

# ゆきんこくらぶ

2022

12

Vol.13

青森県立保健大学  
栄養学科同窓会広報誌

# ☆研修会報告

今年度はリモート・  
現地のハイブリッド  
開催となりました！



2022年10月8日の14時より、2年ぶりに栄養学科同窓会卒業生研修会を開催しました。今年度は初のzoomを利用したリモートと教室での現地開催のハイブリッド形式となりました。

在校生からの質問や卒業生同士のお悩み相談など「情報交換」をテーマに行いました。

在校生から卒業生に向けて、就職活動で大変だったことは？就職先を選ぶ上で重視したことは何か？という質問がありました。これに対し、就職活動の移動費がかかった、自分の卒業と就職したい仕事の求人のタイミングが合わなかった、就職活動自体には困らなかったが、働いてから職場の空気感や人間関係に困ったとの意見が上がりました。

卒業生のお悩み相談では、残業を減らすための工夫や、患者様やお客様とのコミュニケーションについて、育児相談など仕事からプライベートまで幅広く意見の交換を行いました。子育て世代も多く、今後の参考になる意見もたくさん聞くことができたのではないのでしょうか。

教室に11名、リモートで6名、教員3名の計19名にご参加いただきました。ご参加いただいたみなさん、ありがとうございました。来年も大学祭にあわせて研修会を開催予定ですので、多くのご参加をお待ちしています！

こんなテーマが良い等の意見も募集しております！

# ☆吉池 信男 学長より

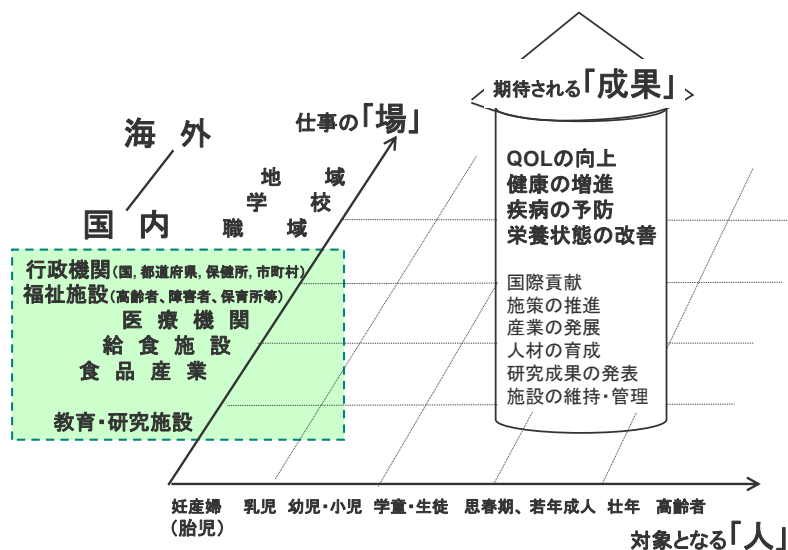
保健大学の“えいよう”を忘れないでね！

2008年4月に青森県立保健大学に栄養学科ができてから15年目となりました。そのころは、(当然のことですが)栄養学科には1回生の33名が居るだけで、「栄養はえいよ～」なんて親父ギャグ(某M先生)が飛び出すような牧歌的な日々でした。

私自身も初めてのキャンパスライフ(大学勤務)で、2008年4月8日に1年生の「健康と栄養管理」の講義をルンルン？しながら行いました(下図)。この図のように、皆さんもいろいろな「場」で、それぞれの「成果」を挙げ始めていることでしょう。栄養の仕事は、なかなか短期的な成果が出にくいものですが、これまでの、そしてこれからの地道な積み重ねがきっと実を結ぶ時がくるでしょう。

さて、この4月から私は保健大学の学長になり、卒業生の皆さまとのコミュニケーションを大切に、卒業生、地域の皆さま等の力をお借りしながら、多職種連携による教育や実践、研究をしっかりと行っていきたいと考えています。保健大学とは縁遠くなってしまっている方もいるかと思いますが、保健大学での4(+α)年間のことを思い出して、“えいよう”仲間とのつながりを大事にしていただければ嬉しく思います。

