

## 女子栄養大学

- 1933年の開設以来、90年の伝統と実績
- 建学の精神「食により人間の健康の維持・改善を図る」のもと、多彩な食のスペシャリストを養成
- 日本人の暮らしに栄養学を生かすため、「計量カップとスプーン」や「四群点数法」などの食事法を考案

■ 栄養学部	
実践栄養学科	管理栄養士国家試験合格者数 全国第1位229名(2022年3月卒業生)
保健栄養学科 栄養科学専攻	栄養士資格を持つ臨床検査技師、家庭科教諭、 スポーツ栄養の専門家の養成
保健養護専攻	養護教諭採用試験合格者数 延べ 64名 (2022年3月卒業生)
食文化栄養学科	食文化・食産業の発展に貢献する食の スペシャリストの育成

■ 短期大学部 食物栄養学科 2年間で栄養士免許を取得

## 女子栄養大学が考案した食事の3つのルール

ルール1 **食事バランス**      ルール2 手軽に **栄養バランス**

### 健康のための食事法「四群点数法」

健康をつくる **食事プランのきほん**

女子栄養大学 創立者 香川綾が追求し続けた!!  
味良し◎ 栄養バランス良し◎ 家計に良し★

これこそが、みなさんの腕の振るいどころ!

四群点数法のすずめ

お米本来の栄養価をいかす **毎日の主食を胚芽精米にする**

ルール3 **おいしさ**

料理のおいしさの決め手は味 **計量カップと計量スプーン**を使って、料理の味付けをする

「食」と「栄養」の見地から  
市民の健康増進と  
「社会のつながり」を応援し  
人生100年時代を目指す

### 〈連携内容(例)〉

- ◆食育の関心を高め、健康的な食習慣意識の醸成
  - ・学生考案のTODAバランス弁当を作成し、市内店舗に配架
  - ・弁当の開発・販売・評価
- ◆食環境整備に関する調査・研究
  - ・弁当に求めるニーズなど、インタビューまたは質問紙調査などを実施
- ◆栄養に関する専門職の人材育成
  - ・学生実習の受け入れ
- ◆「食」に関する講演等生涯学習の実施
- ◆家庭料理技能検定等による、こども・子育て世代の食育推進

## 戸田市

- 県内一平均年齢が「41.7歳」と若い市
- 人口14万1千人、公園と水辺空間に恵まれた都心への交通アクセスも良い、住みやすいまち
- 前期高齢者一人当たりの医療費が県内最高水準

第3次戸田市健康増進計画・第2次戸田市食育推進計画 (2018～2023年度)

基本理念 **笑顔と健康！元気なまち とだ**

基本目標 **1. 健康増進計画**

- 健康意識 : 健康意識を高め、自らの健康保持に努めよう
- 運動 : 日常生活の中で、意識して身体を動かそう
- 休養とこころの健康 : 悩んでいる人がいたら、声をかけよう
- 歯と口の健康 : 生涯を通じて自分の歯を大切にしよう
- 飲酒 : 飲酒の適量を身につけよう
- 喫煙 : タバコの害を知り、タバコの煙を吸わないようにしましょう

基本目標 **2. 食育推進計画**

- 食に対する意識 : 食への興味・関心を高めよう
- 健康を支える「食」 : 望ましい食生活を身につけよう
- 心をつなぐ「食」 : おいしく楽しく食事をし、食文化を伝えよう
- 循環する「食」 : 食の生産から消費・廃棄を考え行動しよう

## 水と緑のまち 住みよいまち 子育てのまち 楽しいまち とだ

戸田橋花火大会

彩湖・道満グリーンパークで **戸田マラソン**!

戸田と言えば **ボート!**

彩湖・道満グリーンパーク

- 栄養学の実践を通して社会に貢献。連携協定数は、本協定を含め140件。自治体関連は38に。
- 社会連携では、SDGsの取組を推進。