


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 教授</p> <p>深 澤 早 苗 (ふかさわ さなえ)</p> <p>FUKASAWA Sanae</p>
所属	食物栄養科
学位	学士 (家政学)
資格・免許	管理栄養士 (第 37746 号) 栄養士 (山梨県第 4036 号)
学歴・職歴	<p><学歴></p> <p>1985 年 3 月 山梨学院短期大学食物栄養科 卒業</p> <p>1994 年 3 月 日本女子大学家政学部食物学科 (通信教育課程) 卒業 (学士 (家政学))</p> <p><職歴></p> <p>1985 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 副手 (1987 年 3 月まで)</p> <p>1987 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 技術助手 (1989 年 3 月まで)</p> <p>1989 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 助手 (2002 年 3 月まで)</p> <p>1998 年 8 月 山梨県立高等看護学院保健婦学科 兼任講師 (担当科目: 栄養学) (2000 年 8 月まで)</p> <p>2000 年 4 月 山梨県立看護大学 兼任講師 (担当科目: 栄養学) (2001 年 3 月まで)</p> <p>2001 年 4 月 山梨県立看護短期大学 兼任講師 (担当科目: 栄養学) (2002 年 3 月まで)</p> <p>2002 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 専任講師 (2005 年 3 月まで)</p> <p>2005 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 准教授 (2011 年 3 月まで)</p> <p>2011 年 4 月 山梨学院短期大学食物栄養科 教授 (現在に至る)</p> <p>2016 年 4 月 山梨学院短期大学 教務部長補佐 (2019 年 3 月まで)</p> <p>2019 年 4 月 山梨学院短期大学 教務部長 (現在に至る)</p>
担当科目	栄養指導論 (栄) 栄養教育論 (栄) 食事設計実習 (栄) 栄養指導実習 (栄) 栄養学各論実習 (栄) 食品学総論 (パ) 食品学各論 (パ)
専門分野	食教育 食生活
現在の研究テーマ	<ul style="list-style-type: none"> ・学生の食事づくり力の実態および献立作成力向上のための教育法の検討 ・栄養教育実践力向上のための「模擬授業」実施後評価に関する調査研究 ・栄養士養成の卒業時の質保証に関する「専門的実践力外部試験」の試み
競争的資金等の研究課題	—
所属学会	日本栄養士会 日本栄養改善学会 日本食育学会 日本家政学会
メッセージ	<p>本学は、職業や実生活に直結した実践的な教育の場であります。技術の習得とともに、自己の内面を磨く期間にしてほしいと願っています。また、地域と連携して様々な活動を行っていますので、体験を通して、企画力や指導力を身につけてほしいと思っています。</p>

教育	
2025年4月～2026年3月	
教育方針	<p>自己の食経験は、献立作成に大きく影響を与える。本短期大学での2年間でさまざまな食材に触れる、食す、理解を深める学びの場となり、献立づくり力を有する栄養士を養成したい。</p>
授業	<p>授業の工夫</p> <p><栄養指導論></p> <p>本授業は1年生の前期に配置される栄養士資格取得のための導入科目の1つである。本授業では、栄養士制度の歴史や栄養士の役割、栄養指導の意義と目的、栄養指導にかかわるさまざまな法規や関連する施策、栄養指導のマネジメントサイクル等、栄養士に必要な基礎的知識を学ぶことを目的としている。また、国民の健康や栄養摂取の現状についての理解を深め、各年代がかかえる栄養問題を知ることにも目的としている。栄養指導や栄養教育に必要な教材・媒体の作り方はゲストスピーカーを招いて講義を受け、実際に簡単な教材を作るとともにプレゼンテーションを行い、対象にあった教材の作り方を学ぶ機会を設けている。栄養士の仕事理解するために、ビデオ学習を取り入れている。</p> <p>授業時には、(括弧)式のワークシートを用意し、パワーポイントを用いた説明を聞きながらキーワードを記入する形式をとっている。この作業により、学生は講義内容の理解を深めている。この形式は授業評価においてたいへん高評価を得ている。なお、このワークシートは定期試験前の復習プリントとして活用している。</p> <p><栄養教育論></p> <p>近年の栄養指導および栄養教育では、行動科学理論の学習が重要視されていることから、行動科学理論の授業内容の充実と拡大を図っている。パワーポイントを活用しながら、わかりやすい授業を展開するようにし、配布資料を大幅に増やして、理解が深まるよう工夫している。また、理論を理解しやすいように模式図に事例を当てはめて考える機会を増やしている。さらに、栄養指導に必要なカウンセリング技術はロールプレイングを通して学ぶ機会を設けている。</p> <p>授業時には、ペアワークを多用し、学生相互で学び合う授業を展開している。授業内容のまとめプリントを毎回分(14回)作成し、カッコ内に言葉を書き込みながら授業を進める工夫をしている。この作業により講義内容の理解が深まり、また、復習にも役立てることができている。さらに、このまとめプリントは栄養士実力認定試験の学習プリントとしても活用できるようにしている。</p>

