

FACE

「美しさ」とは何か？

周りの人を幸せにするハンドマッサージに挑戦中



中西 優さん

三重県立名張高等学校卒業



加藤 あみさん

京都府立西城陽高等学校卒業



小西 里佳さん

奈良県立山辺高等学校卒業

VOICE

ミス・パリ エステティック専門学校より、実務者講師を招きプロの技術を学びました！

実際にエステで使われている美容クリームを使っての講習はいかがでしたか？

中西 ハンドマッサージの手順を覚えるのは難しかったけど、先生にコツを教えてもらいながらやりました。もう少し覚えたら家族にもやってあげたいです。

加藤 最初は、クリームがドロドロした感じなので「本当にこれ塗るの？」って、内心びっくりしながら挑戦しました。

小西 先生の手順を見ていると簡単そうに見えたけど、実際やってみるとなかなか思うようにできなくてとても苦戦しました。

お互いにマッサージをし合った感想は？

中西 仕上げのクリームを塗った後は、本当にツルツル、モチモチの肌になり感激しました。

加藤 将来は介護福祉士として仕事をしたいと思っているのですが、マッサージのリラックス効果が実感で

きたので、高齢者の方にもしてあげたいと思います。

小西 テーマの通り、周りの人を幸せにできるなと思いました。実際にやってみて、このハンドマッサージはコミュニケーションを深めるのに効果があるなと感じました。

「食と美」をテーマにした講義を受けて印象に残ったことは？

中西 「化粧水はただ塗るだけではダメで、肌の中まで浸透するように塗らないといけない」と知りました。さらに化粧水の成分に何が入っているかをちゃんと見て購入しないといけないことがわかったので、これから夏に向けての日焼け対策にも活かしたいです。

加藤 「間食には、ナッツ類がおすすめ」ってことが意外でした。しかも、あんなに小さな粒の中に、いろいろな栄養が含まれていることを教えてもらったので、小腹がす

いた時はナッツを食べようと思いました。

小西 「血糖値の上がりにくい食べ方」が勉強になりました。食べる順番と内容が大切だと教えてもらって、今まで私が思っていた食べる順番と違ってビックリしました。これからは、1.サラダ等の野菜、2.汁物、3.メインのおかず、4.ご飯等の炭水化物の順番を守って食べようと思いました。

公式Instagramスタート！
大学の自然や日常をお届け！



「プチアセビ」のバックナンバーもご覧いただけます。



LINE@ × narasaho スタート！
受験生向け注目情報をLINEで発信





ビジネスキャリアコース
小西 里佳さん
奈良県立山辺高等学校卒業



ビジネスキャリアコース
菊井 謙太さん
奈良県立法隆寺国際高等学校卒業



生活福祉コース
中西 優さん
三重県立名張高等学校卒業



生活福祉コース
加藤 あみさん
京都府立西城陽高等学校卒業

奈良佐保短期大学ってどんなところ？

VOICE

ナラサホで学ぼうと思ったきっかけは？

小西 ビジネスキャリアコースは資格がいっぱい取れると聞いて、就職に有利になると思ったからです。授業の中には「難しいな」と思うものもあるけど、楽しく学んでいます。

菊井 ビジネスについて広く知ることができて、社会に出たときに役に立つと思ったからです。実際に広く学んでいます。

中西 私は、母が介護関係の仕事をしていることがきっかけで、介護福祉士と社会福祉士の資格を取りたいと思ったからです。

加藤 介護福祉士の資格を目指していて、ここでは2年間でその勉強ができ、プラス1年で社会福祉士の勉強もできるからです。

ナラサホの魅力を教えてください！

小西 自分のやりたいことを見つけられて、勉強できる環境があることです。

菊井 授業が資格取得に繋がること。それと学食が美味しいところです。

中西 先生がいろいろと話を聞いてくれて、どんな質問にも答えてくれるところが、すごく良いなと思っています。

加藤 自然豊かな場所にあるので空気がきれい。そして先輩や先生ともみんな仲が良くて楽しい学校です。

今、学んでいる授業で印象に残っている出来事がありますか？

小西 1分間スピーチですね。これは、テーマを決めて1分間スピーチするというものですが、高校の時にはなかった授業なのでなかなか難しいです。入学当時よりは慣れてきたけど、まだまだこれからって感じです。

菊井 「経理実務」の授業で、みんなが満点を取るまで何回も確認テストをするのですが、みんなで競い合っていて、良い刺激になるので楽しんでいます。

中西 ベットメイキングのテストです。テストまでに練習はしていたのですが、テストでは思っていた以上に出来なくて。もっと練習をして

おけば良かったと・・・。自分自身の課題を見つけられる機会になりました。

加藤 私もベットメイキングですね。それともうひとつ、「生活支援技術」での体位変換の仕方です。なかなかうまくいかないこともありますが、頑張ります。

最後に受験生に向けて一言お願いします。

小西 高校生のうちにやりたいことをじっくり考えてください。それが見つかったら、その方向に全力で進んでください。

菊井 面接の練習をしっかりとし、自分の熱意を面接官に伝えたら大丈夫です。

中西 私も面接練習は大事だと思います。授業だけでなく、部活動も頑張ってください。

加藤 目指している夢がある人にとって、奈良佐保短期大学は、専門的な勉強をして資格を取れるので、とても良い学校です。