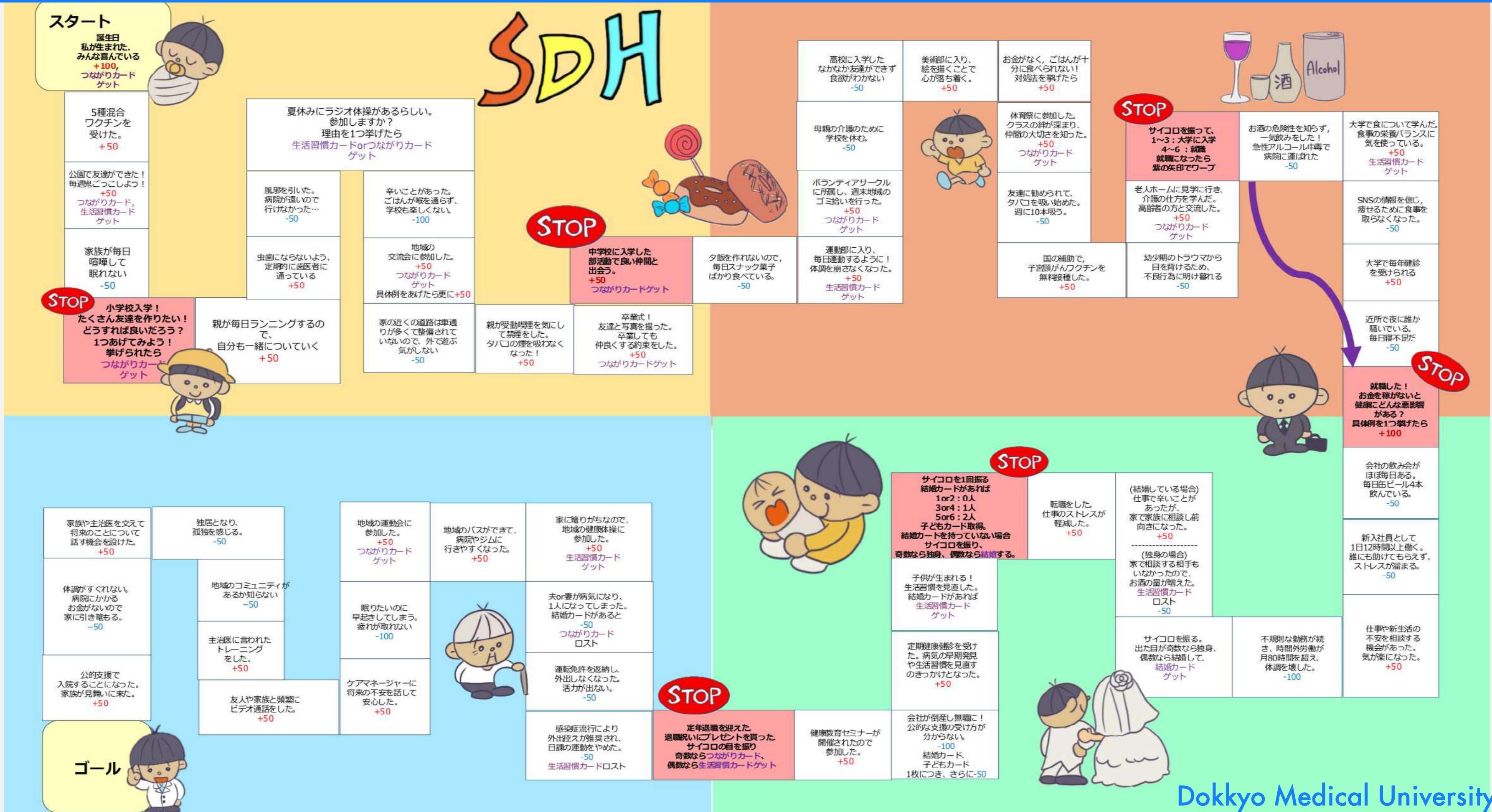
交通(移動手段の充実度等)



