


## 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 専任講師</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>&lt;学歴&gt;</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>&lt;職歴&gt;</p> <p>1995年 4月 富士産業株式会社 職員(2000年3月まで)</p> <p>1995年 4月 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 (担当科目:子どもの食と栄養)(2019年7月まで)</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 (担当科目:運動と栄養)(現在に至る)</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 (担当科目:健康スポーツ栄養学)(2020年7月まで)</p> <p>2025年 10月 山梨大学教育学部 兼任講師 (担当科目:栄養学)(現在に至る)</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) ライフスタイルと健康 基礎演習 卒業演習Ⅰ 卒業演習Ⅱ 社会人基礎力 育成講座Ⅰ 社会人基礎力育成講座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"> <li>・「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</li> <li>・栄養管理 DX の推進</li> <li>・栄養士・管理栄養士の ICT 活用に関する研究</li> <li>・スポーツ栄養サポートとスポーツ栄養士業務の価値化に関する研究</li> <li>・大学ラグビー部のスポーツ栄養サポートに関する研究</li> <li>・大学スケート部のスポーツ栄養サポートに関する研究</li> <li>・若者世代（18～29 歳）に注目した食改善に関する研究</li> <li>・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</li> <li>・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</li> <li>・医療・介護間の栄養情報連携に資する「食形態一覧表」</li> </ul>
競争的資金等の研究課題	—
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 日本栄養学教育学会 経営情報学会
メッセージ	<p>母校であるこの食物栄養科で、みなさんと共に歩めることを心からうれしく思います。私はこれまで管理栄養士として、病院や保育園、介護老人保健施設、そしてスポーツ栄養サポートや短大講師など、多岐にわたる現場を歩んできました。その中で多くの素晴らしい出会いに恵まれ、周囲の方々に支えられながら貴重な経験を積み重ねてきました。</p> <p>これらの経験をみなさんに還元し、日々の学びをサポートしていきます。</p> <p>学生生活をより豊かにするのは、自ら得た「気づき」と、それに基づく「自発的な行動」です。また、食のプロとして最も大切なのは、相手を思いやる心と、おいしさにこだわり抜く姿勢だと信じています。</p> <p>これからの食のあり方を、一緒に考え、共に行動へとつなげていきましょう。</p>

教育	
2025年4月～2026年3月	
教育方針	<p>管理栄養士として多様な現場を経験してきたからこそ、「現場で本当に必要な力」を学生に伝えたいと考えています。</p> <p>2年間という凝縮された時間の中で、専門知識の定着はもちろんのこと、食のプロとして不可欠な「相手を思いやる心」と「おいしさへのこだわり」を育みます。対象者の喜びを自分の喜びと感じ、自ら考え行動できる栄養士を養成します。</p>
授業	<p>授業の工夫</p> <p>&lt;給食運営論&gt;</p> <p>1. 実務経験を基盤とした「現場と理論」</p> <p>管理栄養士としての現場経験を活かし、教科書上の知識が実際の働く場でどのように運用されているかを常に意識できる授業を展開しています。単なる知識の伝達に留まらず、専門職としての働く姿を具体的にイメージすることで、学習意欲の向上を図っています。</p> <p>2. 視覚的・実践的理解</p> <p>大量調理特有の概念を理解させるため、以下の教材を独自に導入しています。</p> <p>衛生管理の可視化：HACCPや「大量調理施設衛生管理マニュアル」を理論で終わらず、調理現場の区域分け（汚染作業区域・非汚染作業区域）や動線図と結びつけた教材を作成し、運用の実際を視覚的に示しています。</p> <p>動画教材の活用：家庭調理と集団給食調理の決定的な違いを理解するため、教員自らが集団給食業務を行う動画を作成・活用し、現場のスケール感と緊張感を伝えています。</p> <p>最新技術への触れ合い：理解が難しい「ニュークックチルシステム」等の最新給食経営管理については、食器メーカーの専門家を外部講師として招聘しています。実際に使用される食器に触れる体験や動画を組み合わせることで、システム運用の具体性を提示しています。</p> <p>3. 主体的な学びを促すアクティブラーニングの展開</p> <p>学生が受動的にならず、自ら思考し発信する機会を毎時間に設けています。</p> <p>学生によるリフレクション発表：毎回担当学生を指名し、授業内容の要約に加え、「自身で調べたこと」や「過去の給食体験との照らし合わせ」を発表して、クラス全体でのディスカッションやフィードバックを行っています。</p> <p>双方向のコミュニケーション：学生の既習体験と講義内容を結びつけ、質問と回答ができる環境を構築しています。</p> <p>定着の仕組み化：授業終了後には、その日のポイントを整理した「まとめ用教材」を配布し、振り返りと知識の定着をサポートしています。</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)

< 給食運営実習 I >

1. 栄養士業務の DX 化と ICT スキルの段階的習得

現代の給食管理業務に不可欠な ICT スキル (Excel, Word, PowerPoint, Forms, 栄養計算ソフト) を、実習の各プロセスに統合した「教材の DX 化」を推進しています。

