

中村学園大学・中村学園大学短期大学部 広報誌

CELERY

セロリ

2003
No.46

特集

就職活動 ～がんばった先輩たちの体験談～

研究内容紹介「太った子供は太った大人になるか？」

研究トピックス「1日1万歩歩いて健康になろう」

「園遊会に招かれて」

理事長 中村 量一

昨年9月はじめのことでした。文部科学省から電話があり、天皇皇后両陛下には来る10月31日赤坂御苑において御催しの園遊会にお招きになる御予定です。とのこと。大変に名誉なことであり二度と無いことだと思ひ、ありがとうございます。喜んでお受けいたします。とお答え致しました。このことは言うまでもなく私個人ではなく中村学園の名誉であり、改めて教職員をはじめ学園関係者の皆さまに感謝申し上げます。

正式の招待状は10月になって届きました。招待者の名簿が新聞に掲載され、いろんな方からお祝いの言葉を頂きましたがなかには祝電を下さった方までいらつしやいました。以前にお招きを受けられた方からは、いろいろとアドバイスも頂きました。両陛下をお待ち申し上げる最箇の場所、お待ち申し上げる間にすべきこと、軽食・茶菓が用意されているが、必ず食べるべきもの等々です。

当日東京は良い天気にも恵まれました。このような日の晴天を「天皇晴れ」と言うそうです。会場の赤坂御苑は東宮御所や赤坂離宮(迎賓館)を含む広大な庭園です。御苑の中に入ると大きな森、大小の池、よく手入れされた芝生、そして今日のために用意された見事な菊の花

の数々、まるで絵画の中のような素晴らしい景色です。そして、約1800名もの招待者のほとんどが私共もそうです。が男性はモーニングコート、女性は着物です。この光景も庄巻であり印象的でした。両陛下並びに皇族の方々がご到着になられるまでの間、散策をしながら写真を撮ったり、軽食や飲み物をいただいたりしました。特に、必ず食べるようにと言われていたジンギスカンは何度もいただきました。この羊は御料牧場で無農薬牧草やハーブで育てられているそうです。肉には全く臭みがなく特製のタレと相まって実に美味でした。

両陛下は総理大臣・衆参両院議長等々の方々のご挨拶を受けられた後、御苑の中心にある池に沿って御廻りになられます。途中大きなテントがあり、テレビで報道されるような有名人はこちらでお待ちしています。そのあたりまでは人垣が二重三重になっていますが、それから先は待つ方も多くはなく、私共は順路の最後の方でお待ちすることに致しました。両陛下がお廻りになられるのを、池をはさんで拝見しながら、アドバイスどおり下手な和歌なんぞをひねりつつお待ち申し上げました。両陛下はお声をおかけになりながら進んで来られましたが、特に皇后さまは女性の方お一人おひとりにお声をかけていらつしやるよ

うでした。私共の前の方には、お寒いでしょう。どうぞマシヨールをお召しになって下さい。私共には、ようこそいらつしやいました。どうぞごゆっくりなさって下さい。とお声をかけて頂きました。お優しいお言葉に思わず、観音さまのようだ。」と思ひ妻の方を見ると妻は、まるでマリアさまみたいですね。」と言ったのには驚きました。ちなみに妻は幼稚園から大学までカソリックの学校でした。これぞまさに教育の力です。続いて皇太子殿下が来られましたので思い切つて、愛子内親王さまのお誕生おめでとございます。と申し上げると有難つございます。健やかに育っております。とお応えいただきました。

天皇皇后両陛下は何よりもまず国民の幸せ、国の安寧を願つておられます。今回恐れ多くも両陛下のお優しいお心に触れ、改めて日本に生まれた幸せ、日本人に生まれた幸運を深く感じました。同時に連綿と続いてきた天皇家を更に次の世代に引き継いでいくことこそ我々国民の義務であると痛感いたしました。報道によりますます天皇陛下にはお病氣とのこと、一日も早いご本復をお祈り申し上げます。

陛下待つ 赤坂御苑 菊薫る
日本の行く末 幸くありませ



中村学園大学・中村学園大学短期大学部 広報誌

CELERY

セロリ

2003
No.46

C O N T E N T S

リレーエッセイ 第9回

園遊会に招かれて ①

特集

就職活動～がんばった先輩たちの体験談～ ③

就職委員長からのメッセージ ⑥

就職課スタッフがバックアップ ⑦

研究内容紹介『太った子供は太った大人になるか?』 ⑨

研究トピックス『1日1万歩歩いて健康になろう』 ⑩

平成15年度推薦入試結果・3月実施の入試のお知らせ ⑪

図書館だより ⑫

イベント&ニュース ⑬

学園祭/サイエンスマンス

栄養科学部講演会/福岡都市圏20大学連携公開講座

食物栄養科講演会/餅つき大会

教職員の動き/研究助成・受託研究等採択状況

表彰のお知らせ/教職員の出版物紹介

定期購読のお知らせ

【今月の表紙】 西3号館横 中庭

就職活動～がんばった先輩たちの体験談～

「私たち、これで内定をもらいました」

政治、経済と迷走を続ける日本社会。一段と厳しさを増す、就職状況。この厳しい時代に、先輩たちはどのようにして、内定を勝ち取ったのでしょうか？面接試験の対策は？就職活動はいつから始めたの？今回は、見事就職の決まった先輩たちに、インタビューをしました。

栄養士・管理栄養士

Q 試験対策はどのようなことをしましたか？

A 私の受験した施設は面接試験のみでしたが、今回が初めての募集だったので、どんな試験内容か全く分かりませんでした。ですから、面接質問事例について、自分なりの答えを考えたり、友達に自分がどう見えるか、客観的な意見をもらったりしました。他人の意見を聞くのは、自分では気づかなかった部分が見えてきたりするので、良い方法だと思います。

