

❖ 1年（第15回生）『栄養学』の授業風景です ❖



『栄養学』の授業で調理実習を行いました

本校では、専門基礎分野に『栄養学』を配置しています。人間の生命活動の源ともいえる「食べること」について、食物の栄養組成の観点から学習します。現代社会では食事に対する価値観も多様化していますが、人間の成長発達においてライフステージに合わせた栄養管理は健康の保持・増進のために欠かせません。また、栄養学を学ぶことは、看護の対象者の栄養状態を改善し疾病の治療効果を高め、再発防止や増悪の予防の支援に繋がります。

『栄養学』の講師は、酒田市健康課の管理栄養士の方です。栄養管理・栄養指導のプロフェッショナルとして多くの経験に裏打ちされた授業を進めていただいております。学生たちは「看護をする立場」から栄養学を学ぶのと同時に「自分自身の食生活」を振り返る、貴重な時間となっています。この『栄養学』では講義最終回で調理実習を行います。卒業時に多くの学生が「3年間で一番楽しかった授業は調理実習です！」と言うほど“人気”の授業です。今回は、桜えびと大葉の香りまぜごはんのおにぎりと具たくさん味噌汁、ゆでたまごを作りました。「食べる」という行為は単に咀嚼や嚥下を指すのではなく、栄養のある食物を美味しく調理して楽しく食べる—ということがあって、はじめて身体に必要なものを作る材料になることを再認識した調理実習となりました。

2025・2・20

副学校長 渡會睦美