基礎スキルの標準化：実習の初期段階で、ユニバーサルデザインフォントの採用や書式の統一など、相手に伝わる「資料作成・レポート作成」の基礎講義を実施し、専門職としての情報発信スキルを図っています。

実務直結型の ICT 演習：献立作成、表計算によるデータ管理、Forms を用いたアンケート作成・回収など、栄養士業務のワークフローに沿って必要な機能を段階的に習得しています。

2. 献立作成能力を高めるハイブリッド型学習

理論と感覚を一致させるため、デジタルツールと対面でのグループワークを組み合わせた指導を行っています。

自己調理とデジタル記録：1 食分の献立作成後、自宅での調理・試食を行い、その過程を写真に記録します。Word を用いた報告書作成を通じて、分量や味の感覚を客観的に振り返る支援を行っています。

独自開発の栄養計算ツールの活用：商用ソフトに加え、学生が自身の PC で手軽に計算できるよう「Excel 栄養計算ソフト」を独自に開発。学生のフィードバックを反映して毎年アップデートを行い、Excel 操作への習熟と栄養管理の理解を同時に促進しています。

3. 数理・データサイエンス教育と地域課題の解決

「数理・データサイエンス・AI 教育プログラム」と連動し、実社会のデータを用いた演習を導入しています。

データ分析：「第 4 次やまなし食育推進計画」に基づき、朝食欠食率や若い女性のやせといった課題に着目します。Forms を用いた学内アンケートを実施し、得られた生データを収集・集計しています。

公的データとの比較とアウトプット：調査結果を国民健康・栄養調査等の公的データと比較分析し、課題解決に向けた啓発リーフレットやプレゼンテーション資料を作成。データに基づいた論理的な栄養指導ができる能力を養っています。