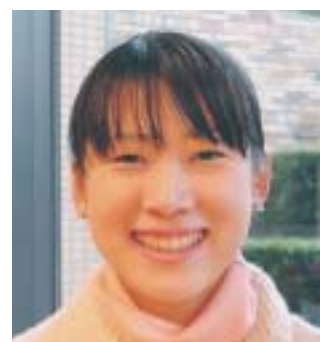
Q 就職課の支援で一番参考になったことは何ですか？

A マナー説明会など、実践的なものが参考になりました。事前訪問や自主実習を申し込むには電話での対応が重要ですので、最低限のマナーは身につけておく必要があると思います。またお礼の手紙を出すことも重要なことだと思います。

Q 就職活動で何か得たものがありますか？

A 私はもともと、病院の管理栄養士になりたいと思って入学したのですが、学外に実習に出てみて、自分の知識の浅さ、積極性のなさを痛感し、私は栄養士としてやっていくのだろうか悩んでいました。しかし、夏休みに自主実習()にいったことで、この悩みを吹っ切ることができました。悩んでいる人は、じつとせず、何か行動を起こしてみるといいですよ。一見無駄かなと思うことでも、一生懸命頑張れば必ず何かが身につくはず。始まる前から心配していても仕方ありません。

『前にすすむこと』、それがこれまでの活動で私が得たものです。



Profile

大学 食物栄養学科
管理栄養士専攻 4年

管理
栄養士

大木 夏子

内定先：医療法人健清会
介護老人保健施設 創生園
活動開始：4年生4月
内定時期：9月末

Q 参考になった就職課の資料は何ですか？

A 就職課にある受験報告書です。受験報告書には、先輩方が過去に採用試験を受けた際の様子、細かい書かれており、過去の問題をチェックし、重点的に勉強しました。筆記にしても、面接にしても、過去と似たような問題が多かったので、とても役に立ちました。

Q 面接試験で特に注意したことは何ですか？

A まず、第一印象を良くすることが大事と思い、誰からも好感をもたれるよう、身だしなみに注意しました。一番気をつけたことは言葉遣い。きはきと話し、敬語も正しく使うように気をつけました。もちろん、間違えることもありますが、失礼しましたとすぐに言いなおすよう、心がけていました。また、これはアルバイトの経験が役に立ったのかもしれませんが、覚えたセリフをそのまま言うのではなく、聞かれたことを、自分の気持ちのこもった言葉にして、返すことができたと思います。

Q これから就職活動を始める後輩へ、アドバイスをお願いします。

A 就職活動はたくさん迷いが生じてきますが、迷ったらずは行動することだと思います。迷っている間に、たくさんの人を無駄にしてみようかもしれません。就職活動は行動あるのみです。希望先に先輩がいらないときは、OB訪問をしたり、説明会に参加したり、積極的に活動するといいです。



Profile

短期大学部
食物栄養科 2年

栄養士

沖本 怜美

内定先：学校法人中村学園
中村学園事業部
活動開始：1年生2～3月
内定時期：9月中旬

幼稚園教諭・保育士



Profile

大学 児童学科
児童学専攻 4年

相浦 千恵子

内定先: 千里保育園
活動開始: 3年生3月
内定時期: 11月上旬

保育士

Q 学生時代の経験の中で、内定(就職)に結びついたことはありますか？

A サークル(児童文化部)でパネルシアターを通して子育てサークルや保育園、幼稚園などで公演活動を行ってきました。地域の方や子どもたちと触れ合うことで、お母さん方の現状を知ったり子どもたちの生き生きとした姿を見たりしていたのでそれを職業へすることへの違和感は全くありませんね。また、自分はこれだけは人に負けないということを学生時代に見つけて自分に自信を持てたこともよかったと思います。面接のとき、パネルシアターは負けませんと胸を張って言えましたから、楽しかったこと、つらかったこと、その経験どれも今回の内定につながっていると思います。

Q 面接試験で特に注意したことは何ですか？

A まずは明るくハキハキと、相手の目を見て答えることを心がけました。また、自分が質問を受けている時以外にも常に見られていることを意識して、座り方、視線にも気を遣いました。質問に対しては明確かつ的確に答えるように心がけ、途中で何を言っているのか分からなくなっても焦らず落ちついて自分の考えを相手に伝えるよう努めました。

Q 就職活動はいつごろ始めましたか？

A 3年生のとき保育園の実習にいったのがきっかけです。その実習先(今回内定先)で声をかけて頂いたのですがそのときに、また3月なのでこれから他の園もいくつか見て、働きたい場所をしっかりと考えるようにとアドバイスをいただいたことをきっかけに活動をするようになり、夏休みはできる限り多くの園に自主実習(1)に行き、運動会のお手伝いなどもしました。



Profile

短期大学部
幼児教育科 2年

山口 由紀子

内定先: 学校法人白水学園
活動開始: 2年生4月
内定時期: 11月上旬

幼稚園教

Q 幼稚園教諭を目指す後輩へ、アドバイスをお願いします。

A 実習を大切にすることが一番だと思います。正規実習も自主実習もどちらも就職に大きく影響します。私は、自主実習をさせていただいた園で内定をいただくことができました。自主実習は正規実習と違い、期間が短いことが多いので、自分をアピールすることが難しいと思います。でも、挨拶やお礼の言葉を忘れないなど、自分ができていることを精一杯やることで、誠意ややる気は伝わると思いますよ。

Q 採用試験はどんな内容でしたか？

A 筆記 作文・面接がありました。筆記は、保育に関する専門的な設問と、一般教養(漢字)の試験、そして800字程度の作文でした。面接は、履歴書の内容からの質問が多かったのですが、これは受験報告書から予想していたので、しっかりと答えることができましたと思います。

Q 具体的な就職活動を教えてください。

A 就職課で過去の資料を調べるなどして、興味のある園をいくつか見つけました。たまたま、その園が本学で説明会を開いてくださったので参加したところ、興味が高まったので、すぐに自主実習(1)のお願いをして、何回か実習をさせていただきました。