教育 (つづき)

2025 年 4 月～2026 年 3 月 (つづき)

授業
(つづき)

授業の工夫
(つづき)

< 食事設計実習 >

栄養士の主要業務である献立作成のスキル習得を目指す教科である。15回の授業を通して1日分の献立作成を手順にそって学んでいける授業内容としている。授業の開始時には、前回の授業内容についての復習テストを行い、知識や技術の定着を図っている。管理栄養士の経験を生かして、献立の立て方や調味の工夫、食事摂取基準の充足方法等、事例を多く取り入れた授業を行っている。基本的な授業の流れは、講義→演習→提出→提出→添削返却→修正で、一クラスにつき2名の教員がついている。また、添削は毎回同じ教員が行うようにしている。

本授業では、授業内容にそって章を組み立てた自費出版のテキストを用いている。2020年に日本人の食事摂取基準が改定され、それに合わせてテキストを改編した。授業回ごとに進めていく構成になっているので、学生にとって献立作成の手順がわかりやすく、活用しやすいものになっている。このテキストは、本学での献立作成の基準になっており、他の複数におよぶ栄養士専門教育科目においても使用することになっている。授業はこのテキストとともに、オンライン授業時に作成したパワーポイントを使用して行っている。学生が最もつまづくことが多いのは、献立の修正方法であり、この点については具体例を紹介しながらできるだけ時間をとって、丁寧に添削するよう努めている。

< 栄養指導実習 >

本授業は、2年間の栄養士教育の集大成科目と位置づけ、栄養士として他者指導に必要な食事調査や指導テーマ設定、指導案作成、教材作成、模擬授業実践を行わせている。栄養指導の方法を理解するために、「自分」を対象者として食事調査を実施している。食事調査は「秤量法」を体験させている。食事調査のあとは、摂取した食品重量の換算、栄養価計算を行っている。また、個人の食事摂取基準の求め方、食品群別目標量の求め方を学習し、報告書としてまとめる一連の流れを学習させている。

また、本授業のもう一つの軸は集団の栄養教育実施手順の学習である。3～4人程度でグループを作り、テーマの設定、指導案の作成、教材の作成、模擬授業の実践にとり組ませている。模擬授業後は自己評価と他者評価を行い、改善策の検討につなげている。

教育 (つづき)

2025 年 4 月～2026 年 3 月 (つづき)

授業 (つづき)	<p>授業の工夫 (つづき)</p>	<p><栄養学各論実習></p> <p>本授業は、年代ごとの栄養的特徴を講義した上で、その年代に合わせた献立作成や実習を通して、ライフステージ別の栄養について理解させている。対象に合わせた献立作成のスキルを磨くため、班ごとに献立を立案し、実際に調理を行うとともに、プレゼンテーションによって調理上の工夫点や配慮点をクラス内に共有している。他の班の献立や調理上の工夫点を知る機会は学生にとって有効な学習機会となっており、高い授業評価を受けている。</p> <p><食品学総論・各論></p> <p>パティシエコースの製菓衛生師受験資格取得のための必修科目である。一昨年3月にテキストが全面改訂されたため、本年度も若干の修正があり、それにあわせて授業内容の見直しを行っている。新しく追加された食品表示や機能性栄養食品等の内容については、実物の食材を活用しながら授業を展開している。また、食品や食材への理解を深める工夫として、食材を1つ選んでそれについてのパワーポイントを作り、発表、ディスカッションの機会を設けている。</p> <p>授業時には、(括弧)式のワークシートを用意し、パワーポイントを用いた説明を聞きながらキーワードを記入する形式をとっている。この作業により、学生は講義内容の理解を深めている。また、このワークシートは定期試験前の復習プリントとして活用している。</p> <p><食生活学></p> <p>一般基礎教育科目の「芸術・健康科学系分野」に位置づく科目であり、保育科学生を対象に開講している。それぞれの授業回は異なるテーマを設定し、料理カードを用いたお弁当作り、パッチテスト、食事バランスガイドを用いた食事調査等、体験型の学習内容を組み込んでいる。</p> <p>授業の終了時には振り返りシートを記入・提出を行っている。教員にとっては学習内容の定着度を確認する機会になっている。質問を受け付けており、学生の質問にコメントを付け返却している。</p>
	<p>授業改善のための取組</p>	<p>授業終了後に実施する「授業評価アンケート」を丁寧に分析し、とくに教育目標の達成度が低いものについては、授業方法や配布資料の見直し・修正を行っている。また、自由記述事項については、「この授業の良かった点」と「この授業の悪かった点」をそれぞれ質問し、あげられた内容について、次回の授業改善に活かしている。</p> <p>担当する授業科目「食事設計実習」や「栄養指導実習」に関連する「献立作成力に関するアンケート調査」、「模擬授業実施後の評価－学生の栄養教育実践力向上のための課題の検討－」の研究を行い、得られた結果を授業改善に活かしている。</p>

