

平成17年6月16日発行
編集：中国学園大学現代生活学部
人間栄養学科

第10号



中国学園大学現代生活学部

人間栄養学科NEWS

問い合わせ先：
中国学園大学現代生活学部
人間栄養学科
Tel & Fax. 086-293-0247
E-mail. eiyou@cjc.ac.jp

学長からのメッセージ

中国学園大学学長 岸田 嘉一

食べ物の好みは人によって違うのは当たり前であるが、年齢によっても大変違って来るものである。私は、若い頃には甘いものはあくまで甘く、辛いものはあくまで辛く、冷たいものはできるだけ冷たく、熱いものはできるだけ熱くというのが好みであったが、このごろは、薄味が食べやすくなったし、温度もそこそこに熱いものや、冷たいものを好むようになった。若い時には、食べ物は空腹を満たすもので、味をやかましくいうことはないが、年齢を重ねてくると、まず、食べる分量が嫌でも減ってくるから、好みのものを少量ということになり、素材の微妙な味とか、料理の隠し味などの味わえる薄味のほうがよいということになのだろう。考えてみれば、高血圧や心臓病や癌等には塩気や白砂糖や熱いものや冷たいものはよくないようだから、薄味好みの適温好みというのも、人体の自己防御かも知れない。生活の豊かな現代では、若いうちから食べ物の選り好みができるから、長期的に生活習慣病を視野に置いた食習慣も可能であるが、好き嫌いが許されると、栄養的にはかえって短期的な不健康をもたらすことになるのではないか。生活が豊かであればあるほど、賢明さ、つまり栄養学の知識が必要になると思う。



入学宣誓式挙行

「新入生を迎えて」

助教授・西田 典数

4月2日、中国学園大学の入学宣誓式が学園音楽ホールにおいて挙行され、第4期生が誕生しました。当日は新入生に加えて編入生も列席しました。人間栄養学科では初めて1年生から4年生まで全学年がそろいました。希望と期待、そして少し緊張した爽やかな若人。保護者の方々、教職員、2・3・4年生の先輩が見守る中、厳かに式が行われました。新入生の皆さんには、心身ともに健康で大禍なく、良き友と共に磨きあって、最終的には皆さんにとっての金メダル（管理栄養士国家試験合格）を勝ち取られることを願っています。



新入学生の決意

「管理栄養士に向かって」

鈴木 綾介（人間栄養学科1年）



4月2日、大きな期待と不安を胸に、私達新入生は入学宣誓式を迎えました。それからもう2ヶ月がたち、新しい生活や大学の授業にも慣れていくと同時に「管理栄養士になる」ということのハードルの高さを徐々に感じてきています。大学での授業はどれも「食」ということに結びつくものばかりで、管理栄養士が身につけなければならない知識や技術の多さに驚いています。しかし、だからこそ今、毎日が新しい発見ばかりでとても充実しています。

入学して2ヶ月、もちろん目指すは「管理栄養士国家試験合格」です。その目標に向かい、4年間の大学生活一日一日を大切に、有意義にしていきたいです。そしていずれは学び得た豊富な知識、技術を生かし、社会に貢献することの出来る管理栄養士になりたいと思っています。

編入学生の決意

「充実した2年間を」

浦谷 淳子

（大阪青山短期大学卒業・人間栄養学科3年）

私は短大で学んだ上に、さらに深く栄養の勉強を続けたいと思い四年制大学への進学を決心しました。3年次からの編入なので初めは学業と友人関係に不安はありました。教え方にも短大と異なった点がいくつかありました。それに対して、私は家と授業の空き時間を利用して予習復習に励み、日々克服に努めました。そうすることにより約2ヶ月経った今、私の中にあった学業への不安は解消され、今ではやる気が満ち溢れています。また、友人関係の不安も、元からいた同級生のように優しく気さくに接してくれる同級生達のおかげで解消されました。

本大学に編入したからには、管理栄養士の国家試験に合格したいと思っています。管理栄養士の仕事は、病院や、福祉施設、学校関係など幅広い仕事を行えるので、とても魅力的です。私にとって国家試験合格は目標でもあり、自分との戦いだとも思っています。