小学校教諭



Profile

大学 児童学科
児童教育学専攻 4年

池永 亜由美

内定先: 福岡県公立小学校教諭
勉強開始: 2年生4月

小学校教

Q 採用試験の内容について教えてください。

A 二次試験は、筆記(教職一般、全科)論文(集団討論)でした。筆記はマークシート形式ですが、答えが何通りもあって記述形式と同じくらい難しく感じました。教職教養では中央教育審議会などの答申についての問題が多く、全科では学習指導要領からの出題が結構たくさんありました。論文は教育関係のテーマ、集団討論では日本人が外国で活躍することについての考えを問うものでした。

Q 二次試験合格までの具体的な勉強法を教えてください。

A 筆記試験の対策は、市販の問題集に、中学校や高校の教科書を併用しました。受験地を決定した4年生の6月頃からは受験地にあわせた問題を解いていきました。また、新聞やニュースなども意識して見るよう心がけていましたね。

二次試験の勉強を始めたのは、一次試験の結果がでた8月からです。二次試験は一ヶ月後なので、かなり慌てて準備しました。面接は、大学の先生にお願いして何度も練習しました。自分の考えを的確に伝えることができるよう、ノートを作って質問に対する答えをまとめておきました。

Q 教員採用の勉強をはじめたのは、いつ頃ですか？

A 2年生の初め頃です。この時期はまだ、受験地を決めていなかったのですが、どの地域でも必ず出題される教職教養を覚えることから始めました。一般教養と専門教養を始めたのは、4年生になってからです。

一般企業



Profile

短期大学部
家政経済科 2年

事務

小笠原 裕子

内定先：九州松下電器株式会社
活動開始：1年生12月
内定時期：6月中旬

Q いつごろから就職活動を始めましたか？

A 1年生の12月からリクルートナビでエントリーを始め、企業の研究をしました。2月頃から合同説明会などに参加し、企業の方と話す機会を増やしました。3月からは、会社訪問をしたり、採用試験を受けたり、積極的に活動できたと思います。

Q 採用試験はどのような内容でしたか？

A 筆記試験は、どこも一般常識が出題されました。私が内定を頂いた会社の仕事は、英語を使うので、英語の問題が多かったですね。面接でよく聞かれたのは、自己PR、志望動機でしたが、最近の喜怒哀楽は？といった変わった質問もありました。

Q 学生時代にこれはやっておいてよかった、と思うことはありますか？

A 秘書検定準1級取得のための講座は、本当に受講してよかったと思います。おじぎの仕方、声の出し方、立ち居振る舞いなどを特訓してもらえます。皆の前で練習をさせられるので、度胸も付くし、自然に上手くやれるようになっていきます。この講座で身につけた事は、面接試験のとき、最大に力を発揮してくれました。おかげで面接に自信がつき、言いたいことを言えるようになりました。

私の仕事は、海外営業事務なので、就職してからも、英語を日常的に使えるよう、自分を磨いていこうと思います。

Q 就職活動として何から始めましたか？
A 大学が主催する説明会に3年生7月から出席し、その年の11月頃から本格的に活動を始めました。始めはリクルートナビに登録し、各企業にパソコンを通してエントリーしました。年が明けるまでに100社エントリーを目指していたので、かなりハードでした（笑）。2月頃から合同説明会、2月中旬からは各企業の単独説明会に行き、3月には企業の1次試験・面接が入ってくるようになりました。

Q 採用試験の内容を教えてください。

A 採用試験は、一次はエントリーシート・筆記試験などが多く、二次から最終試験にいたるまでは面接、というのが一般的でした。エントリーシートについては、就職課で添削してもらったりなど、細かいところまでアドバイスをいただき大変助かりました。筆記試験は、一般常識はもちろん、SPI、SKK特定方式適性試験など様々でしたね。なかでも、大手企業のSPIは苦痛しました。面接も、1対3の集団面接、5対2のパネルディスカッション、1対1の個人面接などがあり、多いところでは45回面接がありました。

Q 試験対策はどのようなことをしましたか？

A 筆記試験は、一般常識の本を1冊と、大学で主催しているSPI講座を受講することでクリアできたと思います。面接対策は就職課の方に面接官になっていただき、練習しました。ただ、面接ばかりは実際に受けてみるのが一番だと思います。失敗しても、自分はどうかがいけないかなどいろんな事が見えてきて、今後の対策につながりますから。



Profile

大学 食物栄養学科
食物栄養学専攻 4年

総合職

西 壮登

内定先：株式会社ゼンショー
活動開始：3年生7月
内定時期：4月下旬

リクルートナビ インターネットの就職情報サイト。参加企業のエントリー画面に必要事項を入力して送信すると、エントリーが完了する。完了後は、その企業の採用スケジュール等が連絡されてくる。

就職戦線！

危機感を持ち、しっかり見極めよう！

就職委員長（学生部長） 福浦 幾巳

失われた10年。これはバブルがはじけた以降に押揃われていることはである。背景には不況に伴う企業業績の低迷がある。先行き、輸出中心の回復が見込まれているのも事実だが、人員を増やす企業は、いまだに少ない。採用姿勢はまだまだ慎重であるとともに、就職戦線は氷河期のまま継続している。したがって、就職戦線はいうまでもなく「狭き門」であり、これをめぐっての競争の激化は避けられない。

それに加えて、最近の就職戦線における企業側の選考の姿勢も次第に変化しつつある。従来の採用システムは、学歴重視、卒業生が出る春季の一括した人材雇用、面接などでその人物の総合能力を評価するという方法を採用し、これらの人材に数年かけて企業で教育するという「育成型」のものであった。しかし、最近の傾向は、優秀とおもわれる人材であれば、学歴の不問を前提としたオープンエントリー制度を採用するなど、また必要な人材であればいつでも通年採用する「探索型」制度に切り替えつつある。これは、専門的知識を重視した職種別採用である。

識を重視した職種別採用である。

洋の東西を問わず、優秀で行動力のある人材を採用したいと願う人事のポイントは不変だが、専門的知識を重視した技術や営業の即戦力を求める傾向が年々強まっていることをここで改めて確認する必要がある。

