

実践報告

「臨床栄養学ゼミ」・「むさたん Kitchen 愛好会」実践報告 Practical Report of “Clinical Nutrition Office” and “Musatan Kitchen Club”

島野 僚子
Ryoko Shimano

Abstract

This manuscript reports two following practical achievements. One is the sales programs of “Musatan Kenko-Bento (healthy lunch box)”, planed by “Clinical Nutrition Office”. Another is the activities of “Musatan Kitchen Club”. It is one of the reference materials to advise next year’s graduate study.

Key words : Musatan Kenko-Bento, healthy lunch box, Musatan Kitchen Club

はじめに

昨年、臨床栄養学研究室では「実践力向上～自ら考え、自ら行動～」を研究テーマに掲げ、学園祭において「ムサタン健康弁当」の販売を行い、その結果を報告した¹⁾。武蔵丘短期大学（以下、「本学」とする）健康生活学科健康栄養専攻（以下、「栄養専攻」とする）の現行の開講科目のみでは学生の栄養士としての実践力を修得させることは極めて難しい。そこで卒業研究の一環として昨年の研究・実践に取り組んだが、それは、きめ細かな指導が可能となり、学生一人一人の実践力が向上し、卒業後に即戦力として活躍できる人材養成が期待できると考えたからである。その結果、一定の評価を得ることができ、二つの大きな収穫があった。

一つ目は学生の成長である。取り組みを通して、学生たちの驚くほどの成長ぶりを目の当たりにし、教員として、学生たちの能力の限界を低く設定していたことに気付かされた。また、多くの経験を積み重ねることにより、学生たちは自信を持ち、大きく成長できることを確信したのである。

しかし、一方で卒業研究の授業の中での限界も感じた。なぜなら、所属研究室決定は、必ずしも学生の希望通りとなっていないため、学生個々のやる気に温度差が生じ、結果、学生間の連携作りが難しいことが浮き彫りとなったからである。

二つ目は、外部からの反響の大きさである。準備していた弁当は即刻完売し、購入できなかつた多くの方へお詫びする結果となった。これらは、地域住

民の健康志向、食に対する関心の高さ、本学に対する期待の高さの表れである。したがって、健康生活学科を有する本学には、地域住民の健康づくりを支援していく大きな責務があるのではないかと考えた。

以上の取り組みを通して明確となった課題を解決するために、次年度のカリキュラムをどのように進めていくべきか思案していたところ、学生数名よりサークルを立ち上げたいので顧問に就任して欲しいとの要請があった。

依頼の趣旨は、栄養士を希望しているが実習時間が少ないことが不安、栄養士として通用できるよう栄養士のノウハウが知りたい、実践力を養える機会を作って欲しいとのことであった。サークル活動は、授業と異なり強制されるものではなく、会の趣旨、活動内容に賛同したメンバーで構成される。やる気に満ちた学生たちの指導をきめ細かく行えることにやりがいを感じ、また実践教育の場を地域に向けることで、地域住民の健康づくりを支援するきっかけになるとも考え、学生たちの熱意に後押しされる形で顧問を快諾した。このようにして栄養士を目指す学生の実践力向上を目的とし、地元特産品を使用した様々な学生プロデュースを主活動とした「むさたん Kitchen 愛好会」の立ち上げに至ったのである。

したがって、本年度は昨年引き続き卒業研究での「臨床栄養学ゼミ」に加え、サークル活動としての「むさたん Kitchen 愛好会」の取り組みを通して、学生の実践力向上を目指すこととなった。

本稿は、臨床栄養学ゼミでの「ムサタン健康秋

弁当」販売までの取り組みと学園祭当日に実施したアンケート調査の結果、および「むさたんKitchen 愛好会」の活動、「まちカフェプレートランチ」販売当日に実施したアンケート結果を報告し、今後の本学栄養専攻学生への教育のあり方および指導の参考資料とするものである。

それぞれの取り組み

I. 臨床栄養学ゼミ (卒業研究)

1. 研究・実践に至る経過

臨床栄養学研究室には、本学栄養専攻2年生18名が所属しており、本年度の研究テーマは、「実践力向上～自ら考え、自ら行動～」である。研究は研究スケジュール(表1)に沿って進めた。