私は国家試験合格という夢の実現と共に、1日1日を大切に、これからの2年間を、学業だけではなく友人関係においても充実した、悔いの無いものとしていきたいと思っています。

新入生宿泊研修

金居 陽子（人間栄養学科1年）

4月15・16日に、山陽ハイツでの宿泊研修に参加しました。この研修では、先輩の指導の下、各グループで決めたテーマについて意見を出し合い、模造紙にまとめて発表し合いました。グループ内では、選んだテーマについて思い思いの意見が出され、その出た意見を更に深く話し合われ、より具体化されていきました。話し合いに行き詰った時には先輩の助言に何度も救われました。どのグループも夜遅くまでまとめており、時間が足りないと思った程でした。翌日の発表では、「学生生活への期待」というテーマが多く選ばれていたことが分かりました。しかし、同じテーマであっても各グループの個性がよく出ており、イラストもとても凝っているものばかりでした。



大学生になって初めての宿泊研修では、とても良い時間が過ごせたと思います。友達をつくることができました。そして何よりも同じ目的に向かってグループで協力し合うことの重要性が改めて分かりました。この達成感は、格別のものでした。

この研修で得た事を、実際に大学生活に生かし、夢を実現したいと思っています。

ヨーロッパ研修旅行

助手・北島 葉子



平成 17.3.6(日)から 3.14(月)までの9日間の日程で「ヨーロッパ栄養学・食品研修」が、フィレンツェ（イタリア）、パリ（フランス）の行程で実施

され、学生18名、引率教員3名が参加した。

フィレンツェでの研修では、トスカナ料理の講習と試食を体験し、イタリアの伝統的な菓子ビスコッティの製造工場を見学した。パリでは、国立食品・農業専門学校で「乳製品のテクスチャーにおける海藻抽出物の働き」をテーマにした講義を受け、フランスの教育方法・研究方法等も学んだ。また、世界最大のラングス市場を見学した。

研修以外でもフィレンツェ歴史地区の見学、ウフィッツィ美術館での「ヴィーナスの誕生」をはじめとする名画の鑑賞、サンタ・マリア・ノベッラ薬局の見学、ヴィンチ村散策、スローフードレストラン「デルフィーナ」での夕食（以上イタリア）、ノートルダム寺院やベルサユ宮殿の見学、セヌ川の遊覧（以上フランス）など十分に見聞を広めることができた。

学生達には、他国の文化や人々との交流を通して今までの自分の考え方・価値観が大きく変わった様子がうかがえた。さらに、もっと話し合いたいという気持ちから語学力を身につけなければいけないとも思ったようだ。9日間という短い期間ではあったが、得た物は多く有意義な時を過ごすことができたと思う。

「トスカナの思い出」

福本 智香（人間栄養学科4年）

今回のヨーロッパ研修旅行で最も印象に残っているのは、2日目に受けたイタリア・トスカナ料理の講習です。この講習は一般に使われるような調理実習室ではなく、プロの料理人が使っているホテルのレストランの厨房で行われました。



まず始めに日本ではなじみのない野菜を見せてもらい、試食もさせてもらいました。すごく色が鮮やかでした。その後4、5人のグループに分かれ、それぞれに担当のシェフについてもらい、ミネストローネ、タリアテッレ、トッテリーニョ、鴨のオレンジソースなどを一緒に作りました。私の担当だったシェフはアレッシアという19歳の女性でした。とても綺麗で背も高く年下とは思えませんでした。印象に残っていることはレシピがなく全て目分量で材料や調味料を加えていたことに驚きました。また、包丁がとても大きく扱いにくかったです。全体の説明はイタリア語で通訳がつかますが、各グループ内での会話はイタリア語を中心に、少し英語をまじえながらジェスチャーも入り、とても苦労しましたが楽しく料理を作ることができました。自分たちで作ったタリアテッレとトッテリーニョをシェフに仕上げてもらい昼食や夕食で食べました。形はバラバラでしたが、楽しく、おいしく食べることができました。

実習をしながら料理の歴史についても学ぶことにより、シェフのみなさんが「トスカナ料理」というものに強い誇りを持っていることを感じる事ができました。また、この講習ではメモを一切取らないで、食材の段階から自分の感覚すなわち、手で触り、眼で見、鼻で嗅ぎ、舌で味わいましょう、との打ち合わせで進行了。そのおかげで、今でも各場面が私の脳裏にははっきりと鮮明な記憶となって残っています。