「栄養学科同窓会」のご発展を心よりお祈りいたします。



管理栄養士の仕事の位置づけと期待される成果





# ☆齋藤 長徳 学科長より

管理栄養士としての誇りと母校愛を胸に

青森は冬です。卒業生の皆さま、コロナ禍に負けずそれぞれのフィールドで管理栄養士として、社会人としてあなたたちなりに頑張っている様子が目に浮かびます。皆さんを輩出して、はや11年が経ちました。1～3期生は三十路を過ぎて中堅どころとして、ご活躍のこととお察します。また4期生以降も新人から今やなくてはならない戦力として、右往左往しながらも、ファイトされていることを数々の先輩方から聞き及んでおります。各種学会でお会いした時には、うれしさとその発表ぶりには涙袋が膨らみます。

スタート時からの教員の顔ぶれも変わりました。松井先生、吉岡先生、岩井先生、藤田先生、草間先生、飯島先生が研究室を離れ、都度新しい教員が仲間となっております。そうそう、この度吉池先生が学長先生にご就任されました。日々その手腕を多いに発揮されていらっしゃると思います。

さて、仕事では順調だけではないことは小生も経験してきました。大変な思いでお仕事されている卒業生もいるかと、、、でも今が人生の踏ん張りどころです。頑張ってください。そしてたまには息抜きに肩の力を抜いて同窓生と語り合ってください。辛いこと、悩めること、そして大学時代のよき青春時代を思い返してください。同窓生は教員以上に皆さんの力になると思います。

そして皆さん、母校愛を持ってください。母校の発展は皆様卒業生にあります。母校の各種イベントへの参加、本学大学院、そして教員として後輩の育成に携わってみませんか。どうぞいつでも学科を訪ねてきてください。直接指導された先生方はいないかも知れませんが、皆さんの学び舎は変わってはいません。思い出がいっぱいよみがえると思います。小生はじめ一期生時代からの教員もおります。

大学の評価の一端は卒業生であり、卒業生のご活躍と卒業生からの母校の評価・向上させる視点にもあります。

最後にすべては身体が資本です。

「元気があれば何でもできる」 アントニオ猪木:引用



# ☆卒業生の職場紹介



水口泉貴(みすぐちいずき)と申します。

大学卒業後、千葉県の**透析クリニック**に就職し、現在も従事しています。

主な仕事は、①**栄養管理業務** ②**給食管理業務** ③**研究** です。



①**透析患者さん**はもちろん、**慢性腎臓病**や**糖尿病**、**泌尿器疾患**の患者さんへの**栄養指導**をメインで行っています。入院病床は18床と少ないですが、透析患者さん約400名を**管理栄養士3人**で受け持っています。毎月2回ある**定期採血**でひとりひとりのデータを細かくチェックして対応しています。ご高齢な患者さんも多いので、最近では**家族への介入**も増えてきました。

②**入院食**はもちろん、**職員の食事**も提供しています。厨房業務には従事していませんが、**献立作成**や**発注業務**などの**給食管理業務**を行っています。🍴🍷  
うちの入院食と職員食は美味しいと評判です！笑

③**つい先日**、**日本臨床栄養学会**へ参加してきました！研究は**業務時間外**に行うのでとても大変ですが、**達成感**と**やりがい**で満たされました🍀 **症例カンファレンス**や**勉強会**など、**学べる機会**が豊富で、**日々レベルアップ**できる環境にあります。また**多職種**と**関わる機会**もとても多く、**栄養のこと以外**にも、**薬**や**心機能**のことなど幅広い知識をつけられます。最近では、**透析患者さん**への**運動療法**の実施も開始され、**栄養的側面**からの**サポート**を実施しております。

総合病院とは異なるため、**多種多様な疾患**に携わる、ということはありませんが、**腎臓病**や**糖尿病**に関する知識はとても深められます。毎日**新たな発見**があり、とても**充実した毎日**を過ごしています！👧👦

