

ティーチング・ポートフォリオ兼教員プロフィール

	<p>食物栄養科 講師</p> <p>鈴木 睦代 (すずき むつよ)</p> <p>SUZUKI Mutsuyo</p>
所属	食物栄養科
学位	修士(工学)(静岡大学)
資格・免許	管理栄養士(第80970号) 栄養士(磐田第668号) 公認スポーツ栄養士 調理師(静岡県 中東遠第321号)
学歴・職歴	<p><学歴></p> <p>1995年 3月 山梨学院短期大学 食物栄養科 卒業</p> <p>2019年 3月 静岡大学大学院 総合科学技術研究科工学専攻 修了 (修士(工学))</p> <p><職歴></p> <p>1995年 4月 富士産業株式会社 職員(2000年3月まで) 医療法人社団八洲会 袋井みつかわ病院 栄養士(1995年6月まで)</p> <p>1995年 7月 医療法人社団明徳会 協立十全病院(現:十全記念病院) 栄養士(1997年8月まで) 管理栄養士(1997年8月から2000年10月まで)</p> <p>2000年11月 社会福祉法人厚生保育会 職員(2006年4月まで) 豊田南保育園 管理栄養士</p> <p>2006年 6月 ヒューマンリソシア株式会社 職員(2007年12月まで) ハウス食品株式会社 静岡工場 商品原材料検査・開発部 派遣社員</p> <p>2007年 5月 社会福祉法人天竜厚生会 みなみしま保育園 子育て支援 センターほのぼの 食育講師(2009年3月まで)</p> <p>2008年 1月 医療法人社団緑生会 職員(2017年1月まで) 天王介護老人保健施設 管理栄養士</p> <p>2017年 4月 常葉大学短期大学部 保育科 兼任講師 (2019年7月まで) 担当科目: 子どもの食と栄養</p> <p>2017年 4月 合同会社MiMo チルコロ はぐみな保育園 食育講師 (現在に至る)</p> <p>2019年 5月 専門学校中央医療健康大学校(学校法人鈴木学園) トータルケア鍼灸学科 兼任講師(現在に至る) 担当科目: 運動と栄養</p> <p>2020年 4月 山梨学院短期大学食物栄養科専任講師(現在に至る)</p> <p>2020年 4月 常葉大学 健康プロデュース学部 心身マネジメント学科 兼任講師(2020年7月まで) 担当科目: 健康スポーツ栄養学</p>

担当科目	給食運営論 給食運営実習Ⅰ 給食運営実習Ⅱ 給食運営実習Ⅲ 給食運営実習Ⅳ 栄養学各論 栄養学各論実習 運動生理学 食事設計実習 栄養学総論（パ） 卒業演習Ⅰ 卒業演習Ⅱ
専門分野	給食管理 食と栄養 食教育 スポーツ栄養学 健康情報
現在の研究テーマ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保育園のオーガニック・地産地消給食メニューに関する調査研究 ・ 中学生、高校生、大学生における食生活の実態調査と食教育の必要性の検討 ・ 「Excel を用いた短期大学用栄養計算ソフト」の使用評価と運用、学習評価に関する研究 ・ スポーツ栄養サポートアプリ導入とスポーツ栄養士業務の価値化に関する研究 ・ 大学ラグビー部のスポーツ栄養サポートに関する研究 ・ 若者世代（18～29 歳）に注目したメニューの検討と食改善に関する研究
競争的資金等の研究課題	該当なし
所属学会	日本栄養改善学会 日本給食経営管理学会 日本スポーツ栄養学会 日本食育学会 産学連携学会
メッセージ	<p>山梨学院短期大学食物栄養科は母校です。今まで管理栄養士として、病院、保育園、介護老人保健施設、短大講師、スポーツ栄養サポートなどの現場を経験しました。そして、多くの方々に出会い助けていただき貴重な経験をしました。これらを活かし、学生のみなさんと関わっていきます。</p> <p>気づきと自発的な行動は、学生生活を楽しいものにしてくれます。また、食に関わるうえで大切なのは、相手のことを思いやること、おいしいものを提供することにこだわることです。みなさん一緒に考えて、行動へつなげていきましょう。</p>