新任教員紹介

一森 恵子 助教授一

この度、上田先生の後任としてやってきました森です。よろしくお願いいたします。

さて、私は教育に携わるようになって今年で4年目です。キャリアや教育の技術等々まだまだしっかり学んで上田先生に追いつくことがたくさんあります。ありすぎて困っていますが、上田先生と一番違うところは年齢だろうと思います。学生の皆さんが私の子どもたちより



約10歳若く、私の孫たちより15、6歳上です。私の年齢を推定してください。（知っている方は黙っておいてください。）

若い皆さんに接して、いつまでも気持ちは若々しく過ごせることに幸せに感じているこのごろですが、いかんせん体力の衰えは日々生活の至る所で実感しています。少しでもそれをカバーしたく、階段の昇降や庭いじりや孫の守、時にはストレッチ体操やスクワットをしています。自分が年とともにどんな風にならっていくのかを確かめる意味もこめて、2年に1回、岡山県南部健康づくりセンターで体力測定を受けています。今のところ体力の低下は年齢よりちょっといいかなといったところです。

記憶力や思考力は年々衰えていっていますが、経験でそれを補ってささかでも皆様方のお役に立てる、人間栄養学科にとっていていなくてもいい人ではなく是非いて欲しい人になれるように努力してまいります。どうぞご指導、ご支援をよろしくお願いいたします。

（編集者注）現岡山県栄養士会会長です。

一岩 淑子 事務員一

今年4月より、本学にお世話になることとなりました。管理栄養士を目指す学生の方々に囲まれた場で働くことができるのを幸せに思います。この気持ちを忘れないように、精一杯、頑張ろうと思っております。よろしくお願いいたします。

（編集者注）中国短期大学栄養士課程の昭和48年卒業生です。



中国学園大学「公開セミナー」報告

第19回 高 早苗 助教授（平成17.4.6.16:30～, 2403教室）

「日本人の食事摂取基準（2005年版）について」

このほど平成17年度から5年間使用する「日本人の食事摂取基準（2005年版）」が発表されました。食事摂取基準は、国民の健康の維持・増進、生活習慣病の予防、エネルギー・栄養素欠乏症の予防及び過剰摂取による健康障害の予防を目的とし、栄養素等の摂取量の基準を示すもので、健康増進や栄養改善施策の基本となるものです。今回の主な改正点は、1. 栄養学及び医学の科学的知見に基づき、各指標の数値が改定されたこと、2. 各指標の算定根拠を明確にし、総称として「食事摂取基準」と呼称することとし、「栄養所要量」は用いないこととしたこと、3. 生活習慣病一次予防の観点から「目標量」を設定したこと、3点です。本セミナーでは、これまで用いてきた「第6次改定日本人の栄養所要量」との対比を交え、主要な改正点の解説を行いました。

A O入学のお知らせ

中国学園大学のA O入学は、従来の入学試験と違い、みなさんと私たちの話し合いによる相互理解をベースに、将来を前向きに意欲的に考えているみなさんに入学のチャンスを提供する制度です。

エントリーから合格まで

エントリー → 面談日の確認連絡 → 面談 →

出願許可通知 → 出願 → 審査 → 合格通知

18年度のA O入学スケジュール（平成17年）

	面談日	エントリー期間	出願期間	審査日	合格発表
第1回	7/30	7/11 ~ 7/22	10/17		
第2回	9/3	8/18 ~ 8/26	~	11/2	11/8
第3回	10/8	9/20 ~ 9/30	10/24		

平成18年度編入学のお知らせ

現代生活学部人間栄養学科では平成18年度の編入学生（3年次編入）の募集を行っています。指定校推薦と一般選考があります。ふるってご応募下さい。

	入試区分	出願期間	選考日	合格発表
I期	指定校推薦	H17. 6/6 ~ 6/17	6/25	6/30
II期	一般選考	H17. 8/18 ~ 8/26	9/3	9/8
III期	一般選考	H18. 2/13 ~ 2/20	3/3	3/8