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）	<p>&lt;給食運営実習Ⅱ&gt;</p> <p>1. 実務視点に基づく教材の抜本的改善</p> <p>学生が卒業後すぐに通用するスキルの習得を目指しています。</p> <p>教材：基礎実習献立を現在の給食現場に合わせて見直し、実習テキストおよび実習ノートの改訂を行いました。</p> <p>実践的な目標設定：「与えられた数値を入力する」受動的な学びから脱却するため、学生自らが対象者の特性に合わせて「給与栄養目標量」を算出してから献立作成に入るフローを導入。より現場に近い思考プロセスを教材化しました。</p> <p>2. 自律的な学びを支えるデジタル・ツールの独自開発</p> <p>場所を選ばず、かつ高度な計算が可能な環境を構築しています。</p> <p>Excel 栄養計算ソフトの自作と更新：学生個人のPCで動作する独自の栄養計算ソフトを開発しています。学外(自宅等)での献立作成課題を可能にするとともに、学生のフィードバックを反映した年次更新を行い、使いやすさの向上に努めています。</p> <p>データサイエンス教育との連動：給与栄養目標量の算出過程に Excel の表計算コンテンツを組み込むことで、数理・データサイエンス教育で学んだ知識を給食管理の実務に結びつけ、データの利活用能力を養っています。</p> <p>3. 段階的な演習設計と DX による多角的アプローチ</p> <p>講義（理論）と実習（実践）のギャップを埋めるため、以下のステップで指導を展開しています。</p> <p>視覚的プレトレーニング：実際の給食実習に入る前に、教員による集団給食業務の動画教材を視聴します。現場での具体的な動きをイメージした上で実習に臨むことで、安全かつ円滑なオペレーションを実現しています。</p> <p>管理業務の完全 DX 化：献立作成、実習資料の管理、喫食者アンケートの実施・集計に至るまで一貫してデジタル化を推進。数理・データサイエンス・AI 教育プログラムの学びを現場対応力へと転換させています。</p> <p>理論の定着とローテーション実習：HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point：危害要因分析・重要管理点) や大量調理施設衛生管理マニュアルのフローを構造的に理解できる教材を導入。その上で、調理実習と管理演習をローテーションで経験して、給食運営の全体像を俯瞰できる能力を育成しています。</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)	<p>&lt; 栄養学各論 &gt;</p> <p>1. 実務経験に基づく「事例」の導入</p> <p>管理栄養士として、病院、保育園、介護施設、スポーツ現場の最前線を歩んできた経験を活かし、教科書の知識を「現場に必要な判断力」へと発展できるよう授業をしています。</p> <p>事例提示：健全な発育・発達、健康維持、疾病予防の各フェーズにおいて、実際の医療・介護・保育・スポーツ現場での症例や事例を提示。ライフステージごとの生理的特徴が、実際の栄養管理にどう直結するかを具体的にイメージします。</p> <p>教材の重層化:PowerPoint と配付資料による視覚的なコンテンツに加え、基礎栄養学とライフステージ別栄養学の連続性を、体系的に理解できる構成としています。</p> <p>2. 主体性を引き出す「リフレクション発表」と対話型学習</p> <p>学生が知識を「自分事」として捉え、自発的に探究する仕組みを構築しています。</p> <p>アクティブラーニングの実装：毎回の授業で担当学生を指名し、前回の振り返りや関連事項の調査、自身の経験（家族の健康状態や部活動など）に基づいた考察を発表。これに対するフィードバックや学生同士のディスカッションを通じて、多角的な視点を養っています。</p> <p>双方向の学びの場：教員からの事例提示だけでなく、学生自身が身近なライフステージの課題を取り上げ、実践と結びつけられるよう促しています。質問と回答ができる環境を維持し、疑問をその場で解消する工夫をしています。</p> <p>3. 知識の定着を支えるポスト・ラーニング支援</p> <p>フォローアップ教材の提供：授業終了後には、その日のエッセンスを凝縮した「まとめ用教材」を配布しています。授業中のディスカッションで得られた気づきと、専門的な知識を改めて整理し、確実な理解と定着をサポートしています。</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)	<p>&lt; 栄養学各論実習 &gt;</p> <p>1. 臨床現場と連動した体験型演習の展開</p> <p>管理栄養士としての実務経験を基盤に、実習での学びが将来の働く場所 (医療・介護・保育・スポーツ等) にどう直結するかを常に意識したプログラムを構成しています。</p> <p>五感を通じた理解：離乳食、嚥下食、とろみ茶などの試食体験を通じ、対象者の身体的特徴や摂食嚥下機能に応じた食事形態の重要性を、身をもって理解しています。</p> <p>最新情報の導入と外部連携：常に変化する現場の最新知見を取り入れるため、乳幼児の調乳実習や、高齢期の最新給食システム (ニュークックチル) に関する演習では、専門メーカーを招聘しました。企業連携による講義と実習を組み合わせることで、最先端の技術と製品に触れる機会を創出しています。</p> <p>2. 自学自習を支えるデジタル環境の整備と教材開発</p> <p>限られた実習時間を最大限に活用するため、ICT ツールを用いた環境整備を行っています。</p> <p>独自開発の栄養計算ソフトによる支援：学生個人の PC で動作する「Excel 栄養計算ソフト」を独自に作成・配布しています。これにより、学外 (自宅等) でも試行錯誤しながら献立作成に打ち込める環境を整え、学生のフィードバックをもとに毎年ソフトの操作性を改善しています。</p> <p>実習資材の最適化：現状の栄養学の動向に合わせ、実習献立、テキスト、レポート様式を全面的に見直し、より論理的かつ実践的な内容へと改訂しました。</p> <p>3. 専門的視点を養う指導体制とグループ学習</p> <p>少人数のグループ活動を通じ、栄養士としての判断力を養っています。</p> <p>対象者に特化した実習構成：調乳実習、対象者別の調理実習、自身で献立作成したメニューの実習など、各ライフステージに特化した実践を積み重ね、知識の定着を図っています。</p> <p>専門的レポート作成の指導：単なる「調理実習ノート (感想)」に留まらないよう、対象者に必要なエネルギー・栄養素の根拠、および栄養学的配慮点を論理的に記述する「専門職としてのレポート作成」を徹底指導しています。</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)

<運動生理学>

1. 専門職を繋ぐ「運動×栄養」の理論構築

健康保持増進や生活習慣病予防において、栄養と運動は不可欠な両輪です。本講義では、身体運動がエネルギー代謝に与える影響を解説し、「スポーツ・運動」と「栄養学」を統合的に理解できる展開を行っています。

多角的な事例提示：スポーツ現場だけでなく、医療、介護、保育の各現場における事例を挙げ、運動機能と栄養の相関について、専門職としての具体的な視点を提供しています。

知識の定着支援：講義項目ごとに「まとめの練習問題」を実施し、着実な理解度の確認と定着を図っています。

2. 視覚的理解と実践的演習の融合

身体の仕組みを可視化し、具体的な測定技術の習得を目指しています。動画教材による現場再現：アスリートの身体・体力測定の様子を収めた独自動画を活用。測定器具の正確な操作法や、アスリートの身体特性を視覚的に提示しています。

運動処方の実践：ロコモティブシンドローム診断や、各種器具を用いた身体測定演習を通じ、運動の種類・方法・効果を実践的に習得しています。

3. 栄養サポート実務の疑似体験と自己分析

教員のアスリート支援経験を教材化し、学生自身の身体データを用いた深い学びを提供しています。

実践的栄養マネジメント：教員が実際に行ったアスリートへの栄養サポート事例を講義に取り入れ、競技力向上やコンディショニングのための栄養マネジメントの実際を伝えています。

InBody と DX を活用した自己評価：InBody による測定を期間を空けて 2 回実施しました。その変化を評価するだけでなく、生活時間調査に基づく 1 日の消費エネルギー推定量について、独自開発の Excel コンテンツを用いて算出しています。