最近の会社説明会は、就職協定の廃止（1997年）によって、買い手市場での企業サイドのフリーハンドが目立ってきていることもあってか、採用が早まっている。就職戦線の早期化である。就職戦線の氷河期により、反面、長期化となっている。さらに、「探索型」の観点に立ち、雇用の趨勢が新卒から中途にシフトする傾向が強まってきている。その他にも、個人の能力や人間性を事前に把握する意味で、有能と判断された人材だけが採用の機会を得る紹介予定派遣制度を採用する企業もみられる。いわゆる雇用の多様化である。

以上のような雇用の早期・長期化、雇用の即戦力化、そして雇用の多様化を模索するこのような買い手市場の傾向に対して、いまのあなたは自らをどのように対処したらよい

かを考えているであろうか。また、どの程度危機意識をもってこれらに対処すべき武器を現在培っているであろうか？

就職は社会への第一歩だが、いまの時代は、かつてのように規模の大小やブランドで企業を選ぶ時代ではない。自らの能力や価値観に見合う仕事は何か、やりがいのある企業はどこか、これをじっくりと見極めていきたいものだが、厳しさを増す就職戦線。規制がなくなり、世の中は、個人および企業の力がはつきり分かる時代となった。これらを肝に銘じて、いま真の実力とは何か、今一度、このことを真剣に再認識する必要があるといえるだろう。



就職課スタッフがバックアップします!!

学生みなさんにとって卒業後の進路選択は、自分の一生に係わる重要な検討事項です。まして、失業者の増加や新卒者の採用手控えなど、厳しい雇用状況がある中ではことさらです。

私たち就職課のスタッフは、学生みなさん一人ひとりから、“就職課に相談して良かった”と言ってもらえることを最大の目標にしています。みなさんの進路支援において少しでもお役にたてたら、これに勝る喜びはありません。

就職課内では、緊張を解きほぐせるように、また相談内容が他の学生へ聞こえないようにとの配慮から、BGMを流しています。気軽に利用できますので、是非、一度お立ち寄りください。

さて、こんな気持ちで取り組んでいる、主な取り組みについてご紹介しましょう。

■ホームページ 「中村学園大学就職支援サイト」を開設



「ジョブハンティングサイト」
<http://www.nakamura-u.ac.jp/shushoku/index.html>

求人情報を入手するには、インターネットの利用が欠かせなくなっています。本学でもリクルートナビなどの就職情報サイトを使い、どこからでもスピーディーに情報収集ができるよう指導するとともに、独自のホームページ「ジョブハンティングサイト」を立ち上げました。この「ジョブハンティングサイト」は、本学の学生と採用担当者様を結び、就職関連専用サイトとし、就職説明会のスケジュール・就職実績・先輩からのアドバイス・就職活動についての注意事項など様々な情報が掲載されていますので是非ご覧ください。

■携帯電話やパソコンへ、メール配信

就職課では、卒業年次生の希望者に求人案内等を携帯電話やパソコンのeメールで配信するサービスを行っています。特に実習や長期休

暇（夏休みや冬休み）などで、学校に掲示している求人票を見ることができない場合を中心に配信しています。また、ほかに就職意識向上につながるメッセージや（求人票が出ていない）優良求人情報等できるだけ工夫を凝らして、有意義なメールになるように鋭意研究中です。また、前記のように事情があつて就職課の担当者に直接面談できない学生の質問、相談もメールで対応することも実施しており、このメール・サービスは就職活動中の学生に大変好評いただいている本学独自のサービスのひとつです。

■資格支援講座開講

学生時代に得た資格は、履歴書にも記入でき、自己PRにもなります。

現在、学内で販売士2級・3級講座、簿記2級・3級講座、TOEIC講座、秘書技能講座、MOUS一般レベル講座を開講。今年度から開講した初級システムアドミニストレータ講座では、難関試験に5名合格しました。来年度は学生のニーズに応えるため、さらに新しい講座を開設します。学生の就職と夢の実現に応えるような資格取得とキャリアアップを支援します。

「不可能を可能にする講師」ご紹介!!

外部講師 中原 喜久雄 先生

中原喜久雄先生は、簿記2級講座担当の熱血講師です。希望者3名で開講そのものが懸念されましたが、“不可能を可能にするのが私”と、開講していただき、受講生とのスキンシップも配慮され、見事2名が合格。さらに1名もあと一歩で合格するレベルに達しています。本学の資格支援講座は、こんな魅力的な先生に支えられています。

■就職説明会・セミナーの充実

短期大学部1年次、大学3年次から、本格的な就職説明会・セミナーがスタートします。本学の特色は、栄養士系、幼保系、企業系と希望職種別に開催することです。企業系でも特に平成12年度に開設されました流通科学部生につきましては、1年次から説明会をスタートさせています。これらの説明会・セミナーは就職に向けての初歩的なガイダンスから始めて、履歴書の書き方、求人票の見方、進路をみつめるヒント、会社・病院・園の訪問方法、就職試験に合格するための準備、礼儀・挨拶等具体的に実践的な内容となっています。また、本学の就職担当職員だけでなく、卒業生や企業の人事担当者等学内外の方にも出席していただき、職業意識を高めるセミナーも開催しており、学生に好評です。

また、その都度、学生の意見をアンケートにより収集し、その意見を反映させた効果的な支援を行うよう、取り組んでいます。



■学生とのコミュニケーションの確立

学生との個人面談を何よりも優先して、学生の考えを良く聞き、適切なアドバイスをあげるよう、心がけています。さらに、相談に訪れず進路希望や活動状況が把握し難い学生へは、就職課から声掛けを行い、その状況にあわせた支援ができるように努めています。

■企業等訪問

学生へ有効な情報提供を行うことを目標にして、就職課担当者が計画的に企業等を訪問し、適切なアドバイスが行えるよう努めています。

■卒業生に対する就職相談・斡旋

就職課では、卒業生に対しても就職相談や斡旋を行っています。就職斡旋については、無職の方または現在の勤務先に退職の意思表示をされた方を対象に、希望者の履歴書をお預かりして、企業等からの既卒者対象の求人を案内しており、毎年多くの方が新しい職場で活躍されています。また、その他就職に関する悩み相談なども受け付けていますので、お気軽にご利用ください。

