

# 奈良ユニバーサロン ログ・イン 1000文字講座

## 管理栄養士を目指しませんか?でも「栄養」を「管理」するだけじゃ面白くない



管理栄養士の実習風景

管理栄養士と聞いて、どのようなことを想像されるでしょうか。スポーツ選手に対して、あるいは病院で患者さんに対して栄養管理・指導をすることは大事な業務の一つです。では、管理栄養士に求められる能力はどのようなものでしょうか。

奈良女子大は2005年に管理栄養士養成施設となり、私は一期生です。管理栄養士のことをよく知らずに、「料理が好きだから食のエキス

### 奈良女子大大学院生 牧野舞さん



まきの・まい 大阪府摂津市出身、四天王寺高卒。09年、奈良女子大生活環境学部食物栄養学科卒。01年、同大学院人間文化研究科博士前期課程食物栄養学専攻修了。同年、同研究科博士後期課程共生自然科学専攻食物栄養科学講座に入学し、在学中。趣味は音楽鑑賞、料理。

パートになろう」と漠然と考えてこの道を選択しましたが、大学での必須科目の多さと分野の幅広さに大変驚かされました。しかし奈良女子大の場合は、最初から国家試験を念頭に置いての対策のような講義内容ではなく、食に関する研究者を育成するためのプログラムとなっていました。そこで私は、研究というものに触れました。

管理栄養士と研究者とが結びつかないと思われる方は多いかもしれません。しかし、このように考えるとうでしよう。例えば、朝食を取るように勧めようとするとき、なぜ朝食を取ることが大切か、食べない場

合どのようなことが起こり得るのかを科学的根拠に基づいて説明する必要がある。あるいは、近年問題となっている生活習慣病は食が関係している部分が多く、予防、さらに健康増進を考えるときには、やはり科学的にアプローチしていくことが重要です。このような時に必要となってくる知識は、医学、薬学、農学、生物学など広大な分野にわたり、更にその知識をもつて思考・応用していかなければなりません。このように、食に関しての分子レベルのミクロな世界から個体レベルのマクロな世界まで広い視野を持って考えられる高度な研究能力が、管理栄養士には求められるのです。

大学の4年間で国家試験の受験資格を取得できますが、全体を見渡して物事を科学的に考えることができようになるのは難しいと感じます。本当の意味で食のエキスパートになろうとするなら、更に高みを目指し研究する姿勢を身につける必要があると思います。

食は人が生きていく上で必要不可欠なものです。管理栄養士の担うべき役割は大きく、これから需要はさらに増加するでしょう。16万を超えている人が管理栄養士の免許を取得されていますが(11年12月厚生労働省調べ)、研究者である管理栄養士はどのくらいを占めているのでしょうか。これからの管理栄養士の未来は、私たちの世代の目指すところにかかっているのではないかと思います。

奈良ユニバーサロンは奈良県内の大学教員、学生で作るNPO法人です。