はじめに、各疾患に対する食事療法をグループワークで学んだ。日本人の罹患者数上位である高血圧症、糖尿病、脂質異常症、腎臓病について、各疾患の①病態 ②診断基準・治療方法 ③食事療法を調べ、ディスカッションをした。次に、グループごとに1食エネルギー600kcal以内の献立作成および発注書作成を行い、調理実習を実施した。そして、更に理解を深めることを目指し、「第2回いきいき糖尿病レシピコンテスト(日本糖尿病協会主催)²⁾」に応募することにした。18名を4グループに分け、それぞれ応募条件に合ったオリジナルレシピを考え、調理実習を計3回行った。ここでは、あえて指導することはせず、発注量、分量、作り方、盛り付け方など、全てにおいて学生自身が決定し、各自が責任を持って実習する方法をとった。初めての経験で失敗も多く、他人に頼る発言や行動が目立ったが、回を重ねるごとにそれらは軽減し、グループ内で協力しあい、スムーズな調理ができるようになっていった。図1は「いきいき糖尿病レシピコンテスト」の応募作品である。

そこで、次のステップとして、研究の集大成と位置づけた「ムサタン秋健康弁当」の開発・販売にチャレンジすることにした。



図1 いきいきレシピコンテスト応募作品
上から 栄養満点! 森弁当
医食同源ランチ
ヘルシープレート
簡単! おいしい朝ごはん

2. 研究のねらい

「ムサタン健康秋弁当」の開発・実践を目的とする研究のねらいは次の通りである。

- 1) ゼミ学生主体で健康弁当の企画、運営、販売に取り組むことで、栄養士として必要なマネジメント能力と実践力を身につける。
- 2) 吉見町で生産されている農産物を使用し、地元農産物を外部にアピールする。
- 3) 流通量の少ない新顔野菜を使用し、料理方法の検討およびそれらの野菜をアピールする。
- 4) 本学栄養専攻に関して地域住民の認知度を上げる。

3. 研究の進め方

「ムサタン健康秋弁当」研究・実践は次の1)～7)の順序で進めた。

- 1) 健康弁当のコンセプトを考える。
- 2) 販売計画およびスケジュールを立てる。
- 3) 生産者との打ち合わせを行い、畑やJA直売所を見学する。
- 4) 献立を作成する。
- 5) 試作（調理実習）を行う。
- 6) 最終献立による弁当の調理および販売を行う。
- 7) 購入者・喫食者へのアンケート調査を実施する。

4. 結果と考察

1) 健康弁当のコンセプトを考える

「ムサタン健康秋弁当」のコンセプトとして、以下の5項目を抽出した。

- ①生産者とのコラボレーションをはかる。
学園祭用に希望野菜（新顔野菜）をオーダー栽培してもらう。
- ②健康を意識したバランス弁当とする。
食材40品目を使用し、エネルギーを600kcal以内に抑える。
- ③販売ターゲットを中高年女性とする。
- ④彩りよく、見た目にもこだわり、秋を感じさせる弁当作りを意識する。
- ⑤地域住民に対して健康づくり啓発を行う。
また、使用食材、エネルギー表示をしたチラシを作成し、弁当に添付する。

2) 販売計画およびスケジュールを立てる

- ①販売日時は2015年10月24日（土）25日（日）

学園祭の期間とする。

- ②価格は500円（税込）とする。
- ③食数は1日目125食、2日目125食とする。
- ④弁当の容器は9マス弁当とする。

3) 生産者との打ち合わせを行い、畑やJA直売所を見学する

協力生産者宅を訪問して、実際に畑を見学し、収穫前の野菜を見る。また、地元産農産物を知るため直売所も見学する。以下の写真は2015年10月1日に実施した埼玉県比企郡吉見町の生産者訪問時の学生たちである。



図2 生産者訪問の様子

4) 献立作成

1人1品、条件に合った料理を提案し、検討を

行った。最終的に主食2品、主菜2品、副菜4品、デザート1品を考え、使用食材と発注量を算出した。

5) 試作 (調理実習)

【1回目】

2015年10月8日、予定献立全品を20食試作(図2)し、試食時は反省、改善点を中心としたディスカッションを行った。



図3 第1回試作品

【2回目】

2015年10月15日、1回目の改善点、作業工程、見た目を考慮し、再検討した献立で計40食の調理実習を行った。教職員20名に試食およびコメントを依頼してその結果をまとめ、次回に向けてディスカッションを行った。

【3回目】

2015年10月21日、インドネシア政府高官視察「特別授業」を行った。作業工程の確認をしながら、計20食試作した。使用食材をアピールするための展示スペースを設けた(図3)。



図4 展示スペースおよび盛り付け風景

【4回目】

2015年10月22日、学園祭当日の作業分担および、作業の流れ(表2)を確認し、計40食を作成した。この4回目の試作で、作業工程の最終確認を実施した。なお、最終的に決定したメニューは以下の通りである。