教育	
2021年4月～2022年3月	
教育方針	専門職として働く場に注目し、必要な知識と技術を2年間で習得するなかで、食と栄養に興味を持ち、対象者の身になっておいしい食事提供が行える栄養士を養成したい。
授業	<p>授業の工夫</p> <p><給食運営論></p> <p>食事の管理を中心とした栄養管理を実践するため、食環境としての給食の概念を理解するうえで、栄養士・管理栄養士として現場経験を活かし、専門職として働くための場と、授業がつながる展開をしている。</p> <p>各授業でPPと資料でコンテンツを作成した。さらに、給食現場の衛生管理に重要な HACCP や大量調理施設衛生管理マニュアルが、調理現場の区域や動線と結びつける教材作成や、教員が集団給食業務を行った動画を作成し実践と結びつけ、家庭の調理と集団給食調理の違いが理解できるように努めた。また、給食食器を取り扱うメーカーの方を講師にお招きし講義を聴き食器を見て触る体験を行った。</p> <p>本授業は、自主的な学びを生み出すため、毎回担当学生を決め事前学習で理解したこと、調べたこと、自分の経験を照らして示したことを発表し、ディスカッションを行いアクティブラーニングの手法を取り入れている。加えて、授業内容を自由記述で振り返り等を WebClass に入力してもらった。その内容を翌週の授業始めに共有しフィードバック繰り返し行いディスカッションを行った。教員だけでなく、学生らの給食体験と講義内容がつけあわせることができる授業を行い、常に質問と回答ができる環境づくりを行った。理解度を深めるため、授業後はまとめ用教材を提供した。</p> <p><給食運営実習 I ></p> <p>給食管理で必要とされる Word、Excel、PowerPoint、栄養計算ソフトを活用し、表、計算、媒体作成、献立作成等を PC で行える教材作成を行った。給食の栄養管理と関連づけて実践できるように努めている。</p> <p>「資料づくり」の教材を作成し、ユニバーサルデザイン文字や書式の統一など資料作成やレポート作成に必要なスキル向上につながる講義と演習を行った。献立作成をしたメニューを調理と試食、写真撮影を行い、資料作成を行い、一連の流れで献立の分量や味の感覚を理解できるように支援し、PC 操作技術の向上につなげられるよう課題提供を行った。また、従来の学内 PC のみ使用可能な栄養計算ソフトに加え、タブレットや自宅 PC でも栄養計算が可能な Excel 栄養計算ソフトを作成し、今までの献立作成における課題解決に取り組んだ。</p>

教育 (つづき)		
2021年4月～2022年3月 (つづき)		
授業 (つづき)	授業の工夫 (つづき)	<p><給食運営実習Ⅱ></p> <p>栄養士の専門教育科目として、給食の意義、役割を理解し、利用者に適切な食事を提供するための給食運営に必要な食事の計画や給食サービスに関する知識と技術を実践し修得する。その中で、教員の栄養士・管理栄養士として現場経験を活かし、実習・演習を展開している。</p> <p>演習で使用する基礎実習献立の見直しと実習テキスト、実習ノートの改訂を行った。従来の学内PCのみ使用可能な栄養計算ソフトに加え、タブレットや自宅PCでも栄養計算が可能なExcel栄養計算ソフトを作成し、献立作成課題が学外でも行える取り組みを行った。</p> <p>本実習は、給食運営論・給食運営実習Ⅰで学んだ知識をもとに、学内の給食実習施設を利用し、給食運営を実践した。はじめに、教員が集団給食業務を行った動画教材を作成し実習現場の行動に結びつける演習を行った。その後、集団給食用の献立作成、HACCPや大量調理施設衛生管理マニュアル流れをまとめる教材を取り入れ理解を深めてから、グループ活動で給食実習と給食管理の演習をローテーションで行った。</p> <p><栄養学各論></p> <p>ライフステージ別に、生理的・身体的特徴をふまえ、食事の管理を中心とした栄養管理を実践するため、栄養学の専門的な知識を活用し、健全な発育・発達、健康の維持・増進、疾病予防のための知識を理解するうえで、管理栄養士として現場経験を活かし、専門職として働くための場と、授業がつながる展開をしている。</p> <p>各授業でPPと資料でコンテンツを作成し、本年度よりテキストの追加を行った。栄養学とライフステージ別の栄養学が結びつけられるように、事例を上げ理解を深めることができる授業を行った。</p> <p>本授業は、毎回担当学生を決め事前学習で、理解したこと、調べたこと、自分の経験を照らして示したことを発表し、ディスカッションを行うアクティブラーニングの手法を取り入れている。理解度を深めるため、授業後はまとめ用教材を提供した。加えて、自由記述で授業内容を振り返り、(理解したこと、質問)等をWebClassに入力し、その内容を翌週の授業始めに共有しフィードバック繰り返し行いディスカッションを行った。教員だけでなく、学生が事例を取り挙げライフステージ別の栄養学が実践と結びつけることができる授業を行った。</p>

