

## Broaden your horizons ～さあ、視野を広げて！～

### 生きた知識

急に涼しくなり、食欲の秋を迎えました。季節のモノを食べることは開運につながるといわれ、たとえば旬の栗や新米は大地の恵みを含んでいるので活気を与えてくれるそうです。また、黄色の食材である栗やカボチャ、芋、コーンは金運を引き寄せるといわれていますので、秋の味覚を食べることで運氣も上がっていきそうです。

秋といえば、「勉学の秋」でもあります。メディセレでは6年生の模擬試験がスタートし、4年生のCBT模試も始まるなど、学生の勉強も本格化してきました。また、先日は薬剤師向けの「脂質栄養学」の勉強会を開催しました。ハイブリッド開催でしたので、Zoomからは全国の薬剤師さんが参加してくれましたが、大阪のリアル会場には関西圏だけでなく、岐阜から来てくださった薬剤師さんもいました。

三大栄養素の脂質について、学問的には薬剤師は勉強してきましたが、具体的に落とし込んでいなかったことを今回の勉強会で気付きました。そして圧倒的に酸化に強いココナッツオイルが脂肪肝の抑制につながったり、抗ウイルス作用があることなどを理解したほか、無臭のココナッツオイルが販売されていることも知り、自分の食生活にも取り入れてみようと思いました。

つい机上の知識で終わらせがちですが、あらためて生きた知識を身に付けていこうと思いました。学生だけでなく、人は一生勉強が必要ですね。

しゃっちょうは行く！



メディセレスクール  
ファウンダー

児島 恵美子