

活水大学／健康生活学部 2027
食生活健康学科
 (管理栄養士養成課程)

OG's vision !



What's your vision ?



管理栄養士の

はたらき方診断

管理栄養士は「食事を考える」だけでなく、対象者に寄り添い、人々の生活の質（QOL）を支える専門職として、医療機関や福祉施設、行政、学校などさまざまな職種で活躍しています。あなたはどんな分野に興味がありますか？

私は栄養と運動の両面から健康をサポートしたいので、健康運動実践指導者の資格を取得しました。



管理栄養士のこれから

管理栄養士の役割のひとつである、食事を通じた病気の発症や重症化の予防、高齢者への栄養支援は、生活習慣病の増加や少子高齢化、医療費の増大といった現代社会の課題と深くかかわっています。そのため、管理栄養士の需要はますます高まっています。また、インターネットやSNSでたくさんの情報があふれるなか、食の安全・安心のために正しい知識（科学的根拠）にもとづいた情報を伝えることも大切な役割です。



あなたの興味の入口は？

「栄養」や「食」に興味がある

「食」を通して健康にしたい

料理を作ることが好き

食べることが好き

「食」を通して人の健康を支えたい、誰かを笑顔にしたい。その想いを深めていくことで、管理栄養士として活躍できるフィールドは大きくひろがっていきます。病院や福祉施設、企業、スポーツ、地域支援など、活躍の場はさまざま。あなたに合った働き方を見つけるヒントとして、「はたらき方診断」をのぞいてみましょう。



あなたの興味の分野は？

病気の人を助けたい
医療にかかわりたい

高齢者をサポートする
仕事したい

地域の人々の
健康を守りたい

子どもが好き
成長を支えたい

スポーツ（運動）が好き
身体づくりに
かかわりたい

食品開発や
研究にかかわりたい

活水で学べること！

一人ひとりに合わせた
食事の考え方と伝え方を学ぶ

栄養学の基礎から、病気別の食事療法、わかりやすく伝えるコミュニケーションの取り方まで実践的に習得します。



「食べやすい」を科学する

噛む・飲み込む力に応じた調理や食事形態を学び、安全でおいしい一食を支える力を身につけます。



日常に寄り添う
健康づくりを学ぶ

生活習慣病予防やライフステージに応じた栄養指導など、地域に根ざした支援方法を身につけます。



「楽しい！」から始まる
食育を学ぶ

発達に合わせた食事づくりと、子どもに伝わる栄養教育の方法を身につけます。



健康づくりを
「運動」と「栄養」から支える

エネルギー代謝の測定などを通して、運動と栄養の関係を科学的に学びます。



「おいしい」と「健康」の
理由を探る

栄養素のはたらきや機能性を実験で確かめ、安全でおいしい食を生み出す力を養います。



該当する職種・分野

病院
在宅医療など

患者さんの症状や暮らしに合わせて、「続けられる食事」を提案し、回復や健康維持を支えます。

福祉施設
介護施設など

一人ひとりに寄り添い、食事から健康と生活の質を支えます。

保健所・保健センター
薬局・ドラッグストアなど

身近な場所から、地域の健康を支え続けます。

学校
保育所など

食を通して、子どもたちの健やかな成長・発達をサポートします。

健康増進施設
地域の運動教室など

生活習慣病の予防・改善、体力の保持・増進など、健康づくりを支えます。

食品企業
研究機関・大学など

安全・安心を守るための新しい食品やレシピを生み出し、食の未来をつくります。

管理栄養士として 多彩なフィールドで活躍する 先輩たちの声を、あなたへ。

さまざまな分野で活躍する先輩にインタビュー！
みなさんは自分のキャリアをどのようにイメージしますか？



病 院



チームで支える医療に 栄養の視点を

日本赤十字社 長崎原爆病院／管理栄養士／平 幸葉紅さん

患者一人ひとりの病気や体調に合わせて、栄養管理や食事の提供を行っています。治療食の献立作成や食材・衛生管理を通して、安全で安心な食事を支えながら、医師や看護師と連携し、チーム医療の一員として、食事面から患者さんの健康と命を支えています。大学の授業では管理栄養士役と患者役を体験し、相手に寄り添った伝え方の大切さを学びました。患者さんの目線に立った栄養指導の経験は、今も日々の栄養指導に活かされています。