教育 (つづき)		
2021年4月～2022年3月 (つづき)		
授業 (つづき)	授業の工夫 (つづき)	<p><栄養学各論実習></p> <p>ライフステージ別に、生理的・身体的特徴をふまえ、食事の管理を中心とした栄養管理を実践するため、栄養学の専門的な知識を活用し、健全な発育・発達、健康の維持・増進、疾病予防のための知識を理解するうえで、管理栄養士として現場経験を活かし、専門職として働くための場と、実習・演習がつながる展開をしている。</p> <p>栄養士が働く現場に近い実践を行うための検討を行い、ライフステージ別の食事提供について理解が深められるよう教科書の変更、実習献立の見直し、実習テキストの修正と実習レポート様式の改訂を行った。また、従来の学内PCのみ使用可能な栄養計算ソフトに加え、タブレットや自宅PCでも栄養計算が可能なExcel栄養計算ソフトを作成し、献立作成が学外でも行える取り組みを行った。</p> <p>本実習は、栄養学各論で学んだ知識をもとに、各ライフステージ別の理解を深めるため、ライフステージ別の献立作成と調理実習を行う。少人数でのグループ活動で調理実習、調乳実習、対象者に合わせた調理のための演習、献立作成したメニュー実習を行った。</p> <p><運動生理学></p> <p>健康の保持増進、生活習慣病予防において、栄養に関する知識と運動に関する知識が必要である。これら観点から身体運動の仕組みからエネルギー代謝への影響など運動を行った際に生じる変化について修得するため、スポーツと栄養学がつながる内容で行った。</p> <p>各授業でPPと資料でコンテンツを作成した。運動と栄養の理解が深められるよう教科書の変更と追加を行った。また、栄養学と運動と機能が結びつけるため、現場での事例を挙げ授業を行った。アスリートが身体・体力測定を行っている様子を事前に撮影した動画を見て、器具の使い方、測定の仕方とアスリートの身体の仕組みを確認した。また、運動の種類や方法、運動の効果などの面から運動処方について器具を利用して身体測定やロコモティブシンドローム診断の演習を行った。アスリートに対し競技力向上やコンディショニングを目的として栄養学からマネジメントを行うために、運動と栄養の関係を理解するため、教員が行ったアスリートの栄養サポートについて講義を行った。演習では、身体測定は期間を空けて2回行い学生自身の変化を評価した。生活時間調査と、1日の消費エネルギー推定量を算出した。その後、消費エネルギーと摂取エネルギーを評価し、運動や食事摂取に取り組んだ。それぞれ規定の項目でレポートを書き、自身の演習から運動生理学の理解を深めた。講義のときは、項目ごとにまとめとして練習問題を行った。</p>