■個人面談

徹底した個別指導が本学の特色であり、大学では流通科学部の2年次、栄養科学部および人間発達学部の3年次から、短期大学部では2年次から、全学生と就職担当者との個人面談を実施しています。これにより、学生と就職担当者との信頼関係を構築するとともに、学生個人個人の希望や事情にあわせてアドバイスをを行っています。この個人面談は、学生が卒業するまで繰り返し行われ、就職意識の高揚や就職活動の方法のみならず、社会人としての心構えやマナーなど、学生全員が安心して社会に旅立てるような指導となるよう、心掛けています。また、各就職担当者は学生の就職に関する悩みなどに対し、適切にカウンセリングできるよう、日々自己研鑽に努めています。

就職課には、こんなコーナーがあります！



パソコンコーナー

インターネットによる資料請求やエントリーが主流となった今では、就職活動に欠くことのできないツールです。就職情報各社のポータルサイトを始め、エントリー、個別企業のホームページをじっくり研究し、企業とのコミュニケーションの手段としても積極的に活用しましょう。



資料コーナー

約1,300社の就職情報がファイリングされ、自由に閲覧できます。活動シーズンになると、常に最新情報が更新されますので、足繁く通い早めの情報収集を心がけましょう。



掲示板コーナー

公務員、栄養士、幼保系の採用試験情報などを速報で掲示しています。ポスターやパンフレットで情報を収集しましょう。



就職情報誌コーナー

リクルートジャーナルや日経アドレなど、就職活動のトレンドが満載の情報誌コーナー。企業はもちろん、全国学生の就職活動の動向まで参考にしてください。但し、ノウハウに頼るのではなく、あくまでも参考資料として活用しましょう。

太った子どもは 太った大人になるか？

短期大学部 幼児教育科 助教授 増田 隆

近年、いわゆる先進国では子どもの肥満「小児肥満」の発生率が重大な健康問題となっており、我が国においても小児肥満の発生頻度は、約30年前と比較して2～3倍に増加しています。小児肥満は、それ自体が小児の健康に害を及ぼすことはもちろんですが、青年期および成人期の肥満との関連性において関心が高まっています。すなわち、「太っている子どもは将来大人になっても太っているのか？」反対に「太っている大人は子どもの時から太っていたのか？」あるいは「子どもの時の肥満度と大人になってからの肥満度の相関（関係）の強さはどの程度なのか？」といった疑問に対する調査結果が多くの研究によって報告されています。例えば、ある研究者は7歳の時に肥満だった子どものうち35歳で依然肥満のままである者の割合が男子で40%、女子で20%であったことを報告しています。また、別の研究者は33歳の肥満者において7歳の時にすでに肥満であった者の割合は、男女とも約10%にすぎないことを報告しています。さらに、青年期と成人期の肥満度の関係は比較的強いものに対して、小児期の肥満度と成人期の肥満度の関係はあまり強くないことも報告されています。

さて、これらの報告において肥満かどうかを評価する物差しとして用いられているのは、Body Mass Index（ボディマスインデックス）通称BMI（ビーエムアイ）と呼ばれている指数です。BMIは体重（kg）÷身長（m）の二乗の式から求められる体格指数です。肥満かどうかは体内の脂肪の量あるいは割合によって判定しますから、身長と体重だけから求めるBMIは、本来は肥満度を表わす指標ではありません。しかし、BMIは体脂肪量や体脂肪率と強い関係を示すことから、簡便に肥満を判定する方法として世界各国で用いられています（ちなみに日本人成人はBMI25以上で肥満と判定され、これに相当する小児のBMI基準値は右表の通りです）。ただし、上で述べたように子どもの時のBMIから大人になった時のBMIを予測するのは難しいようです。

現在、私は文部科学省の科学研究費の補助を受けて、小児の体脂肪を正確に測定する推定式の開発に取り組んでいます。この推定式ができて、小児の体脂肪が正確に測定できるようになれば、小児期と成人期の肥満の関係も明らかになるかもしれません。

「太った子どもは太った大人になるのか？」に対する答えは、今のところ「その可能性は実質上大きいとは言えない」つまり「まだよくわからん」といったところが現状のようです。

成人における肥満に相当する小児期のBMI値

年 齢	男	女
3	17.9	17.6
4	17.6	17.3
5	17.4	17.1
6	17.6	17.3
7	17.9	17.8
8	18.4	18.3
9	19.1	19.1
10	19.8	19.9
11	20.6	20.7
12	21.2	21.7
13	21.9	22.6
14	22.6	23.3
15	23.3	23.9
16	23.9	24.4
17	24.5	24.7
18	25	25

（Cole TJら、BMJ 2000;320:1240-3）

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長}^2 (\text{m})$$



■プロフィール

1984年長崎大学教育学部卒業。現在、九州大学大学院人間環境学府後期博士課程在学中。専門分野は、発育・発達および身体組成。現在の研究テーマは、「日本人幼児の身体組成推定式の開発」および「日本人幼児の体脂肪変数に影響を及ぼす要因の分析」。

1日1万歩歩いて健康になろう

大学院 栄養科学研究科 助教授 今村 裕行

1. まず始めよう

1回の歩行やエアロビクス前後で心理検査を行なったところ、これらの運動後に、緊張や疲労が下がったり、活動性が上がったりといったように心理的に好影響を及ぼしているという成績が得られています。また軽強度の運動を40分間行なっただけでも一過性にインスリン感受性が増加するという報告もあります。従って、週1回の運動でも行なう価値は十分にあるといえます。