福 祉



大学での経験が 今の自分の土台に

特別養護老人ホーム びわの園／管理栄養士／東郷 朱華さん

献立作成や食材の発注、栄養ケア・マネジメントなどを担当しています。安心して食事ができるように、年齢や体調に合わせて、味付けや食べやすさを工夫しています。大学では資格のための知識だけでなく、社会で働くうえで大切な力も身につけることができました。仲間と協力するなかで、実践力やコミュニケーション力が養われたと感じています。大学での経験は今の自分の土台となります。迷ったときこそ挑戦し、自分の可能性をひろげてほしいです！



行 政



食で支える 地域の健康

長崎県福祉保健部 地域保健推進課／管理栄養士／小川 しおりさん

行政の管理栄養士として、地域の健康を支える仕組みづくりに関わっています。公衆栄養学で身につけた「地域全体の健康を考える視点」は、現在の業務の土台となり、現場での判断や提案に活かされています。管理栄養士が活躍できる場は幅広いですが、行政は「地域の仕組み」そのものにかかわり、多くの人の暮らしを食の面から支えられるところが魅力です。責任の大きさとともに、地域に貢献できている実感が大きなやりがいにつながっています。



学 校



未来を育てる 毎日の食事

九州県内／栄養教諭／竹尾 悠さん

給食管理や食に関する指導などを担当しています。大学ではさまざまな現場で実習を経験できたことで、自分に合った職種を見つけることができました。また、他学科の学生との交流で得た「人とかかわる力」は、職場での人間関係づくりに活かされています。職場では子どもたちが身近にいて、給食を楽しみにしてくれています。これからもおいしい給食づくりに努めるとともに、食の大切さを伝え、将来につながる力を育んでいきたいと考えています。



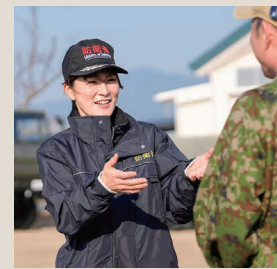
自衛隊



支える力を 磨き続けること

陸上自衛隊 竹松駐屯地／管理栄養士／小森 菜佳さん

駐屯地での給食献立の作成や、自衛隊員への栄養教育を中心に、災害派遣時の対応や野外給食の指導にも携わっています。在学中はオーストラリアへ交換留学し、さまざまな食文化に触れ、現地の方々と交流しました。大学で培ったコミュニケーション力や協調性のおかげで、職場でも仲間と協力しながら、前向きに仕事に取り組むことができます。これからも学び続ける姿勢を大切に、「食」の面から隊員の健康とパフォーマンスを支えていきたいです。



運 動



健康をつくる 栄養 × 運動のチカラ

NPO法人 長崎ウェルネススポーツ研究センター／健康運動指導士、管理栄養士／後城 千瑛さん

行政からの委託事業として、運動指導や高齢者サロンでの体力測定にかかわっています。また、運動を習慣化するための研究などにも取り組んでいます。在学中に健康運動実践指導者の資格を取得し、現在は健康運動指導士としても活動しています。大学では実験や実習を通して身体の仕組みを学び、地域の方への運動指導も経験しました。今はその学びを活かし、栄養と運動の両面から、地域の方の健康づくりを支える活動をしています。



保 育



「おいしい」が やりがいになる仕事

かき道ピノキオこども園／管理栄養士／木下 理央さん

保育園での栄養士業務では、調理も大切な仕事のひとつです。毎日約200人分の食事を作るため、大量調理や給食管理の学びが役立っています。子どもたちが「おいしい」と笑顔で伝えてくれる瞬間に、大きなやりがいを感じます。調理と事務作業を両立する大変さもありますが、子どもたちの成長を身近に感じられることが何よりの喜びです。日々のなかでたくさんの嬉しさや感動に出会える、とても魅力のある仕事だと感じています。





