

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
栄養学実習 Nutrition Practice		2年	後期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	実験実習	選択	(栄養士資格必修)	栄養士フィールド
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
栄養学、食品学、栄養指導論				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
栄養士資格取得に必要な科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
野中 春奈	福祉棟研究室	火・水・木・金曜日9:00～17:00 (授業時間を除く)		授業中に指示します
授業の概要				
人間が健康で生きていくためには、より良い生活習慣を確立することが大切である。この授業では、ライフステージ別栄養の特性を確認し、ライフステージに応じた献立作成とその調理が提供できるよう、具体的・実践的な方法と指導法を学ぶ。				
授業の目標				
①栄養素の健康への関与を説明できるようにする。 ②模擬献立においてその作成と実施の基礎を習得できるようにする。 ③栄養素の消化・吸収の基本原理を説明できるようにする。 ④ライフステージ別の栄養素摂取や生活活動の基本原理を理解し、実践的に活用・展開できるようにする。				
授業の方法				
講義と実習を組み合わせた演習形式で行う。当日レポートと授業後レポートの提出を必須とする。				
学習の成果(学習成果)				
①栄養士として(栄養士資格を目指す学生として)献立の作用と実施の基本原理を具体的に実践することができる。 ②ライフステージ別の栄養素摂取や生活活動(生活習慣)を改善することができる。 ③栄養素の消化・吸収の原理や機能について具体的に解説することができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス、ライフステージ別の栄養管理 *レポート①②			
第2回目	妊産・授乳婦の栄養1(妊婦の病態と疾患、母乳成分、授乳期の栄養と病態、栄養ケア) *レポート③④			
第3回目	乳児期の栄養1【実習】調乳・離乳食(初期) *レポート⑤			
第4回目	乳児期の栄養2【実習】離乳食(中期・後期・完了期) *レポート⑥			
第5回目	乳幼児栄養のまとめと栄養アセスメント(幼児の成長と生理学的特徴、幼児期の病態と栄養、食環境) *レポート⑦			
第6回目	幼児期の栄養1(幼児の食事・間食の献立作成、保育所給食献立作成) 【栄養バランス弁当の検討①】			

第7回目	幼児期の栄養2【実習】 幼児の食事と間食 *レポート⑧	
第8回目	学童期・思春期の栄養（学童期の成長・発達、学校給食、アレルギー、思春期の特性） *レポート⑨	
第9回目	成人期の栄養（栄養特性と実際、栄養マネジメント、起こりやすい問題点） *レポート⑩ 【栄養バランス弁当の検討②】	
第10回目	高齢期の栄養（高齢期の身体変化、病態、栄養法、栄養ケア） 【栄養バランス弁当の検討③】	
第11回目	ライフステージをサポートする料理レシピの提案 【栄養バランス弁当の検討④】	
第12回目	ライフステージをサポートする料理レシピ実習【実習】 *レポート⑪	
第13回目	運動・スポーツと栄養、環境と栄養 *レポート⑫	
第14回目	栄養バランス弁当の発表準備 *レポート⑬	
第15回目	実習成果の総括・発表会 *レポート⑭⑮	
事前・事後学習	次回の授業内容とポイントについて、参考図書等での理解を深めておくこと。実習後は速やかにレポートと課題のまとめを行うこと。	
成績評価の方法と基準		
	評価の領域	割合
		評価の基準
授業参加態度	20%	授業で使われる教材・出された課題を準備して臨み、グループワークに積極的に参加している。授業に集中し、メモをとっている。分かりにくい点があれば積極的に質問する。
レポート	70%	S=90-100 文献や結果を参考に詳細に課題を探求し、内容構成がしっかりしている。A=80-89 ある程度詳細に課題を吟味している。 B=70-79 概ね課題の要件は満たしている。 C=60-69
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容（態度含む）	10%	S・A：創意が感じられ、自らの取り組みについて伝えるのに有効な内容である。質問に対しても的確に応じている。B・C：自らの取り組みについて概ね伝えられている内容である。 D：課題に対して不十分である。
その他		
教科書と参考図書		
「ライフステージの栄養学 理論と実習」（みらい）、「食品成分表」（女子栄養大学出版社）、「調理のためのベーシックデータ」（女子栄養大学出版社）、独自のプリント・資料を配布		
履修上の留意点・ルール		
<ul style="list-style-type: none"> ●実務経験（職種：管理栄養士、職歴：通算15年） ・「授業への参加態度」に準ずる。 ・指導教員の指示・指導を厳守。 ・講義の順番については変更の場合もある。 ・提出レポートについては期限厳守。 		