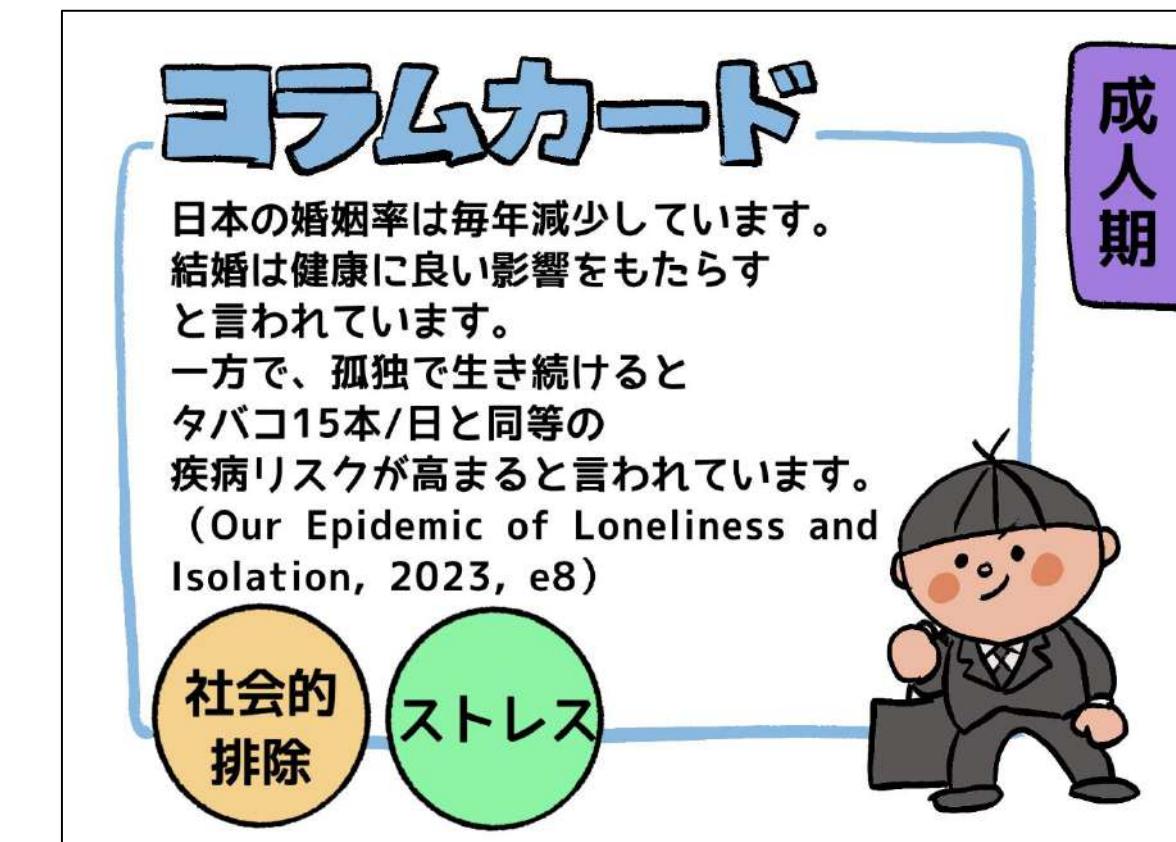
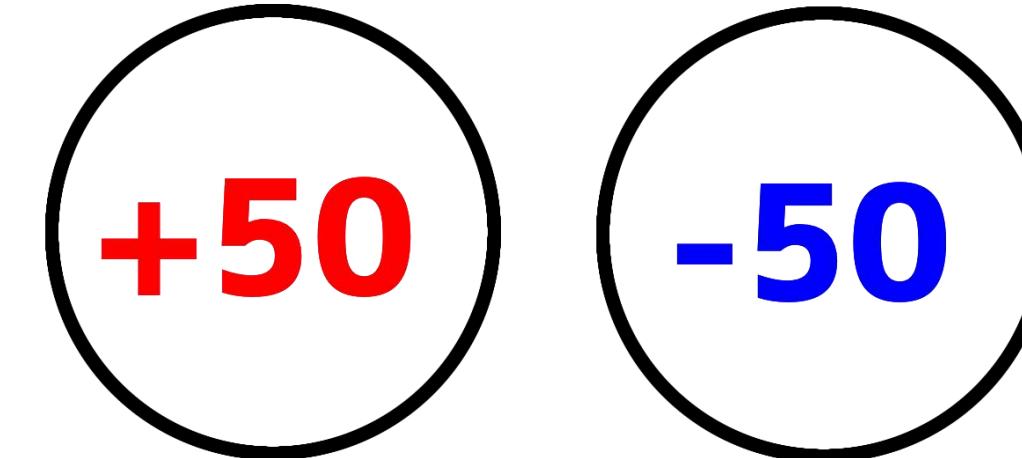