緑米入りごはん、キヌア入りごはん、鮭の幽庵焼き、さつま芋のオレンジハニー煮、里芋コロケ、大根ステーキ※あぶら味噌のせ、牛肉としめじのしぐれ煮、水菜2色薄揚げ巻き、新顔マリネ、りんごのコンポート

※あぶら味噌…吉見町B級グルメ

6) 調理、販売

2015年10月24日、25日の学園祭当日に「ムサタン健康秋弁当」の調理および販売を行った。図4は弁当パッケージ、図5は弁当中身と説明チラシである。

宣伝チラシおよび看板、弁当パッケージ、説明チラシは、学生担当者間の話し合いにより作成した。説明チラシは、手作り感、分かりやすさを重視し、マス毎に料理名と使用食材名を記し、認知度が低い食材については詳細に説明を加えた。

調理は、前日の仕込み段階から予定通りに進行し、2日間大きなトラブルなく、ほぼ作業工程通りに順調に進んだ。スムーズに進んだ要因として、学生個々が自身の担当を責任持って進められたこと、学生調理リーダーの指示の元、担当作業の手が空いた時は、他の作業へ積極的にヘルプに入ることが徹底され、協力し合えたことが挙げられる。

販売状況についても順調であった。両日とも販売前に予定予約数に達し、当日販売分については整理券を配布したが、それも直ちに終了した。両日とも11時の販売開始からわずか15分で完売した。今年も購入できなかった多くの方へお詫びをする結果となった。



図5 弁当パッケージ

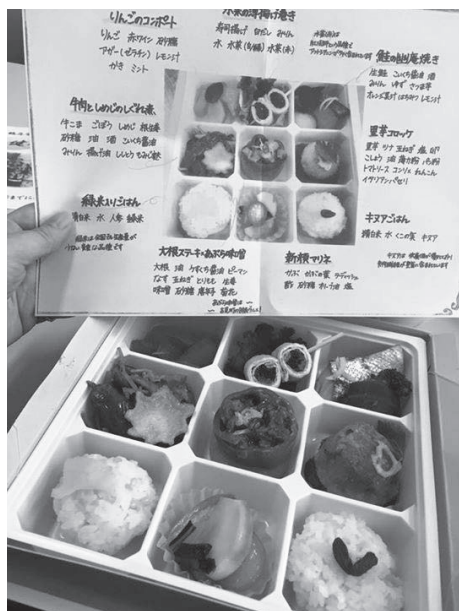


図6 弁当中身・説明チラシ

7) アンケート調査

2015年10月24日、25日、学園祭「ムサタン健康秋弁当」購入者を対象とした質問紙によるアンケート調査を実施した。アンケート用紙は販売時に弁当と一緒に配布し、その場で回収した。「ムサタン健康弁当」購入者250人のうち、アンケート回答数(率)は、104人(41.6%)であった。

アンケートの結果は以下の通りである。

① 性別・年代

回答者の内訳は男性35人(35.0%)、女性69人(65.0%)であり、圧倒的に女性が多かった。

年代では50歳代22人、60歳代27人、70歳代16人で回答者の62.6%を占めており、コンセプトの中で販売ターゲットとした中高年女性が多勢を占めたことは、献立ならびに盛りつけ等の検討結果が妥当であったと思われる(図6)。

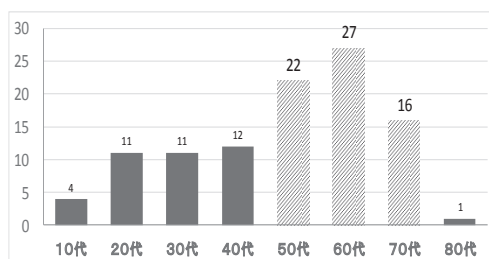


図7 年代

② 野菜本来の味を生かしているか

「思わない」2%「どちらとも言えない」は4%であったが、全体の94%が生かされていると回答した。地元野菜の新鮮さやおいしさのある程度生かした味つけが喜ばれたのだと思われる。

③ 量

全体的には「ちょうどよい」という評価であったが、ごはんの量は、23%の回答者が少ないと答えた(図7)。残食の少なさも「ちょうどよい」という回答を裏付けているが、今後は、設定エネルギー量を考慮しつつ、おかずの量とデザート量のバランスを考えていく必要がある。

