

## 調理科 1年 宇都宮短期大学「食物栄養学科」特別授業

2月16日（土）調理科1年生は、2019年度に新設される、宇都宮短期大学「食物栄養学科」の特別授業を受講しました。百田裕子学科長による「ライフステージに合わせた調理実習（幼児食）」と月橋春美教授による「栄養士・調理師のためのコミュニケーションワーク」でした。

### 《百田裕子学科長による「ライフステージに合わせた調理実習（幼児食）」》

乳幼児の咀嚼能力の発達に合わせた食材選び、調理法を学び、食を通じて幼児の発達や栄養摂取のあり方に対して、より高い意識を身につけることができました。



まずは、新鮮な食材選びから。



衛生的に、安全に、調理します。



彩り豊かに、はい出来上がり。



さっそく、子どもに戻ってご試食

## 《月橋春美教授による「栄養士・調理師のためのコミュニケーションワーク」》

栄養士・調理師は、さまざまな人との関わり（コミュニケーション）を通して、相手が何を望んでいるのかを考えなくてはなりません。コミュニケーションを取るツールとして、レクリエーションが挙げられます。

レクリエーション実習は、「ディスク・キャッチ」「サークル・ジャンプ」「キャッチング・ザ・スティック」「ロープ・ジャンピング10」の4種目で、いずれもグループの仲間同士、号令や声を掛け合って、心をひとつにしなくては、できないものでした。人と人とのつながりの大切さを感じ取りことができました。



ディスク・キャッチ  
(相手が受け取りやすいように投げます)



サークル・ジャンプ  
(グルグル、目が回る～！)



キャッチング・ザ・スティック  
(トン・トン・パ！隣のスティックをつかみます)



ロープ・ジャンピング10  
(サアー、飛んでー！)