栄養学科合格者の皆さまへ

合格おめでとうございます。これから入学するまでの間に学んでおいていただきたいことや心構えなど､栄養学科からの課題を以下に記しました｡入学前の貴重な時間を大切にし、大学への学びの準備の期間としてお過ごしいただきたいと思います。

[学科からのメッセージ]

食科学部は科学的観点から幅広く『食』を学ぶところであり、その中でも栄養学科は、人それぞれの幸せを目指し、医科学的視点で「栄養学」を学び、栄養学を通じてすべての人のWell-Being を支える人材を養成することを目指している学科です。栄養学科では､『食』に関連する食品学・栄養学・調理学に加えて、医学・保健学・スポーツ科学も重要な関連科目となります。またこれからは、福祉に対する深い理解も欠かせません。

将来、社会に貢献する人材となるためには、幅広い知識と教養が必要なことはいうまでもありません｡広い視野を持ち、専門だけの小さな世界に閉じこもることのないように心がけていただければと思います｡学ぶべき科目数が多いことをよく理解し、関心を持って自発的に見聞を広めて下さい｡そして、豊かな趣味を通してコミュニケーション能力を身につけることも大切です｡大学にはたくさんのクラブやサークルがありますので、他学部や他学科の方たちと知り合う場として参加することは有意義なことでしょう。

[課題]

栄養学科の各教科を理解するうえで、高校までの「化学」や「生物」の知識は欠かせません。さらに、実験・調査結果の分析に欠かせない「統計学」の知識や英語も必要です。

まず、高校の化学・生物の教科書の内容は、大学の授業を受ける前にしっかりと学び、理解しておいて下さい｡特に､栄養成分･食品成分･生体成分の化学構造や化学的性質の理解、生体内での食物の消化・吸収・栄養素の利用のメカニズム、生体の恒常性の維持の仕組みの理解などは重要な基本的な知識となります｡すでにこれらを学んだならば、よく復習しておいて下さい｡また、もしも「化学」や「生物」を学んでいない場合は、自ら工夫して教科書・参考書などで学んでおく必要があります。

また、大学入試共通テストの問題や本学の過去の入試問題にも目を通し、是非解いてみてください｡解けない問題に関しては、ご自身の知識や理解が不足している部分を発見し、勉強を始める糸口になるでしょう。

本学では３年生になると、卒業研究のために研究室を選択し、所属研究室で自ら卒業研究に携わることになります｡研究の方法は研究室によって異なりますが、最新の情報を幅広く把握するために外国の雑誌等を読まなければならないことは共通しています。ですから英語には常に慣れ親しむよう心がけてください。

[お薦めの図書・その他]
　栄養学科先生方のお薦めの図書を以下に挙げておきますので、いくつか目を通してみましょう。

・「大人のための生物学の教科書」　石川香、岩瀬哲、相馬融　講談社 BLUE BACKS
・「からだの錯覚　脳と感覚が作り出す不思議な世界」小鷹研理著　講談社 BLUE BACKS
・「おいしさの科学」佐藤成美　講談社 BLUE BACKS
・「本当に役立つ栄養学」佐藤成美　講談社 BLUE BACKS
・「大地の五億年　せめぎあう土と生き物たち」　藤井　一至　ヤマケイ文庫
・「ロウソクの科学」　ファラデー　三石巌訳　角川文庫
・「理科系の作文技術」　木下是雄　中公新書
・「栄養データはこう読む」　佐々木敏　女子栄養大学出版部
・「栄養学を拓いた巨人たち」　杉晴夫　講談社 BLUE BACKS
・「新ベターホームのお料理一年生」　ベターホーム協会
・「からだにおいしい野菜の便利帳」、「新・野菜の便利帳」　板木利隆（監修）　高橋書店
・「変わる家族 変わる食卓」　岩村暢子　中公文庫
・「最新版 大学生のためのレポート・論文術」　小笠原 喜康講　談社現代新書
・「「美味しい」とは何か　食からひもとく美学入門」　源河亨　中公新書
・「うま味って何だろう」栗原堅三 岩波ジュニア新書

以上です。

それでは体調管理をしっかり行い、元気に入学式でお会いしましょう。

栄養学科教員一同