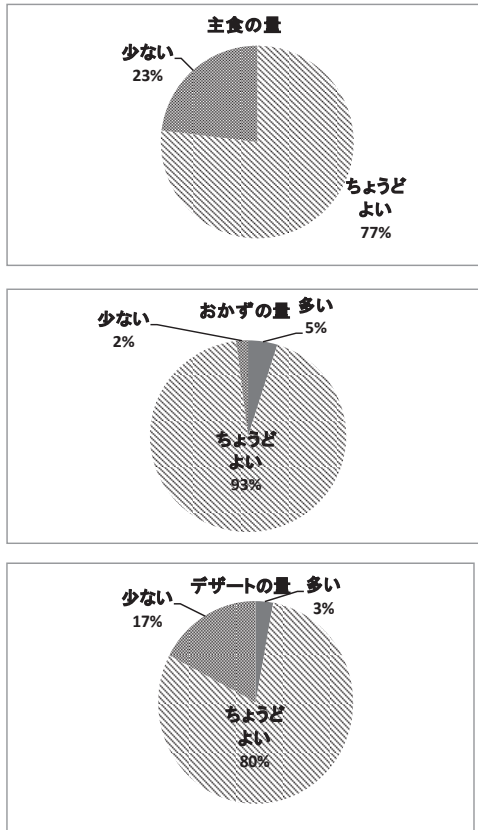


図 8 量

④ 値段設定

「安い」51%、「高い」1%、「普通」48%で、安い・普通を合わせると99%であった。妥当な値段設定だったと言える。

⑤ 彩り

全体の96%が「よい」と評価し、「普通」は4%にすぎなかった。回答者は、旬の食材や秋の彩りに満足したものと思われる。

⑥ 満足度

「普通」5%、「不満足」1%で、全体の94%が「満足」と評価した。

⑦ 意見等（一部抜粋）

- ・盛り付けがとてもきれいだった。
- ・開いたときの色彩とてもよかったです。
- ・秋の景色が見えました。
- ・療養中のお見舞いとしていただきました。お弁当のふたを開けた時、感動しました。
- ・目と舌で楽しみ味わっていたら、いつの間にか完食し、おなか満ちていたお弁当だった。

- ・それぞれに少しずつ添えてある者や色合いや味が楽しめた。
 - ・弁当で使用している野菜を購入できよかった
 - ・カロリー、品目ともにすばらしく、味もとてもおいしく飽きることなく食べられました。
 - ・冷めてもとてもおいしいお弁当を久しぶりに食べました。
 - ・いろいろなものが少しずつがとてもよいと思う。
 - ・素材の味を活かした味付け、地元野菜のおいしさがとても伝わってきた。すべてにおいてパーフェクトです。
 - ・このお弁当を持って紅葉狩りに行きたくなりました。
 - ・すべてを安心して食べられるのが最高です。
 - ・はじめて来ましたが、おいしいお弁当と出会えてよかったです。来年も期待しています。
 - ・お料理の参考になりました。
 - ・どの料理も心がこもっていておいしかった。
 - ・一品一品、丁寧にところをこめて作っていることがよくわかりました。
 - ・見た目よりお腹一杯になった。
 - ・大根とあぶら味噌が合うとおもった。
 - ・吉見町のB級グルメが大変よい。
 - ・ひもの結び方を改善するといいい。
 - ・栄養計算表示があるとよい。
 - ・健康に関する一口メモがあるとよい。
 - ・新しい食材のレシピがほしい。
 - ・ひとつひとつのレシピがついているとよい。
 - ・ごはんの量が多いガッツリバージョンが欲しい。
 - ・川島町の特産品でのお弁当を開発してほしい。
 - ・もっと高くても買いたいと思います
 - ・とてもお得なお弁当でした。また次回も購入します
 - ・直売所で売り出したらかなりの人気商品になると思います
 - ・値段以上の仕上がりです。値段を上げてお肉をいれてほしい
 - ・外で食べたら800～1000円しそうな内容でした。
 - ・500円で幸せいっぱいでした。
 - ・素晴らしい取り組み、続けてください。
 - ・卒業生です。島野先生、学生の皆さんこれからも体によいお弁当を楽しみにしています。
- 自由記入欄には、意見、要望が数多く寄せられた。弁当作成に当たって健康弁当のコンセプトと

してあげた「彩りよく、見た目にもこだわり、秋を感じさせる弁当作りを意識する」については、盛り付けや彩り、全体の印象がきれいで、秋色が見えるなどの感想が見られた。また、学生を応援する温かいコメントが大半を占めたが、来年以降の参考となる貴重な意見もいただいた。特に、お弁当の付加価値を高める要素となる、食材の産地や栄養計算結果の表示、レシピ等の充実を望む声が多く聞かれた。今後、これら要望を取り入れ、更なる改良を重ね、レベルアップを図ることで弁当に対する注目度がさらに増すことが期待できる結果と考える。