## 私の1日～お仕事の日ver.～

 <b>睡眠</b> 5:30起きです！ 	<b>身支度 通勤</b> 電車通勤しています。	<b>仕事(8:00~16:30)</b> 午前：入院患者対応 栄養指導 発注・納品業務など 午後：栄養指導 チーム活動 事務業務など その他：Dr.の回診に同行 症例報告会 カンファレンス 各種勉強会 多職種チーム活動 研究業務	<b>移動</b> 残業がない日は直ぐに帰ります！	<b>*自由*</b> 大学や職場の同期とごはんに行ったりおうち時間を楽しく過ごしています！ 退社時間が16:30と早いので、自由時間が多く感じます(◡‿◡)
--	---------------------------------	--	------------------------------	---

0 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24

## メッセージ

### \*9期生の皆様\*

お元気にはしてますか～？ 関東に来るときは連絡ください♡飛んでいきます✈  
いつか同窓会でもしましょうね(^^)

### \*後輩の皆様\*

コロナなど大変なことがたくさん降りかかっていると思いますが、心と体を大切にしてお過ごしくださいね。



# ☆新任の先生紹介

今年度は新任の先生がお二方いらっしゃいます。

お忙しい中、盛り沢山の質問に答えていただきました！



## 神田 晃(かんだ あきら) 先生

・出身地 (奈良県橿原市)

### ・趣味

英米ロックの歌唱、現代的なリズムのダンス、パーカッション、ピアノ

### ・経歴

3年間、弘前大学大学院医学研究科におりました。現在は青森市民です。

### ・担当科目

疫学特論、統計学基礎、疫学・統計解析演習、公衆衛生学Ⅰ、栄養疫学、ヘルスプロモーション概論・演習、総合演習Ⅰ、ラーニングスキル

### ・在学生及び卒業生へのメッセージ

栄養は、身体が営むことのできる根源的な機構であり、マクロ栄養素からミクロ栄養素までの微細な物質の変換の過程であります。現代の、栄養素摂取の過不足による、生活習慣病、フレイルティや認知症へのリスクと予防、また、経腸栄養等による特定の栄養素の不足も、ベッドサイドの栄養管理として注意すべきことでしょう。

人間の生活上切っても切れない栄養を、身近で深いものとして皆さんに考えて戴ければ大変幸いです。





# 七島 直樹(ななしま なおき) 先生



・出身地 青森市

・趣味

料理とは言えない料理(あれこれ創作して作るのが楽しい)、新しい食材や調味料を試すこと、美酒探索、旅行(時間とお金)が十分にあればの話ですが。仕事での出張も好きです。)、お笑いを見る(単に楽しむのもありますが、間の取り方とか話し方などは授業をする時の参考になります)

・経歴

1994年 青森県立青森東高等学校卒業 (音楽部で、テノールでした)

1998年 弘前大学 農学部 生物資源科学科 卒業

2000年 弘前大学 大学院農学研究科 生物資源科学専攻 修了 修士(農学)  
(学部と修士課程時代は、乳酸菌に関する研究をしていました。)

2001年 弘前大学 医学部 保健学科 検査技術科学専攻に助手として勤務する傍ら、2006年に弘前大学大学院医学研究科生化学第二講座で博士(医学)を取得。

2022年4月 青森県立保健大学 健康科学部 栄養学科に異動

・担当科目

学部:食品学総論、食品学各論、食品機能論、総合演習Ⅰ・Ⅱ、食品学実験Ⅰ、卒業研究、生活と化学、ラーニングスキルなど

大学院:食品栄養学特論、基礎健康科学特論など

・在学生及び卒業生へのメッセージ

私は21年間、臨床検査技師の養成に従事しており、臨床化学検査学という血液中の生化学検査に関する講義と実習を主に行ってきました。一方で、研究面では、カシスやリンゴの新しい機能性の探索を行ってきました。自分の専門性をさらに生かしたいと思い、本学栄養学科に異動させていただきました。今後も青森県にゆかりのある食材の新たな機能性を見出すとともに、食材から分離された乳酸菌についても研究していきたいと思っています。