4. データサイエンスとリフレクションの統合

データサイエンス教育との連動：表計算を用いたエネルギー収支の算出を通じ、データに基づいた栄養・運動評価スキルを養っています。

自己変容のレポート化：算出された「消費エネルギー」と「摂取エネルギー」を比較評価し、自らの運動や食事摂取の改善に取り組みました。これらを規定のレポートにまとめることで、自身の体験と生理学的理論を結びつけた理解へと繋げています。

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)	<p>&lt; 栄養学総論 (パティシエコース) &gt;</p> <p>1. 製菓専門職に求められる栄養学的素養の構築</p> <p>「食」と「栄養」の基本知識を習得し、将来、製菓衛生師として働く際にその知識を実践的に活用できる能力の育成を目指しています。</p> <p>代謝過程の体系的理解：栄養の意義から、各栄養素の種類・機能、消化・吸収・代謝のメカニズムに至るまでを体系的に学修しました。単なる知識の暗記ではなく、健康な食生活を支える基盤としての栄養学を伝えています。</p> <p>事例を通じた多角的アプローチ：PowerPoint や独自資料に加え、栄養学のテキストを取り入れています。ライフステージ別の栄養事例を取り入れることで、どのような対象者に、どのような配慮を持ってお菓子を提供すべきかという「専門職としての視点」を養っています。</p> <p>2. 自発的な学びを促すアクティブラーニングの実装</p> <p>学生が主体的にテキストに向き合い、思考を言語化する仕組みを構築しています。</p> <p>事前学習とプレゼンテーション：毎回担当学生を指名し、事前学習（テキストの精読・調査）に基づく発表を実施。自身の経験と知識を照らし合わせた考察を共有し、クラス全体でのディスカッションへと繋げています。</p> <p>ICT を活用した継続的フィードバック：WebClass を活用し、毎授業後に自由記述のリフレクション（理解した点・疑問点）を課しています。寄せられた内容は翌週の授業冒頭で共有・回答し、双方向の対話を繰り返すことで、学生が常に質問しやすい環境を整えています。</p> <p>3. 自己の健康管理と国家試験対策の連動</p> <p>行動変容を促す教育：授業を通じて学生自身のこれまでの食生活や身体状況を見つめ直し、具体的な食改善の提案を行うことで、栄養学への興味を「自分自身の健康増進」という身近な動機から引き出しています。</p> <p>資格取得を見据えた教材開発：製菓衛生師試験の出題傾向を分析し、重要項目を網羅した試験対策教材を独自に作成しています。日々の学びが直接、国家試験合格への自信に繋がるよう配慮しています。</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）	<p>&lt;食事設計実習&gt;</p> <p>1. 教材の刷新</p> <p>栄養士・管理栄養士の業務の土台となるデータについて、常に最新の情報に基づいた指導をしています。</p> <p>データ更新: テキストを「日本人の食事摂取基準(2025年版)」および「日本食品標準成分表(八訂)増補2023年」に準拠して全面的に改訂しました。</p> <p>ユーザビリティの追求: 単なる情報の更新に留まらず、学生にとって「見やすさ」や実習中での「使いやすさ」に配慮し、レイアウトや構成を見直すことで、学習効率の向上を図っています。</p> <p>2. 個別性に寄り添う双方向の献立添削</p> <p>学生が陥りやすいミスを防ぎ、献立作成のプロセスを論理的に理解できるように個別指導を重視しています。</p> <p>継続的なフィードバック: 学生が作成した献立に対し、「なぜこの修正が必要か」を問う双方向のやり取りを繰り返しています。このプロセスを通じて、学生の思考力を養い、実践的な献立作成スキルの定着を支援しています。</p> <p>算定スキルの重点講義: 献立作成の鍵となる「栄養価算出」、「エネルギー産生構成比(PFC比率)の算出」、「使用量および価格算出」について重点的な講義を実施しています。数値の背景にある意味を理解することで、精度の高い食事設計を可能にしています。</p> <p>3. 学生の負担軽減と効率化を図るワークシートの改良</p> <p>献立作成という高度な作業に集中できるよう、補助教材の設計にも工夫しています。</p> <p>実務に即した献立表のカスタマイズ: 従来の献立表は朝・昼・夕食で記入項目が混在しがちでしたが、食事区分ごとに最適化した専用様式を新たに開発しました。</p> <p>段階的なブラッシュアップ: 毎年、学生の書き込み状況や意見を分析し、記入欄の過不足を調整しています。記入の手間を最小限に抑え、栄養管理の部分に思考を割けるよう教材の改善を継続しています。</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）	<p>&lt;卒業演習 I 数理・データサイエンス・AI 教育プログラム&gt;</p> <p>1. 専門職のキャリアとデータサイエンスのガイダンス</p> <p>本プログラムの導入に際し、ガイダンスを担当。「食と健康」という専門領域において、データサイエンスがどのように関わるのかを具体化しました。</p> <p>具体的活用例の提示：栄養士や製菓衛生師の現場業務（大量調理の最適化、顧客の栄養状態分析、品質管理など）を具体的な科目と紐付けて解説。学生が「なぜこれを学ぶのか」という納得感を持ってプログラムに臨めるよう、学習の動機付けを徹底しました。</p> <p>2. 専門実務に即した「プログラミングの基礎」の展開</p> <p>「プログラミングの基礎」では、プログラミング言語の習得そのものを目的とするのではなく、実務課題を解決するツールとしての活用法を指導しています。</p> <p>身近な指標を用いたアルゴリズムの理解：BMI 算出や標準体重の計算を例題とし、身体計測データがどのように処理されるかのプロセスを提示。Excel を用いた集団栄養管理の自動化：個別管理から集団管理への展開として、Excel を活用した表作成・表計算の演習を実施しました。現場で即座に役立つデータ処理技術を確認し、データサイエンスの有用性を体感しました。</p> <p>3. PDCA サイクルによる継続的な授業改善</p> <p>学生の反応をリアルタイムで捉え、常に授業の質をアップデートする体制を構築しています。</p> <p>双方向フィードバックの徹底：毎授業後のリフレクションから学生の理解度や「つまずき」を把握し、翌週の授業冒頭で補足・解説を行うフィードバックループを回しています。</p> <p>多角的な分析による質保証：全授業終了後の「授業評価アンケート」の分析に加え、自由記述の内容を精査しました。さらに、自身の「授業定着度に関する研究結果」をエビデンスとして活用し、学術的根拠に基づいた授業改善を推進しています。</p> <p>教材の最適化：テキストや配布資料を每期見直し、PC 操作に不安がある学生の目線に立った分かりやすさと、実務に即した「実践的な学び」が両立できるよう、常に工夫を重ねています。</p>