Ⅱ. むさたん Kitchen 愛好会

1. 研究に至る活動の経過

「むさたん Kitchen 愛好会」には、本学栄養専攻2年生12名、1年生10名が所属している。栄養士を目指す学生の実践教育の場を地域に向け、地元特産品を使用した様々な学生プロデュースを主活動としている。平成27年2月に立ち上げ、同年5月に正式に本学公認愛好会として認められた。今年度の主な活動は以下の通りである。

2月

部員募集、第1回ミーティング(顔合わせ)

3月

・川島町食育講座 調理実習(図8)への参加
テーマ: 軽度摂食嚥下困難食

【メニュー】

軟飯、のっぺい汁、ソフトとんかつ、里芋の田楽、深山和え、りんごのコンポート



図9 調理実習風景

・むさたん健康プレートランチ～春～の作成・販売
販売準備・試作実習(計3回)、まちカフェ(東松山市)にて一般向けに限定30食販売(図9.10)

【メニュー】

古代米入りごはん、ピースごはん(桜花漬けのせ)、カジキのムニエルアスパラグリーンソース、牛肉と茹煮、たけのこの香り揚げ、のらぼうなのキッシュ、真砂和え、季節野菜酢味噌かけ、人参クリーミーサラダ、ポテトサラダ、丸ごと苺寒天寄せ、オニオングラタンスープ



図10.11 販売ランチおよび販売風景

5・6月

・むさたん健康プレートランチ～紫陽花～の作成・販売(図11.12)

販売準備・試作実習(計5回)

まちカフェにて一般向けに限定30食販売

【メニュー】

梅じそごはん、生姜ちりめん茶めし、白身魚の二色揚げ、福袋、スナッペンどうのベーコン巻き焼き、新じゃが明太子焼き、トマトの和ジュレ、クリームチーズ白和え、コールラビのサラダ、枝豆冷製スープ、紫陽花ゼリー



図 12 店外宣伝



図 13 提供風景

6・7月

- ・カフェそら×むさたん Kitchen

『よしみんプレートランチ～夏～』の作成

打ち合わせ、試作実習（計3回）

『埼玉県コバトン健康メニュー認定（図13）』

【メニュー】ランチ販売7/25～9/20まで

吉見産古代米入りごはん、白身魚と夏野菜のバジル風味包み焼き、ジャーサラダ、2食ケーキサレ、吉見町B級グルメピーマンカップ油みそ、くるくる梅じそ胡瓜、ミニトマト蜂蜜漬け



図 14 販売ランチおよびコバトン健康メニュー認定証

8.9.10月

- ・埼玉県子ども動物自然公園視察 フード企画開始
- ・吉見町総合運動公園視察 フード企画開始

11月

- ・カフェそら×むさたん Kitchen
「よしみんランチプレート～冬～」企画開始
- ・吉見特産食材を使用したサイクリスト向けデザートおよび持ち帰り菓子企画開始
- ・「むさたん Kitchen デー」イベント企画開始

12月以降の予定

12月

- ・埼玉県子ども動物自然公園フードプレゼンテーション
- ・よしみけやき保育園クリスマスケーキ実習

1月

- ・むさたん Kitchen デーイベント試作実習

2月

- ・むさたん Kitchen デー

2. アンケート調査

2015年①3月26日 ②6月14日、「むさたんプレートランチ」喫食者64人を対象とした質問紙によるアンケート調査を実施した。アンケート用紙は食後に配布し、その場で回収した。回答数（率）は、58人（90.6%）である。その結果を以下に示す。