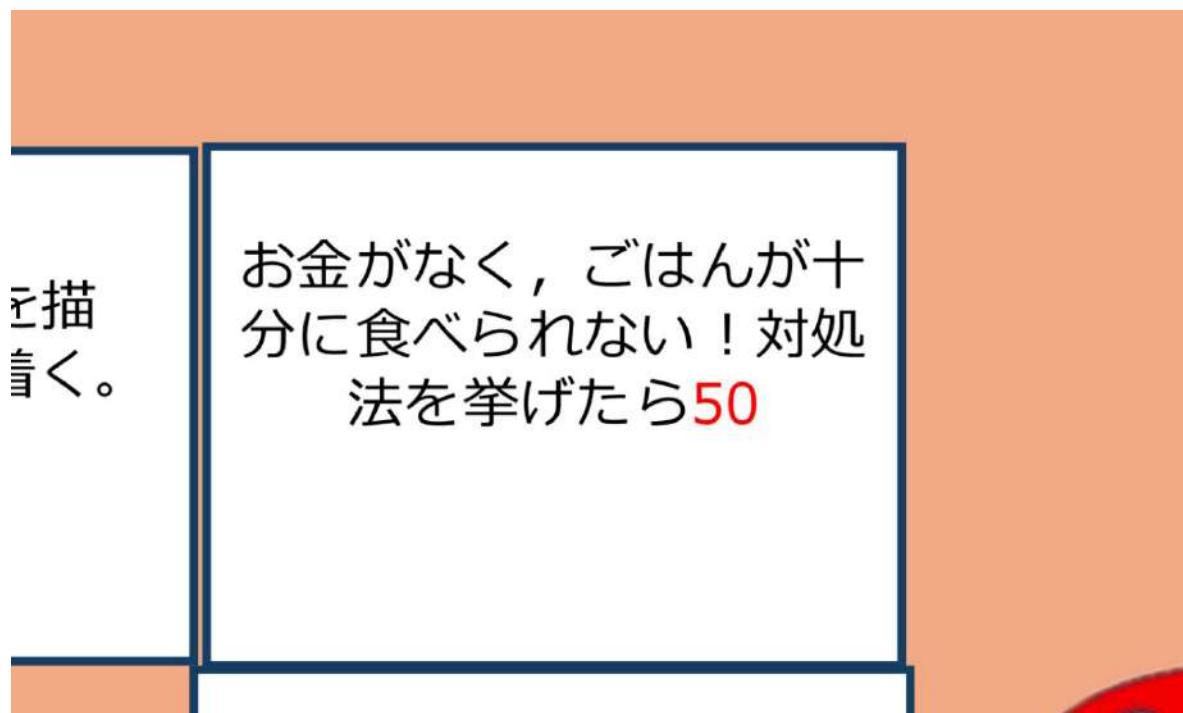
## 02. 活動目標