教育 (つづき)		
2021年4月～2022年3月 (つづき)		
授業 (つづき)	授業の工夫 (つづき)	<p><栄養学総論 (パティシエコース) ></p> <p>「食」及び「栄養」に関する基本的知識を学び、専門職として働くうえで栄養学の知識を活用できる能力を養うため、栄養の意義について理解し、食品に含まれる栄養素についての種類と機能、並びに消化吸収などの代謝過程の働きを学ぶことを目的としている。また、豊かで健康な食生活を送るための、さまざまな栄養の知識を修得できるよう努めた。</p> <p>各授業でPPと資料でコンテンツを作成し、本年度よりテキストの追加を行った。さらに、栄養学とライフステージ別の栄養学が結びつけられるように、事例を上げ理解を深めることができる授業を行った。</p> <p>本授業は、毎回担当学生を決め事前学習としてテキストを読み、理解したこと、調べたこと、自分の経験を照らして示したことを発表し、ディスカッションを行うアクティブラーニングの手法を取り入れている。理解度を深めるため、授業後はまとめ用教材を提供した。加えて、自由記述で授業内容を振り返り、(理解したこと、質問)等をWebClassに入力し、その内容を翌週の授業始めに共有しフィードバック繰り返し行いディスカッションを行った。今までの食生活や身体状況と講義内容がつながることができる授業を行い、常に質問と回答ができる環境づくりを行った。また、製菓衛生師試験を念頭に置いて、必要な項目に関して教材作成を行った。</p> <p><食事設計実習></p> <p>学生が作成した献立の添削を主に行った。作成した献立をチェックし、繰り返し双方向のやり取りを行った。個別で献立作成の指導を行った。栄養価算出の方法、栄養比率の算出方法、使用量と価格算出の講義を担当し献立作成を行ううえで重要となるポイントを伝えるようにした。</p>
	授業改善のための取組	<p>毎回行う、事前学習と授業後の振り返りを元に、学生の理解を読み取り、翌週の授業においてフィードバックを行い、改善を図っている。さらに、全授業終了後に行う「授業評価アンケート」を分析し、教育目標の達成度や、自由記述で挙げられた内容を活かして、授業改善を行っている。また、授業の定着度を図る研究結果を授業改善に結びつけている。テキストや作成する資料を見直し、学生の身になってわかりやすさや、実践に近い学びができるよう工夫を行った。</p>

教育 (つづき)		
2021年4月～2022年3月 (つづき)		
ゼミ	ゼミ活動 (卒業演習) (修了研究)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保育園給食におけるオーガニック食品や地産地消を取り入れた給食の検討を行った。その中で、保育園の給食レシピを活用してゼミ生全員で学内の給食施設を利用し給食づくりの体験を行った。また、レシピ67品を書籍化し2022年度出版準備を行っている。 ・ 明治大学食料経済学専攻の藤本ゼミと合同ゼミ(オンライン)を行い、若者世代の食と栄養についての勉強会と意見交換を行った。 ・ 学生が、自宅やタブレットで献立作成が行える環境の構築を行うため、日本食品標準成分表2020年版(八訂)を用いてExcelで栄養計算できる開発と使用評価を行い授業で運用した。ゼミ生1名は「山梨県栄養学術研究会」で研究発表を行った。 ・ 中高生の成長期アスリートや大学生アスリートを対象に、スポーツ栄養学を取り入れた指導でアスリートの行動変容から必要性を評価した。学生は中学校に伺い栄養講座に参加し、講座に参加した生徒のアンケート集計を行いデータの読み取りを行った。 ・ 中高生向けの食育・スポーツと栄養媒体を2種作成しアンケート回答してくれた中学生やオープンキャンパスに参加した高校生に配布した。 ・ 大学ラグビー部の練習に参加して、身体組成を確認し、選手の栄養に関する要望を聞き取った。 ・ 大学ラグビー部寮の食堂を訪問し食事提供や喫食状況を見学した。 ・ 大学ラグビー選手の夕食メニューの検討と評価を行い、献立の検討を行っている。 ・ 大学ラグビー選手の昼食メニューの検討を行い、ラグビー部の学生と共同で媒体作成の検討を行っている。 ・ 若者世代(18～29歳)に注目したメニューの検討を行っている。
	卒業レポート・ 修了研究テーマ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食物栄養科学生による栄養価計算ソフト改良の試み ー 手軽に献立作成を行う方法の検討ー ・ オーガニックの視点から考える今後の食育について ー 「食」に求められていることー ・ スポーツ栄養学を取り入れた食育活動を通して ー 食行動の変容と課題についてー
課外活動	<ul style="list-style-type: none"> ・ Do 好会!食べる部(べ) 同好会顧問 ・ 山梨学院大学スケート部 スポーツ栄養サポート ・ 山梨学院大学ラグビー部 スポーツ栄養サポート 	
2021年3月以前		
主な教育業績	該当なし	