1) 性別・年代

回答者の性別は、男性16人（28%）、女性42人（72%）であった。年代別に見ると、60歳代が22人で突出しており、回答者の約38%を占めていた（図15）。

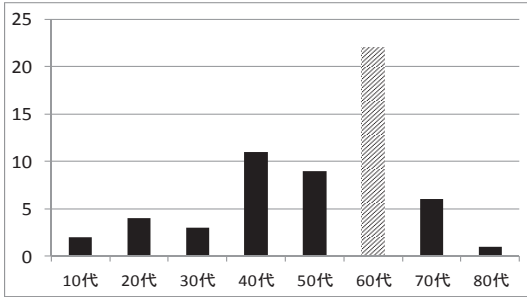


図 15 年代

2) 野菜本来の味を生かしているか

「どちらともいえない」が2%であったが、全体の98%が生かされていると答えた。

3) 彩り

「普通」が7%あるものの、全体の93%が「よい」と評価した。

4) 値段設定

安い・普通を合わせると95%であった。妥当な値段設定であったと言える(図15)。

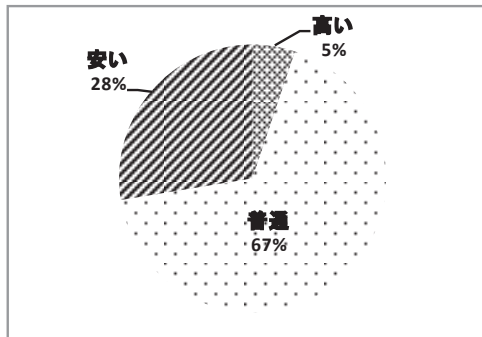


図 16 値段設定

5) 満足度

「普通」は7%、全体の93%が満足と評価した。

6) 意見等 (一部抜粋)

3/26

- ・彩りがきれいで春らしい感じでした。
- ・美味しそうな彩りで食欲をそそられました。
- ・品数が多くてきれいでとても美味しかったです。
- ・バランス、味、値段が適切でした。
- ・味もよく見た目もきれいで満足しました。
- ・ウリが良かったです。特に女性は品種が多く、カロリー制限、旬のもの、たくさんの物を少しずつ、と沢山楽しめるのでいいと思う。メニュー

を変えていけばリピーターが増えると思います。

- ・にんじんサラダが気に入りました。
- ・季節感があふれていてほっとするお味でとてもおいしかったです。混んでいましたが、なかなか手際がよかったですよ。
- ・食材・メニューの説明があったらよい
- ・お弁当販売をして欲しい
- ・男性にはごはんが少ない
- ・スープの取っ手が熱かったので持ちやすくして欲しい

6/14

- ・食べてしまうのがもったいない程、彩りや盛り付けが素敵で目でも十分楽しめました
- ・コールラビサラダ、クリームチーズ白和えが特に気に入りました。
- ・紫陽花ゼリーが可愛くて美味しかった
- ・野菜がたくさん食べられてよかったです
- ・前回より味、彩りともレベルアップしていました
- ・野菜本来の味がでていて美味しかった
- ・お品書き、接客とてもよかったです
- ・見た目が美しく、可愛い
- ・薄味の中にしっかりした味があり感動ものでした地産地消がいいですね。作り手の心を感じました
- ・もっと緑黄色野菜を利用してヘルシーさを前面に出してものも食べてみたい
- ・お品書きにメニューの一言説明・アピールがあるともっと楽しめると思った
- ・おいしく見た目よく100点です。カロリー計算してあるともっといいかな？
- ・男性には量的に少なかった
- ・バランスよく品数も多く満足です。
- ・季節の野菜をこんなにもたくさん食べられるのはうれしかったです
- ・50品目も使用されているとは思えないように上手に使われていた
- ・シルバーには少し盛りが多い(ごはん、トマト)
- ・学生達にとってもよい体験になると思いました
- ・とても良い企画ですね
- ・今後も実験的な取り組みを続けて欲しい
- ・常設になるとよい。できれば市役所の支援制度を利用して独自のお店を開く方がよいのでは？
- ・素晴らしかったです。心が伝わってきました

・また出店して下さい。

3月も6月も、見た目の美しさや栄養・味のバランスを評価する意見が多かった。また、今後もこの活動を続けて欲しいとの要望や常設店舗への期待なども寄せられている。地元のおいしい野菜をたっぷり使ったヘルシー料理が好まれていること、気に入った個別の料理が多くあげられていたことなど、献立作りに参考になるコメントもいただいた。男性の主食の量については検討の必要があるようである。

まとめ

1. 本実践を通して考える本学栄養専攻の課題

今年度は、本学栄養専攻学生のニーズに応えて、社会に貢献できる実践力を身につけ、即戦力として活躍できる人材養成を目指した「むさたんKitchen愛好会」を立ち上げた。そして、更なる実践教育の場や機会を求め、学生たちとともに様々な活動を展開してきた。

具体的事例として、臨床栄養学研究室「ムサタン健康秋弁当」、むさたんKitchen愛好会「まちカフェむさたん健康プレートランチ」「カフェそらコラボよしみんプレートランチ」などは準備段階も含めて、大きなトラブルはなく、予想を上回る反響を得た。昨年の「ムサタン健康弁当」の挑戦にて確信した【学生たちは経験を積ませれば積ませるほど、大きく成長できること】が、今年はそれらが自信に変わったと考えられる。なぜなら、挑戦するたびに学生たちの意識も技術もコミュニケーション能力も大きく成長したことを目の当たりにし、学生たちの更なるレベルアップの可能性を再度確信したからである。

