

2019 年度管理栄養海外フィールドワーク 学生の感想

管理栄養学科 1 年 福永 有紗

今回の管理栄養海外フィールドワークを通して、1 番印象に残ったことはアメリカ人と日本人の食生活の違いについてです。ホームステイでの実際のハワイの食生活や、カIMUMキ中学校、ハワイ大学等での給食の様子を見学することで、自身の研修課題である「フードロス」というテーマの参考にすることができ、これからの管理栄養の学びに繋がる良い体験となりました。具体的な内容としては、ハワイ大学のカフェテリアにおいて、お皿を乗せるトレーを廃止したところ、トレーに料理を盛る量を抑えることが出来るため、残食率が半減したという結果がでたと聞きました。また、ハワイ州全体においては、ホームレスが比較的どの国よりも多いため、学校や施設で余ってしまった食料をホームレスの方々に分け与えたり、残ってしまった料理を豚やヤギなどの家畜に与えて排出した糞を肥料にするという環境に良いサイクルを用いているという活動についても知ることができ、今度は日本がフードロスにおいてどのような活動を具体的にしているのかという興味を持ちました。まだあまりフードロスという概念の意識がないアメリカとの違いについて諸外国とも比較し、この問題についてさらに掘り下げていきたいと感じました。

管理栄養学科 1 年 當麻 真綾

私はハワイの研修を通して、食への意識の違いが特に顕著であったと思いました。中学校で話を聞いたとき管理栄養士の方が、日常生活の中で鉄が不足しがちなので、プルーンなどの野菜や果物を使って摂るのではなく、朝食のコーンフレークなどに不足しがちな鉄を栄養補助剤として添加するとよい言うふうにおっしゃっていました。このお話を聞いた時一般的にはもちろん自然にあるもので摂取した方が良くとおもいますが、私の研究課題の食欲不振というところに焦点を当てると食べることのできない人は自分が食べることのできる僅かな量から栄養をたくさん摂らなければいけないので、添加すると言うやり方も方法の一つとして良いと感じました。スーパーの中をみてもハワイではウィダーのようなエネルギーゼリーはなく、飲み物、グミキャンディ、バーのようなものまで endure の栄養剤の種類が多く揃っていました。このようなことからアメリカでは日本よりも食欲不振の対策ができていないのではないかと考えました。研修後もさらにハワイだけではなくアメリカ本土、その他の国にテーマを広げ、食欲不振の人にとってなにが一番美味しく食べやすい形態であるかを調べていきたいと思います。

管理栄養学科 2 年 浅田 萌恵

私は、海外フィールドワークを通して日本とハワイの食文化や食に対しての意識など様々な違いを発見することができました。ハワイ大学では、ハワイやアメリカの人の健康問題について講義をして下さり、現代の課題は肥満の増加であることが分かりました。この原因として環境や経済的な面など生活スタイルが大きく関係していることを知り、日本では気付かない課題が多く存在していることを学びました。他にもハリス教会でランチ提供や日曜礼拝に参加したり、中学校では給食を食べたりなど貴重な体験させて頂き、多くのことを学びました。私は、積極的に行動することが苦手な性格であるため今までは自分から意見を言うことはありませんでしたが、この研修で自分から発信していくことの大切さを学びました。様々な場面で多くの人と出会い、私たちのことを喜んで迎え入れて下さいました。拙い英語でも自分からコミュニケーションをとることでハワイの人たちは真剣に話を聞いてくださり、人のあたたかさを感じる事ができました。また、集団で行動することが多かったため、客観的に物事を考える重要さも感じました。研修の中で一人一人が集団における自分の役割を認識し、お互いに助け合うことで良い関係を築くことができたと思います。海外フィールドワークは、準備の段階からとても大変でしたが多くの方々のおかげで無事に終えることができました。協力して下さいました全ての方々に感謝したいです。今回の経験を活かして将来幅広い視野を持った管理栄養士になりたいと思います。