研究		
2021年4月～2022年3月		
タイトル（単著・共著）	年月日	発行所、発表雑誌、発表学会等
（学術論文） 大学ラグビー部のスポーツ栄養士サポート における食事・休養を取り入れた栄養戦略 とデータ活用の検討について （共著）	2022年3月	山梨学院短期大学研究紀要 第42号
（その他：シンポジウム） アスリートの食事と栄養 スポーツ栄養士 のサポート実践例から （単著）	2022年2月	日本栄養改善学会 第8回関東・甲 信越支部学術総会（オンライン）
（その他：学会発表） スポーツをする生徒の食習慣・健康状況－ 食育講座実施前後の比較－ （共著）	2022年2月	日本栄養改善学会 第8回関東・甲信 越支部学術総会（オンライン）
（その他：学会発表） 食物栄養科学生による栄養価計算ソフト改 良の試み～手軽に献立作成を行う方法の検 討～ （共著）	2022年3月	山梨県栄養学術研究会（第6回）
2021年3月以前（主なもの）		
タイトル（単著・共著）	年月日	発行所、発表雑誌、発表学会等
（著 書） 給食経営管理テキスト第4版 （共著） ・担当部分 「施設・設備管理」（pp.107-127）	2021年3月	株式会社学建書院
（著 書） スポーツ栄養士業務の可視化と価値化 ～taberube.jpの実装と運用～ （共著）	2020年4月	株式会社 ITSC 静岡学術出版事業部 （pp.7-108）
（学術論文） 山梨県内の保育所における食物アレルギー の子どもの状況と保育現場の対応策に関す る検討 （共著）	2021年3月	山梨学院短期大学研究紀要 第41巻
（学術論文） スピードスケート選手におけるスポーツ栄 養サポート介入と自己管理の必要性 （共著）	2018年3月	山梨学院短期大学研究紀要 第39巻

研究 (つづき)		
2021年3月以前 (主なもの) (つづき)		
タイトル (単著・共著)	年月日	発行所、発表雑誌、発表学会等
(その他：学会発表) スポーツ栄養サポートで栄養士が価値化するアプリ研究開発について (共著)	2020年2月	第5回静岡県学術研究会
(その他：学会発表) スポーツ栄養学を情報科学で価値化する (共著)	2019年10月	一般社団法人経営情報学会 秋季全国研究発表大会 2019
(その他：学会発表) 保育士を目指す短期大学生における食生活の実態調査と食教育の必要性の検討2 (共著)	2019年6月	一般社団法人日本食育学会 第7回学術大会
(その他：学会発表) 保育所における食育実践の定量化の試み事例 (共著)	2019年6月	一般社団法人日本食育学会 第7回学術大会
(その他：学会発表) 学学 (SSH-MOT) 連携活動に関する事例報告 その2～部活動支援アプリ開発プロジェクト～ (共著)	2019年6月	特定非営利活動法人産学連携学会 第17回大会 (奈良大会)
(その他：学会発表) 「部活 Do (どう)！ 食べる部 (べ)」アプリ導入後における KH Coder によるアスリートの意識調査 (共著)	2019年3月	特定非営利活動法人日本栄養改善学会 第6回関東・甲信越支部会学術総会
(その他：発表) 未来のアスリートを食育で価値化するアプリ「部活 Do! 食べる部」の研究開発 (共著)	2018年12月	情報学シンポジウム 2018「スポーツと情報」(静岡大学情報学部)
(その他：学会発表) 保育士を目指す短期大学生における食生活の実態調査と食教育の必要性の検討 (共著)	2018年5月	一般社団法人日本食育学会 第6回学術大会
(その他：学会発表) 学学 (SSH-MOT) 連携活動に関する事例報告 ～部活動支援アプリ開発プロジェクト～ (共著)	2018年5月	特定非営利活動法人産学連携学会 第16回大会 (山口大会)