「むさたんKitchen愛好会」の活動においては、授業では不可能な学生主体の取り組みが可能となっている。学生自身がプロデュースした企画が採用され、形になるという面白さからか、積極的に企画づくりに取り組んでいる。特に、学外で一般向けに食事提供した「まちカフェ健康プレートランチ」では、直接お客様から「おいしかったよ」とのモチベーションがあがる言葉をかけてもらう貴重な経験ができた。

ゼミ活動においても同様である。今年度の臨床栄養学研究室の所属ゼミ生は18名という大人数で、きめ細かな指導が難しい状態であった。しか

し、一つのものを作り上げるまでにどれだけの準備が必要なのか、成功の鍵はどれだけ綿密な準備ができるかという栄養士のマネジメント能力にかかっていることを学生たちに体感させたいがために、メリハリをつけた厳しい指導を行ってきたが、脱落者は1名も出なかった。集大成と位置づけた「むさたん健康秋弁当」は、個々が役割を全うし、ひとつにまとまった。特に最終日は、学生リーダーが作業進行を仕切り、全員が手際よく時間を見ながら作業できるまでに成長し、スムーズな提供に結び付いた。終了後の反省会では、ゼミ生全員が涙にくれた。昨年にはなかった光景である。そして学生たちから口々に、「大変であったが、大きな達成感が味わえた。」「喫食者のことを思い、心をこめて食事提供することの大切さを学ぶことができた。」「栄養士として働く前に今回の経験ができたこと、大きな自信に繋がり、大きな財産となった。」というコメントが聞かれた。一食一食心をこめて、食を通して心を伝える…これは私が栄養士時代から大事にしている理念であり、常々、学生たちに話しており、まさしく指導教員として学生たちへ伝えたいことであった。

本実践を通して感じた、今後の本学栄養専攻の教育のあり方および目指すべき方向性を二つ挙げる。一つは教育内容の充実である。栄養士養成校としての本学栄養専攻は、より充実した教育を学生に提供するために、現在までの教育内容を大きく見直す時期に来ている。まずは本学の教育目標、ディプロマポリシー、アドミッションポリシーに掲げられている「実践的指導者の養成」「社会に貢献できる実践力を身につけた即戦力として活躍できる人材養成」について、現状の教育がどのような状況であるかの調査を実施し、所属教員の共通認識を深め、改善点については危機感を持ち、積極的な議論を交わし、可及的速やかに改善策をとることが重要である。学生には失敗から多くのことを学ばせる視点を持ち、多くの経験を積ませるべきである。それは、昨年ならびに本稿で報告した結果をみても明らかである。栄養士養成は、1年前期からの積み重ねが重要であり、効率よく、かつ確実にレベルアップを図ることができるシステム構築も課題であろう。また、専門教育内容のみならず、人間力向上についても徹底した取り組みを実施する必要性が高い。そのために教員であ

る我々がまず自身を見直すために、自己点検および専攻内他者評価を実施することを提案したい。そして学生たちへの教育スタンスは「面倒見が良い＝甘やかす」ということではなく、挨拶、返事、人への接し方、時間・期限厳守などについてさらに親身になり、時には厳しく、粘り強く指導にあたることを徹底し責務を全うすることを再認識しなければならない。これらの取り組みにより、自ら考え、自ら行動できる自立（自律）した即戦力として社会に適應できる人材を輩出することができるのではないかと考えている。

第二に、本学は地域に開かれた短期大学を目指していかなければならない。本年7月に地元吉見町にあるカフェそらとコラボした「よしみんプレートランチ～夏～」は、地域の方々から好評価をいただき、また埼玉県コバトン健康メニューの認定を受け、埼玉県ホームページで紹介されている³⁾。店先の本学のぼりの常設、提供期間中は店内にムサタンブースを設置、健康情報を入れたメニュー表の配布等を行った。現在は、むさたん Kitchen 学生プロデュースフード企画（吉見町総合運動公園、埼玉県こども自然動物公園、カフェそらコラボランチ冬）において、ムサタンブランドを作る、商品化に向けて取り組んでいる最中である。これらは、学生の実践教育の場と期待できるだけでなく、本学の絶好なアピールとなる。そして何よりも地域と密接に関われる機会ととらえたい。地元・地域の現状やニーズを把握し、課題解決の道筋を見つけることで、本学の特徴を生かした生活に密着した研究・開発が可能となるであろう。

