



熊本発!食の職業訓練施設を経営して20年。 「お客様に喜ばれる食と健康のプロを育成したい」

今回ご紹介するのは、食産業に従事する人材の育成を目的とした職業訓練施設を経営している松本久美子さんです。

Q. 健康管理士の資格に興味を持ったきっかけ、選んだ理由を教えてください。

もともとは歯科衛生士の国家資格を持ち就業していましたが、10代の頃の個人的な食に関する興味から始まり、20代には職業柄患者様や地域の学校などで食生活指導をすることも多く、その後結婚・出産・子育てを通じて、「食は心と体の健康の基本である」となお一層実感するようになりました。そのような中、「食」についてより自由に社会に発信できる仕事にシフトチェンジする意思を固め、社会への発信は「女性と店舗関係者」からと考え、カルチャー、食育推進者であるパン食コーディネーター養成、製菓製パンの職業訓練施設を開校し、現在に至っています。



〈実習訓練の様子〉

食に関しては多くを伝える必要があり、以前から幅広く知識を吸収するように努めていましたので、ある程度の知識はありますが、限界を感じていたのも事実です。そのため、エンドレスでなおかつ、より深く信頼性の高い内容が学べ、さらに学んだ事を社会に還元するにあたっての資格を探していました。「医療、栄養、食、運動、健康などの学びと資格」という贅沢な要求のため、なかなか希望するものに出会えず、やっと見つけたのが健康管理士でした。

Q. 健康管理士の資格を取得されて、どのように活用していますか？ また、どのような手応えがありましたか？

食産業に従事する人材を育成する職業訓練やカルチャーを20年以上運営していますが、講義の中で、健康管理士の学習で得た知識が非常に役立っています。カリキュラムとして組み入れることまではできなくても、訓練生が理解を深めるために補足として活用しています。補足といいますが、教科書で学ぶ学科以外に話す内容が、訓練生はとて興味深い様です。例えば栄養学時に、生活習慣病の話から予防、食生活、運動について話を深めていくと、訓練生自身の体調と重なり興味深く聞いてもらえます。



〈講義の様子〉

また、季節の変わり目や体調が悪くなる時期などには、予防的にアドバイスができたり、授業以外にも普段の会話の中で細かなアドバイスができるようになりました。春は訓練生の入学時の心と体のバランスを取ったり、急に変化した生活習慣に対応するために家庭の生活環境を整える必要も有りますが、昨年の「ほすび・気象と健康～春の健康～」を活用して気候と自律神経の働きと食について話したり、インフルエンザの蔓延する冬には「ほすび～冬の健康～」が役立ち、気候と体調の自己管理を科学的に説明することができました。結果、今期の卒業生の80%近くが無欠席で卒業でき、就業後の体調管理もできているようです。また、家族の健康管理もできるようになったと喜ばれました。その為か、訓練生の信頼が深まっているのを実感しています。寄せ書きにも「実家の母のような存在でした。パンを作ることだけでなく、とても中身の濃い時間を過ごし、プロとして健康管理の大切さも学びました…」とあります。

Q. 食産業で活躍できる人材を育成していく上で、気を付けていることや必要だと思われる心構えなどを教えてください。

卒業生の進路は、食産業(パン店・カフェ・レストラン・医療関係の調理部門・会社の商品開発部)への就職や起業の場合もあります。食産業の仕事の理念は「社会の人々の健康の維持及び増進に寄与すること」です。食品を商品として提供するだけで

なく、お客様の立場に立って、健康管理に必要と思われる幅広い知識や情報を発信し、喜ばれる人材であるようにと常に言い続けています。今後も継続して情報を発信し、健康の幅広い知識や情報を伝える担い手の育成に努めます。

また、伝える側としては常に最新情報を仕入れる必要があると感じています。その手段として「ほすび」や「健康管理士ニュース」もさることながら、「メルマガ」の情報も短い文章でタイムリーな話なので捨てがたくこちらも保管し活用しています。メルマガは、実は情報の宝庫だと感じています。

Q. 健康に暮らすために、ご自身のライフスタイルで気を付けていることを教えてください。

自分自身に関して、うまく健康管理できているかと考えてみますと、もちろん年齢による老化の影響が、健康診断では数値として明確に出てきます。それでも気候による体調の予測、体の小さな変化を見逃さない、今後起こり得る病気を予測するなどして「予防」を心がけています。定期的な健康診断や自律神経の安定を心がけ、1日1万歩のウォーキング、早めの就寝、3食の食事バランスと基本的なことを実行し、宿泊する時も2時間程度散策を楽しんでいます。

Q. 健康管理士として、今後はどのような方向性で活動をしていきたいとお考えですか。

パン製造を指導するだけでなく、食と健康に関する理念に大きな特徴を持ち、独特な事業スタイルで運営していますが、「パン・菓子科職業訓練指導員」「製パン技能士特級」「キャリアコンサルタント2級」という国家資格も持ち、国の「ものづくりマイスター」の称号も頂いているので、さらに社会での活動の機会が増えると思います。今後は、学校の仕組み全体に「健康管理士資格取得制度」の導入や、定期的な情報発信も検討しているところです。この熊本から「パン食と健康」について社会に発信していきます。



〈修了式での式辞の様子〉