教育 (つづき)	
2025 年 4 月～2026 年 3 月 (つづき)	
ゼミ	<p>ゼミ活動 (卒業演習) (修了研究)</p> <p>ゼミ生 8 名を 6 つのテーマで指導した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ栄養 <p>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。これらを参考にして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作成した。献立の検討と試作を繰り返し、献立を採用していただき担当者に指導いただき調理と選手へ夕食の提供を行った。</p> <p>大学ラグビー部選手の練習および試合における体組成と GPS データの測定結果を分析し、選手個々の優れている点と課題を明確化することに取り組んだ。これらの結果をもとに、体づくりやパフォーマンス向上に必要な効果的な栄養サポートの方向性を明らかにし、競技力の向上につなげた。また、得られたデータは、ラグビー部スタッフ、選手と共有することで、今後の指導や支援に活用した。</p> </li> <li>・保育園給食と食育 <p>食育キャンプでは、保育園を訪問し園児と共に食育活動や調理体験を行った。ご飯を炊き出汁をとる体験を通して、幼少期から主体的に関わる力の大切さを学んだ。給食づくりでは、3～5 歳児の給与栄養目標量を基に献立を作成し、試作と改善を重ね給食実習を行った。さらに、子どもの食嗜好の幅を広げることを意識したレシピ本作成を通し、日々の食育の重要性を再認識した。保育園レシピを書籍化し 2025 年度出版する。</p> </li> <li>・若者世代の食育 <p>明治大学食料経済学専攻の藤本ゼミと若者世代の食生活について共同研究を行った。大学生の現状を知るため、保育園の食育キャンプへ一緒に参加し交流を図った。次に近年、若者の食生活は不規則化・簡便化が進み、栄養バランスの乱れが課題となっている。一方で、美容や健康への関心は高まり、身体の内側から美しさをつくるインナービューティーの概念が注目されている。インナービューティーへの理解を深め、その考えを取り入れた献立の立案・試作を行いゼミで提供した。また、Instagram に作っている様子を投稿し情報発信を行った。さらに、アンケート調査を通して若者の食の傾向や関心を分析し、インナービューティーの概念から今後の生活改善に向けたアプローチ方法について取り組んだ。</p> <p>明治大学食料経済学専攻の藤本ゼミと若者世代の食生活について共同研究を行った。インナービューティーに観点を置き、運動、十分な睡眠を取るだけでなく、身体の内側から健康的になるためにどのような食事を摂ったらいいか献立を考え、多くの若者が作れるように作り方を撮影し、1 分間の動画にまとめゼミの Instagram に投稿した。次に、普段の自分の食生活を見直して貫うために、食物栄養科学生と経済学を学ぶ大学生を対象としたアンケート調査を実施し、現状把握を行った。</p> </li> </ul>

