講師

永原 真奈見

■ 学歴

1. 福岡女子大学大学院 人間環境科学研究科博士後期課程 人間環境科学専攻 修了

■ 学位

1. 博士（人間環境科学）

■ 研究分野

1. 栄養教育学
2. 実践栄養学

■ 研究キーワード

1. 食育
2. 食事調査・食事診断
3. 料理区分
4. 特定保健指導

■ 研究課題

1. 主食・主菜・副菜等の料理区分を活用した食事評価
2. 女子大学生における朝食摂取状況、運動習慣、身体あるいは精神上の自覚症状に関する検証
3. 福岡県内のある市における食育に関する調査結果の検証
4. 特定保健指導における減量目標及び長期的指導効果の検証

■ 担当授業科目

1. 栄養教育基礎（1年後期）
2. 栄養教育論Ⅰ（2年後期）
3. 栄養教育論Ⅱ（3年前期）
4. 栄養カウンセリング論（3年後期）
5. 栄養教育論実習Ⅰ（3年前期）
6. 地域栄養活動論（3年後期）
7. 総合演習Ⅱ（4年前期）
8. 管理栄養士演習Ⅱ（栄養教育論）（4年前期・後期）
9. 臨地実習Ⅲ（3年後期・4年前期）
10. 初年次セミナーⅠ（1年前期）
11. 実践活動（3年後期、4年前期）

■ 授業を行う上で工夫した事項

※ 助教・助手については、実習・演習等の指導を行う上で工夫した事項

1.	<p>授業科目名【栄養教育基礎】</p> <p>本科目は、1年次を対象に、健康増進や疾病予防を目的とした栄養教育手法を学ぶ上で基本となる概念の解説、及び管理栄養士に必要とされる知識・技能・態度の養成を目指して、2023年度より新設した科目である。2年次以降に始まる専門科目の履修につなげられるよう、動機づけや意識づけに重きをおいた。</p>
2.	<p>授業科目名【栄養教育論Ⅰ】</p> <p>管理栄養士国家試験の出題基準における「栄養教育論」分野は、年々、問題の難易度が上がっている傾向にある。毎回の講義では、教科書に加えて、パワーポイントによるスライドとプリント資料（書き込み欄付）を作成・配布し、学生の理解度が深まる工夫を行った。また毎回、前回の講義内容の復習小テストを実施し、学生の理解度を把握しながら講義を進めた。2年生で履修する科目であるが、国家試験において出題頻度が高い用語についてはその旨を強調し、時には過去問を示して解説を行うことで、国家試験対策にも通じるよう工夫した。</p>
3.	<p>授業科目名【栄養教育論Ⅱ】</p> <p>栄養教育論Ⅰで学んだ理論を基に、各ライフステージやライフサイクルに応じた栄養教育の特徴や課題、国や自治体における健康づくりの制度及び施策について解説した。栄養教育論ⅡにおいてもⅠと同様に、毎回、前回の講義内容の復習小テストを実施し、学生の理解度を把握しながら講義を進めた。また、講義の中で各ライフステージにおける実践活動の実際を紹介することで、学生がイメージしやすいように工夫した。</p>
4.	<p>授業科目名【栄養カウンセリング論】</p> <p>栄養教育論Ⅰ・Ⅱの講義で学んだ基本的なカウンセリング技法を用いて、行動科学の理論に基づいたカウンセリングを行う実践的スキルについて解説した。様々な課題やライフステージ別の事例を用いた演習を取り入れることで、行動科学理論への理解が深まるよう工夫した。</p>
5.	<p>授業科目名【栄養教育論実習Ⅰ】</p> <p>栄養教育論Ⅰ・Ⅱの講義で学んだ知識・理論を基に、個人及び集団におけるカウンセリングや栄養教育を実際に体験し、計画・実施・評価・改善を通して栄養教育マネジメントスキルを習得することを目標に掲げ、実施した。健康や食生活に関する情報収集、優先課題の特定、学習計画の立案、実施、評価、改善までのPDCAサイクルの作業を体験的に学ぶことで、実践につなげられるよう工夫した。</p>
6.	<p>授業科目名【地域栄養活動論】</p> <p>地域のあらゆる場面で活躍する管理栄養士の業務内容について、実際の手法をもとに解説を行い、管理栄養士の役割について解説した。また、地域栄養活動実践の概要と行政組織、地域における公衆栄養活動プログラム立案の手法等についても理解が深まるよう工夫した。さらに臨地実習における集団を対象とした講義の実施に向けて、指導略案や学習材の作成、発表指導等に従事した。</p>
7.	<p>授業科目名【総合演習Ⅱ】</p> <p>管理栄養士として必要となる最新情報や重点事項等を解説するとともに、これまでに学んだ専門的知識を統合して、対象者への適切な栄養管理ができる能力を養うことを目的として実施した。グループ討議を通して、多職種連携を意識した自分の考えの表出、他社の意見を受け入れる姿勢、総合的に判断する能力が育まれるよう、討議の様子を見守りながら進めることを意識した。</p>
8.	<p>授業科目名【管理栄養士演習Ⅱ（栄養教育論担当）】</p>