2. エネルギー消費量の目安

運動によって消費するエネルギーは、走る場合、スピードに関係なく、体重1kg当たり1km走れば1kcal消費します。つまり、体重50kgの人が1km走れば、50kcal消費します。歩行の場合は、時速2-6kmの範囲内であれば、走った場合の約半分のエネルギーを消費します。大濠公園は1週約2kmですから、体重50kgの人が1周走れば、100kcal消費することになります。

3. 健康づくりのための運動

厚生労働省は、健康づくりのための運動として1回10分以上の運動を1日合計20分以上することを勧めています。運動強度の目安としては、20歳台では1分間に心臓が130拍/分うつくらいの運動です。同様に、30歳台では125拍/分、40歳台では120拍/分、50歳台では115拍/分、60歳台では110拍/分うつくらいの運動です。

4. 肥満の食事・運動療法

アメリカスポーツ医学会は、体脂肪を減少させる運動としては週3回以上、1回20分以上で300kcal以上消費する運動を勧めています。また1回200kcal消費する運動でも、頻度が週4回以上であれば効果が認められるとしています。

5. 糖尿病改善のためには7000歩を目標に

血糖値が300-400mg/dl以上の代謝調節が不良な患者では運動は行なってはいけません。しかし、代謝調節が良好に保たれている患者では、1日7000歩以上歩くと、血糖の利用が促進され、血糖が低下します。この7000歩には、仕事や家事などで歩く歩数も含まれます。

6. 結果を気にせず楽しく歩こう

運動は、健康のために必死にせずに、楽しく行なっても結果はついてきます。大濠公園などで景色を楽しみながら、すがすがしい気持ちで楽しく行なってください。



■プロフィール

カリフォルニア州立大学ハイワード校教育学部運動学体育科修士課程修了。修士(教育)、専門分野は、運動生理学、スポーツ栄養、健康増進科学。主な研究としては、生活習慣病の食事・運動療法に関するもの、身体活動、喫煙、飲酒、肥満などの冠動脈硬化性心疾患の危険因子に関するもの、そして空手道を中心としたスポーツ科学に関するもので、幅広く行なっている。

平成15年度推薦入試結果

中村学園大学 大学院

研究科	専攻	区分	募集人員	志願者数	受験者数	合格者数	競争率
栄養科学研究科	栄養科学専攻	推薦	6	2	2	2	1.00
		一般(一次)		4	4	4	1.00

一般入試(一次試験)含む

中村学園大学

学部・学科	専攻	区分	募集人員	志願者数	受験者数	合格者数	競争率
栄養科学部 栄養科学科	—	公募制	70	168	168	76	2.21
		併設校	30	30	30	30	1.00
人間発達学部 人間発達学科	幼児発達学専攻	公募制	40	137	137	51	2.69
		併設校	10	10	10	10	1.00
	児童発達学専攻	公募制	18	54	54	21	2.57
		併設校	7	7	7	7	1.00
流通科学部 流通科学科	—	公募制	20	25	25	20	1.25
		併設校	30	28	28	28	1.00
		指定校	45	46	46	46	1.00

中村学園大学短期大学部

科	区分	募集人員	志願者数	受験者数	合格者数	競争率
食物栄養科	公募制	94	163	163	109	1.50
	併設校	16	16	16	16	1.00
家政経済科	公募制	10	11	11	11	1.00
	併設校	30	16	16	16	1.00
	指定校	120	135	135	135	1.00
	自己推薦	10	23	23	23	1.00
幼児教育科	公募制	90	248	248	122	2.03
	併設校	20	20	20	20	1.00

競争率は、受験者数/合格者数(小数点第3位以下を四捨五入)

■ 3月に実施される入試のお知らせ

中村学園大学・試験入学選考

	試験日	募集人数	出願期間
流通科学部(後期)	平成15年3月11日(火)	10名	平成15年2月24日(月)~3月6日(木)

問い合わせ先:中村学園大学 入試課:TEL.092-851-2531

中村調理師専門学校

	試験日	出願期間
第3回一般入学試験	平成15年3月26日(水)	平成15年2月17日(月)~3月22日(土)

1日体験入学:平成15年2月22日(日)10:30~14:00

問い合わせ先:中村調理師専門学校:TEL.092-523-0411

中村国際ホテル専門学校

	試験日	出願期間
第5回推薦・一般入学試験	平成15年3月26日(水)	平成14年10月1日(火)~平成15年3月24日(月)

1日体験入学:平成15年2月22日(土)10:30~12:30
平成15年3月30日(日)10:30~12:30

問い合わせ先:中村国際ホテル専門学校:TEL.092-523-0410

図書館を考える 第1回

図書館だよりでは、図書館から読者の皆様へ、館内利用に関する様々な情報や、折々のトピックス等をお知らせしておりますが、それらに加えて、本学図書館を利用されている学内の先生方や在学生の皆さんからも図書館に対する思い等を寄せていただくことになりました。

本学図書館と絵本

人間発達学部 助教授 古相 正美（図書館専門委員）

本学は、幼稚園教諭・保育士を養成している。そのため、絵本や紙芝居という、他の大学図書館にはない種類の本が所蔵されている。

子どもが、いつ頃から絵本に興味を示すのかということについては様々な説がある。しかし、近年では、かなり早く生後数ヶ月で絵本に対する興味が見られると言われている。個人の経験などあてにならないのだが、うちの娘の場合は1ヶ月ほどで、一部の絵本に興味を覚えた（むろん、内容など理解はできていないが）。

また、ここ2・3年、イギリスで始まったブックスタートという運動が日本にも取り入れられ、乳児の健診の折りに、絵本や図書館の説明に加えて、絵本を配るといった活動が一部の自治体で始まり、さらに広がりを見せている。こうした動きとともに、絵本の読み聞かせの運動も盛んになっているようである。

とはいえ、子どもたちにとって、絵本は遊びの一環に過ぎない。その遊びを支援する保育者は多くの絵本を知っておく必要がある。自分の好きな絵本だけではなく、嫌いな絵本でも読んでおく必要がある。そうでないと、子どもたちに自分好みの絵本しか与えなくなる。