教育 (つづき)	
2025 年 4 月～2026 年 3 月 (つづき)	
ゼミ (つづき)	<p>卒業レポート・ 修了研究テーマ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ選手に関する栄養についてー大学ラグビー選手の体づくりと食事提供ー</li> <li>・フィールドを制する栄養と身体とはー体組成と GPS データの関連分析ー</li> <li>・給食と食育活動ー給食と食育活動を通して広がる食のカー</li> <li>・若者の食生活とインナービューティーについてー栄養摂取・生活リズム・美容への影響ー</li> <li>・インナービューティーの視点を取り入れた取り組みについてー大学生の食生活の課題と改善方法を考えるー</li> <li>・腎疾患を有する方への栄養計算ソフトの改良ー料理講習会を通した「腎疾患版 たべるべえよ K3」の改訂ー</li> </ul>
課外活動	<p>&lt;Do 好会！食べる部 (べ) クラブ顧問&gt; ラグビー部のスポーツ栄養サポート、保育園の食育キャンプの参加など現場で栄養士業務を指導し体験をした。</p> <p>&lt;山梨学院大学スケート部 スポーツ栄養サポート&gt; スピードスケート、ショートトラック選手に対し、食事や栄養の摂り方や身体づくりについてサポートを行った。スポーツ栄養学の講座を行った。体力、身体測定フィードバックに立ち合いアドバイスを行った。希望選手に個人面談を行った。男子寮の朝食について SNS を活用してアドバイスをした。冬季はレースに帯同し栄養サポートを行った。</p> <p>&lt;山梨学院大学ラグビー部 スポーツ栄養サポート&gt; 選手の朝食、夕食のアドバイスをを行った。試合や合宿に帯同し食事や補食について栄養面からサポートを行った。定期的に栄養講座を行い知識向上につとめた。希望選手に個人面談をおこなった。強化選手に対し、朝食と夕食の写真を送信してもらい、InBody 測定結果、GPS データ [時間(min)、距離(m/min)、走行距離(m)、スプリント距離(m)、高強度ラン(%)、スプリント距離回数(回)、加速度回数(回)、加速回数(回)、ロード] のデータ、簡易尿検査シートを元に栄養指導を行った。</p> <p>第 76 回全国地区対抗大学大会では全国優勝を納めた。</p>

## 教育（つづき）

2025年3月以前

### 主な教育業績

- ・ 2021年度卒業演習で、学生が自宅PC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で栄養計算できるソフトの修正と使用評価を行った。Excelの栄養計算ソフトは授業で運用した。ゼミ生は「山梨県栄養学術研究会」で研究発表を行った。
- ・ 2021年度卒業演習で、保育園給食の春夏メニューをレシピ本作成し出版した。
- ・ 2022年度卒業演習で、保育園給食の秋冬メニューをレシピ本作成し出版した。
- ・ 2023年度卒業演習で、保育園給食の早春メニューをレシピ本作成し出版した。
- ・ 2023年度卒業演習で、大学生に対し食事に関するアンケート調査を行いアンケート結果を元に簡単にできる料理動画を作成しSNSで共有した。さらに、若者世代における朝食欠食の問題と改善点、間食のメリットの資料を作成し、大学生（3・4年生）・大学院生に対してプレゼンテーションとディスカッションを行った。これらは、2023年度山梨県栄養学術研究会でポスター発表を行った。これらの取り組みに対しゼミ学生2名は、2023年度スチューデント オブ ザ イヤー賞（学術）を受賞した。
- ・ 2024年度卒業演習で、テレビのニュース番組において若者世代の食事調査結果を反映したメニュー提案を行った。「新生活応援！簡単レシピ」を3メニュー、「夏バテ予防レシピ」を4レシピ提案し、調理する様子が放送された。また、これらの活動は、令和6年度第9回山梨県栄養学術研究会で発表した。
- ・ 2024年度卒業演習で、栄養計算ソフト「たべるべえよK3」の改良を行い、利便性の高い栄養計算ソフトの改良を試みた。これらの活動は、令和6年度第9回山梨県栄養学術研究会で発表した。
- ・ 2024年度卒業演習で、明治大学食料経済学専攻の藤本ゼミと若者世代の食生活について共同研究を行った。大学生に対し食事に関するアンケート調査を行った。アンケート結果を元に簡単にできる料理動画を作成しSNSで共有した。これらの活動は、令和6年度第9回山梨県栄養学術研究会で発表した。
- ・ 2024年度卒業演習の取り組みに対しゼミ学生7名は、2024年度スチューデント オブ ザ イヤー賞（社会活動部門）を受賞した。

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） 食事設計実習 （共著）	2025年 4月	株式会社 静岡学術出版 ・担当部分：改訂にあたり食事摂取基準2025年版の見直し、修正、構成、出版を担当した。
（その他：学会発表（示説）） 医療・介護間の栄養情報連携に資する「食形態一覧表」の公開実態 —全国47都道府県栄養士会ウェブサイト横断調査— （共同）	2026年 3月	第10回山梨県栄養学術研究会
（その他：学会発表（口頭）） 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	特定非営利活動法人 日本栄養改善学会 第72回日本栄養改善学会学術総会
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） 未来の学び 小学生・中学生のための生涯学習講座 第3巻 特定非営利活動法人大学コンソーシアムやまなし （共著）	2024年 9月	学術研究出版 ・担当部分：「栄養学がつなぐ勉強とスポーツの食生活教室—食と栄養でなりたい自分になろう—」 (pp. 119-139)
（著書） 給食経営管理テキスト第6版 （共著）	2025年 3月	株式会社 学建書院 ・担当部分：「施設・設備管理」 (pp. 102-116)
（著書） はぐみな保育園のおだいどころ～オーガニック食品・地産地消の給食をどうぞ～秋冬メニュー （共著）	2025年 3月	株式会社 静岡学術出版 ・担当部分：「発刊にあたり」、「給食メニュー」、「若者世代の食生活を主体化するにはどのような経験が必要か—大学生へのアンケート調査及び保育園での「食育キャンプ」の実践から—」