社会貢献

産官学連携、高大連携、研修会講師、学外委員会活動、学会活動、講演会、等

2021年4月～2022年3月

- ・ 市立高校サッカー部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2015年～現在に至る）
- ・ ナショナルチーム所属のスピードスケート選手に対する栄養個人サポート（2017年～現在に至る）
- ・ 静岡県立高校ラグビー部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2017年～現在に至る）
- ・ 磐田市健康増進課委託事業「高校1年生食育講義」（2017年～現在に至る）
- ・ 私立中学校・高校剣道部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2017年～現在に至る）
- ・ 合同会社MiMo チルコロ はぐみな保育園 食育講師（2017年～現在に至る）
- ・ 山梨学院大学スケート部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2018年～現在に至る）
- ・ 市立高校女子バスケットボール部スポーツ栄養講義（2018年～現在に至る）
- ・ 専門学校中央医療健康大学校（学校法人鈴木学園）トータルケア鍼灸学科 兼任講師（2019年～現在に至る）
- ・ 浜松市立庄内中学校3年生対象食育講座講師（2019年7月～現在に至る）
- ・ 浜松市立庄内中学校2年生対象食育講座講師（2019年7月～現在に至る）
- ・ ジュニアアスリートスキルアップ研修会主催「ジュニアスポーツ選手の食事の摂り方」講師（2020年1月～現在に至る）
- ・ 公益財団法人山梨県学校給食会評議員（2020年7月～現在に至る）
- ・ 山梨学院大学ラグビー部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2021年1月～現在に至る）
- ・ 山梨県社会福祉協議会主催保育士等キャリアアップ研修会「食育・アレルギー対応」講師（2021年3月～現在に至る）
- ・ 静岡県立磐田北高等学校健康講義講師（2021年6月）
- ・ 浜松市教育研究会（栄養研究会）講師（2021年8月）
- ・ 山梨学院短期大学地域連携研究センター公開講座講師（2021年9月）
- ・ NPO法人磐田市スポーツ協会スポーツ講座講師（2021年11月）
- ・ 静岡産業大学体操部女子栄養講習会講師（2022年1月）
- ・ 静岡県体操協会女子体操競技栄養講習会（2022年3月）
- ・ 山梨県立笛吹高等学校高大連携事業講演（2022年3月）

社会貢献（つづき）

産官学連携、高大連携、研修会講師、学外委員会活動、学会活動、講演会、等

2021年3月以前（主なもの）

- ・静岡県立高校女子バスケットボール部スポーツ栄養講義・スポーツ栄養サポート（2013年～2021年3月）
- ・常葉大学短期大学部 保育科 兼任講師（2017年～2019年まで）
- ・静岡県スポーツ少年団育成母集団研修講師（2018年）
- ・大塚製薬株式会社ウェルネスセミナー講師（2018～2019年）
- ・静岡県栄養・栄養職員自主研修会講師（2019年）
- ・静岡市長田南中学校学校保健委員会食育講座講師（2019年）
- ・公益財団法人浜松体育協会地域スポーツ指導者養成講習会「スポーツ栄養学」講師（2020年）
- ・明治大学政治経済学部「食料経済学」特別講師（2020年）
- ・甲斐市立竜王北中学校運動部スポーツ栄養学講演会講師（2021年）
- ・公益社団法人山梨県栄養士会「給食施設業務関係者等（管理栄養士・栄養士）研修会講師（2021年）

受賞 ※個人、所属団体

HamaZo 賞（静岡大学情報学部情報学シンポジウム2018「スポーツと情報」）（2018年）

八巻賞（静岡大学大学院総合科学技術研究科工学専攻事業開発マネジメントコース）（2019年）