

食の大切さを広く、深く、伝えられる 管理栄養士になりたい。



健康生活学部
食生活健康学科 3年
ふるさと まみ
古里 真美さん
長崎県／上対馬高等学校卒業

Q1 大学ではどのようなことを学んでいますか？

理論も実践も、系統立てて学んでいます。

1年次には、調理操作による食品の栄養成分の変化を学ぶ調理学や食品が空気中の酸素によって反応することを学ぶ食品学、高校の時に学んだことよりもより専門的に学ぶ化学など専門基礎科目を学びます。

2年次では、学童期や成人期、高齢期などの時期に応じた栄養を学ぶ応用栄養学やチーム医療や食事療法を学ぶ臨床栄養学、給食の経営管理や衛生管理、設備管理、食材管理を学ぶ給食経営管理論など専門科目を勉強します。

3年次では、対象者にあった栄養指導が行えるように基礎的な知識や技法などを学ぶ栄養教育論や2年次で学んだ給食経営管理の実習として実際に大量調理を行い食事管理や衛生管理など実践することで理解することができます。そして給食経営管理臨地実習では小学校と福祉施設に行きます。

4年次では、臨床や公衆の実習などが増え、実際に臨床栄養活動臨地実習や公衆栄養活動臨地実習に行くことになります。

Q2 活水の教育に魅力を感じているところは？

人として、女性としての魅力に気づきました。

私の故郷は古代から大陸との国交・文化交流の窓口として重要な役割を担ってきた対馬です。この島では、キリスト教が根付いていないため小・中・高の教科書の中でしか学ぶことがありませんでした。この活水女子大学では、キリスト教精神による全人教育、人としての豊かな心を養う女子教育を学んでいます。シンボルであるチャペルでのチャペル・アワーでは、パイプオルガンの音色に日常生活でのぞわついた心が浄化されるような気がします。そして、人は神によって生かされている、また人によって支えられていることに気づかされる教育の場であることに魅力を感じています。

食生活健康学科では、各教科を熱心に指導して下さる先生方やアドバイスして下さる先輩方、難しい教科と一緒に乗り越える仲間に出会い、国家試験、資格取得という同じ目標に向かい日々励んでいるところです。キリスト教を学び女性としての品性を養うことで社会の様々な分野において「女性にしかできない、また女性であればこそ」を発揮できる人材になればと思っています。



Q3 学生生活で頑張ったこと、頑張っていることは？

**栄養教諭を目指し、
教職の授業も頑張っています。**

私は1年次から「栄養教諭」を目指し、教職の授業を履修してきました。私が栄養教諭を目指そうと思ったきっかけは、近年、核家族や両親の共働きを背景として、子どもたちの偏食など食生活の問題が社会的にも表面化してきているからです。例えば、寂しく孤独に食べる「孤食」、家族の中で一人ひとりが別々のものを食べる「個食」などがあげられますが、「食」についてのより高度な知識を習得することで、「食の大切さ」や「正しい食生活」について、児童生徒にわかりやすく伝えられればと思います。

そのような「夢」を実現させるために、日々の授業で教職課程をとっている仲間たちと学んでいます。3年次の夏休みに臨地実習で小学校に行きました。その時に5分間の給食指導をさせていただきましたが何を一番に伝えたいのか、どういう内容だと子どもたちの心を引き付けられるのかなど、今後の課題を見つけることができました。今は、わかりやすい教育方法や媒体などを勉強しています。



教職の授業風景

Q4 将来の夢は？

管理栄養士として活躍したい。

私は今、来年3月にある国家試験に向けて日々励んでいます。授業の空き時間や授業の終了後など仲間たちと問題を解きあい、わからないことは教え合うなど切磋琢磨しながら理解を深めあっています。生化学や人体の構造、臨床栄養学などとても難しい教科がたくさんありますが、先生方が熱心に教えて下さるのでわかりやすく学ぶことができます。現在、就職活動の真っただ中ですが、将来どのような分野に進んでも国民の健康増進のためのさまざまな取り組みに挑戦し、管理栄養士として活躍していきたいと思っています。

国家試験のみならず、就職活動など様々な難関がありますが、まずは課題の一つずつ取り組みながら、しっかりとした力を身につけていきたいと思っています。