管理栄養士の養成へ携わるのは初めてのことで、学生が実習で作った給食を食べるなど、管理栄養士養成校ならではのイベントがあり、いろいろ驚くことが多く、刺激を受けています。保健大は学生および教員数の規模からして、大学の敷地が広く、さらに研究室や実験室が広くて設備も充実しています。また、大学の敷地内に寮があるなど学生さんにとっては大変恵まれた環境にあると感じています。印象的だったのは、学生さんの挨拶が素晴らしいところです。異動当初の4月でも、見ず知らずの私に必ず挨拶してくれましたし、今でもしてくれます。また、先生方も親切な方ばかりで大変「あずましく」過ごしています。私の好きな言葉に「人はどこから来たのではなくどこへ行くのが大事で、何をしてきたかではなく、これから何をすることが大事」というのがあります。自分の経験や経歴にとらわれず、興味のあること面白いと思ったことにどんどんチャレンジしてください！

# 令和4年度 事業報告および決算書

# 活

# 動

# 報

# 告

## 令和4年度 青森県立保健大学 栄養学科同窓会 事業報告書

## 令和4年度 青森県立保健大学 栄養学科同窓会 決算書

自 令和3年10月1日  
至 令和4年9月30日

自 令和3年10月1日  
至 令和4年9月30日

行事・事業名	年月日	内容
理事会・総会	令和3年10月9日	事業報告、予算
国家試験助成	令和3年11月5日	栄養学科11期生に国家試験受験者助成金を支給
卒業式	令和4年3月10日	スタンド花、記念品(印鑑)贈呈
入学式	令和4年4月5日	スタンド花 贈呈
大学祭	令和4年9月2日	大学祭ホームカミングデー 協力金を計上

### (収入の部)

項目	予算額(A)	収入額(B)	比較(B-A)	摘要
1. 事業費予算	585,000	578,000	△ 7,000	
2. 雑収入	0	2	2	預金利息
3. 卒業生研修会助成金	100,000	0	△ 100,000	
合計	685,000	578,002	△ 106,998	

### (支出の部)

項目	予算額(C)	支出額(D)	比較(D-C)	摘要
1. 旅費交通費	160,000	0	△ 160,000	
2. 人件費	30,000	0	△ 30,000	
3. 会議費	150,000	0	△ 150,000	
4. 大学行事費	140,000	66,730	△ 73,270	花代(入学式・卒業式)、卒業記念品(印鑑)
5. 卒業生研修会助成研修費	100,000	0	△ 100,000	
6. 国家試験受験者助成金	72,000	68,000	△ 4,000	2,000円×34名
7. 消耗品費	5,000	0	△ 5,000	
8. 印刷費	0	0	0	
9. 通信運搬費	0	0	0	
10. 雑費	28,000	100,550	72,550	大学祭ホームカミングデー協力金
合計	685,000	235,280	△ 449,720	

総収入 578,002 円、 総支出 235,280 円、 繰越金 342,722 円

# 令和5年度 事業案および予算案

## 令和5年度 青森県立保健大学 栄養学科同窓会 事業計画・予算(案)

### 1. 事業計画

自 令和4年10月1日  
至 令和5年9月30日

行事・事業名	年月日	内容
理事会・総会	令和4年10月8日	事業報告、予算
栄養学科役員会	令和4年10月8日	今後の活動予定について(事業の引き継ぎ、広報誌等)
栄養学科総会	令和4年10月8日	事業・決算・監査報告、予算・事業計画・新役員承認
栄養学科研修会	令和4年10月8日	卒業生、在学生交流会
会報作成	令和4年11月頃	会報の作成、配信(vol.13)
国家試験受験者助成金	令和4年11月頃	国家試験受験者助成金の支給
卒業生へ同窓会説明会	令和5年2月	4年生への同窓会の活動紹介
卒業式	令和5年3月	スタンド花、記念品(印鑑)贈呈
入学式	令和5年4月	スタンド花 贈呈
同窓会(県外)	年度内に1回以上	Uターン・Iターン情報の提供 ※東京、仙台等