	「栄養教育論」分野を担当した。国家試験対策の模擬試験受験後に配布される解答・解説書は、解説が簡素であることが多いため、「栄養教育論」分野に苦手意識をもつ学生も多い。出題された問題の各選択肢について、解答のみにとどまらず、その範囲で系統化して習得しておくべき基礎知識も併せて解説を行った。
9.	<p>授業科目名【臨地実習Ⅲ】</p> <p>臨地実習Ⅲでは、保健所へ実習に行く学生の指導を行った。実習期間中に実施される実習課題や研究授業内容を事前に確認し、より円滑に実施できるよう指導した。臨地実習の巡回時には、実習中の学生への助言及び学生の研究授業の講評を行った。実習報告会では、各施設での実習内容について講評を行い、教員としての立場から実習の効果が最大限に得られるよう努めた。</p>
10.	<p>授業科目名【初年次セミナーⅠ】</p> <p>学生自らが目的をもって主体的に学ぶための着想力、論理性、表現力、独創性などの力を養成するため、1年生を対象に、スタディ・スキルの基本である『聞く』『調べる』『読む』『書く』『考える』の強化を図ることを目的とした科目である。その中でも、ノート・テイキングやリーディングに関する講義を担当し、例題を使って実際に体験させながら習得させることで、講義の中で定着を図るよう工夫した。またグループディスカッションを行う講義も担当しており、学生の発想を大切にしながら、自由に意見交換ができる場の提供を心がけた。</p>
11.	<p>授業科目名【実践活動】</p> <p>栄養教育に関連した文献を探求し、内容を適切にまとめて紹介するスキルの習得を目指した。</p> <p>また、幼児や小学生を対象とした食育、及び高校生や成人を対象とした栄養教育の実践を通して、栄養教育手法を身に付け、社会人として働く上でのより実践的な知識とスキルの習得ができるよう心がけた。</p>

■ 学会における活動

	加入時期	所属学会等の名称	役職名等（任期）
1.	2001年4月～現在に至る	日本栄養士会	
2.	2018年4月～現在に至る	日本食育学会	編集委員
3.	2019年9月～現在に至る (2001年4月～2016年2月まで所属)	日本栄養改善学会	
4.	2022年4月～現在に至る	日本健康教育学会	

■ 研究業績等に関する事項（2024年度）

	発行又は発表の年月	著書、学術論文等の名称	単著 共著	発行所、発表雑誌等又は発表学会等の名称	概要
(著書)					
1.					
(学術論文)					

1.	2025年 3月	8つの料理区分を用いた簡易食事診断手法の検討 一子育て中の母親における料理区分別摂取状況と食事指導の遵守性高低別比較を通して―	共著	西南女学院大学 紀要 29, 1-10	本研究の目的は、主食・主菜・副菜等の料理区分を用いて、簡便でかつ対象者に分かりやすい結果を提供できる、24時間思い出し法を用いた食事診断手法を確立することである。2023年7月に北九州市内で開かれたイベント会場において、未就学児及び小学生の母親30名を対象に、簡易食事調査及び調査手法や理解度に関するアンケート調査を実施した。調査手法に関する全項目において肯定的回答が100%を占め、本研究の食事診断手法が対象者に受容されたことが確認できた。
(翻訳)					
1.					
(学会発表)					
1.	2024年 7月	3-4歳児・5-6歳児の食生活の特徴の比較と食教育の重点項目の検証	共著	第12回 日本食育学会 (開催：千葉)	3-4歳児と5-6歳児における偏食の有無や食生活の差異、各年齢の保護者の食育に関する取組みや考え方の違いを検証し、幼児期における食教育の重点項目を明らかにすることを目的とした。
2.	2024年 9月	8つの料理区分を用いた簡易食事診断手法の検討	共著	第71回 日本栄養改善学会 (開催：大阪)	主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物、菓子、飲物、酒の8つの料理区分を用いて、簡便で、対象者に分かりやすい結果を提供できる食事診断手法を確立することを目的とした。結果より、8つの料理区分を用いた簡易食事診断手法は対象者に受容されたことが確認できた。今後、対象の幅を広げ、本手法の妥当性と汎用性を検証していく必要がある。

■ 外部資金（科学研究費補助金等）導入状況（本学共同研究費を含む）

(1) 共同研究				
	研究題目	交付団体	研究者 ○代表者（ ）内は学外者	交付決定額 (単位：円)
1.	若い世代の食育推進事業	北九州市	○坂田 郁子 永原 真奈見	69,965円

2.	子ども食堂「ちゅうおうま ち食楽福亭」における食育 実践（※天候により中止）	西南女学院大学	○永原 真奈見 矢野 夏実	50,000 円
----	--	---------	------------------	----------

(2) 個人研究				
	研究題目	交付団体	交付決定額 (単位：円)	備考
1.				

■ 社会における活動

	任 期 期 間 等	団体・委員会等の名称 (内 容)	役 職 名 等
1.	2024 年 12 月 11 日	令和 6 年度保育所(園)調理員研修 講習「輝け！ 乳幼児！ ～乳幼児の 特徴と保育所(園)におけるおやつ の役割～」 対象：北九州市保育所勤務の 栄養士及び調理員120名	講師
2.	2022 年～現在	公立大学法人 福岡女子大学 福岡県内のある市における地域住民 を対象とした食育アンケート調査	客員研究員

■ 学内における活動等（役職、委員、学生支援など）

	任 期 期 間 等	会議・委員会等の名称 (内 容)	役 職 名 等
1.	2023 年 4 月～2025 年 3 月	学生委員	
2.	2024 年 4 月～2025 年 3 月	キャンパスハラスメント相談員	
3.	2022 年 4 月～2024 年 3 月	学習支援委員	
4.	2021 年 4 月～2023 年 3 月	教職課程委員	
5.	2024 年 7 月 11 日	オープンキャンパス・ブース担当 「あなたのコマの傾きは？ ～一緒に食生活チェック～ in 西女」	食生活セルフチェックの実施 及び食生活診断とアドバイス 対象：高校 1～3 年生
6.	2024 年 10 月 26 日	しおん祭・ブース担当 「これであなたの明日からの食生活 が変わる？ Let's ベジチェック！」	ベジチェック(推定野菜摂取 量測定機器)による測定 対象：15～34歳