ということで、本学の図書館には、できるだけ多くの絵本を入れようと、日夜努力している。こ

こ数年で、レオ＝レオニ、モーリス＝センダックなど有名な作者の全作品や、著名なシリーズものなど、まとまった形で購入し、また、できるだけ原典をも入れるようにしている。日本語訳の作品と、多くは英語版だが、その原典をも同時に見ることができるようにと考えているつもりである。

それに加えて、私の作っている絵本リストで、多くの推薦書にあげられている絵本をできるだけ入れている。その上位は「はらぺこあおむし」「おおきなかぶ」「かいじゅうたちのいるところ」など。これらは有名でむろん所蔵されているが、下位では漏れているものもあり、随時加えることにしている。

さらに、最近出版され始めた大型絵本がある。これは、一クラスの読み聞かせなどに使用するとよいもので、1メートル近い大きさのものもある。初めて見た時に、実習などに役立つと考え、手に入る限り、購入するようにしている。

ただ、毎月出されている絵本の数を見ると、少し気が遠くなる。それでも、本学の図書館の絵本を特色あるコレクションにしたいと、日々努力しているつもりである。今の懸案は、絵本を自由に広げて見ることで、絵本スペースの確保である。

新 着 情 報

性格のバイブル—エコグラム式 性格診断の本（福島寛著）



243とおりの性格分析＆辛口コメントにより、得意先・上司・同僚・部下・恋人・配偶者とどうして気が合わないのか、どうしたらうまく付き合っていけるのかがわかります。隠された自分の性格が明らかになる、目からウロコの一冊です。

おいしい微生物たち （野尾正昭著）



日本酒・ビール・ワイン・中国酒・味噌・漬物...先人たちは長い歴史の中で試行錯誤しながら、優れた発酵食品を数多く育てあげ楽しんできました。人間の叡智と微生物との共生がもたらした発酵食品を技術的・文化的に賞味します。

日本の歌、ふるさとの心 （由井龍三著）



信州・千曲川源流の四季、ふるさとの記憶を、「花」「赤」とんぼ「故郷」「早春賦」など長く歌いつづられてきた日本の唱歌・歌曲35曲で巡ります。自然に親しみ、田舎の生活を想い、人々との交流を描いたみずみずしいエッセイ集です。

11/21 食物栄養科講演会

最近問題となっている食肉の安全性について、短期大学部の学生を対象に講演会が開催された。講師に濱地昌治氏(福岡市保健福祉局 食肉衛生検査所長、医学博士)を招き、「食肉をめぐる最近の衛生問題、特にBSEについて～」をテーマに講演が行われた。

12/19 餅つき大会

今年は自治会執行部主催行事として、餅つき大会を企画し、留学生交流会と合同で開催しました。全学生および教職員が対象で、餅つきの技術援助として別府校区の方にも協力していただきました。当日は朝早くから材料の仕込みをし、70キロの餅と150人分の豚汁、また留学生が150人分の餃子と200人分のふかひれスープを用意しました。平日の放課後という事で人が集まってくれるか非常に心配でしたが、開始時間前には、数



百人の学生がすでに集まっていた。その後も次々に人が増え、あっという間に豚汁のなべは空になり、餅もひとつ残らずなくなり、水餃子は、机にのせた時点で消え、スープも全てなくなってしまった、という、大盛況ぶりでした。

みなさんのご支援で大成功を収めることができました。執行部役員一同お礼を申し上げます。ありがとうございました。

(学友自治会 執行部 脇山和幸)

11/1～3 学園祭

第36回霜月祭は、11月1日(金)～3日(日)の3日間、「笑～Laugh & Peace」をテーマに開催された。

今年のメインイベントとして、江頭2:50、副総裁によるタレントライブ、ア・カップラーズ、ビタミン Sによるゲストライブが行われた。また、毎年恒例の、模擬店やお化け屋敷、ミスキャンパスコンテストなど、企画も盛りだくさんで、幅広い年代に楽しんでもらえた学園祭となった。



11/2 サイエンスマンス

福岡県では、毎年11月を「フクオカ・サイエンスマンス(科学技術創造月間)」と位置づけ、科学への理解と関心を深めてもらうための場を県内各地で開催している。本学でも、11月2日に、「栄養を科学しよう(遺伝子のサイエンス)」、「食品衛生の窓」、「大学におけるe-Learning」の3つのイベントが行われた。

11/8 栄養科学部講演会

栄養科学部を対象に、西1号館10階大講義室にて開催。山本隆氏(大阪大学大学院人間科学研究科行動生理 教授)より、「おいしさの栄養学—おいしく味わい楽しく食べる」をテーマに行われ、多くの学生が参加した。

11/13～28 福岡都市圏20大学連携公開講座

第7回 福岡都市圏20大学連携公開講座が11月13～28日に開催された。これは、福岡市教育委員会社会教育課が主催し、福岡都市圏の大学が協力して、「市民と大学との未来づくり」をテーマに、毎年行っている公開講座である。本学は、Fコース「賢い健康管理:病気の予防から治療まで」を担当し、11月22日、津田博子教授(大学 栄養科学部)が、「骨と食物成分」をテーマに講演を行った。

研究助成・受託研究等採択状況

全国中小企業団体中央会
平成14年度コーディネータサミット

全国中小企業団体中央会は、中小企業と外部経営資源との引き合わせ・連携

を側面的に支援するため、平成12年度から新規成長産業連携支援事業に係るコーディネータ活動支援事業を実施している。この事業の一環として、平成14年11月27日、東京全日空ホテルにて、「コーディネータサミット」が開催された。対象は、補助事業を実施しているコーディネータ(コーディネータ補助者を含む)及びコーディネータ機関の役職員であり、内容は、コーディネータ同士の情報交換やネットワークの構築、連携組織づくりを通じた中小企業に対する効果的なコーディネータ活動を推進するためのものである。

今回、コーディネータ活動の成功機関として本学が選ばれ、パネルディスカッションにおいて、「コーディネータ活動の成功要因を探る」というテーマで、本学の三成由美教授と、産業医科大学の徳井教孝氏が発表された。