- ・ 参加対象：壬生町内の中学生(いずれの町内に限らず)
- ・ 期待する活動効果
  - ①SDH・健康に関する要因について理解の向上
  - ②ワークショップを通じて得た考えを基に行動ができる
  - ③参加者の家族や友人にSDHが与える影響について伝えることができる

# 03. すごろくの紹介



# 03. すごろくの紹介



# 03. すごろくの紹介

## つながりカード

マイナスイベントのマスに止まつても、1度だけ影響を受けない。使用したら戻す。

## 生活習慣予防 カード

成人期以降の不摂生のマスの影響を1度だけ受けない。使用したら戻す。

最後まで持っていると  
+100ポイント加算

## 結婚カード

結婚カード有効マスで効果を示す。

最後まで持っていると  
+50ポイント加算

## こどもカード

子供1人につき1枚もらえる。

最後まで持っていると  
+50ポイント加算

## 04.活動報告

9/21壬生町城址フェス



壬生町内の小・中・高生



壬生町生涯学習課  
壬生町子育て支援グループ  
ポケット

半年かけて作成した  
すごろくをローンチ  
しました！  
ここで参加者から聞いた  
意見も反映して更新して  
います。



## 04.活動報告

10/4すごろくワークショップ



壬生町内の中学生  
ポケットの皆さん



アンケートで理解度を前後  
比較しました。



## 04.活動報告

10/12獨協医科大学祭



大学祭に来場された  
様々な年代の方々



獨協医科大学祭  
実行委員会

中学生のみならず、様々な  
年代の方にご参加いただきました。

年代の異なる方々で体験を  
してもらう中で、世代間での  
健康についてのコミュニケーションも生まれていま  
した。



## 04.活動報告

10/19福祉まつり



壬生町の様々な年代の方々



壬生町健康福祉課

主に中学生に参加していました！  
SDHの言葉 자체を知らない  
中学生が多く、  
「知れてよかったです」という  
お声を多くいただきました。



# 04.活動報告

## 実際の活動を通してすがろくも適宜修正

みんなで声に出して呼んでね！

### 始める前のこころがけ

01

これはあくまでゲームです

これはあくまでゲームなので個人を決めつけるものではないよ。

SDHについて学んでいることを忘れないでね。



02

辛く感じたらやめよう

ゲーム中に辛く感じたら無理せず途中でやめて大丈夫だよ。



03

解決策を考えよう

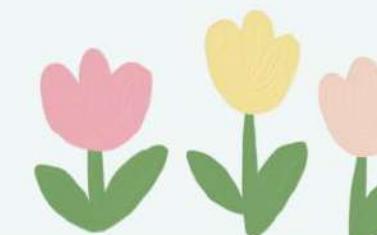
問題が発生した時、どうやって解決できるのかをみんなで考えてみよう。



04

話そう、楽しもう

友達や家族とたくさん話して楽しんでゲームしてね。



センシティブな内容も含まれるため、すがろくを行う上で参加者に向けたルールを作成

ゲームで傷つく参加者が少なくなるよう配慮

## 05. アンケート結果

### 【調査概要】

対象：中学生12名（1年4名、2年1名、3年7名）

方法：無記名質問紙調査

内容：SDHの認知、健康に影響する要因、  
地域・人とのつながりについて

# SDHに関するアンケート

## 1. 学年

1年     2年     3年

## 2. 性別

男性     女性     その他     回答しない

## 3. SDH（社会的決定要因）という言葉を聞いたことがありますか？

はい→質問4へ     いいえ→質問5へ

## 4. 3の質問で「はい」と答えた方へ質問です。

### SDH（社会的決定要因）についてどのくらい知っていますか。

たくさん知っている     少し知っている     聞いたことはある     全く知らない

## 5. 以下のうち、健康に影響を与えると思うものに○をつけてください（複数選択可）

- ・学歴    ・借金    ・働く環境    ・両親の仲の良さ    ・家庭の経済状況    ・景気
- ・家族からの愛情    ・人種    ・病気の時の保険    ・給料    ・安定した仕事    ・居場所
- ・失業    ・家族や友達との関係    ・飲酒    ・薬物    ・喫煙    ・地域のつながり
- ・困ったとき頼れる人    ・食生活    ・食料品店までの距離    ・近所の街並み
- ・移動手段（バスや電車、車など）    ・その他（ ）