管理栄養学科 2 年 川崎 菜穂

今回の海外フィールドワークは、海外と日本との違いを学ぶとともに、自分の性格を見直すきっかけを作りたいと思い参加しました。人に流されやすく、また自分に自信が持てないために様々な事を諦めてしまうことが多い性格を、YES. NO のはっきりする海外に出て見つめ直したいと考えていました。ハワイでの研修中は、積極的に自ら行動する事を目標としていました。初めのうちは、あまり質問することが出来ずにいました。しかし、どの研修先へ行ってもハワイの方は優しく接してくださいました。自分の知っている限りの日本語を使って話そうとして下さる姿を見て、私も英語が分からなくてもジェスチャーなどで伝えたい事は伝えてコミュニケーションをたくさん取ろうと思いました。特にハリス教会の朗友会の方には沢山お話することが出来ました。また、どんな人に対しても同じ態度で接しておられたハワイの方々をとて尊敬しました。フィールドワークでの出会いに感謝したいです。これから出会う人たちにも自ら行動し、感謝の心をもって接していきたいと思いました。様々な研修先でハワイの健康問題、食事、栄養などについて学ぶことで自分の研究課題であるグルテンフリーに関しても学校やスーパーマーケットなどで学びを深めることが出来ました。この研修での学びが無駄とならないようにしっかりこの先の学生生活にも生かしていきたいです。今回の研修に関わって下さった先生をはじめとする多くの方に感謝の気持ちを忘れないようにしたいと感じました。この研修に参加できたことにも感謝しこれからも日々学び続けたいです。本当にありがとうございました。

管理栄養学科 2 年 曾田 理子

今回海外フィールドワークに参加し、多くの経験を通して様々なことを学ぶことができました。特に感じたのはハワイの人の優しさでした。まず、女学院と関連があるとは言え、ハリス教会の方々に受け入れてくださったこと。そして、ご飯をご一緒した時に決して上手ではない英語をしっかりと聞いてくださった上にご馳走になったこと。私たちのために予定には無かったハワイ大学の講義を聞けるように調整してくださったこと。私たちが喜ぶからと言ってサプライズでリムジンを用意してくださったこと。その他書ききれないくらい私たちのためにたくさんのことをしてくださるとも感謝しています。ハワイの方々は心の底から私たちのために何かしたいという気持ちでしてくださっていることがとても伝わってきました。是非私も見習って、そのような行動ができるようにしていきたいと思いました。私の今回の研究課題は離乳食の違いについてでした。実際に子育てした方に聞ける機会はありませんでしたが、制度や知っている知識を教えていただいたり、スーパーマーケットへ行き、実際にどのような種類のベビーフードがあるのかを学ぶことができました。日本に帰ってからしっかりと今回学んだことをまとめていきたいと思います。準備から研修まで大変なこともありましたが、関わった全ての人に感謝したいと思います。また、今回このメンバーで研修に臨めて本当に良かったと思います。本当にありがとうございました。

管理栄養学科 2 年 山崎 優月

今日で、海外フィールドワークの研修が終了しました。初めの頃は、英語が喋れるか、質問などはハワイの方に通じるかなど、不安なことも多くありました。しかしハワイを実際に訪れてみると、そのような心配はいらないくらいハワイの方は私たちを温かく迎え入れてくれ、私の拙い英語も耳を傾けて親身に聞いてくださいました。また、今回私がハワイに行って一番驚いたのは、ハワイの方々の優しさです。様々な研修先に伺いましたが、どの方も初めて会う私たちに対してとても親切で、真心を込めて接して下さったことに感動しました。いろいろな方と毎日英語でお話させて頂くことができ、日本とハワイの食生活や考え方の違いを感じながら過ごせたこの 8 泊 10 日間は、将来必ず私の糧になると思いました。私の研究テーマである病院食やサプリメントについても、実際にハワイに住んでいる方のお話や、高齢者施設などでの説明を通して事前に調べた事との比較もでき、新しい知識も身につけることが出来ました。この経験を生かし、日本以外の国の現状等も学んでいきたいと思います。また妻木先生を初め、フィールドワークのメンバー 5 人、これまで研修に行くにあたりお世話になった皆様に、心から感謝しています。お互いに高めあえるこのメンバーで研修に行けて本当に良かったです。ありがとうございました。