コーディネーター
三成由美 教授
(大学 栄養科学部)

農水省 産学官連携技術開発事業 福岡県食品産業協議会(受託研究Ⅱ 学外共同)
「オカラパンの試作・販売展開について」

研究者 三成由美 教授(大学 栄養科学部) 福本 あずさ 助手(大学 栄養科学部) 交付金額/127万5千円

卵の花、雪花菜として利用されてきた豆腐の副産物であるオカラは、現在有機産業廃棄物として取り扱われている。オカラの有効利用を図るために、北九州食品リサイクル協同組合は、北九州エコタウンに乾燥施設を作り、乾燥オカラを製造することに成功した。昨年は、福岡県、福岡県食品産業協議会、北九州食品リサイクル協同組合、産業医科大学、そして本学では今井研究室も一緒に、産学官連携で、生活習慣病予防に有効な機能性食品である乾燥オカラパンの研究開発を行った。本年度も引き続き、生活習慣病予防のためのオカラパンを、よりおいしくヘルシーに製造するためにロイヤル(株)の協力を得て、再度検討し、その販売展開を行う。

西部ガス総合研究所(受託研究Ⅰ 単独)
「薬膳メニューおよび調理方法の研究」

研究者 三成由美 教授(大学 栄養科学部) 福本 あずさ 助手(大学 栄養科学部) 交付金額/100万円

魚離れの児童への魚介類の普及対策として、魚介類を美味しく、楽しく調理して食べることで、健康と環境の調和を図る食教育の充実、は、将来の生活習慣病の発症を防ぐために重要なことであると考えられる。そこで、魚介類の栄養知識や美味しさ、環境の負荷低減に向けた食材の購入・選択・薬膳目録の調理方法、後片付け方法など、環境問題との関わりについての児童のための食教育プログラム開発を行う。このプログラムは、小学校の総合的な学習の時間や学校給食を活用して評価を行う予定である。

表彰のお知らせ

全国栄養士養成施設協会 表彰

広井 祐三 教授
(大学 栄養科学部 教授)



この表彰は、栄養士・管理栄養士養成施設に永年勤続し、多大な功績を与えた教員に贈られるもので、平成14年11月3日、全国栄養士養成施設協会より、広井教授に表彰状が授与された。

教職員の動き

退職

(平成14年11月30日付)
あさひ幼稚園主任教諭 緒方 圭子

研究助成・受託研究等採択状況

生物系特定産業技術研究機構(生研機構)平成14年度新事業創出研究開発事業 カンキツの機能性成分を活用した保健機能食品の開発

政府の競争的研究資金の一つである生研機構が進める新事業、新雇用の創出を目的とした研究開発事業に公募、採択された研究課題である。中村学園大学は、果樹研究所、京都府理大学、愛媛県農業協同組合連合会、沖縄県経済農業協同組合連合会、琉球大学の5研究機関とコンソーシアム(研究共同体)を形成し、カンキツ素材からの保健機能食品の開発を支援する。本学は保健機能食品素材(成分)の学術的研究を担当しており、研究課題「カンキツ食素材の保健増進効果を解明」を担っている。すでに、沖縄産カンキツであるシイクワシャーには、ヒトの糖代謝の改善に効果があること、その有効成分の一つに目されているポリメトキシフラボノイドの動物試験による代謝産物を明らかにしている。また、シイクワシャーの生育・加工過程における有用成分の消長を示し、同成分を強化する食素材の開発などで成果を上げており、高い評価を得ている。今後も、沖縄北部振興策の一素材と期待されるシイクワシャーに対して、栄養科学的研究を展開し実質的な雇用創出に貢献することを目指している。



研究者
太田 英明 教授
共同研究者
石井 利直 助手
交付金額総計/10,600,000円



研究者
伊藤 和枝 教授
共同研究者
古賀 里利子 助手



研究者
古賀 信幸 教授
共同研究者
金丸 知代 助手

教職員の出版物

著者は、本学教員のみ記載



「食品鮮度・食べ頃事典」
太田 英明 共著
大学 栄養科学部/教授
サイエンスフォーム
平成14年7月発行



新版 財務会計論
松田 潤治 共著
大学 流通科学部/教授
創成社
平成14年10月発行



食品学
—栄養機能から加工まで—
太田 英明 共著
大学 栄養科学部/教授
創成社
平成14年10月発行



植物の不思議パワーを探る
三成 由美 共著
大学 栄養科学部/教授
九州大学出版部
平成14年11月発行



日本の雇用システム
石田 英夫 共著
大学 流通科学部/教授
中央経済社
平成14年11月発行



経営管理のための
会計情報システム
松田 潤治 単著
大学 流通科学部/教授
中央経済社
平成14年11月発行



生命倫理事典
小阪 康治 編著
短期大学部 家政経済科/教授
大和 真理子 共著
短期大学部 家政経済科/助手
吉田 成美 共著
短期大学部 家政経済科/助手
有村 美由紀 共著
家政経済科/学部事務支援係
太陽出版 平成14年12月発行



Curing the Future
- Current Topics of Health -
福田 慎司 共著
大学 栄養科学部/講師
成美堂
平成15年1月発行

広報誌セロリの定期購読について

個人で定期購読をご希望の場合は、購読料(2年分)として郵便小為替1,200円分と、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を書いた紙片を同封の上、学長事務室宛にお送りください。なお、広報誌の発行は、年4回(4・7・10・1月)となります。

[申込み先] 〒814-0198 福岡市城南区別府5-7-1 中村学園大学 学長事務室「広報誌 定期購読申込」宛



学校法人中村学園は、学園祖中村ハル先生が設立され、昭和28年(1953)12月24日に福岡県知事の認可を受け、翌、昭和29年(1954)4月福岡高等栄養学校を設置し、中村学園がスタートしました。昭和29年(1954)4月の福岡高等栄養学校開学から、平成16年(2004)4月で満50年を迎えます。