## 6. あなたは、健康に影響を与えるのは自分の努力だと思いますか？それとも、家や学校、地域の環境だと思いますか？

自分の努力     周りの環境     両方     どちらでもない     わからない

## 7. あなたは、学校の活動で地域の人と交流することは、あなたや友達、地域の人の健康に影響すると思いますか。

はい     いいえ     わからない

## 8. 夏休みになり、あなたの近所では毎朝6時からラジオ体操を行っています。参加している近所のお年寄りは毎日お菓子を持参していて、終わるとみんなで食べています。あなたもお隣さんから誘われました。どうしますか？

6時から参加し、お菓子をみんなと食べる     6時から参加し、お菓子は家で食べる  
 お菓子の時間に行き、もらったら帰る     お菓子の時間に行き、みんなと食べる  
 参加せず朝は寝ている     その他（ ）

## 9. あなたは20歳の大学生になりました。入学以来仲良くなり、ご飯に行ったり遊びに行ったりする仲の友達がタバコを吸いはじめました。あなたはこの友達とどのように接しますか？

一緒に吸う     友達と距離を置く     吸わないように友達を説得する  
 何もせずに今まで通り付き合う     その他（ ）

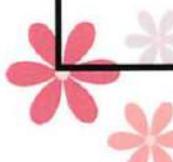
## 10. あなたは地域の人たちと交流できる場（お祭りや公民館でのイベント、ボランティアなど）に参加したことがありますか？

