

女子栄養大学

- 1933年の開設以来、89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
保健看護専攻	養護教諭採用試験合格者数 延べ 45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

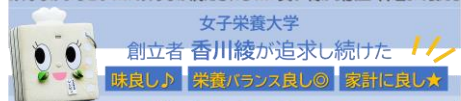
女子栄養大学が考案した食事の3つのルール

ルール1

食事バランス

健康のための食事法「四群点数法」

みんながよろこぶ・・・みんなが満たされる・・・買い物から献立・料理まで使える



ルール2

手軽に

+ 栄養バランス

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



幅広い世代へ
【食】と【栄養】を通じた、
健康長寿のまちづくり

〈連携内容(例)〉

◆ 栄養バランスの良い食 事の普及啓発

- ・健康まつりなど、イベントでの
おすすめレシピの紹介。
- ・フレイル予防を食生活から
アプローチ
- ・次世代を担う小中学生に
減塩などの生活習慣病予防
の普及啓発。

◆ 特産品のブランド化に 向けた取組

- ・寄居町の特産品を活かした
メニューづくり。

◆ 食を通じた生涯学習

- ・健康・栄養に関する研修会
の開催。

寄居町

- 人口約3万2千人、埼玉県北西部に位置する豊かな
自然環境に恵まれた町
- 清らかで美しい水環境や「鉢形城址」などの歴史資
源、都心への交通アクセスも良さも魅力
- 夏は河原でキャンプ、冬はみかん狩りが楽しめる

寄居町総合振興計画 後期基本計画(2022年3月)

目指す姿 可能性 ∞ 笑顔満タン よりいまち

基本目標③ 支えあいとふれあいのある 健康長寿のまち

可能性 ∞ むげんだい

基本方針 健康づくりの推進

(基本施策)

- ① 保健医療の充実
- ② 疾病の早期発見と予防
- ③ 生活改善による健康づくり



寄居町健康長寿計画(2018年3月)

目指す姿 健康長寿 県下ナンバーワン

基本理念 一人ひとりが健康づくり 笑顔でいきいき健康長
寿の町 よりいい

主な特産品



【寄居とろとろナス】



【寄居のみかん】

- 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137件。自治体関連は37に。
- 社会連携では、SDGsの取組を推進。