

目指せ！ 管理栄養士



健康と栄養の学びを、 地域のために。

健康栄養学科では、毎年、大学祭の場を活用し、普段、授業や実習で学んでいる内容、さらに地域における貢献活動をまとめ、ポスターやセミナーというかたちで地域に向けて発表しています。今年は、誰もが食べて育った「給食」の裏側や、地域全体の健康増進につながる公衆栄養のお話、フレイル（虚弱）に至らないための講習や体操など、様々な種類の発信を実施。当日は、多くの方にご参加いただきました！

① 給食分野の実習について知ろう

2年次に学ぶ「給食経営管理論実習」の紹介と「キウイ牛乳寒天」の試食提供、そして、3年次に学ぶ「給食経営管理臨地実習」のポスターを展示しました。

② 公衆栄養分野の実習について知ろう

3年生の公衆栄養学臨地実習の課題やテーマについての成果をポスターにして展示。また、福井県認証の「ふくい100彩ごはん大豆料理100」の普及のために、学生が作成した料理動画やInstagramなどを紹介しました。

③ あなたの貯筋はどれくらい？ フレイルチェックしてみよう！

低栄養による健康への影響として近年注目されているキーワード「フレイル」（虚弱、脆弱）。フレイルを防ぐための栄養の摂り方についての展示や体操などを行いました。

④ SDGsをテーマにした食と健康の提案

食と最先端テクノロジーの融合による植物性代替食品について、成果物やポスターを展示。また、野生鳥獣の利活用としてジビエ料理の試食・展示を実施しました。

大学祭で食と健康の情報発信！



あらゆる人に自分自身の健康状態を 理解してもらう難しさ。

健康栄養学科3年 水野和奏 | 小松商業高校出身 |

フレイルの紹介コーナーで、身体測定や運動と食事の関係について説明を担当しました。特に配慮したのは、地域の高齢者の方々に、自分の状態をわかってもらえるよう、丁寧にわかりやすく説明することです。質問を頂いた際に答えられない内容もあったので、もっと勉強しなければいけないと思いました。



それぞれの高齢者に適した、 健康管理サポートができるように。

健康栄養学科3年 渡邊 優 | 大聖寺高校出身 |

授業やフィールドワーク演習を通して、筋肉量の減少や筋力の低下を指す「サルコペニア」虚弱を示す「フレイル」をテーマに活動し、高齢者の身体活動について深く学ぶことができました。今後は知識を増やし、それぞれの人に合った健康管理サポートができるようになりたいと考えています。





公衆栄養学実習

特定健診・特定保健指導の方法と運用の実際。

生活習慣改善へ 導くための学び。

▶ 今回の講義

「特定健診、特定保健指導の
方法と、運用の実際」

生活習慣病予防のための特定健診と特定保健指導について、まず講義を復習し、次に実際の症例について階層化から指導に至るまで、その計画と記録用紙への記入を行い発表します。特定保健指導は、対象者自身が健診結果を理解し、体の変化に気付き、セルフケアができる状態を目指します。それをあらゆる方面から支援するのが管理栄養士などの指導者です。



特定健診と特定保健指導についての講義のあと、班毎での発表。



「公衆栄養学実習」で
学ぶコト

阿部喜代子 准教授

栄養ケア・マネジメントの考えに沿って、健康づくりに関する法律と、個人や地域・集団での健康維持や増進と栄養改善のための様々な施策を知識として習得。また、現場で活用できる知識を身に付けます。さらに現状把握や課題解決の立案に役立つデータの扱いや分析法を学びます。



フードモデルを使ってバランスのよい食事についてチェック。



症例を用いて特定保健指導を実際に考える！



先輩から伝えたい、この授業の魅力！



実際の現場と
学びとのつながり。

病院や施設など、実際の現場でのエピソードを絡めながらの説明が非常にわかりやすかったです。様々な場面で臨機応変に対応するためのスキルの必要性に納得しました。

健康栄養学科3年 中嶋杏奈 | 奥越明成高校出身 |



座学で得た知識が、
実感になった。

座学で学んだことを実習で実感に変えることができたのがうれしいです。また、管理栄養士がどんなふう地域において役立っていくのか、その姿が具体的に想像できました。

健康栄養学科3年 深尾莉子 | 武生高校出身 |



質問によって、
対象者の答えが変わる。

ペアで、聞き取り調査を体験したのですが、質問の内容によって対象者の答えが変わってくるのが印象に残っています。コミュニケーション能力も必要なのだと知りました。

健康栄養学科3年 吉村奏穂 | 武生東高校出身 |