教育（つづき）		
2025年4月～2026年3月（つづき）		
ゼミ	ゼミ活動 （卒業演習） （修了研究）	<p>本年度のゼミ生8名を3つのグループにわけてゼミ活動を指導した。本学が包括連携協定を結んでいる山梨健康保険協会の依頼を受け、「健康増進に資する献立提供」を行った。2025年4月から2026年2月まで、毎月1つずつ、羽畑ゼミとともに本学ウェブサイト健康メニューが掲載されたリーフレットを掲載した。リーフレットに見る楽しみを持たせるために、レーダーチャートで献立の見える化を図った。レーダーチャートに示す視点については、地産地消、まごわやさしい、適正脂質、食塩摂取量等6つの視点とした。</p> <p>近年の米の価格高騰への乾物利用の促進として、ライスペーパーを用いた料理開発を行った。ライスペーパーを用いた主食、主菜、副菜、デザートレシピを10品作成した。本学HPにて公開した。</p> <p>「離乳食づくりが負担」とする意見が多いことから、大人のごはんを取り分けて離乳食に展開するレシピ作成に取り組んだ。家庭でよく作られる料理を「離乳初期」「離乳中期」「離乳後期」「離乳完了期」に適する料理にどのように展開していけばよいか、わかりやすいリーフレットに示した。アルテア離乳食教室への参加者やフードバンク山梨にレシピ提供を行った。研究活動のほか、学習支援、悩み事相談、就職相談等、学校生活に関わる様々なサポートも行っている。</p>
	卒業レポート・ 修了研究テーマ	<p><卒業レポートテーマ></p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎月更新！健康増進に資する献立提供 ーテーマに沿った毎月献立と減塩料理の提案ー ・乾物食材の有効活用に関する研究 ーライスペーパー活用レシピの開発ー ・家庭の食卓を活用した離乳食支援の取り組み ー“大人ごはんと一緒に作る離乳食”の提案ー
課外活動	—	

