

## 健康栄養学科Twitter閲覧ランキング



【給食管理実習1】

ブリチリ



【基礎調理学実習2】

Xmasメニュー

～鴨のロースト・クレープシュゼット～



【基礎調理学実習2】

正月料理

～蒲鉾の飾り切り・だし巻き卵～



12/14(火)投稿

【給食管理実習1】  
「冷凍天然ブリ」を使ったブリチリ

健康栄養学科1年生の「給食管理実習1」ではSDGsへの取り組みとして長崎県五島市の未利用魚である「冷凍天然ブリ」を使ったブリチリを提供しました。



「冬の寒さを吹き飛ばそう！」をテーマにブリを使った中華料理の献立をたて、1からレシピを作成しました。寒い冬にぴったりな、ピリッと辛い体温まるブリチリが出来上がりました！また、未利用魚を利用することでフードロス問題に向き合うきっかけとなりました。



12/23(木)投稿

【基礎調理学実習2】

Xmasメニュー

～鴨のロースト・クレープシュゼット～



この日は元シーホーク総料理長 山並辰巳先生による調理実習！山並先生による調理実習最終回は、クリスマスイブ前日ということもあり、Xmasメニューでした★鴨を調理するのも食べるのも初めてという学生が多くいました。鴨肉の火入れ加減が難しく「先生のようにいかなかつ…」と残念がる声や「年末家族のために作ってみます！」と意欲的な声もあり、充実した回になりました。デザートのクレープ・シュゼットもオレンジ風味で絶品☺️皆の美味しい姿が印象的でした。



12/16(木)投稿

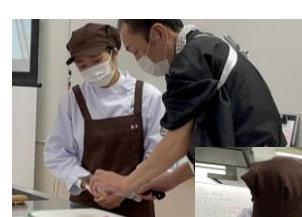
【基礎調理学実習2】

正月料理

～蒲鉾の飾り切り・だし巻き卵～



この日は海鮮処 松月亭 料理長 高松幸治先生による実習でした。高松先生による調理実習最終回では蒲鉾の飾り切りとだし巻き卵を一人ひとり評価してもらいました。蒲鉾の飾り切りでは、先生の華麗な包丁さばきに思わず拍手をする場面も👏だし巻き卵もプルプルとして美味しいぞ…いざ自分がしてみるとなかなかうまくいかなかつたようで、苦戦している学生が多数見られました。先生のご指導もあって、上手にできている学生がほとんど！お正月に家族に作ったという報告もありました★



## 健康栄養学科Twitter閲覧ランキング



**【健康栄養ゼミナール】**  
うきは市葡萄プロジェクト  
オリジナルジャム作り



2

【食事療法】  
災害時における栄養士の役割



10/7(木)投稿

**【食事療法】**  
災害時における栄養士の役割

1



**【給食管理実習1】**  
五島のブリを使った実習



3



【食事療法】は、健康栄養学科2年生後期の講義です。今回のテーマは「災害時の栄養士の役割」。災害時にどのように食事を提供するか、備蓄食品はどのようなものが適しているのか、どれくらい必要なのかなど、災害時の食事について学びました。

また、災害時を想定して献立を考える演習も行い、災害時の献立についても学びました。いつ起こるかわからない災害。災害時に栄養士としてできることは何なのかを学ぶ大切な回でした。



10/15(金)投稿

**【健康栄養ゼミナール】**  
うきは市葡萄プロジェクト  
オリジナルジャム作り



うきは市葡萄プロジェクトと題し、健康栄養学科2年生は今年の夏の記録的な大雨により被害を受けた、福岡県うきは市の葡萄を使い、オリジナルジャム作りをゼミ活動で行っています。

10/15(金)のTwitter記事ではブドウの糖分を糖度計を使用し、測定した様子をお届けしました。現在はジャム作りを行っています。うきは市のブドウの甘みを活かしたジャム作りのために、目的とする糖度からブドウの糖度を差し引き砂糖の量を決めました。今後は味・香りを評価していく予定です！



10/12(火)投稿

**【給食管理実習1】**  
五島のブリを使った実習



健康栄養学科では、SDGsへの取り組みとして、フードロス問題をテーマに活動を行っております。後期は未利用魚の活用について取り組んでいます。未利用魚とは、水揚げしても値が付かないため廃棄されている魚のことです、漁業者の悩みの種にもなっています。

漁業が盛んな長崎県五島市の協力を受けて取り組んでおり、【給食管理実習1】では未利用魚のブリを使用して「ブリの山芋味噌グラタン」を作りました！大量調理×SDGsへの挑戦！今後もどのようなことができるのかを考えていきます！



## 健康栄養学科Twitter閲覧ランキング



**【臨床栄養学実習】  
食物アレルギーの食事**



**【ライフステージ別栄養学実習】  
スポーツ選手の食事**



**【食品加工学実習】  
(株)庄分酢様のご紹介と  
お酢の効能について**



7/16(金)投稿

**【ライフステージ別栄養学実習】  
スポーツ選手の食事**



7月16日(金) 1・2限目の実習では<スポーツ選手の食事>作りをしました。スポーツ選手は活動量が増すため、必要なエネルギー量が多くなります。またトレーニングにより筋肉や内臓を発達させるために必要な栄養成分が多くなり、活動量が多くなる分、代謝が活発になりそのために必要な栄養成分が多くなります。

この日の実習では、麦ごはん・鯛の冷しゃぶ・ヒレステーキ・ミルクスープを作りました。ライフステージ別栄養学実習での最後の実習。グループのメンバーと協力し実習する姿が見え、前期の実習での成長を見せてくれました。



7/3(土)投稿

**【臨床栄養学実習】  
食物アレルギー対応食(幼児)**



【臨床栄養学実習】は、健康栄養学科2年生前期の実習です。この実習では、病態に合わせた調理実習を行います。どうしたら満足感が得られるのか、味・見た目・食感・調理法の工夫を学びます。



卵、牛乳、小麦アレルギー除去について理解を深めることができました。福岡女子短期大学の学生には保育園栄養士が人気です。保育園栄養士にはアレルギー対応が求められる場合があるので、有意義な実習でした。



7/6(火)投稿

**【食品加工学実習】**

**(株)庄分酢様のご紹介とお酢の効能について**



【食品加工学実習】は、健康栄養学科2年生前期の実習です。この実習では、加工食品の製造を通じて食品の加工特性や製造の原理を学びます。実習内で微生物利用食品について学ぶ回があり、その中で食酢の効能や製造方法を学びます。



その学びを深めるために福岡県大川市で300年続く伝統のあるお酢の蔵元の株式会社庄分酢さんから7月に本学科1・2年生へ向けてご講演いただきました。お酢の原理や製法について学び、「食品加工学」の知識を深めました。