

卒業生の進路、カラフルな人生。

山形県立米沢栄養大学を卒業した先輩方は、学んだ知識を生かし、様々なフィールドで活躍しています。活躍の場は十人十色。そんなカラフルな先輩方を紹介します。

2023年卒業 **菊地 愛利** さん

宮城県栗原市 築館・志波姫保健推進室 管理栄養士

現在は乳幼児健診での個別栄養相談、中学校や高校での食育講話、特定保健指導、地域での健康づくり教室運営などの業務を行っています。全ライフステージに応じた保健事業の展開は行政分野の特徴であり魅力です。勉強不足を感じる毎日ですが、優しい先輩方に助けていただきながら過ごしています。「相談できて良かった」といった住民の声が私のエネルギーになっています。

少人数に対する手厚い教育を魅力に感じて米沢栄養大学を選び、学業のほかサークル活動やアルバイトも経験しました。卒業研究では臨床栄養学を専攻し、研究に費やした時間は私の大切な思い出です。学業に限らず、4年間で「色々な経験をしてみる」ことをおすすめします。いつか必ず自分の将来に役立ちます。そして大学という場は、栄養学を多様な視点から学ぶことができる素敵な場所です。是非米沢栄養大学で有意義な時間を過ごしてみてください。

つくり増えているの？

性別	3歳児	5歳児
男児	4.9%	7.5%
女児	2.8%	約2.6倍

肥満の原因は何だろう？

- 朝ごはん
- 野菜を
- 肉と魚
- ご飯
- 夕食
- 漬物
- 早食
- 遅食
- 飲み

肥満がもたらすリスク

この人は 高のまま！

からでも動脈硬化が始まってしまう

する病気がある(高血圧など)

第4期栗原市 食育推進

2022年卒業 **渡邊 きくの** さん

置賜広域病院企業団 公立置賜総合病院 管理栄養士

大学では、入学前の想像よりもはるかにミクロナ視点で栄養について学ぶことが出来ました。また、大量調理や集団指導、臨地実習各分野で活躍する特別講師による授業など、管理栄養士となったその先の進路について考える機会がたくさんありました。

私は病院に就職することを選び、多くの患者さんに携わる中で、食へることの重要さを一層実感しています。実際に口から十分な食事を摂取出来ている方々もそうでない方々では経過に違いがあることを目の当たりにしました。適切な栄養素量を確保できるよう食事内容の調整を行い、微力ながら治療の土台作りに関わっていきたくと思っています。

また、栄養指導を通して食習慣や生活背景についてお話をし、食事を楽しんでいる様子や、疾病に繋がるような食習慣やめられない事情など、十人十色の食習慣と身体データを照合しながら、食習慣と身体状態との関連について考えています。自宅でも実践できる食事の工夫をお伝えできるよう日々勉強しています。

2023年卒業 **小室 多恵** さん

株式会社 日本栄養給食協会 管理栄養士

大学生活では、2年次から「コロナ禍となりましたが、オンライン授業も活用しながら学ぶことができました。また、米沢栄養大学は、40人前後の単科大学であるため、密な授業が受けられる環境でした。私は県外からの進学だったため、特産物や雪など、米沢ならではの経験できなかったことも含め、良い大学生活を送ることができたと思っています。

私は、自身の基準の中で、自分自身や家族のために学ばなければならないという考えから管理栄養士を目指しました。高齢者施設に入所した祖父が、食べる量も増え、食事を楽しみにしていると聞き、日々の食事に携わりたいと考え、委託給食会社に就職し、高齢者施設で働いています。現在は厨房の中の盛り付けや調理といった仕事がメインですが、栄養ソフトの扱い方など、栄養士管理栄養士の研修を受け、今後管理栄養士としてできる仕事を広げていくことが現在の目標です。

2021年卒業 **山田 莉沙** さん

富山県立となみ総合支援学校 栄養教諭

管理栄養士養成課程を有する公立の単科大学という点に惹かれ、米沢栄養大学を選びました。大学時代は少人数制で先生方との距離が近く、相談しやすいアットホームな環境でした。私は働きながら教員採用試験を受けたのですが、卒業後も論文添削や面接練習など、手厚いサポートをしていただきました。現在も、困ったことがあれば先生方や同じ栄養士として働く友人に相談したりするなど、この大学で大切な仲間に出会えたと思っています。

現在は地元富山県に戻り、支援学校で給食の献立作成や発注、食育指導を行っています。生きる力を学ぶ支援学校の子どもたちにとって、食育は重要であると日々感じます。指導案や教材の作成、言葉の選び方等、どのように指導したらよいか悩む部分も多いですが、子供たちが食や栄養に興味を持ち、意欲的に学習に取り組む姿を見ると、とてもやりがいを感じます。これからも子供たちと共に学びながら、安心安全な学校給食、充実した食育指導の実現に向けて、日々の業務に励んでいきたいと思っています。

2023年卒業 **溝越 莉子** さん

特別養護老人ホーム みどりの大地 管理栄養士

私は食を通して社会に貢献できる仕事かしたいと思い、管理栄養士を目指しました。大学では臨地実習や現場で活躍されている卒業生のお話を聞く機会があり、管理栄養士として将来どう活躍していくかを詳しく学ぶことができたと思います。また、授業や実習を通して暮らした「楽しみ」になる「食事」に関わることでできる福祉施設に魅力を感じ、就職しました。

現在は栄養ケア・マネジメント、食に関するイベントの企画とサポート等を行っています。また、業務の中で多職種の方との連携、入居者様ご家族様とのコミュニケーションを通じて一人一人に寄り添える栄養ケアができるように日々努めています。

学生時代に得た知識はたくさんありますが、経験不足な部分もあり、周りの方々に助けをいただきたながら仕事をしています。これからも人との関わりを大切に、適切な栄養ケアが行えるように日々の業務に励んでいきたいです。

上手に栄養を取ろう！

たんぱく質

食物繊維