### 2. 予算案

#### (収入の部)

項目	(A) 4年度予算	(B) 5年度予算	比較(B-A)	摘要
1. 事業費	585,000	394,000	△ 191,000	
2. 雑収入	0	0	0	預金利息
3. 卒業生研修会助成金	100,000	100,000	0	大学からの助成金(10万円以内)
合計	685,000	494,000	△ 191,000	

#### (支出の部)

項目	(C) 4年度予算	(D) 5年度予算	比較(D-C)	摘要
1. 旅費交通費	160,000	140,000	△ 20,000	研修会・研究会等に係る、旅費交通費(県外同窓会含む)
2. 人件費	30,000	30,000	0	研修会・研究会等に係る、講師謝金
3. 会議費	150,000	90,000	△ 60,000	役員会・総会に係る、旅費交通費・弁当代・お茶代
4. 大学行事費	140,000	100,000	△ 40,000	花代(入学式・卒業式・退官者)、卒業記念品
5. 卒業生研修会助成研修費	100,000	50,000	△ 50,000	大学からの助成金対象の「卒業生研修会」に係る経費(県外同窓会含む)
6. 国家試験受験者助成金	72,000	72,000	0	2000円×36名
7. 消耗品費	5,000	4,000	△ 1,000	コピー用紙、ラベル、のり等の事務用品
8. 印刷費	0	0	0	広報誌、封筒印刷
9. 通信運搬費	0	0	0	切手、ハガキ、宅配便
10. 予備費	28,000	8,000	△ 20,000	
合計	685,000	494,000	△ 191,000	

令和4年10月8日に行われた栄養学科同窓会定期総会において承認された昨年度の事業報告・決算書および今年度の事業案・予算案を報告します。



## 青森県立保健大学同窓会 入会案内

青森県立保健大学を卒業(修了)と同時に正会員となり、会費を納入していただく必要があります。平成26年度以前の入学生で会費を納入されていない方はお手続きをお願いいたします。平成26年度以降の入学生は、入学と同時に同窓会入会費を納入していただいているのでお手続きは不要です。

※任意での入会となります。強制的に入会させるような連絡等は行っておりません。

※活動は各学科で行っております。



### 入会方法

会費: 10,000円(終身会費、全学科共通)

振込先: 青森銀行浜館支店(普)1063163  
名 義: 青森県立保健大学同窓会

※振込み名義はご自身の「学籍番号とフルネーム(旧姓、新姓どちらもお願いします)」を入れてください。

※振込期日はございません。なお、振込手数料は各自ご負担願います。

※大学入学時に納入済みで、本大学院へ進学する方の再納入は不要です

保健大学ホームページ内の同窓会『入会案内』でも入会方法をご案内しております。入会についてのお問い合わせはお問い合わせフォーム (<http://www.auhw.ac.jp/dousoukai/toiawase.html>) に入力し、送信いただくか、TEL 017-765-2144 (同窓会事務局 平日9時00分~16時00分) へお気軽にお問合せください。

## 登録情報(改姓、連絡先)の変更について

栄養学科同窓会では、同窓会活動に関する情報や大学からのお知らせ等を皆様に教えていただいた連絡先に送っています。『@ym.auhw.ac.jp』のアカウントサービスが終了したことに伴い、まだ連絡先の変更していない方はauhw\_eiyo\_dousoukai@yahoo.co.jp(栄養学科同窓会アドレス)までお知らせください。最近、同窓会からの連絡が来ないと感じている方も同アドレスまでご連絡ください。大学ホームページ内の同窓会『お問い合わせ』からも手続き可能です。

## 大学のホームページです

大学のホームページがリニューアルしました。卒業後全く見ていなかった方も是非この機会にご覧ください。



同窓会ホームページ内や栄養学科同窓会ホームページ内で、青森県へのUターン・Iターン情報も紹介しております。興味のある方は要チェックです!!!  
※関東同窓会でも青森県内の求人情報を紹介することがあります。