

目指せ! 管理栄養士

e★SPARKLE × 健康栄養学科で、 食・健康の学びとスポーツによる 地域の活性化へスタート!



鳴瀬 碧 教授

コラボのきっかけは、e★SPARKLEからのお誘いでした。従来、福井ユナイテッドなど地元のスポーツチームを食と栄養でバックアップしてきた本学科に、「地域活性化に向けて協力してほしい!」とのことでした。これからの活動として視野に入れているのは、地元飲食店や菓子店の既存メニューや商品を分析・調査してアスリート推奨印を進呈したり、スポーツをする子どもたちへの食育活動や地元発の新しいアスリート飯を考案することなどです。プロアスリートとともにスポーツ選手を支える食について考えていく経験は、学生にとって貴重な時間になると考えています。

e★SPARKLE (イー・スパークル)とは

越前市出身アスリート5人によるスポーツを通じて地域貢献を目指すチーム。メンバーは、フェンシング女子エベで五輪3大会連続出場 of 佐藤希望氏、元自転車プロロードレーサーの中島康晴氏、ビーチバレーボール女子東京五輪代表の村上めぐみ氏、陸上女子障害種目で国体準優勝の野村有香氏、箱根駅伝で総合2連覇の青学大で主将を務めた田中悠登氏。



越前市出身
ビーチバレーボール選手
村上めぐみ氏

可能性を引き出す。

適切な食事が、



健康栄養学科2年
林 莉玖
(道守高校出身)

村上さんのお話で印象に残ったのは、体調や場面に合った適切な食事を自分で考え、作り食べるという点です。私は本学科で一人ひとりに合った食事があることを学びました。選手ごとのニーズに沿った食の提案をして、選手の可能性をより引き出せるサポートがしてみたいと思いました。



伝えたい。

地元の子供たちに、



健康栄養学科4年
城戸優衣奈
(仁愛女子高校出身)

私は幼い頃から運動するのが好きで、地場産物を利用したスポーツメニューを考案し、地元スポーツクラブの小学生を対象に料理教室を開催してみたいです。鳴瀬先生のゼミでは、実際にアスリートの方に協力してもらいながら研究ができる事に大きな魅力を感じています。

「学びたい」をクロス! 異分野の60以上の授業で知的好奇心を深化させる

NEWS!
学部・学科を
超えた学び

健康栄養学科

- 心理学科 消費者の心理学、感情と性格の心理学、社会と集団の心理学、などの科目
- ビジネスコミュニケーション学科 異文化の理解、オーラル・コミュニケーション、会計学、などの科目
- 子ども教育学科 保育学、子どもと食育、子どもと映像文化、などの科目

各学科が他学科生に開放する専門科目を履修することによって、大学卒業後のキャリアプランに合わせた独自の授業プログラムを組むことができます。



地元クラブチーム福井ユナイテッドを 食と栄養でサポートしています！

健康スポーツ・食育コースの実践

健康栄養学科では、2014年より社会人サッカークラブチーム 福井ユナイテッドを食と栄養で選手の体づくりをバックアップしています。合宿の食事やシーズン中の補食、身体計測に加え、希望選手に対して個別サポートも実施。アスリートを本格的にサポートしながら実践の経験からしか得られない考え方や応用力を高めています。

→ 合宿サポート

2015～2018年の期間に実施しました。約50人分の朝・昼・夕方の食事に加え、サンドイッチ、おにぎりなどの補食も準備。天気など状況によって変化するタイムスケジュールに合わせて対応。



→ 朝食改善・練習前の水分補給のための ヨーグルト&スムージーの提供

朝食時のタンパク質や野菜・果物類の不足、練習前の水分補給を補うために、ミルクプロテインヨーグルトとスムージーを毎朝提供。



→ 身体計測

選手のOFF日や仕事終わりなど、2ヶ月に1回ほど、競技力向上を目指し身体計測を行っています。栄養摂取状況と筋肉量・体脂肪率・骨密度など体組成との関係を調査し、食事の改善のアドバイスに反映。



→ 個別食事サポート

当時のチームのキャプテンの要望により、食事提供を行いました。目指す体づくりのために一週間分のメニューを2ヶ月にわたって毎週考案・提供しました。


授業紹介

健康・栄養特別演習I (ゼミ)

健康や栄養に関する地域イベントへの参加や、県・市町・教育現場等、学外での連携活動を通して実践力を高めています。7月26日(土)には、ゼミ活動として取り組んでいる「備蓄食管理アプリ開発」の一環として、坂井市男女共同参画センター主催の「家庭でも備えよう！災害食講座」に参加。学んできた栄養の知識も活かして、市販災害食の選び方について分かりやすくお伝えしました。



健康栄養学科は3コース制へ！

実践栄養コース

医療、介護、福祉領域で栄養管理能力を磨く

健康スポーツ・食育コース

健康・スポーツ・教育現場を体験し、実践力を養う

食・健康マネジメントコース

地域に根ざした食・健康の今を知り、未来を拓く