はい     いいえ

## 11. 自分の生活がどのように健康に影響するかについて、周囲の人（家族や友達など）と話したことがありますか？

はい     いいえ

## 12. 健康に影響するものであなたが大切だと思うことを自由に書いてください。



ご協力いただきありがとうございました！

アンケートのお問合せは下記までご連絡ください。

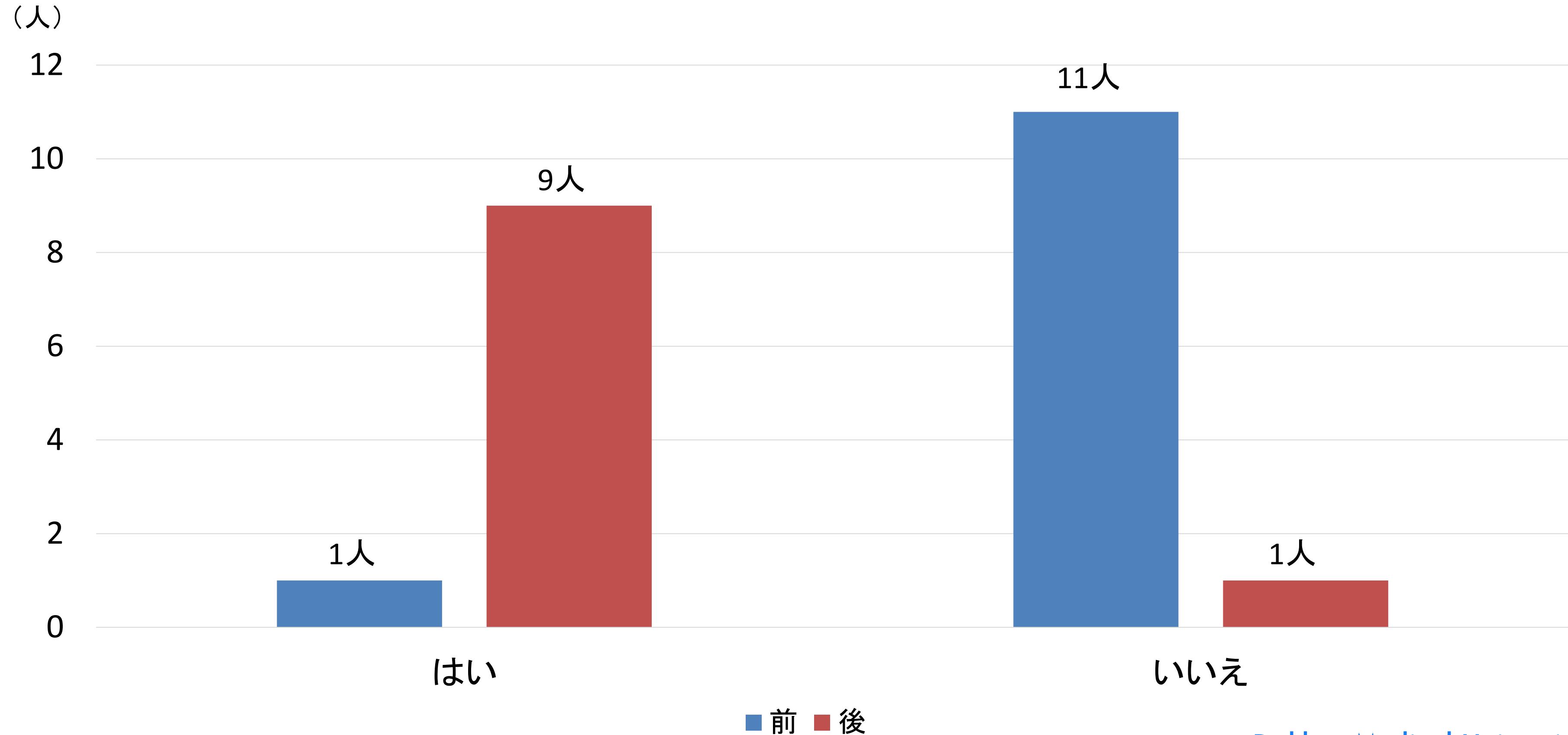
獨協医科大学医学部公衛生学講座

〒321-0293 栃木県下都賀郡壬生町北小林880

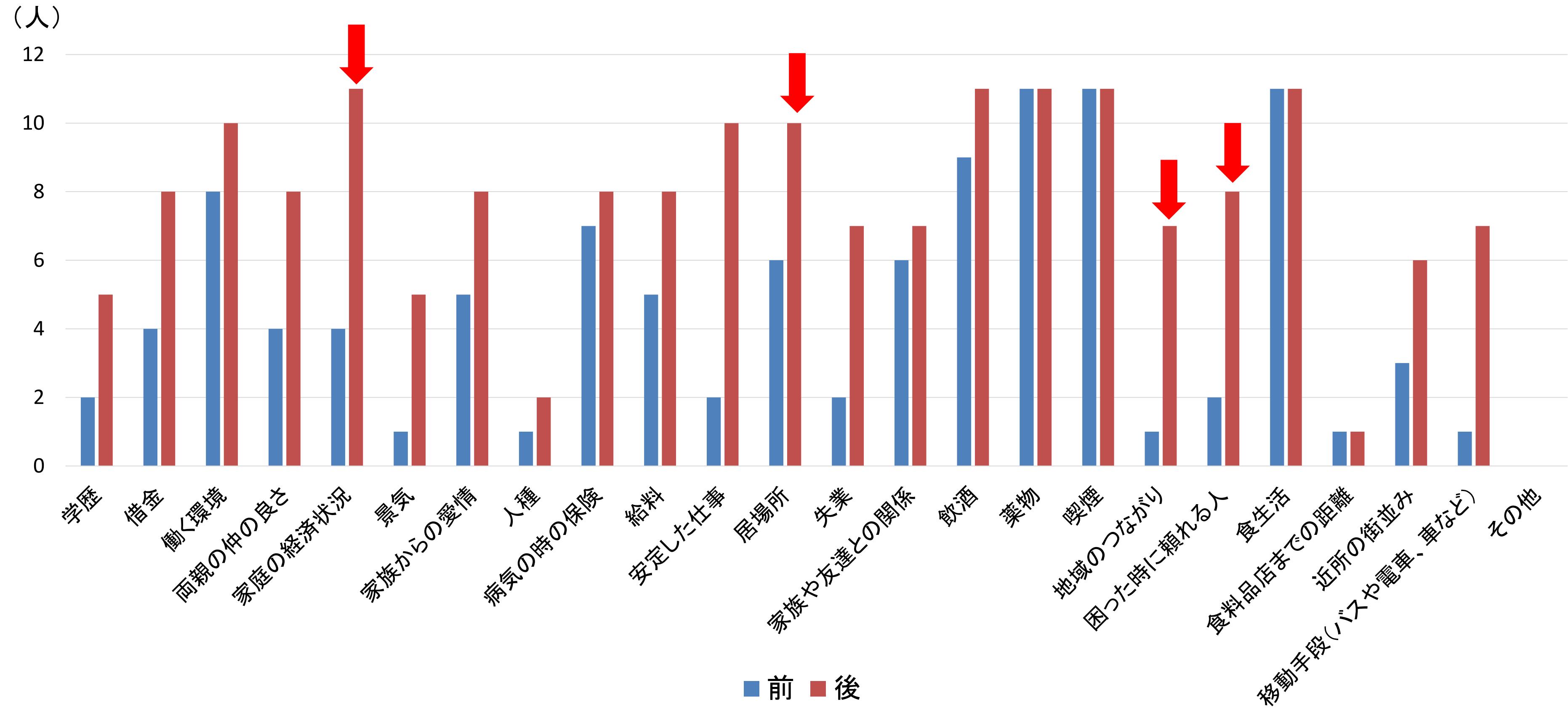
TEL 0282-87-2133 (平日9:00~17:00)