教育（つづき）

2025年3月以前

主な教育業績

- ・2025年度卒業演習において、子育て支援の取り組みとして大人のごはんと一緒に作る離乳食づくりのメニュー開発を指導した。家庭で作ることが多い料理を「離乳初期」「離乳中期」「離乳後期」「離乳完了期」に適するメニューに展開し、レシピ集としてまとめた。
- ・2023年度卒業演習において、地域食材“馬肉”を使った簡単レトルト食品の開発を指導した。馬肉入り麻婆豆腐、馬肉入りハンバーグを作成し、企業に提案した。
- ・2021年度卒業演習で、フードドライブで収集される食品（乾麺、乾パン等）を用いた栄養価が高まるレシピ作成を行い、5品を掲載したリーフレットを作成して県内の困窮家庭薬1000世帯に配付した。
- ・2020年度ゼミ内の編入希望者に編入までの学習支援を行った。
- ・2019年度卒業演習で、NPO法人山梨県スポーツアカデミーと連携して、フィールドホッケークラブに所属する小・中学生男女を対象に、食育教室および親子料理教室を行った。この活動は、山梨学院チャレンジ制度に採択された。
- ・2018年度卒業演習で、山梨県後期高齢者医療広域連合から依頼を受け、「我が家の一品レシピ」入賞作品を献立として整え、さらに写真撮影協力も行っている。このリーフレットは、山梨県内の高齢者世帯および道の駅等で配布された。
- ・2017年度卒業演習で、第73回国民体育大会冬季大会スケート競技会山梨県実行委員会から依頼を受け、リーフレットに掲載する山梨の食材を使った献立の提案、写真撮影協力を行った。このリーフレットは、山梨県内の飲食業者に広く配布された。
- ・2016年度卒業演習で、ゼミ学生がNPO法人甲州元気村と連携し、甲州天空かぼちゃ祭りの企画および運営、かぼちゃ料理の提供等、天空カボチャの普及活動を行っている（現在に至る）。
- ・2016年度卒業演習で、ゼミ学生が厚生労働省の「健康寿命を支える健康な食事の普及」を用いて、健康な食事の基準にあわせた献立提案を行った。この活動は、山梨学院秋季チャレンジ制度に採択された。
- ・2015年度卒業演習で、ゼミ学生が株式会社セルバと連携し、月替わりのお弁当の企画・提案を行い、数多くの商品が販売された。
- ・2014年度卒業演習で、ゼミ学生が株式会社いつみ家から依頼を受け、自社製品（レバー）を活用したレシピ提案を行った。
- ・2013年度卒業演習で、甲斐市役所から依頼を受け、ファミリー食育教室で使用する栄養教育媒体の制作および提供を行っている。
- ・2013年度卒業演習で、ゼミ学生がクアアンドホテルから依頼を受け、ホテルで提供する新デザートの商品開発に携わった。
- ・2010年度卒業演習で、ゼミ学生がYGJC食育応援隊を2つのゼミで編成し、朝食の摂取推進や地域食材を活用したレシピ提案等を行った。この活動は、山梨学院秋季チャレンジ制度に採択された。

研究		
2025年4月～2026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
（著書） 給食運営管理テキスト第6版一刷 （共著）	2026年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分 「学校」（pp. 167-172）
（著書） 食事設計実習第9版2刷 （共著）	2026年 3月	山梨学院栄養指導研究会 ・担当部分は全編にわたる
（学術論文） 栄養士養成課程に在籍する学生の調理技術 の現状と課題 （共著）	2026年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第46巻
（その他：学会発表） 食物栄養科学生の授業を通じた食の関心へ の取り組み （共同）	2025年 9月	第72回日本栄養改善学会
（その他：学会発表） 本学栄養士養成施設に在籍する学生の食事 作り力の現状と課題 （共同）	2025年 6月	第12回日本食育学会学術大会
2025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） 給食運営管理テキスト第6版一刷 （共著）	2025年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分 「学校」（pp. 167-172）
（著書） 食事設計実習第9版 （共著）	2025年 3月	山梨学院栄養指導研究会 ・担当部分は全編にわたる
（著書） 給食経営管理テキスト第5版一刷 （共著）	2023年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分 「学校」（pp. 214-223）
（著書） 給食経営管理テキスト第4版 （共著）	2021年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分 「学校」（pp. 214-223）
（著書） 給食経営管理テキスト第3版 （共著）	2019年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分 「学校」（pp. 220-228）

研究 (つづき)		
2025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
(学術論文) 料理カードを用いた短期間の食事調査結果 と習慣的な栄養素等摂取量との関連 (共著)	2025年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第45巻
(学術論文) 栄養士養成課程の「栄養指導実習」における 模擬授業の実践と評価 (共著)	2023年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第43巻
(学術論文) 女子短期大学生の「日本型食生活」に対する 意識と食生活状況との関連 (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) 栄養士養成課程の「栄養指導実習」における 模擬授業の効果－テキストマイニングの手 法を用いた自由記述内容の分析－ (共著)	2020年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第40巻
(学術論文) 給食運営実習における献立作成力に関する 研究－学生献立と施設献立の比較－ (共著)	2017年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第37巻
(学術論文) 栄養士養成施設に在籍する学生の献立作成 力に関する要因の検討 (共著)	2016年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第36巻
(学術論文) 保育所給食における食物アレルギーに対す る取り組み状況 (共著)	2015年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第35巻
(学術論文) <u>査読付</u> 家庭の食生活環境と学校の給食調理方式が 中学生の食意識・食行動、給食に対する評価 及び健康状態に及ぼす影響 (共著)	2007年 11月	日本家政学会誌 第58巻 11号

