

目指せ！ 管理栄養士

NR・サプリメントアドバイザー認定試験、 18名合格！4名は成績優秀者。

令和4年12月、第10回NR・サプリメントアドバイザー認定試験が実施されました。健康栄養学科1～4年生の計28名が試験に臨み、18名が合格、うち4名が成績優秀者として表彰されました。本資格は、一般社団法人日本臨床栄養協会が認定する資格です。資格取得者は一般の消費者に対し、保健機能食品やサプリメントについて、専門的観点から個人々の栄養状態を評価し、適切にアドバイスを行う役割を担います。健康食品が一般的になってきた現代において、多様な場所でニーズが生まれています。

- 認定資格が活かせるフィールド例
- 保険機能食品等が販売されている店舗、薬局、ドラッグストアや通販の会社など／保健機能食品等の製造・販売会社野お客様相談室など／保健所、保健センター、病院・診療所などの保健・医療機関／消費者センターなどの消費者相談機関／地域における食生活改善活動の場／スポーツクラブ、エステティックサロン／高齢者施設



将来の選択肢を増やしたくて、受験。

健康栄養学科4年
吉田汐里
大野高校出身

管理栄養士として将来働く場所の選択肢が増えたいと思い、受験しました。友達と一緒に受験したのも大きいです。受験勉強は大変でしたが、わからないところを教え合ったりすることで乗り切ることができました。達成感が大きかったです。

授業動画を活用し、理解度の向上へ。

健康栄養学科4年
宓岩千乃
大野高校出身

受験勉強で気を付けたのは理解度を高めることでした。週1回の通信教育で、その授業動画を見た後は過去問を解いてさらに身に付くように努めました。サプリメントや薬などの内容が特に難しかったので、理解できるまで何度も動画を見返しました。

栄養学を深め、自信が生まれた。

健康栄養学科4年
宮腰知果
新湊高校出身

医療と福祉の現場で活躍できる管理栄養士を目指しています。今回の試験勉強では、授業では扱わない栄養学の知識も多く学ぶことができたと思っています。また資格を取ることで自分の自信につながり、勉強に対する意欲が向上したと実感しています。

大学で学ぶ内容と試験内容に、共通点。

健康栄養学科4年
深尾莉子
武生高校出身

試験内容と大学で学ぶ内容に共通する部分があり、受験しました。無事に取得できたので、将来は、病院の管理栄養士として患者様の栄養指導を行う際に、身に付けた知識を活かして、サプリメントや保健機能食品などの正しい情報を提供していきたいです。



運動生理学

人の生理機能の変化に応じた栄養管理を行うための基礎力を育みます。

適切に栄養管理をするための、
生理・代謝機能の基礎を学ぶ。

▶ 今回の講義
特殊環境下の運動と栄養

特殊環境における生理機能の変化と、それに対応した水分や栄養補給についての学習を行いました。例えば、暑熱環境では発汗量が増えるので、それに合わせた水分や塩分の補給が必要。また、その状況に応じて水分・塩分補給に最適な飲料も異なります。さらに、暑熱環境では糖質の利用も高まるので、栄養補給はどうか、様々な環境における身体機能の理解が重要です。



「運動生理学」で
学ぶコト

鳴瀬 碧 教授

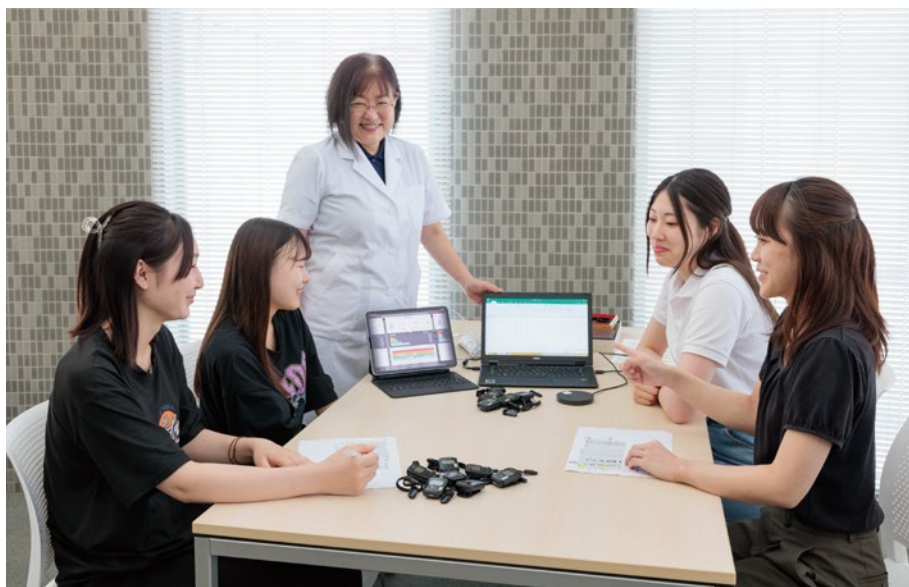
人は、日常的に食事から摂取した栄養素をエネルギーなどに変換して生活しています。そして、スポーツなどで活動量が増加すれば、必要な栄養量も増加します。管理栄養士になるためには、人の生理機能や代謝機能が安静時と運動時でどう異なるのか、それをしっかり理解しておく必要があります。



健康づくりのための身体活動と運動指導についても学びます。



安静時と運動時の身体の変化を理解し、対象者の状態に応じた栄養管理を行うための基礎力を身につけます。



3・4年時のゼミでは、2年生の時に学んだ運動生理学をもとにスポーツ選手の栄養管理について、知識を深めています。

先輩から伝えたい、この授業の魅力！

▶置かれた環境で、管理方法が変わる面白さ。



同じ人でも、身体活動量だけでなくその時に置かれた環境によって必要となる食事内容や栄養素が変わるのが面白い。将来は、その場で適切な対応ができる管理栄養士になりたいです。

健康栄養学科2年
佐々木 亜聖
小松市立高校

▶身体全体の話として、学んでいける。



“この時、身体の中はこういう状態になっている”など、「解剖生理学」や「基礎栄養学」など他の授業と関連付けながら、身体全体の話として学べるので理解がどんどん深まります。

健康栄養学科2年
菅原 陽菜
仁愛女子高校出身

▶経験を振り返り、実感として理解。



高校時代、バレーボール選手だった頃に行っていた運動後のスポーツ飲料摂取などの健康管理の経験を思い出し、「あれはこういうことだったのか」と実感しています。

健康栄養学科2年
曾根 未羽
近江高校出身