基礎力から国試対策まで
講義・実験・実習で
着実に力を育む

管理栄養士の職域は、医療、福祉、保健、教育など多岐にわたります。

高度な専門的知識と技能をもとに実践力を備えた管理栄養士になるため、

食品、調理、人体の仕組み、栄養素のはたらき、病気の成り立ち、

食事療法などさまざまな学問を講義・実験・実習を通して体系的に学びます。

① 臨床栄養学実習

病院で提供される治療食や栄養
管理の基本と常食を基本とした
展開食を実践的に学びます



② 応用栄養学実習

乳児期から高齢期に至る各ライフステージに応じた栄養ケア・マネジメントを実践します



5 健康体力学実習

体力の現状、運動・トレーニング
の効果を評価するための測定に
ついて実習を行います



6 公眾營養學實習

地域の方々の健康維持・増進をめ
ざし、栄養情報の提供や栄養教育
のための知識や技術を学びます



③ 榮養教育論演習

栄養教育を効果的に行えるよう
に基礎技術を習得し、対象別栄
養教育の基礎を学びます



④ 給食経営管理実習

給食を運営する管理栄養士の
一連の業務を実際に体験すること
で、実践力を養います



7 国試対策

一人ひとりの学修状況とニーズにあわせた国家試験対策を行っています。また、チューター制を導入しています。国家試験への挑戦にあたって学生が不安を抱えないように教員が寄り添ってサポートします



4年間の学び【カリキュラム】		専門基礎科目		専門科目	
1 年 次	食品学、調理学、 人体の構造など、 健康と栄養の基礎を 学びます。	●健康生活概論 ●公衆衛生学 ●生化学 ●生化学実験 ●人体構造機能特論 ●人体構造・機能論Ⅰ・Ⅱ ●人体構造・機能実験Ⅰ ●食品学Ⅰ ●食品衛生学 ●食品学実験 ●調理学 ●調理学実習Ⅰ・Ⅱ		●食事設計論 ●化学 ●情報処理演習 ○微生物学	
		●栄養学			
2 年 次	理論と実験にもとづき、 さらに基礎知識を 発展させます。	●病態生理・生化学 ●健康管理概論 ●人体構造・機能実験Ⅱ ●運動生理学 ●臨床医学概論 ●食品学Ⅱ ●食品加工学 ●食品衛生学実験 ●食事設計実習		○薬理学 ○身体運動のメカニズム	
		●栄養学実験 ●応用栄養学Ⅰ・Ⅱ ●応用栄養学実習 ●カウンセリング論 ●栄養教育論Ⅰ ●臨床栄養学Ⅰ ●臨床検査医学 ●給食運営論 ●給食経営管理論			
3 年 次	実習や演習で 実践的・専門的な 力を身につけます。	●健康体力学実習 ●臨床医学実験 ●病理学		○Nutritional English ○Human Biology	
		●運動栄養学 ●栄養教育論Ⅱ ●栄養教育論演習 ●栄養教育論実習 ●臨床栄養学Ⅱ ●臨床栄養学実習 ●臨床栄養教育実習 ●臨床栄養評価・管理論 ●臨床栄養評価・管理実習 ●健康栄養情報管理論 ●公衆栄養学 ●公衆栄養学実習			
4 年 次	臨地実習などを通じて、 管理栄養士に必要な 技能を修得します。			●給食経営管理実習 ●臨地実験事前事後指導Ⅰ・Ⅱ ●給食経営管理臨地実習 ○スポーツ傷害と救急処置 ○運動処方 ○健康運動指導演習Ⅰ・Ⅱ ○学校栄養教育論 ○学校栄養指導論 ○セミナーⅠ ○総合講座Ⅰ ○海外研修	
		●管理栄養士総合演習Ⅰ・Ⅱ ●臨床栄養臨地実習 ●臨床栄養学活動臨地実習 ●公衆栄養学活動臨地実習 ○セミナーⅡ・Ⅲ ○総合講座Ⅱ・Ⅲ ○学科特別講座Ⅰ・Ⅱ ●学科特別講座Ⅲ			

●＝必修科目 ○＝選択科目

実習や実験を通した
リアルな学びを自分のものに



前田 詞保／長崎県・諫早高等学校 卒

私は大学での授業などを通して、管理栄養士国家試験合格を目標に勉強に取り組みました。一つひとつの授業を大切にしながら、ときには先生方や友人に質問もして、同じ目標を志す仲間と日々励みました。特に、実験・実習や学外での臨地実習などは体験型学習として先生方や友人

と密な時間を過ごし、得た学びをより自分のものとして吸収することができました。卒業後は、病院管理栄養士として、患者一人ひとりの生活背景に寄り添った栄養管理を実現するために、専門性をより磨いて、社会に貢献できる人材になりたいです。



学びを深め、実践力を育む。 地域や社会とつながり、 人として成長する

学内での学びを深めるとともに、実践力を高めるため、
産官学連携や地域と協働した多様な学外での学びにも力を入れています。
現場に近い環境での経験を通して、知識を実践へとつなげ、
課題発見力や対応力を養います。
また、さまざまな人とのかかわりのなかで、コミュニケーション力や主体性も育みます。