研究 (つづき)		
2025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) 食物栄養科における食と健康教育と数理・データサイエンス・AI教育プログラムの取り組み (共同)	2024年 9月	第71回日本栄養改善学会
(その他：学会発表) 実践活動報告「メールマガジンによる学生作成の健康増進に資する献立の配信」 (共同)	2024年 6月	第12回日本食育学会学術大会
(その他：学会発表) 若者世代(20～30歳代)の朝食摂取率向上への取り組み (共同)	2024年 6月	第12回日本食育学会学術大会
(その他：学会発表) 短期大学生の地域特産物を活用した製品開発の実践－天空かぼちゃの成果・料理の開発及び販売－ (共同)	2023年 2月	山梨県栄養士会 第7回山梨県栄養学術研究会
(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－ (共同)	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
(その他：学会発表) 短期大学生の「日本型食生活」に対する意識と食生活状況 (共同)	2020年 6月	第8回日本食育学会
(その他：学会発表) 栄養指導実習の模擬授業実施後における自己評価の自由記述の「用語」分析 (共同)	2019年 9月	第66回日本栄養改善学会
(その他：学会発表) 栄養士養成校における「卒業時の質保証の強化」を目的とした外部評価試験の充実に向けて (共同)	2019年 9月	第66回日本栄養改善学会

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
2025年4月～2026年3月
<ul style="list-style-type: none"> ・山梨県立あけぼの医療福祉センター入所児（者）等給食業務委託総合評価一般競争入札業者選定委員会委員（2025年6月） ・山梨県令和7年度放課後児童指導員認定資格研修「食育」講師（2025年9月） ・山梨県幼稚園等新規採用教員研修会 講師（2016年～現在に至る） ・山梨学院短期大学地域連携研究センター主催「管理栄養士国家試験対策講座」 「栄養教育論」講師（2021年9月～現在に至る） ・全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部と山梨学院短期大学との間の包括的連携協定に基づく 「健康に役立つ献立（毎月更新）」 提供・監修（2022年7月～現在に至る） ・全国健康保険協会（協会けんぽ）山梨支部と山梨学院短期大学との間の包括的連携協定に基づく 「家庭でできる健康レシピ（年2回）」 提供・監修（2023年6月～現在に至る） ・子育て支援事業「親子体験講座（親子でクッキング）」 講師（2016年～現在に至る） ・子育て支援事業「親子体験講座（親子でおやつをつくろう）」 講師（2018年～現在に至る） ・子育て支援事業「離乳食教室」講師（2023年～現在に至る）
2025年3月以前（主なもの）
<ul style="list-style-type: none"> ・山梨県立あけぼの医療福祉センター入所児（者）等給食業務委託総合評価一般競争入札業者選定委員会委員（2022年） ・給食施設業務関係者等（管理栄養士・栄養士）研修会 講師（2023年） ・民間保育士等キャリアアップ研修 講師（2020年～2022年） ・一般財団法人大学・短期大学基準協会 令和3年度短期大学認証評価 評価員（2021年） ・教員免許更新講習（栄養教諭等対象） 講師（2015年～2021年） ・子育て支援事業「親子体験講座（親子でクッキング）」 講師（2014年～2019年） ・すみれ保育園保護者学習会 講師（2016年） ・山梨県栄養士会・Jミルク主催栄養指導実践セミナー ワークショップファシリテーター（2016年） ・国母地区各種団体連絡協議会講演会 講師（2015年） ・笛吹市・山梨学院提携講座 講師（2015年） ・中北保健所峡北支所菅愛母子保健地域組織研修会 講師（2010年） ・富士川口湖男女共同参画推進事業講演会 講師（2010年） ・市川美郷町立市川小学校親子料理講習会 講師（2010年）
受賞 ※個人、所属団体
<ul style="list-style-type: none"> ・栄養士養成功労者 厚生労働大臣表彰（2022年8月） ・山梨県栄養関係功労者 知事表彰（2021年） ・全国栄養士養成施設協会 会長顕彰（2019年） ・農林水産省 第3回食育活動表彰「教育関係者・事業者部門消費安全局長賞」（2019年）