

関西福祉大「朝活」好評 朝食で生活にリズム 一食150円の低価格

規則正しい朝型の生活リズムを学生に身に付けてもらおうと、関西福祉大学（安井秀作学長）の食堂で栄養バランスのよい朝食を安価で提供する取り組みが行われている。学生たちからは「授業の能率が上がった」などと好評だ。

「朝活」と題したこの取り組みは一昨年12月に始まった。当初は社会福祉士や看護師などの国家資格を目指す受験勉強に励む学生向けに「試験の実施時刻に合わせた生活習慣を身に付けてほしい」という目的だったが、評判が良かったため全学生に対象を広げ、今春からは試験前だけでなく授業がある平日に通年提供されている。

利用時間は午前8時半～9時半。鮭の塩焼きやハンバーグなど日替わりの「朝定食」、自家製の「焼きたてパンセット」の2種類があ

る。保護者会と校友会の支援で、いずれも一食150円で提供している。

大学の話では、多い日には約50人が利用。今春に食堂をリフォームしたこともあり、食事後にその場で自習する学生の姿も。教授の計らいで1時限目の授業を朝食を摂りながら行うクラスもあるという。

この春入学して親元を離れて一人暮らししている発達教育学部1年の三輪佑斗さん(20)は「普段は野菜ジュースを飲むくらい。ちゃんと朝食を食べたら集中力がアップするし、安いのが助かる」と話していた。(写真は関西福祉大学で学生から好評の「朝活」)



2014. 6. 7

赤穂民報

本学関係者のみに配布しています。
複写等のご遠慮ください。