①【産官学連携】みどりの食料システム勉強会

3年生を対象に「みどりの食料システム勉強会」(九州農政局主催)を実施しています。日本の食べ物の調達から消費に関することや地域内循環の事例などを聞き、食に関する知識を深める貴重な学びの場となっています。実践編として農作物を自分たちで栽培する「そば塾(波佐見町)」に参加し、実際に畑を耕して種をまき農作物を育てること、食べ物を育てることの大変さや楽しさを学びます。学園祭では地元の食材に着目した食事を提供することで食への関心を高めるなど、魅力ある管理栄養士をめざすためにさまざまな活動に参加しています。



② 運動教室

管理栄養士をめざしながら、選択科目を履修することで「健康運動実践指導者」という運動指導の資格を取得することができます。健康運動実践指導者には、自ら見本を示す実演能力と集団への運動指導能力が求められるため、地域で開催されている教室で実際に運動指導をする機会があります。授業での学びを活かし、どのようにしたら伝わりやすいのかを考え、参加者の方々とコミュニケーションをとりながら、安全かつ効果的に運動指導を行います。ただ資格を取得するだけでなく、実際に運動指導ができる実践的能力を備え、栄養と運動の両側面から健康づくりを支えます。



③ ジャがいもの収穫体験

長崎県のじゃがいもは全国第2位(北海道に次ぐ)の収穫量をほこり、
地場産物の代表でもあります。農家の方から手ほどきを受けて収穫し、
みんなでレシピを考え、調理して食します。生産者の苦労の一端を知るとともに、地産地消のメリットを改めて考えるよい機会となります。



●実践力を磨く臨地実習

学内での学びを活かし、対象者に合った食事の提供、栄養管理、多職種連携などを学び、
管理栄養士としての実践力を身につけます。

事前教育

01

臨地実習に向けて、これまでの総まとめを行います。
また、看護学科との連携授業において、
それぞれ専門職の立場で意見交換を行うことで、
専門性の違いを認識し、互いの専門性を尊重した
多職種連携を経験します。実習前に各専門職の外部講師から
実習に臨むための心がまえや専門職としての姿勢を学びます。



臨地実習

02

福祉施設や小学校、医療機関、
市役所、保健所、自衛隊などで
実習を行います。



事後教育

03

実習後に実習についてのリフレクションを行います。
また、報告会を通し、クラスメイトからの報告を受けて
情報を共有することで、さらに学びを深めます。



◎取得できる資格・免許

受験資格

- 管理栄養士国家試験受験資格
- 健康運動実践指導者受験資格

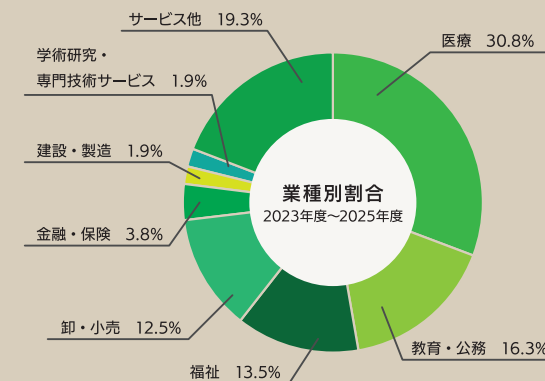
免許

- 栄養士免許
- 食品衛生監視員資格(任用資格)
- 食品衛生管理者資格(任用資格)
- 栄養教諭一種免許状

想定される将来のフィールド

- 病院
- 福祉・介護施設
- 栄養教諭(小学校・中学校)
- 公務員(保健所など)
- 食品メーカー(商品開発など)
- 保育所・幼稚園

◎進路実績



就職先一覧

長崎大学病院/重工記念長崎病院/(医)春回会 長崎北病院/(医)徳洲会 長崎北徳洲会
病院/(医)RAながさき内科・リウマチ科医院/(医)緑風会 長崎みどり病院/澤本歯科医
院/(地独)佐世保市総合医療センター/(医)伴師会 愛野記念病院/(医)九州恵会 上田
歯科医院/(医)福岡桜十字 桜十字福岡病院/(医)愛和会 南千住病院/(医)順天堂 順天
堂病院/(学)聖フランシスコ学園 聖フランソア幼稚園/(福)えのき会 幼保連携型認定こ
ども園 三京えのきこども園/フォルテ認定こども園/(福)親和会 みやけ保育園/聖フラ
ンシスコ園/(福)日春会 特別養護老人ホーム 橋の丘/(福)長崎厚生福祉団/(株)物語
コーポレーション/(株)ドラッグストアモリ/(株)アインホールディングス/(株)ツルハグ
ルードラッグ&ファーマシー西日本/ANAデパート/(株)たちばな信用金庫/オリッ
クス生命保険/(株)リージョナルクリエーション長崎/(株)F石川 リー・ウルフ石川/
(株)カープホールディングス/(株)丸協食産/(株)LEOC/(株)グリーンハウス/富士産
業/(株)スチームシップ/長崎県/諫早市/雲仙市/南島原市 など