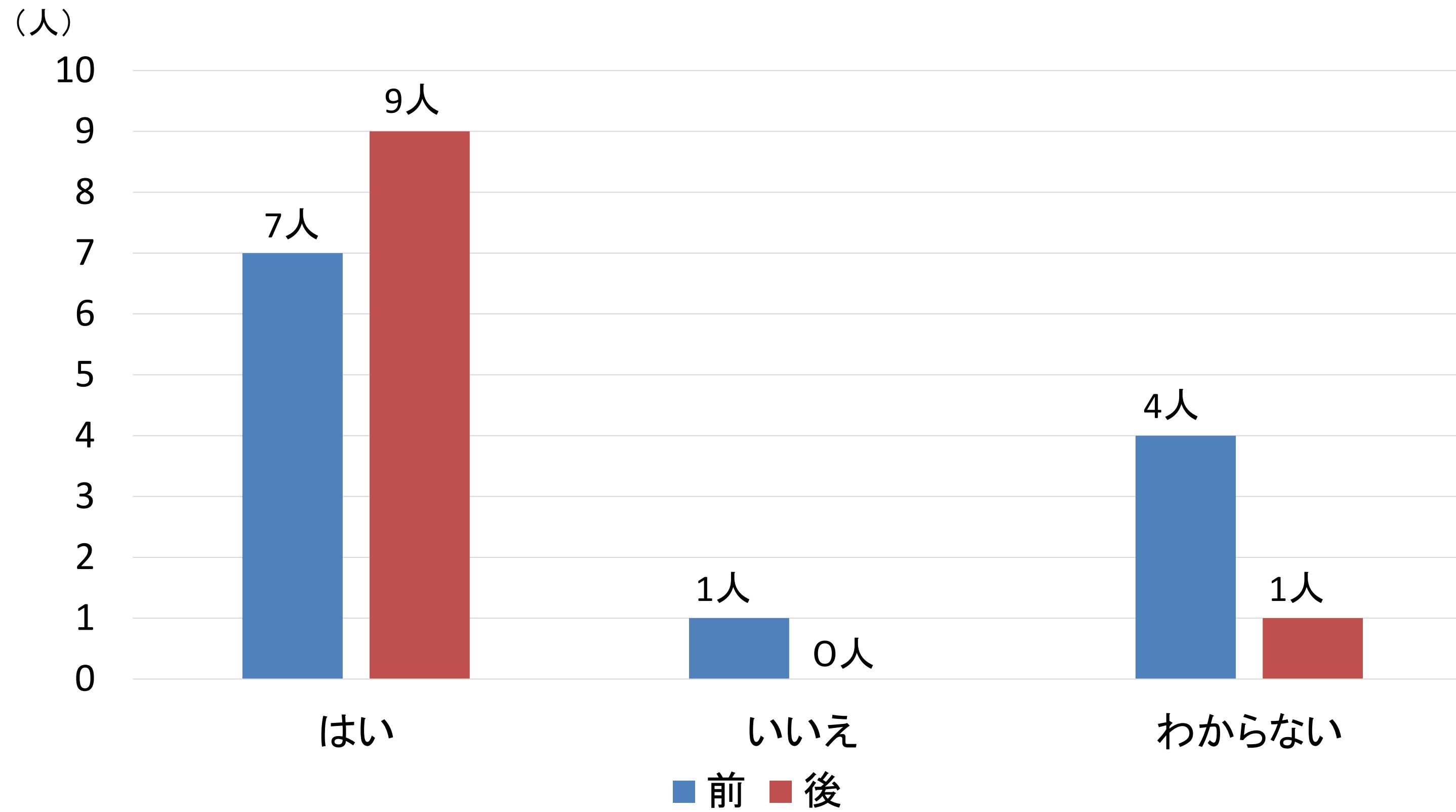
# 「SDH（社会的決定要因）という言葉を聞いたことがありますか？」



# 健康に影響を与えると思うもの



「学校の活動で地域の人と交流することは、あなたや友達、地域の人の健康に影響すると思いますか。」



# 健康に影響を及ぼすもので大切なこと（自由記述）

事前

- ・食生活に気をつけること →

- ・早寝早起き

- ・無記入

事後

- ・自分だけじゃなく周りも関係することがわかったので気をつけることが大切だと思いました。

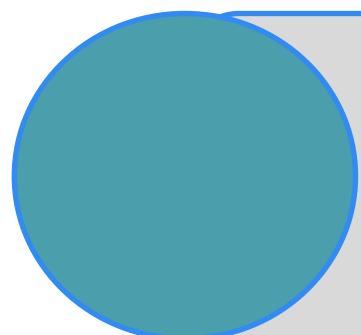
- ・周りの環境（家族、友達、職場）

- ・周りの人とつながりがあるので、自分の健康を助けてくれるのだと学ぶことができました。とても素敵な体験をすることができました。

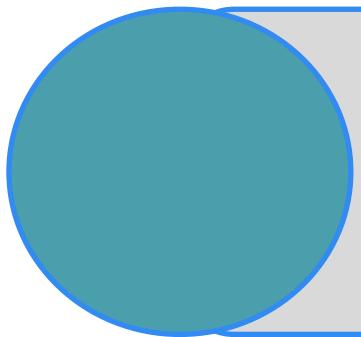
## アンケートのまとめ

SDHすごろくは、SDHに対する理解度の向上、健康に対する意識の上昇、健康についての話し合いの場となった。継続して実施していくことで、中学生たちが学びを周囲に伝えたり、行動を変化させていく可能性が期待できる。

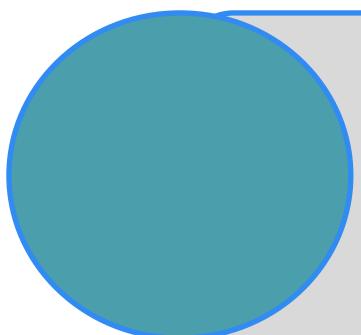
## 06. 今後の活動スケジュール



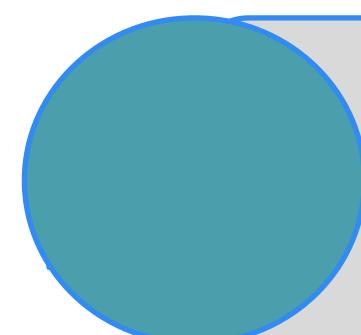
2月：おもしろ健康教育研究所への視察



進行中：アンケートとすごろくのブラッシュアップ



進行中：ニュースレター（活動報告）の作成



2～3月：報告会の実施(地域、学内)



THANK YOU

THANK YOU

**THANK YOU**

THANK YOU

THANK YOU