2. 本学栄養専攻の今後

今後の研究・実践の進め方について、具体例を列挙する。

- 1) 卒業生のネットワーク作り
現役栄養士をイベント開催時に指導者として参加してもらう
- 2) 来年2月むさたん Kitchen デー企画開始
- 3) 他専攻とコラボしたおもてなし要素を入れたイベントの企画
- 4) 本学の特色を生かし、地域から愛される学生レストランの開設

以上、さまざまな実践を通して学生たちの格段の成長があったこと、具体的に見えてきた本学栄養専攻の現状や課題、そして今後の取り組み等について述べてきた。「本学栄養専攻学生への教育のあり方および指導の参考資料とする」とする本稿の目的はある程度達したと考えるが、まだまだ未完成である。学生たちとともに、さらなるレベルアップをはかるべく、今後とも研究・実践に取り組んでいきたい。

謝辞

様々な活動、企画、販売に際し、多くの方々のご協力、ご支援をいただきました。心より感謝申し上げます。

【参考文献】

- 1) 島野僚子：「ムサタン健康弁当」実践報告，武蔵丘短期大学紀要，22, 75-80, 2014
- 2) 日本糖尿病協会：専門・短大・大学生による糖尿病レシピコンテストアイデアレシピ作品集，17,2015
- 3) 埼玉県ホームページ：埼玉県コバトン健康メニューを提供している店
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/kenkomenu/insyokuten-sora.html>
- 4) 足立己幸：「3・1・2 弁当箱法」を基礎とした食事・食事づくり法の実践，日本教育学会誌 21, 338-346, 2013.
- 5) 村林新吾：高校生レストラン、行列の理由，伊勢新聞社，2013.
- 6) 清野裕，北谷直美：関西電力病院のおいしい糖尿病レシピ，主婦の友社，2014.

「臨床栄養学ゼミ」・「むさたんKitchen愛好会」実践報告

表1 平成27年度 研究スケジュール目試作弁当

5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
口顔合わせ 口グループワーク ・食事療法の実際 ・エネルギー制限食 ・調理実習 ・献立作成	口いきいきレシピコンテスト ・献立作成 ・調理実習(試作) 一応募		口健康△サタン弁当 ・企画案 ・グループ決め	・農家打ち合わせ、訪問 ・献立作成	・試作 →決定	学園祭 ・弁当アンケート集計	口研究纏まとめ ・発表準備		卒研発表

表2 学園祭当日の作業分担・工程表目試作弁当

	7:45	8:00	8:30	9:00	10:00	10:30	11:00	12:00	13:00
雑米入りご飯 キヌア入りご飯	洗米・浸水 【古賀・井嶋】	炊飯 8:30		炊き上がり 蒸らし5分→冷ます 【古賀・篠塚・杉本・手の空いた人】	各50gに成型				
牛肉しぐれ煮 ししとう・もみじ鮓	●前日計量 ●薄焼き卵焼く→型抜き	ごぼうカット→下茹→牛肉炒め(取り出し) 調味料準備 →ごぼう煮る→調味液、牛肉戻す 【北爪・小島・金子】		くこの実を戻す→水切り 【井嶋】	●完戚				
鮭の佃煮やき さつま芋煮	●鮭→漬け込み ●オースタムボエム→ポイル 袖子→カット 【青木・加藤】 ●さつま芋煮る 【石井】	→冷ます		魚焼き開始 【青木・加藤・石井】	→完戚				
大根ステーキ あぶら味噌	●大根→ポイル ●茄子→カット 調味料計量 ●菊花→ポイル ●ピーマン→ポイル 【矢崎・清水】	焼き開始 →	→完戚	大根ステーキ、油味噌盛り込みセット 【矢崎・清水】					
星芋コロッケ	●混ぜ合わせ→成型→衣つけ 【前田・堀口】	トマトソース仕上げ		揚げ開始 ①もみじ鮓 ②れんこん ③ししとう ④コロッケ	揚げ鍋×2				
水菜の薄揚げ巻き	●油揚げ→煮つける→冷却 ●水菜→ポイル 【篠塚・杉本】	サニーレタス浸水 →数量		巻く→カット→揚枝さし 【篠塚・杉本】	●完戚				
新撰マリネ	●前日漬け込み			カップに盛込み→冷蔵庫 【坂口・古賀・井嶋】					
りんごのコンポート 梅蒸え	●前日調理済 ゼリークラッシュ 梅カット 【坂口】	ミント→数量							

●は前日仕込み ゼミ生:計18名 ◎香田フリー 25のみ櫻井、久保 卒業生・Teamヘルプ