

私のキャンパスライフ

自分から挑戦して、今しかできない経験を大切に

まず学生寮に住み、自分のことを自分ですることが習慣となりました。接客のアルバイトを始めて、お金の大切さ・コミュニケーションスキル・協調性を身につけています。また、時々栄養クリニックの料理教室やボランティアに参加して地域の方と親睦を深めたり、夏休みには学生寮で留学生サポーターとなり、外国人の留学生と1か月間一緒に過ごしました。

ずっとなりたかったオープンキャンパススタッフになることもでき、学生寮のイベントを企画するイベント委員や、京女にあるカフェSoraの運営メンバーにもなることができました。授業も忙しいですが、かなり充実しています。

私の受験エピソード

弟と私の両方が受験生で、祖母の介護もあり

ちょうど私と3歳下の弟が受験生で、家の中がかなりギスギスしていました。また、祖母が末期がんになってしまい、自宅での介護が必要だったので、受験の年は私だけではなく、家族全員が大変な1年でした。そんな中、料理好きだった大好きな祖母の影響で小さな頃から管理栄養士をめざし、受験に励んでいましたが、受験前に祖母が他界しました。祖母を亡くしてから受験直前までは特に辛かったのですが、泣いても祖母は帰ってこないと思い、受験を乗り越えました。合格がわかった時はとにかく嬉しくて、泣いてしまったこと以外はあまり覚えていないくらい気分が高揚していました。今は祖母との思い出を日々の勉強の原動力にし、楽しく大学生生活を送っています。

私の学科の学び、ココが楽しい!

実験や実習を通して、クラスの子と仲良くなれる

食物栄養学科では、化学実験や調理実習などの授業は班を作って行うことがあります。同じ班になった仲間でコミュニケーションをとり、協力し合う機会も多いです。大学生活で友達ができるか不安を抱えている方もいるかもしれませんが、実験や実習を通して、たくさんの人との出会いがあります。実習の一つである「給食運営実習」は、1班10人体制で行います。班の中で献立作成や栄養価計算、原価計算、そして発注などと役割を分担して、実際に100人分の給食を提供しました。先生の手をお借りしながらにはなりますが、基本的には自分たちで一通り行うことで、楽しくやりがいを感じるようになりました。

京女の先生ってこんな人!

良い意味で自由で気さくな先生が多い!(笑)

大人数の講義ばかりだと、先生と学生の距離は遠く感じてしまいがちですが、食物栄養学科では、比較的少人数での実験や実習があります。そこでは、わからないことがあれば、気兼ねなく質問できています。もちろん慣れない作業の中で失敗してしまうこともありますが、先生や助手さんたちはいつもとても優しくフォローしてくださります。個性豊かな先生方と関わって、楽しいなと感じることもたくさんあります。

私のキャンパスライフ

クラス単位で動いていくため、みんなとすぐに仲良くなれます!

食物栄養学科では、1・2回生までクラス単位で授業があるため、常に同じメンバーで励まし合いながら授業や課題に取り組むことができます。テストがたくさんあり辛いこともありますが、終わってからはクラス全員で打ち上げを計画し、モチベーションを上げ一人ではなくみんなで頑張ることができました。また、空きコマにはプリンセスラインパスで河原町通やJR京都駅前まで行き、おしゃれなカフェに行ったり、紅葉の時期には京都観光をしたりと授業の合間に息抜きをしながらメリハリをつけ、充実した大学生活を送ることができています。

私の学科の学び、ココが楽しい

実習・実験が豊富で、自分のよさを発揮することができます

実習や実験が多く、座学で学修した知識を生かしてより専門的な技術を身につけることができます。全てグループで行い、それぞれの役割分担を決めるため、苦手な分野もお互いに支え合いながら進めていくことができます。実習・実験以外にもグループワークが多く、話し合いの中から課題を見つけ出し、考察し解決策を考えることで、思考力などさまざまな能力のスキルアップができます。また、学外実習では病院や事業所、保育園、保健所などさまざまな場所で実習することで、実際の現場を知ることができ、机上では学ぶことのできない貴重な経験を経て、さらに成長することができます。

私の卒業論文

『亜鉛欠乏について』

亜鉛はタンパク質の構造維持、酵素の活性化、DNA・タンパク質合成、免疫反応の調節に作用し、身体の成長と維持に大きく関わっています。しかし、日本では亜鉛欠乏が進んでいるのが現状です。現在、体内亜鉛を測定するのは採血が主流ですが唾液から体内亜鉛を測定することができれば、非侵襲的な方法で測定が広く普及できるようになります。その実現のため、血液検査や唾液採取などの調査に協力していただき、ヒト対象の研究をしています。

京女のココが好き!

映画の撮影に使われたこともあるぐらい図書館がとてもきれいです。自習スペースもあるので、空きコマで課題をする時やテスト前に勉強をする時によくお世話になりました。良い環境のため勉強がはかどります! オープンキャンパスの際や入学された際はぜひ行ってみてください。

高校時代にやっておいた方がいいと思うこと

調理実習の授業があるため、お家の料理のお手伝いをしていると役に立つと思います。