

目指せ! 管理栄養士

管理栄養士の先輩をインタビュー

光道園(障がい者支援センター・こうどうえん)

管理栄養士

窪田翔一

鯖江高校出身(2014年度卒)



いつもそばにいて、「食」で健康を支えたい。

「おじいちゃん、今日のお昼の献立はね…」
私が勤務しているのは、「盲重複障がい※」者が主に利用する障がい者支援施設です。ここでは、献立作成、材料発注、栄養ケアマネジメント等、「食」に関する職務全般を、私を含む3名の管理栄養士が担当しています。体重や血液検査などのデータをチェックしながら、その人が日々必要とするエネルギーを賄う食事調整を、約120名(昼食に関しては130名)の利用者ひとり一人に対して行っています。

実際に食事の場に出向き、残食の状況を確認するのも大切な仕事です。食事を残されていた場合、食材そのものを変えるべきなのか、味付

けが問題なのか、理由を考えながら献立を見直します。完食してもらえたようになった瞬間は嬉しいですね。献立の立て方には、大学在学中の学びが大いに役立っています。ライフステージ栄養学、公衆栄養学、臨床栄養学で学修した知識がひとまとまりとなって業務に活用されることを、日々実感しています。

ここで働くきっかけとなったのは、3年次の臨床実習でした。仁愛大学の健康栄養学科では、医療施設で2週間、給食施設と健康福祉センターでそれぞれ1週間、学外実習を行ないます。私はここでの実習を通して、「長い期間継続して利用者の方々の健康をサポートしたい」と強く思い、

実はその後もボランティアとして業務のお手伝いさせて頂いたのです。目や耳の弱い方たちと掌に文字を書いたりして触れあう中で、自分はここで「食」を通して皆が健康に過ごす手助けをしたい、と強く思うようになりました。

管理栄養士の資格取得のための勉強は大変でしたが、国試対策委員の先生がしっかりと導いてくださり、着実に力を伸ばすことができました。今は、ここで働いていることをいろんな人に感謝しています。

※盲重複障がい…視覚障がいと共に知的障がいやその他随伴障がい(知覚運動障がい、痲痺、聴覚障がい、精神障がい)を持つ。

紙上で
開講!

基礎生化学実験

からだを作っている成分の性質とはたらきを、化学の手法で調べます。

体内で起こる化学変化を、
試験管内で再現する。

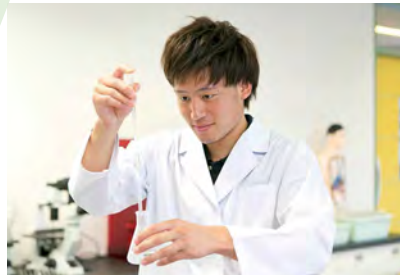
●今回の講義

「酵素の基本的性質」

酵素は、生体内で触媒（化学反応を助けるもの）としてはたらくたんぱく質です。たとえば私たちが食物からエネルギーを得られるのは、体内の酵素が食物を、火を使わずに二酸化炭素と水に「燃やして」いるからです。今回の実験では、酵素の存在する環境（温度、pH、種々の成分の濃度）によってその触媒能力がどのように変化するかを調べました。

「基礎生化学実験」
で学ぶこと尼子克己
准教授

神秘的に見える複雑な生命現象も、実はルールに則った化学反応の組合せでしかありません。様々な年齢、様々な体調の人たちが何をどれだけ、どう食べるべきかを、個々の反応を基にして考えられることが、管理栄養士には求められます。この科目では、生体をつくる様々な成分の性質を、実験を通して確認し、生命現象を理解する基盤をつくります。

誤差の少ないデータを得るためには、
正しい実験操作が欠かせません。数値化された色の変化が反応量に比例
することを、図に書いて確認します。

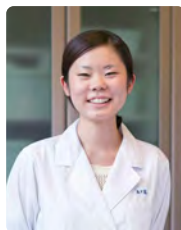
測定結果を整理して、意味のある数字に変換します。レポートにまとめるまでが実験です。

先輩から伝えたい、この授業の魅力!

実感をともなった
理解。

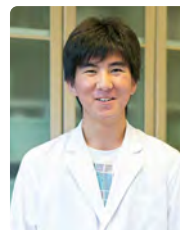
酵素の働きについては知識としては認識していましたが、今回、実験を行って数値やグラフに落とし込んで確認したことで、実感を持ってより深く理解できたように思います。

健康栄養学科2年 黒田純華（鯖江高校出身）

身体の中で
起きていること。

今回、実験で確認した酵素の活動が、自分の身体の中でも行われていると思うと非常に興味深いです。文系出身なので化学は苦手でしたが、楽しく学ぶことができました。

健康栄養学科2年 五十嵐香澄（羽水高校出身）

遺伝子の違いで
体質がわかった。

遺伝子検査の実験では、結果と体質がぴったり合っていたことにびっくりしました。実験はチームワークが求められ、コミュニケーション力も高められるように思います。

健康栄養学科2年 柏谷祥汰（松任高校出身）