食生活健康学科のよくある Q&A

Q

実業系高校で化学、生物を履修していないのですが、授業についていけますか？

A

化学や生物が苦手な人でも問題ありません！
早期に入学が決まった入学予定者を対象に、入学前教育を実施しています。また、1年次の授業で化学や生物を学ぶことができます。

Q

栄養教諭と健康運動実践指導者の資格取得を迷っています。在学中に両方の資格を取得することはできますか？

A

時間割の都合上、両方の資格を取得することは難しいです。入学時に資格について説明する機会がありますが、迷ったら担当教員に気軽に相談してください。

Q

1日の授業の流れはどんな感じですか？

A

食生活健康学科の授業は、講義・実習・実験・演習科目で構成されています。学年・曜日によっても異なりますが、午前午後を通して授業が実施されます。

Q

地方試験は実施していますか？

A

一般選抜A方式では、福岡試験場があります。

Q

在学中に健康や食に関する社会貢献活動を経験したいと思っていますが、経験できますか？

A

産官学・地域連携の活動や各種イベントへ参加しています。興味のある活動があれば、ぜひ参加してください。

Q

食に興味はありますが、調理には自信がありません…基礎から学ぶことはできますか？

A

調理が苦手な人でも、1年次に調理学で基礎知識を学ぶことができます。調理実習では、包丁の使い方や出汁のとり方など、調理の基本を習得できます。

Q

サークルやアルバイトなどとの両立はできますか？

A

多くの学生がサークル活動やアルバイトと学業を両立して、充実した学生生活を送っています。また、諸活動と学業を両立するためにはスケジュール管理は重要であり、このプロセスを通して自己管理能力を高めることもできます。

Q

過去の入試問題集を手に入れたいのですが…

A

オープンキャンパスなどで配布しているほか、郵送でのお取り寄せも可能です。郵送をご希望の方は、受験生応援サイト「活水ガイド」内の「入試情報」→「入試問題集 資料請求」よりお申し込みください。お手続き完了後、順次発送いたします。

2026年度 オープンキャンパス日程

※食生活健康学科は東山手キャンパスにて開催

キャンパス	日 程	開催時間
東山手	第1回 2026年6月20日(土)	10:00・15:00
	第2回 2026年7月18日(土)	
	第3回 2026年8月8日(土)	
大 村	第1回 2026年8月8日(土)	9:30・14:00
	第2回 2026年8月16日(日)	

2026年度 進学相談会日程

キャンパス	日 程	開催時間
東山手 大 村	第1回 2026年10月31日(土) 蛸雪会(学園祭)と同日開催	10:00・12:00
	第2回 2026年12月19日(土)	

2026年度 ナイトオープンキャンパス日程

キャンパス	日 程	開催時間
東山手	2026年11月27日(金)	18:00・19:30

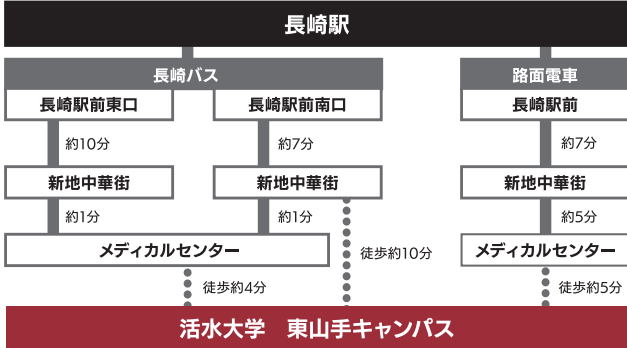
2026年度 春のオープンキャンパス日程

キャンパス	日 程	開催時間
東山手	2027年3月20日(土)	10:00・15:00
大 村		10:00・13:00



アクセス情報

東山手キャンパス 国際文化学科・食生活健康学科・生活デザイン学科・子ども学科



大村キャンパス 看護学科