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
(著 書) はぐみな保育園のおだいどころ～オーガニック食品・地産地消の給食をどうぞ～秋冬メニュー (共著)	2023年12月	株式会社 PUBFAN パプファンセルフ ・担当部分：「発刊にあたり」、「給食メニュー」、「はぐみな保育園の給食レシピを活用した給食づくり」、「はぐみな保育園 食育キャンプ」 (pp. - ii) (pp. 1-52)
(著 書) 給食経営管理テキスト第5版 (共著)	2023年 3月	株式会社学建書院 ・担当部分：「施設・設備管理」 (pp. 112-131)
(著 書) はぐみな保育園のおだいどころ～オーガニック食品・地産地消の給食をどうぞ～春夏メニュー (共著)	2022年 9月	株式会社 ITSC 静岡学術出版事業部 ・担当部分：「発刊にあたり」 「給食メニュー」 (pp. ii - vi) (pp. 1-72)
(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：「施設・設備管理」 (pp. 107-127)
(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 ・担当部分：(pp. 7-108)
(学術論文) スポーツ栄養サポート分野におけるテキスト分析ツール「KH Coder」の活用 (共著)	2024年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第44号
(学術論文) 「民間保育士等キャリアアップ研修」後の食育・アレルギー対応に関する保育士等の行動変容と検討 (共著)	2023年 3月	山梨学院短期大学研究紀要 第43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
(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
(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
(その他：学会発表 (口頭)) 食物栄養科学生による栄養計算ソフト改良 の試み②～利便性の高い栄養計算ソフトの 検討～ (共同)	2025年 3月	第9回山梨県栄養学術研究会
(その他：学会発表 (口頭)) 大学生の食生活調査と簡単レシピ動画の考 案～若者世代の食習慣改善に向けた取り組 み～ (共同)	2025年 3月	第9回山梨県栄養学術研究会
(その他：学会発表 (口頭)) 若者世代の食事調査結果を反映したメニュ ー提案～新生活応援！簡単レシピと夏バテ 予防レシピの提案～ (共同)	2025年 3月	第9回山梨県栄養学術研究会
(その他：学会発表 (口頭)) 食物栄養科における「データサイエンス教 育」と「食と健康」の取り組み (共同)	2024年 9月	特定非営利活動法人 日本栄養改善学会 第71回日本栄養改善学会学術総会

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 (口頭)) 食物栄養科学生の授業を通じた朝食摂取向上への取り組み (共同)	2024 年 7 月	一般社団法人日本食育学会 第 12 回学術大会
(その他：学会発表 (口頭)) 高校生における食教育の必要性と Zoom 導入の検討 -自治体の食育推進事業の食育講座前後のアンケート結果を通して- (共同)	2023 年 6 月	一般社団法人日本食育学会 第 11 回学術大会
(その他：学会発表 (示説)) 日本人女性におけるカルニチン摂取による体組成変化と運動習慣との関連について (共同)	2023 年 9 月	特定非営利活動法人 日本栄養改善学会 第 70 回日本栄養改善学会学術総会
(その他：学会発表 (口頭)) 栄養士養成課程の IT イノベーションのケーススタディ (共同)	2023 年 11 月	一般社団法人経営情報学会 2023 年全国研究発表大会
(その他：研究発表 (口頭)) 数理・データサイエンス・AI 教育プログラムの取り組みと DX による学修者本位の学修の実現 (単独)	2024 年 2 月	山梨県授業設計研究会
(その他：研究発表 (示説)) 大学生の食生活調査および食と栄養に関するアプローチについて (共同)	2024 年 3 月	第 8 回山梨県栄養学術研究会
(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～ (共同)	2022 年 3 月	第 6 回山梨県栄養学術研究会
(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 (単独)	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)

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) 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 (オンライン)
(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 (共同)	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 (共同)	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 (共同)	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 (共同)	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～ (共同)	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 (共同)	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 (共同)	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)

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） 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 （共同）	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～ （共同）	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

2025年4月～2026年3月

- ・磐田市健康増進課委託事業「高校生食育講義」(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)  
令和7年度全国高等学校総合体育大会 剣道男子団体優勝  
令和7年度第12回東海高等学校剣道選抜大会 女子団体優勝
- ・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)
- ・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 給食経営管理論」講師(2020年～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)
- ・静岡県立高校野球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)  
令和6年 第106回全国高等学校野球選手権大会 県代表
- ・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 応用栄養学」講師(2021年～現在に至る)
- ・山梨県消防学校「安全管理(熱中症対策、正しい水分補給、スポーツ栄養学)」(2024年5月～現在に至る)
- ・山梨ことぶき勸学院「高齢者の食生活と運動」講師(2023年11月～現在に至る)
- ・中巨摩学校食育推進研究会 南アルプス市立白根飯野小学校  
児童、教職員、保護者、地域住民対象「子どもを育てる食事・栄養の話」講師(2025年6月)
- ・静岡県立高校バスケットボール部スポーツ栄養講義(2025年6月)
- ・株式会社リトワードリンクス 健康経営 食生活の改善に関する栄養講座「女性の健康と食事」講師(2025年6月)
- ・甲州市保育所連合会「食物アレルギーについて」講師(2025年7月)
- ・令和7年度南部町教育を語る会「やる気と元気は食事から！」(2025年10月)
- ・山梨県中北保健所「災害時の食事提供についてー施設の現状把握と備えー」講師(2025年12月)
- ・山梨県中北保健所「児童福祉施設等における子どもの成長に応じた栄養管理と食育について」(講義)講師(2026年1月)
- ・UTY 山梨放送 スゴろくニュース「お正月太り解消について」テレビ出演(2026年1月)
- ・山梨県中北保健所「児童福祉施設等における子どもの成長に応じた栄養管理と食育について」(演習)講師(2026年2月)
- ・UTY 山梨放送 スゴろくニュース「指定野菜ブロッコリーについてとおすすめレシピ紹介」テレビ出演(2026年2月)
- ・山梨県峡東保健所「児童福祉施設等における栄養管理と食育ーガイド改訂を踏まえた自施設への活用ー」講師(2026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

### 2025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）
- ・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～2024年まで）
- ・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～2022年まで）
- ・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～2023年）
- ・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）
- ・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～2024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）
- ・浜松市立庄内中学校3年生対象食育講座講師（2019年7月～2022年）
- ・浜松市立庄内中学校2年生対象食育講座講師（2019年7月～2022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）
- ・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～2024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）
- ・静岡県立磐田北高等学校健康講義講師（2021年）
- ・浜松市教育研究会（栄養研究会）講師（2021年）
- ・NPO法人磐田市スポーツ協会スポーツ講座講師（2021年）
- ・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～2023年）
- ・山梨学院短期大学地域連携研究センター主催公開講座「スポーツ栄養学を取り入れた中高生の食教育」講師（2022年6月）
- ・日本スポーツ栄養学会ホームページ 公認スポーツ栄養士インタビュー掲載（2022年8月）
- ・静岡大学総合科学技術研究科事業開発マネジメントコース「事業開発マネジメントフォーラム2022」講演（2022年10月）
- ・富士宮市立富士宮第一中学校全校生徒、教職員対象食育講座講師（2022年10月）
- ・エフエム甲府「楽しい子育て」～未来のかけはし～ラジオ出演（2023年1月～2024年9月）
- ・中巨摩学校食育推進研究会 南アルプス市立甲西中学校 全校生徒、教職員、中巨摩地域関係者対象講演会講師（2023年2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

2025年3月以前（主なもの）（つづき）

- ・山梨学院短期大学地域連携研究センター主催公開講座「トレーニング効果をアップする食生活と栄養」講師（2023年6月）
- ・大学コンソーシアムやまなし“未来の学び”小学生・中学生のための生涯学習講座「栄養学がつなぐ勉強とスポーツの食生活教室ー食と栄養でなりたい自分になろうー」（2023年8月）
- ・山梨学院短期大学地域連携研究センター主催公開講座「スポーツ栄養セミナー」講師（2024年6月）
- ・UTY 山梨放送 スゴろくニュース「夏バテ予防レシピ」紹介 テレビ出演（2024年7月）
- ・山梨県栄養士会生涯学習研修会「運動・スポーツと栄養」講師（2024年7月）
- ・山梨県立農林高等学校模擬講義「栄養学がつなぐ食と健康」講師（2024年7月～現在に至る）
- ・山梨県中北保健所「特定給食施設等における栄養・食事管理の実践について」講師（2024年8月）
- ・帝産ショートトラック強化合宿「ジュニアアスリートのための栄養-スポーツの賢い楽しみ方-」講師（2024年11月）
- ・山梨県中北保健所「災害に備えた食事提供訓練の必要性について」講師（2025年1月）
- ・磐田東高等学校「栄養学がつなぐ食と健康」講師（2025年1月）
- ・山梨県峡東保健所「食と健康を考える給食の栄養・食事管理について」講師（2025年3月）
- ・山梨県立農林高等学校模擬授業「栄養学がつなぐ食と健康」講師（2025年3月）
- ・山梨県立青州高等学校模擬授業「栄養学がつなぐ食と健康」講師（2025年3月）

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）